

Čimbenici individualne otpornosti kao zaštita za razvoj problema u ponašanju

Hajdinjak, Manuela

Master's thesis / Diplomski rad

2021

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:158:461622>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-26**



Repository / Repozitorij:

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



Sveučilište u Zagrebu
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

Čimbenici individualne otpornosti kao zaštita za razvoj problema u ponašanju

Manuela Hajdinjak

Zagreb, srpanj, 2021.

Sveučilište u Zagrebu
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

Čimbenici individualne otpornosti kao zaštita za razvoj problema u ponašanju

Manuela Hajdinjak

prof. dr. sc. Martina Ferić

Zagreb, srpanj, 2021.

Izjava o autorstvu rada

Potvrđujem da sam osobno napisala rad „Čimbenici individualne otpornosti kao zaštita za razvoj problema u ponašanju“ 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.

Manuela Hajdinjak

Zagreb, srpanj, 2021.

Zahvala

Prije svega želim izraziti posebnu zahvalnost svojoj mentorici prof. dr. sc. Martini Ferić za trud i vrijeme uloženo u mentorstvo te sve savjete i pomoć u procesu pisanja ovog rada.

Neizmjerno hvala obitelji, dečku i prijateljima na nesebičnoj i bezuvjetnoj podršci tijekom studiranja.

Naslov rada: Čimbenici individualne otpornosti kao zaštita za razvoj problema u ponašanju
Studentica: Manuela Hajdinjak
Mentorica: prof. dr. sc. Martina Ferić
Program/modul: Socijalna pedagogija/Djeca i mladi

SAŽETAK

Koncept otpornosti danas je jedan od najvažnijih koncepata u suvremenim društvenim znanostima. Rezultati istraživanja koja se bave čimbenicima individualne otpornosti otvaraju mnogobrojne mogućnosti razvoja intervencija utemeljenih na dokazima. Primarni fokus ovog rada je na sintezi rezultata mnogobrojnih istraživanja, kako domaćih, tako i stranih, koja su se bavila čimbenicima individualne otpornosti s ciljem pružanja praktičnih smjernica za kreiranje preventivnih intervencija utemeljenih na dokazima, odnosno smjernica za učinkovitu i znanstvenu prevenciju problema u ponašanju djece i mladih. Kao najznačajniji čimbenici individualne otpornosti istaknuli su se: (1) kvalitetan i privržen odnos s roditeljem ili bilo kojom drugom kompetentnom odraslom osobom, (2) samoregulacija, (3) vještine rješavanja problema, (4) pozitivna slika o sebi (koja uključuje samopoštovanje i samoučinkovitost), (5) autonomija, (6) samosvijest, (7) privrženost školi i akademski uspjeh (usmjerenost na postignuća općenito). Ove je čimbenike potrebno implementirati u preventivne intervencije u skladu sa spolom i dobi populacije kojima su takve intervencije namijenjene, kao i u skladu s kontekstom u kojem će iste biti primjenjivane. Poticanje razvoja individualne otpornosti svakog djeteta i mlade osobe je učinkovit, i sve popularniji, alat u prevenciji problema u ponašanju, ali i u osiguravanju općenitog zdravog razvoja i pozitivnih razvojnih ishoda djece i mladih. Uz to, predstavlja proces koji potiče učinkovitu mobilizaciju svih dostupnih resursa na više različitih razina.

KLJUČNE RIJEČI: individualna otpornost, problemi u ponašanju, preventivne smjernice

Title: Individual resilience as a protective factor for the behavioral problems development
Student: Manuela Hajdinjak
Mentor: Martina Ferić, PhD
Program/module: Social pedagogy/Children and Youth

SUMMARY

The concept of resilience today is one of the most important concepts in the modern social sciences. The results of research dealing with individual resilience open up many possibilities for the development of evidence-based interventions. The primary focus of this paper is on the synthesis of the results of numerous studies, both domestic and foreign, which dealt with individual resilience factors in order to provide practical guidelines for creating evidence-based preventive interventions, ie guidelines for effective and scientific prevention of behavioral problems in children and young people. The most important individual resilience factors are: (1) quality and attached relationship with a parent or any other competent adult, (2) self-regulation, (3) problem-solving skills, (4) positive self-image (which includes self-esteem and self-efficacy), (5) autonomy, (6) self-awareness, (7) commitment to school and academic success (focus on achievement in general). These factors need to be implemented in preventive interventions according to the gender and age of the target population, as well as according to the context in which they will be implemented. Encouraging the development of individual resilience of each child and young person is an effective, and increasingly popular, in behavioral problems prevention, but also in ensuring overall healthy development and positive developmental outcomes of children and young people. In addition, it represents a process that encourages the effective mobilization of all available resources at a number of different levels.

KEYWORDS: individual resilience, behavioral problems, preventive guidelines

SADRŽAJ

1. UVOD	1
2. DEFINIRANJE KLJUČNIH POJMOVA	2
2.1. Koncept otpornosti	2
2.2. Koncept problema u ponašanju	6
3. POVEZANOST ČIMBENIKA INDIVIDUALNE OTPORNOSTI I POZITIVNOG RAZVOJA/ PROBLEMA U PONAŠANJU – PREGLED ISTRAŽIVANJA	11
3.1. Istraživanja individualne otpornosti	11
3.2. Uloga obitelji u razvoju individualne otpornosti	23
4. PREVENTIVNE SMJERNICE.....	25
5. ZAKLJUČAK	30
6. LITERATURA.....	35

1. UVOD

Pažnju znanstvenika u području društvenih znanosti oduvijek je privlačilo istraživanje mehanizama koji leže u pozadini toga da su određeni pojedinci u stanju dobro se nositi, oduprijeti, vratiti se na prijašnje stanje ili čak napredovati nakon što su bili zahvaćeni negativnim i štetnim učincima nepovoljnih okolnosti različite vrste i intenziteta (Masten, 2014). Mehanizmi koji to omogućuju svode se pod zajednički nazivnik – koncept otpornosti, točnije koncept individualne otpornosti. Koncept otpornosti danas je jedan od najvažnijih koncepata u suvremenim društvenim znanostima (Liebenberg i Ungar, 2009). Ukoliko prilikom pojave različitih nepovoljnih okolnosti ne dođe do aktivacije spomenutih mehanizama, tada su te nepovoljne okolnosti potencijalni rizik za razvoj različitih problema u ponašanju kako djece i mladih, tako i odraslih. Međutim, kad se takve okolnosti pojave rano u životu neke osobe, tada se povećava i rizik za nepovoljne razvojne ishode u budućnosti. Upravo ta činjenica ukazuje na važnost istraživanja i bavljenja ovim konceptom, odnosno na važnost edukacije djece i mladih o tome na koje sve načine mogu aktivirati spomenute mehanizme u trenucima kad su suočeni s određenim izazovima i životnim nedaćama. Rezultati istraživanja koja se bave čimbenicima individualne otpornosti otvaraju mnogobrojne mogućnosti razvoja intervencija utemeljenih na dokazima kojima je moguće, jačajući individualne zaštitne čimbenike, opremiti djecu i mlade ljude svim potrebnim vještinama i kompetencijama koje će im pomoći u trenucima suočavanja s različitim izazovima, odnosno koje će povećati vjerojatnost za pozitivan ishod (Belošević i Ferić, 2020). Stoga je primarni fokus ovog rada na sintezi rezultata mnogobrojnih istraživanja, kako domaćih, tako i stranih, koja su se bavila čimbenicima individualne otpornosti s ciljem pružanja praktičnih smjernica za kreiranje preventivnih intervencija utemeljenih na dokazima, odnosno smjernica za učinkovitu i znanstvenu prevenciju problema u ponašanju djece i mladih.

2. DEFINIRANJE KLJUČNIH POJMOVA

Kako bi se stvorila kvalitetna podloga za jasnije razumijevanje istraživanja koja slijede te okvir unutar kojega će se koncept individualne otpornosti promatrati, na početku je važno definirati nekoliko ključnih pojmova, odnosno koncepata.

2.1. *Koncept otpornosti*

Otpornost je jedan od onih koncepata u društvenim znanostima pri čijoj konceptualizaciji i operacionalizaciji postoje brojni izazovi i pristupi (Ferić, Maurović i Žižak, 2016). Kroz godine se mijenjalo shvaćanje koncepta otpornosti te danas postoje njegove brojne definicije. Prilikom definiranja otpornosti, različiti autori svoj fokus stavljaju na različite aspekte ovog koncepta (Ferić i sur., 2016). Neki koncept otpornosti shvaćaju kao proces, dok ga drugi podrazumijevaju kao karakteristiku pojedinca ili čak obitelji.

Kad o otpornosti govorimo na općenitij razini, Fleming i Ledogar (2008) je najjednostavnije definiraju kao pozitivnu prilagodbu unatoč izloženosti visokom riziku. Jedna od najšire prihvaćenih definicija otpornosti je ona koju je ponudila Masten (2014). Ona otpornost definira kao sposobnost dinamičnog sustava da se uspješno prilagodi svim smetnjama koje prijete funkcioniranju, održivosti ili razvoju tog sustava. Autorica pritom naglašava da se ovaj koncept može primijeniti na različite sustave.

Hauser i suradnici (1985; prema Rak i Patterson, 1996) su specifično definirali otpornost djece i mladih, koji su i u fokusu ovog rada, kao sposobnost da, kada su izloženi prepoznatljivim rizičnim čimbenicima, uspješno prevladaju te rizike i izbjegnu negativne ishode kao što su delinkvencija, problemi u ponašanju, psihološka neprilagođenost, akademske poteškoće te fizičke komplikacije.

Prije daljnjeg definiranja koncepta otpornosti, a s ciljem jasnijeg razumijevanja, važno je napomenuti kako je koncept otpornosti općenito usko povezan s konceptom rizičnih i zaštitnih čimbenika. Njihova je povezanost vidljiva u svojevrsnom preklapanju identificiranih zaštitnih čimbenika koji umanjuju utjecaj rizičnih čimbenika i vode pozitivnim razvojnim ishodima djeteta/mlade osobe te zaštitnih čimbenika, odnosno mehanizama unutar samog koncepta otpornosti (Belošević i Ferić, 2020). Ovo je posebno važno imati na umu s obzirom na činjenicu da se u ovom radu čimbenici individualne otpornosti proučavaju u kontekstu zaštite za razvoj problema u ponašanju djece i mladih. Dakle, otpornost je proces koji započinje rizikom, facilitiran je uz pomoć zaštitnih čimbenika, a završava dobrim ishodom, a upravo su rizik, zaštitni čimbenici i dobar ishod ključne komponente otpornosti koje je bitno uzeti u obzir (Ferić i sur., 2016). Doležal (2006) u tom kontekstu zaključuje kako zaštitni čimbenici utječu na

razvijanje otpornosti na način da ju pojačavaju svojim djelovanjem te tako istovremeno smanjuju utjecaj rizičnih čimbenika koji, ukoliko se na njih ne djeluje, povećavaju vjerojatnost za pojavu poremećaja u ponašanju kako kod odraslih osoba, tako i kod djece i mladih. Ovu ulogu zaštitnih čimbenika prepoznala je i Windle (2010). Ona govori kako su zaštitni čimbenici neizostavan dio procesa otpornosti. Upravo oni omogućavaju pojedincu da pozitivno odgovori na rizike, čime se smanjuje njihov negativan utjecaj. Njihovo je djelovanje prepoznato na 3 razine, odnosno djeluju na razini pojedinca (psihološki i neurobiološki čimbenici), na razini užeg socijalnog okruženja ili obitelji (obiteljska kohezija, podrška roditelja) te na razini šireg socijalnog okruženja ili zajednice (različiti sustavi podrške, institucionalni i ekonomski čimbenici) (Garmezy, 1985; Werner, 1995; prema Windle, 2010). S obzirom na ove tri razine djelovanja zaštitnih čimbenika, postoje i 3 razine na kojima se može opisati otpornost, a to su individualna, obiteljska te razina zajednice (Doležal, 2006). S obzirom na to kako se ovaj rad bavi otpornošću na individualnoj razini, u nastavku će biti prikazan kratki pregled razvoja koncepta individualne otpornosti. No, prije toga, važno je još naglasiti kako je promatranje individualne otpornosti zapravo prošireno perspektivom obiteljske otpornosti iz razloga što je nekog pojedinca izuzetno teško, gotovo i nemoguće, odvojiti od utjecaja njegovog okruženja, a još teže od utjecaja užeg, primarne zajednice poput obitelji (Žulić, 2016), pa će u kasnijem pregledu istraživanja, upravo iz tog razloga, biti izdvojeni i čimbenici unutar obiteljskog okruženja koji promoviraju individualnu otpornost djece i mladih, a ne samo isključivo individualni čimbenici otpornosti.

Razvojem koncepta otpornosti općenito, razvijao se i koncept individualne otpornosti, odnosno mijenjala se njezina definicija i shvaćanje (Belošević i Ferić, 2020). Na samom početku otpornost se smatrala isključivo karakteristikom pojedinca (Belošević i Ferić, 2020). U prilog tome Rutter (1985) govori da je otpornost obilježje koje djeci i mladima pomaže postići pozitivno funkcioniranje unatoč izloženosti negativnim životnim događajima. Ovdje se nameću 2 važna pitanja – je li otpornost obilježje ličnosti pojedinca i ako jest, znači li to da je otpornost nasljedna? Odgovor na ova pitanja, sumirajući nalaze i mišljenja drugih autora, ponudila je Masten (2014). Ona odlučno govori o tome kako otpornost nije crta ličnosti za čije je postojanje zaslužna samo genetska podloga. Postoje određene dimenzije ličnosti, odnosno temperamenta (za koji je poznato da je biološki uvjetovan) koje su dosljedno povezane s otpornošću, kao što je, primjerice, savjesnost, međutim, ipak postoje čvrsti dokazi o tome da iskustva oblikuju crte ličnosti, da određene crte ličnosti mogu utjecati na izloženost nepovoljnim okolnostima te da ista crta ličnosti u nekim situacijama može biti zaštitni čimbenik, dok u drugima može biti rizični čimbenik, ovisno o području prilagodbe, fizičkoj ili sociokulturnoj vrijednosti i značenju

takve osobine te dobi i spolu samog pojedinca koji tu osobinu posjeduje (Lengua i Wachs, 2012; Shiner i Masten, 2012; prema Masten, 2014). Međutim, Newsome i Sullivan (2014) u tom kontekstu ipak naglašavaju kako se utjecaj gena na individualnu otpornost ne može zanemariti. Naime, rezultati njihovog istraživanja pokazali su kako postoje razlike u načinu na koji adolescenti odgovaraju na kumulativne čimbenike rizika, a ta je različitost djelomično pod utjecajem određenih genetskih čimbenika. Autori napominju kako se snaga utjecaja ovih čimbenika ne smije tumačiti kao genetska predispozicija za delinkvenciju (Newsome i Sullivan, 2014), odnosno probleme u ponašanju općenito. S obzirom na to kako ovi nalazi zapravo reflektiraju razlike u reagiranju na kumulativne rizike, to se može interpretirati kao pojačana osjetljivost nekog pojedinca na utjecaje vlastitog okruženja (Newsome i Sullivan, 2014). Stoga je svakako važno uvijek na umu imati i kontekst u koji je dijete ili mlada osoba kao pojedinac uronjen, a samim time i podložan njegovim utjecajima.

Siebert (2006; prema Berc, 2012) otpornost također definira kao sposobnost pojedinca da se brzo oporavi nakon neke nesreće, problemske situacije, odnosno bilo kojeg neugodnog i stresnog događaja, pri čemu je oporavak popraćen nadvladavanjem izvora stresa i to bez pojave nekog od oblika disfunkcionalnog ponašanja. Isti autor (2005; prema Berc, 2012) navodi kako svaki pojedinac ima prirođeni potencijal za razvoj otpornosti u bilo kojoj fazi svog života. Ta je činjenica posebno važna u kontekstu prevencije problema u ponašanju jer ukazuje na to da svaki pojedinac može razviti otpornost, a upravo ona djeluje kao zaštita za razvoj različitih problema u ponašanju djece i mladih. Siebert (2005; prema Berc, 2012) objašnjava kako pojedinac otpornost može razviti na 5 razina: (1) održavanje osobne emocionalne stabilnosti, (2) sposobnost usmjeravanja na okolinu, (3) sposobnost usmjeravanja i brige za sebe, (4) dobro razvijene vještine za fleksibilnost i prilagodljivost, (5) otvorenost prema novim, ugodnim i sretnim iskustvima. Autor tumači kako je prva razina otpornosti ključna kako bi pojedinac mogao nastaviti zdravo funkcionirati i sačuvati životnu energiju, dok je druga razina otpornosti potrebna kako bi se osoba mogla uspješno nositi sa svim zahtjevima okoline. Treća razina stečene otpornosti pretpostavlja visoku razinu samopoštovanja i samopouzdanja te pozitivnu sliku o sebi, što ujedno predstavlja srž individualne otpornosti (Siebert, 2005; prema Berc, 2012). Autor također dodaje kako četvrta razina otpornosti podrazumijeva različite osobine otporne osobe kao što su, primjerice, prilagodljivost, fleksibilnost, zdravo prevladavanje stresa i slično, dok peta razina otpornosti uključuje visoke sposobnosti osobe da i u nepovoljnim životnim uvjetima nađe rješenje te razlog za sreću i unutrašnji mir.

Nakon toga otpornost se počela definirati u terminima kapaciteta pojedinca da se nosi s izazovima (Belošević i Ferić, 2020). U tom smislu Vanistendael (1995) navodi kako se

otpornost zapravo sastoji od dvije vrste individualnih sposobnosti – sposobnosti da se zaštititi vlastiti integritet pod utjecajem stresa te sposobnosti da se konstruktivno živi unatoč svim nepovoljnim okolnostima koje su zadesile nekog pojedinca.

U novije vrijeme sve je više primjetna tendencija shvaćanja individualne otpornosti kao procesa (Belošević i Ferić, 2020). Prednost takvog razumijevanja je u mogućnosti sagledavanja varijabilnosti ovog fenomena (Ferić i sur., 2016). Masten i Powell (2003) su napomenule kako utvrđivanje otpornosti na temelju određenih kriterija ne podrazumijeva opisivanje nekog pojedinca u cijelosti, odnosno u svakom trenutku njegovog života. Drugim riječima, to što se za nekog pojedinca jednom kaže da je otporan u odnosu na određenu situaciju, ne znači da će biti otporan i u svakoj drugoj izazovnoj situaciji (Masten i Powell, 2003). Iste autorice ponovno naglašavaju kako otpornost nije crta ličnosti koja je stabilna kroz vrijeme, iako pojedinci pokazuju otpornost u svojim obrascima ponašanja. Manifestacija otpornosti zapravo ovisi o osobnim/obiteljskim karakteristikama, ali i o okolnostima u kojima se određeni izazov pojavio te o razini rizika koji predstavlja za pojedinca/obitelj u tom specifičnom trenutku (Ferić i sur., 2016). Luthar (2006) u tom kontekstu naglašava kako otpornost po definiciji obuhvaća netipične procese kroz koje se pozitivna prilagodba manifestira u životnim uvjetima koji uobičajeno dovode do neprilagođenog ponašanja.

Panter-Brick i Leckman (2013) otpornost definiraju kao proces mobilizacije bioloških, psihosocijalnih, strukturalnih i kulturnih resursa s ciljem održavanja vlastite dobrobiti. Greenberg (2011; prema Günseli i Sibel, 2017) smatra kako je otpornost svijest pojedinca o vlastitim karakteristikama za suočavanje s problemima, o sposobnostima suočavanja s teškoćama koristeći pritom vlastite resurse te svijest o sposobnostima sagledavanja teškoća kao svojevrsnih prilika za osobni rast i razvoj.

Proučavajući i analizirajući brojne definicije, poprilično se teško odlučiti samo za jednu koja će se koristiti u ovom radu. Posljednja definicija ukazuje na to kako je individualna otpornost zapravo svijest samog pojedinca o onome što već posjeduje, a što mu može biti od pomoći prilikom nošenja s teškim i izazovnim životnim situacijama. Stoga je individualnu otpornost sasvim opravdano smatrati procesom. Procesnost nekog koncepta podrazumijeva to da postoji mogućnost razvoja istoga. Dakle, ako pojedinac nije svjestan određenih sposobnosti koje posjeduje, prikladnim intervencijama može se utjecati na to da se njegova svjesnost poveća te da se te sposobnosti mobiliziraju onda kada je to potrebno. Osim toga, ako pojedinac ne posjeduje takve sposobnosti, ponovno se prikladnim intervencijama može utjecati na to da ih stekne i nauči koristiti. Sukladno tome, individualna otpornost može biti u funkciji zaštite za razvoj problema u ponašanju djece i mladih ukoliko se preventivni naponi usmjere na izgradnju

otpornosti, odnosno na osvještavanje onih obilježja svakog djeteta ili mlade osobe koja već posjeduje, a koja mu mogu pomoći u tome da se uopće ne dovede u rizik ili da se postojeći rizik za razvoj problema u ponašanju značajno smanji ili u potpunosti eliminira. Kako bi to bilo moguće, važno je razmotriti koji su to dokazani čimbenici individualne otpornosti koje je potrebno implementirati u preventivne programe i intervencije, a čiji prikaz slijedi u jednom od sljedećih poglavlja.

2.2. Koncept problema u ponašanju

Na početku ovog poglavlja opravdano je postaviti pitanje kada se i zbog čega određeno ponašanje smatra problemom. Odgovor na njega pokušali su dati brojni autori, kako domaći, tako i strani. Produkt takvih mnogobrojnih pokušaja su jednako tako mnogobrojne definicije pojma „problemi u ponašanju“. U nastavku će biti izdvojene neke od njih s ciljem prikazivanja raznolikosti shvaćanja istog koncepta, kompleksnosti samog procesa definiranja koncepta, odnosno kriterija za njegovo utvrđivanje, ali i sličnosti koje među njima postoje.

U ovom kontekstu najprije je važno naglasiti kako se problemi u ponašanju različito doživljavaju u različitim kulturama. Ono što se u nekoj zemlji smatra „normalnim“, u drugoj može predstavljati problem. Isto tako, ovaj doživljaj je li neko ponašanje problematično ili ne mijenja se i ovisno o vremenu pa tako neko ponašanje s vremenom može postati „normalno“, dok se neko drugo može početi smatrati problemom. Šućur (2004) zaključuje kako je izrazito teško napraviti tipologiju društvenih devijacija koja bi se mogla primijeniti na sva društva. Kao glavni razlog tome navodi to što se društvene norme unutar istog društva s vremenom modificiraju ili nastaju sasvim nove. Zbog brojnosti takvih normi te različitih interpretacija istih normi u drugačijim situacijama, gotovo je nemoguće izraditi jedinstveni popis svih tipova devijantnih ponašanja (Šućur, 2004). Umjesto toga, autor predlaže stvaranje određenog skupa kriterija kojima se moguće služiti prilikom utvrđivanja devijantnosti nekog ponašanja. No, unatoč tome, brojni su se autori odlučili ponuditi vlastite definicije problema u ponašanju, a tek je kasnije primjetna tendencija stvaranja općenitih kriterija za utvrđivanje problema u ponašanju.

Prvu definiciju problema u ponašanju ponudile su Dobrenić i Poldrugač (1974). One su ih tada nazvale poremećajima u ponašanju, a predstavljali su skupni naziv za sve one pojave (biološkog, psihološkog i socijalnog podrijetla) koje manje ili više utječu na pojedinca te nepovoljno djeluju na njegovu aktivnost i reaktivnost. Autorice su naglasile kako, osim samog pojedinca, ove pojave svojim djelovanjem zahvaćaju i druge pojedince i društvene organizacije – obitelj, školu, užu i širu zajednicu te na njih djeluju neugodno ili čak štetno/opasno. Sljedeći

autor koji se posebno ističe u području definiranja koncepta problema u ponašanju u hrvatskom podneblju je Uzelac (1995). On u poremećaje u ponašanju ubraja sva ona ponašanja koja se u većoj mjeri razlikuju od uobičajenog ponašanja većine mladih određene sredine, ponašanja koja su štetna i/ili opasna za samu osobu koja se tako ponaša, ali i za njezinu širu okolinu te ponašanja koja zbog toga zahtijevaju stručnu i/ili širu društvenu pomoć s ciljem uspješne socijalne integracije takve osobe. Koller-Trbović (2004) govori kako se pojam poremećaji u ponašanju odnosi na vrlo široku lepezu ponašanja različitih manifestacija, obilježja, intenziteta, trajanja, složenosti, opasnosti i/ili štetnosti. Spomenuta lepeza ponašanja lako se može iščitati i iz Nacionalne strategije prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih od 2009. do 2012. godine. U njoj se pojmom „poremećaji ponašanja“ obuhvaća niz vrlo različitih odstupanja u svim područjima funkcioniranja djece i mladih – od odnosa s bližnjima, socijalnom okolinom i autoritetima, preko poteškoća u pogledu prehrane, spavanja i nevoljnih radnji, laganja, krađa, korištenja i preprodaje ilegalnih psihoaktivnih sredstava, bježanja od kuće i skitnje, do agresivnosti, nasilja, provala, paljevina, silovanja i drugih oblika asocijalnog, antisocijalnog i kriminalnog ponašanja. Koller-Trbović (2004) također napominje kako pitanje definicije poremećaja u ponašanju nužno treba zahvatiti rizična, odnosno predelinkventna ponašanja te antisocijalna, odnosno delinkventna ponašanja. Iz ove je konstatacije već potpuno jasno moguće naslutiti kako koncept problema u ponašanju predstavlja svojevrsan kontinuum.

Poremećaje u ponašanju također možemo definirati u užem i u širem smislu (Koller-Trbović, 2004). Autorica objašnjava kako se poremećaji u ponašanju u užem smislu odnose samo na delinkventno ponašanje. Njihovo definiranje, prepoznatljivost i reagiranje društva na iste ne predstavlja nikakav problem (Koller-Trbović, 2004). S druge strane, poremećaji u ponašanju u širem smislu izazivaju brojne nejasnoće, neusuglašenosti i razlike (Koller-Trbović, 2004). Dakle, u probleme u ponašanju u širem smislu se, osim delinkventnog ponašanja, ubrajaju i rizična ponašanja. Koller-Trbović (2004) rizična ponašanja definira kao ona koja su odstupajuća, rizična za daljnji razvoj, ali i u odnosu na mogući budući razvoj delinkventnog ponašanja i kriminaliteta u odrasloj dobi, ponašanja koja su štetna i opasna, a ne predstavljaju počinjenje kaznenog djela. Bašić i Ferić (2004) također govore o rizičnim ponašanjima djece i mladih. Prema njima se terminom „u riziku“ opisuju ona djeca i mladi koji se nalaze na putu prema mnogobrojnim problemima koji prijete njihovom pozitivnom razvoju i uspješnoj prilagodbi u društvo u kojem žive. Navedena razina rizika opisuje se kroz kontinuum (McWhirter i sur., 1993; prema Bašić i Ferić, 2004).

Definiciju problema u ponašanju ponudila je i Lebedina Manzoni (2007). Ona govori kako pojam poremećaja u ponašanju obuhvaća vrlo širok aspekt blagih odstupanja na individualnom

i grupnom planu. Takva se ponašanja ponekad protive samo nepisanim moralnim normama ponašanja, a ponekad su to izrazito nepoželjna i opasna ponašanja koja ugrožavaju pojedinca, ali i zajednicu te se protive zakonskim propisima koji vrijede u toj zajednici – u tom slučaju govori se o prijestupničkom ili delinkventnom ponašanju (Lebedina Manzoni, 2007). Bouillet i Uzelac (2007) u kontekstu definiranja problema u ponašanju upozoravaju na to kako je postavljanje granice između uobičajenog, „normalnog“ ponašanja i poremećaja u ponašanju vrlo kompleksno pitanje. Glavni razlog tome su ponajprije teškoće koje se javljaju prilikom pokušaja definiranja onog što se smatra „normalnim“ (Bouillet i Uzelac, 2007). Unatoč brojnim pristupima koji su pokušali definirati „normalno“, autori zaključuju kako pojam normalnosti u prvom redu ovisi o kulturi u kojoj se procjenjuje neko ponašanje, kako je već i na samom početku bilo naglašeno. Bouillet i Uzelac (2007) naposljetku se poremećaje u ponašanju odlučuju definirati kao izraz nedostatne psihosocijalne zrelosti osobe koja takve poremećaje manifestira. Pritom se psihosocijalna zrelost odnosi na stupanj do kojeg su razvijeni socijalizirani oblici ponašanja osobe s poremećajima u ponašanju, odnosno stupanj do kojeg su razvijeni oni oblici ponašanja koji su uobičajeni i koji se očekuju od osobe s obzirom na njezinu dob i socijalni položaj (Hrnjica, 1982; prema Bouillet i Uzelac, 2007). Također ističu još jednu važnu stvar, a to je da termin poremećaji u ponašanju naglašava to da se radi o poremećaju jedne ili više dimenzija ponašanja, pri čemu određene dimenzije ponašanja ostaju „neporemećene“. To upućuje na to da se primjenom različitih socijalnopedagoških metoda i tehnika može utjecati na promjenu ponašanja, što i jest glavni fokus socijalne pedagogije kao djelatnosti (Bouillet i Uzelac, 2007).

Svim ovim pokušajima da se ponašanjima kojima se primarno bavi socijalna pedagogija nadjene zajedničko ime, upućene su različite kritike i prigovori. Prilikom definiranja koncepta problema u ponašanju važno je na umu imati i perspektivu onih na koje se ovaj pojam izravno odnosi, a to su djeca i mladi. Žižak, Koller-Trbović i Jeđud (2004) ispitivale su upravo njihovu perspektivu kroz provođenje fokus grupa. Rezultati njihovog istraživanja ukazuju na to kako je termin poremećaji u ponašanju, koji je u to vrijeme bio u službenoj upotrebi, bio poznat djeci i mladima koji su sudjelovali u fokus grupama, međutim, oni osobno taj termin nisu koristili jer je u njima pobuđivao negativne asocijacije. Upravo je to bio povod da se za termin poremećaji u ponašanju osmisli neki novi, drugačiji, manje stigmatizirajući pojam.

Nacionalna strategija prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih od 2009. do 2012. godine kao jednu od svojih mjera navodi i usuglašavanje postojećih kriterija za utvrđivanje pojave poremećaja u ponašanju. Navodi se kako je, između ostalog, zbog neujednačenosti kriterija za utvrđivanje ove pojave, odnosno zbog teškoća koje se javljaju prilikom pokušaja

cjelovitog zahvaćanja pojave i djelovanja, nemoguće pružiti prikladan odgovor na poremećaje u ponašanju bilo kao pojedinačni slučaj ili pojavu općenito. Na taj su zahtjev odgovorile Koller-Trbović, Žižak i Jeđud (2011). One su ponudile Standarde za terminologiju, definiciju, kriterije i način praćenja pojave poremećaja u ponašanju djece i mladih koji su bili prihvaćeni 2011. godine. Predložile su da se na nacionalnoj razini kao opći termin, umjesto termina poremećaji u ponašanju (koji je do tada većinski bio u uporabi), koristi termin problemi u ponašanju djece i mladih. To je krovni pojam za kontinuum različitih oblika ponašanja – od jednostavnijih, manje težine i opasnosti za sebe ili druge, do onih propisima definiranih i/ili sankcioniranih te često težih po posljedicama i razini potrebe za tretmanom (Koller-Trbović i sur., 2011). Autorice naglašavaju kako se pojmom problemi u ponašanju supsumiraju ekstremniji oblici tog fenomena u oba smjera. Tako se kontinuum problema u ponašanju proteže od rizičnih ponašanja, preko teškoća u ponašanju do poremećaja u ponašanju (Koller-Trbović i sur., 2011). Sukladno tome, autorice su predložile i jedinstvenu definiciju koja je u upotrebi na nacionalnoj razini, a prema kojoj problemi u ponašanju djece i mladih predstavljaju skupni naziv za sva ponašanja (biološke, psihološke, pedagoške ili socijalne geneze) kojima dijete/mlada osoba značajno odstupa od ponašanja primjerenog njegovoj dobi, situaciji u kojoj se nalazi, općeprihvaćenim kulturnim i etničkim normama te štetno/opasno utječe na sebe i/ili druge pojedince ili društvene sustave. Kako bi se utvrdilo je li riječ o nekom problemu u ponašanju ili ne, manifestirano ponašanje potrebno je procijeniti u odnosu na nekoliko kriterija, odnosno potrebno je prepoznati sljedeće: (1) postoje li jasne posljedice po samu osobu koja manifestira takve probleme ili druge pojedince/skupine, (2) odstupaju li manifestirana ponašanja u značajnijoj mjeri od uobičajenog i društveno prihvaćenog u odnosu na sredinu, dob, spol te situaciju te (3) ukazuju li takva ponašanja na nepovoljan razvoj djeteta/mlade osobe u budućnosti ukoliko se ne poduzme prikladna društvena pomoć ili stručna intervencija. Uz sve navedeno, potrebno je procijeniti i obilježja ponašanja s obzirom na vrstu, intenzitet, težinu, učestalost, trajanje i složenost (Koller-Trbović i sur., 2011).

Ovo posljednje objašnjenje i shvaćanje koncepta problema u ponašanju, koje je prihvaćeno na nacionalnoj razini u našoj zemlji, bit će prihvaćeno i korišteno i u ovom radu. Čimbenici individualne otpornosti bit će promatrani kao zaštita za razvoj problema u ponašanju, odnosno njihovo će se zaštitno djelovanje podjednako razmatrati u odnosu na razvoj rizičnih ponašanja, teškoća u ponašanju kao i samih poremećaja u ponašanju. U tablici 1 detaljno je objašnjen svaki dio spomenutog kontinuuma, a sva su objašnjenja potkrijepljena stvarnim primjerima ponašanja.

Tablica 1: Kontinuum problema u ponašanju (Koller-Trbović, Žižak i Jeđud, 2011)

RIZIČNA PONAŠANJA	TEŠKOĆE U PONAŠANJU	POREMEĆAJI U PONAŠANJU
<p>Ponašanja kojima osoba dovodi u opasnost prvenstveno svoje, ali i tuđe, zdravlje, fizički i psihički integritet, imovinu. Posljedice tog ponašanja su niskog intenziteta u sadašnjosti, ali mogu predstavljati podlogu za loše ishode u budućnosti. Neposredne posljedice i prijetnje su veće za samo dijete/mladu osobu nego za druge pojedince i skupine. Radi se o ponašanjima koja zahtijevaju reakciju, prije svega obitelji i drugih osoba iz djetetovih redovitih životnih sredina, odnosno profesionalaca iz nekog specifičnog područja.</p>	<p>Ponašanja kojima osoba krši društvene i/ili zakonske norme i koja se pojavljuju u više različitih sredina kroz određeno vremensko razdoblje ili iznenada. Posljedice tog ponašanja traže stručnu intervenciju, iako, ponekad, za sredinu, a i za osobu, razina opasnosti u sadašnjosti ne mora biti visokog intenziteta, ali može predstavljati ozbiljnu prijetnju budućem razvoju.</p>	<p>Ponašanja kojima osoba kroz duže vrijeme i intenzivno ugrožava svoje svakodnevno funkcioniranje na više životnih područja i/ili ugrožava druge, odnosno imovinu. Posljedice tog ponašanja su brojne i izrazito negativne kako u sadašnjosti, tako i u budućnosti, kako za samo dijete/mladu osobu, tako i za druge pojedince i skupine. Radi se o ponašanjima koja zahtijevaju reakciju specijaliziranih stručnjaka i institucija, u pravilu iz više sektora istovremeno.</p>
<p>Primjeri ponašanja: markiranje, neučenje, kršenje pravila u školi i kod kuće, povučенost, nezainteresiranost za vršnjake, pretežno tužno raspoloženje, eksperimentiranje s cigaretama ili drogom, povremena konzumacija alkohola, suprotstavljanje autoritetu, nedozvoljeni kasni izlasci...</p>	<p>Primjeri ponašanja: krađa, bježanje, skitnja, napuštanje škole, pojedinačni nasilni ispadi, samoozljeđivanje, vožnja bez dozvole, značajniji disciplinski prekršaji u školi, socijalna izoliranost...</p>	<p>Primjeri ponašanja: teža kaznena djela i prekršaji (provala, razbojništvo, nasilje, preprodaja droge, silovanje), ovisnosti, pokušaji suicida, nerad i skitnja u kombinaciji...</p>

3. POVEZANOST ČIMBENIKA INDIVIDUALNE OTPORNOSTI I POZITIVNOG RAZVOJA/ PROBLEMA U PONAŠANJU – PREGLED ISTRAŽIVANJA

Kako bi preventivne intervencije, temeljene na konceptu individualne otpornosti, mogle biti učinkovite, potrebno je kroz empirijska istraživanja utvrditi koji su to dokazani čimbenici koji su u situacijama izloženosti značajnom riziku povezani s pozitivnim, umjesto očekivanim negativnim ishodima, odnosno koji predstavljaju zaštitu za razvoj problema u ponašanju. U takvim situacijama, te je zaštitne čimbenike zapravo moguće zvati čimbenicima individualne otpornosti.

Slijedi pregled istraživanja u kojima se individualna otpornost proučavala u odnosu na neki od poznatih rizičnih čimbenika koji, unatoč svojoj prisutnosti, nisu doveli do pojave problema u ponašanju. Osim samih čimbenika individualne otpornosti, bit će izdvojeni i čimbenici unutar obiteljskog okruženja koji promoviraju otpornost djece i mladih.

3.1. Istraživanja individualne otpornosti

Istraživanje otpornosti započelo je početkom 1970-ih godina kada je dječja psihijatrija počela ulagati značajne resurse u prikupljanje podataka o učincima različitih trauma iz djetinjstva na kasniji razvoj (Vernon, 2004). Norman Garmezy smatra se utemeljiteljem istraživanja otpornosti (Masten i Coatsworth, 1998; Rolf, 1999; prema Vernon, 2004). Garmezy (1971) je u svom istraživanju djece čije su majke bolovale od shizofrenije došao do zaključka kako postoji jedna skupina djece čija bi se prognoza budućeg razvoja mogla smatrati nepovoljnom ukoliko se zaključuje na temelju poznatih obiteljskih i ekoloških čimbenika, međutim, iskazuju brojna obilježja otpornosti koja ih štite od negativnog razvojnog ishoda, a to su: dobri odnosi s vršnjacima, akademsko postignuće, predanost obrazovanju i svrhovitim životnim ciljevima, rana povijest uspješnog zapošljavanja. Autor je takvoj djeci dodijelio zajednički naziv – neranjivi, odnosno navodi da su to zdrava djeca u nezdravim uvjetima. Dakle, djeca koja žive s roditeljem koji boluje od nekog psihičkog poremećaja, u ovom slučaju shizofrenije, su u većem riziku za razvoj neprilagođenih obrazaca ponašanja zbog potencijalno neadekvatne skrbi koju im roditelj pruža, no u ovom se istraživanju pokazalo kako čak 90% djece nije razvilo nikakav problem. Masten, Best i Garmezy (1990) dodaju kako je, u situaciji kad dijete živi s roditeljem koji pati od ozbiljnog psihičkog poremećaja, najšire zapaženi korelat povoljnih razvojnih ishoda djeteta topao odnos s odraslima u i/ili izvan obitelji.

Baldwin, Baldwin i Cole (1990; prema Masten i sur., 1990) napominju kako je u ovakvim istraživanjima višestrukih čimbenika rizika važno razlikovati proksimalni i distalni rizik. Osnovna razlika između ova dva tipa rizika je u izravnosti njihovog djelovanja na dijete ili mladu osobu. Distalne čimbenike rizika (npr. društvena klasa) dijete/mlada osoba ne doživljava izravno, kao što je to slučaj kod proksimalnih rizičnih čimbenika (npr. antisocijalno ponašanje roditelja) koji imaju direktan utjecaj na dijete/mladu osobu. Masten i suradnici (1990) zaključuju kako je u slučajevima kad je razina distalnog rizika visoka (kao što je to uobičajeno slučaj u siromašnim četvrtima), puno veći značaj roditeljskog odgoja, školovanja i intelektualnih vještina. Autori smatraju kako se kroz njihovo djelovanje na neki način nastoje kompenzirati manjkavosti zajednice u kojoj dijete/mlada osoba odrasta. Što se tiče proksimalnih čimbenika rizika, isti autori napominju kako u takvim situacijama pozitivna školska iskustva djeluju kao zaštitni čimbenik.

Može se reći kako je Norman Garmezy, osim što se smatra utemeljiteljem istraživanja otpornosti, među prvima naglasio potrebu da se fokus istraživača pomakne s rizičnih na zaštitne čimbenike, odnosno da se pokuša otkriti što to pomaže djeci da se nose sa značajnim životnim stresorima i potencijalnim negativnim utjecajima na njihov daljnji razvoj. Garmezy (1991) navodi kako se u njegovo vrijeme još uvijek jako malo znalo o zaštitnim čimbenicima koji umanjuju utjecaj rizičnih čimbenika, no istaknuo je kako se u literaturi mogu pronaći nagovještaji onih varijabli koje učinkovito djeluju u stresnim životnim situacijama. Autor ih je podijelio u 3 veće skupine. Prva se odnosi na modifikaciju stresora u čijoj je podlozi djelovanje temperamenta. Ona uključuje razinu aktivnosti, razinu refleksivnosti u novim situacijama, kognitivne vještine i pozitivne reakcije na druge ljude. Druga skupina varijabli odnosi se na obiteljsko okruženje, a obuhvaća varijable poput topline, kohezije, prisutnosti neke brižne odrasle osobe u situacijama kada je roditelj odsutan ili kad postoje značajne razmirice između roditelja. Posljednja skupina varijabli obuhvaća varijable u okruženju kao što su prisutnost vanjskog izvora podrške (npr. snažna zamjena majčinske figure ili učitelj/ica u školskom okruženju koji/a pokazuje zabrinutost) ili prisutnost podrške od strane neke institucije koja njeguje veze sa širom zajednicom (npr. crkva ili ustanova socijalne skrbi). Ovakva podjela zaštitnih čimbenika ukazuje na to kako oni zapravo već dugo imaju prepoznatu ulogu i povijest djelovanja na ove tri primarne razine te da je takvo njihovo djelovanje povezano i uzajamno u stvaranju otpornosti nekog pojedinca.

Potaknuti Garmezyjevim istraživanjem, brojni su autori počeli provoditi vlastita istraživanja – transverzalna i longitudinalna i baviti se konceptom individualne otpornosti te njezinom povezanošću s brojnim drugim konceptima.

Jedno od najpoznatijih longitudinalnih istraživanja u ovom području je svakako ono koje je provela Emmy Werner (1989) sa svojim suradnicima. Točnije, oni su proveli prospektivnu longitudinalnu studiju multirasne kohorte koja se sastojala od 698 djece rođene 1955. godine na havajskom otoku Kauai. Ova se studija smatra jednom od najvećih interdisciplinarnih istraživanja o korijenima otpornosti ranjive djece. Počevši od prenatalnog razdoblja, studija je pratila utjecaj različitih bioloških i psiholoških čimbenika rizika, stresnih životnih događaja i zaštitnih čimbenika u ranom i srednjem djetinjstvu, kasnoj adolescenciji i ranoj odrasloj dobi (Werner, 1986; Werner, Bierman i French, 1971; Werner i Smith, 1977, 1982; prema Werner, 1989). Werner (1989) je u svojoj studiji imala 2 glavna cilja – dokumentirati tijek svih trudnoća i njihove ishode na razini cijele zajednice od prenatalnog razdoblja do rane odrasle dobi kohorte te procijeniti dugoročne posljedice perinatalnih komplikacija i ranih nepovoljnih životnih uvjeta na fizički, kognitivni i psihosocijalni razvoj pojedinca.

Ovo je zaista interdisciplinarna studija u punom smislu te riječi. Autorica je detaljno opisala cijeli postupak provedbe i prikupljanja podataka koji su se koristili u ovom istraživanju. Navodi kako su medicinske sestre od samog početka bilježile reproduktivnu povijest žena i intervjuirale ih u svakom tromjesečju trudnoće kako bi mogle pravovremeno zabilježiti je li došlo do izloženosti nekoj fizičkoj ili psihičkoj traumi. Liječnici su pratili sve komplikacije koje su se pojavljivale tijekom prenatalnog razdoblja, porođaja i neonatalnog razdoblja. Medicinske sestre i socijalni radnici su intervjuirali majke u postporođajnom razdoblju te kad su djeca imala godinu dana i deset godina. Oni su također promatrali interakcije roditelja i djece kod kuće. Pedijatri i psiholozi su pregledavali djecu u dobi od dvije i deset godina kada su procjenjivali njihov fizički, intelektualni i socijalni razvoj te bilježili postoje li bilo kakvi tjelesni hendikepi, problemi u učenju ili problemi u ponašanju. Također su se, od samog početka studije, bilježile informacije o materijalnim, intelektualnim i emocionalnim aspektima obiteljskog okruženja, uključujući stresne životne događaje koji su izazivali nesklad ili poremetili funkcioniranje obitelji kao cjeline. Kad su djeca navršila školsku dob, njihovi su učitelji procjenjivali njihov akademski napredak i ponašanje u učionici. Uz to, djeca su ispunjavala brojne testove u osnovnoj i srednjoj školi, kojima su se ispitivale njihove sposobnosti, postignuća i crte ličnosti. Istraživači su, uz dopuštenje roditelja, imali i pristup evidencijama zdravstvenih, obrazovnih i socijalnih službi u zajednici te pristup spisima lokalne policije i obiteljskog suda. Na kraju, ali ne i najmanje važno, istraživači su ispitivali individualne perspektive sudionika kroz intervju u dobi od 18 godina te u dobi između 30 i 32 godine. Dakle, iz ovog je opisa vidljivo kako su se informacije prikupljale u više vremenskih točaka, uz pomoć više metoda i tehnika te iz više različitih izvora što povećava vjerodostojnost nalaza istraživanja.

Werner (1989) naglašava kako je većina novorođenčadi odrastala bez ikakvih komplikacija, u podržavajućem okruženju, međutim jedna trećina njih mogla bi se smatrati rizičnom jer su iskusili umjereni do visoki stupanj perinatalnog stresa, bili rođeni u siromaštvu, bili odgajani od strane majki koje su imale vrlo nizak stupanj obrazovanja te živjeli u obiteljskom okruženju koje je bilo obilježeno neskladom, napuštanjem, razvodom, roditeljskim alkoholizmom ili psihičkim poremećajem. Dvoje od troje ove djece u riziku, kod kojih je bilo prisutno 4 ili više čimbenika rizika prije nego što su navršili 2 godine, je do dobi od 10 godina razvilo ozbiljne teškoće u učenju ili probleme u ponašanju ili su imali evidentiranu delinkvenciju, probleme mentalnog zdravlja ili trudnoću prije 18. godine života. Međutim, svako 3. dijete od sve djece u riziku (ukupno njih 72; 30 muškaraca i 42 žene) se ipak razvilo u kompetentne, samopouzdanе i brižne mlade ljude (Werner, 1989).

Istraživači su usporedili živote ovih 72 otpornih mladih ljudi sa životima onih visokorizičnih, istog spola i dobi, koji su razvili ozbiljne probleme u ponašanju u dobi od 10 ili 18 godina. Pronašli su brojne osobine na razini samog pojedinca, na razini njihove obitelji, ali i zajednice, koje su doprinijele razvoju njihove otpornosti (Werner, 1989). Što se tiče individualnih karakteristika, Werner (1989) je izdvojila sljedeće, koje će biti opisane u nastavku, ovisno o razvojnom razdoblju.

Temperamentne karakteristike otporne djece su, već u razdoblju novorođenčeta, privlačile pozitivnu pažnju članova obitelji, ali i stranaca. Otporna je dojenčad imala manje prehrambenih navika i navika spavanja koje su uznemiravale njihove roditelje, nego visokorizična dojenčad koja je kasnije razvila ozbiljne probleme u učenju ili probleme u ponašanju (Werner, 1989).

U razdoblju malog djeteta, otporna su djeca bila autonomna te su imala tendenciju traženja novih iskustava i pozitivnu socijalnu orijentaciju (ovo se posebno isticalo među djevojčicama). Osim toga, otporna su djeca bila naprednija u komunikaciji, kretanju i vještinama samopomoći, nego djeca koja su kasnije razvila određene probleme (Werner, 1989).

U periodu osnovne škole, učitelji su izvještavali da se otporna djeca dobro slažu s drugom djecom u razredu. Imali su bolje vještine rasuđivanja i čitanja. Otporna djeca nisu se mogla opisati kao posebno nadarena, međutim, učinkovito su koristila sve vještine koje su imala. Roditelji i učitelji primijetili su kako su otporna djeca imala puno interesa te bila uključena u mnogo aktivnosti i hobija. Te aktivnosti nisu bile specifično vezane uz pojedini spol, ali su pružale svojevrsnu utjehu, kao i razlog za ponos, u nedaćama s kojima su djeca bila suočena (Werner, 1989).

Do trenutka kad su završili srednju školu, otporni su mladi razvili pozitivnu sliku o sebi i unutarnji lokus kontrole. Na Kalifornijskom psihološkom inventaru (engl. *California*

Psychological Inventory – CPI) pokazali su kako se više znaju brinuti o sebi i u fizičkom i u emocionalnom smislu te općenito odgovorniji stav prema životu, više orijentiran prema postignućima u usporedbi s vršnjacima koji su kasnije razvili probleme u ponašanju. Otporne djevojke su također bile asertivnije, neovisnije i više usmjerene na postignuća.

Iz preliminarne analize podataka dobivenih intervjuom u dobi od 30 godina, Werner (1989) je zaključila kako je većina otpornih mladih ljudi, koji su se uspješno nosili s nedaćama tijekom djetinjstva i adolescencije, i dalje kompetentna u suočavanju s obavezama i odgovornostima u odrasloj dobi. Međutim, kao i u dobi od 18 godina, otporne žene i sada imaju tendenciju prebroditi stresne životne događaje uz minimalna oštećenja vlastitog zdravlja. Također se oslanjaju na više izvora podrške u usporedbi s otpornim muškarcima (Werner, 1989).

Vrijednost ovog multidisciplinarnog i sveobuhvatnog longitudinalnog istraživanja je u tome što dobro prikazuje kako izgleda razvoj otpornosti nekog pojedinca. Ovo istraživanje jasno daje do znanja kako je otpornost razvojno specifična, odnosno da se ne iskazuje na jednak način u svim dobnim skupinama. Stoga je sasvim neprimjereno očekivati da će neko dijete predškolske dobi svoju otpornost manifestirati na jednak način kao i neki adolescent ili neka odrasla osoba. Ovo je važno prepoznati pri kreiranju preventivnih intervencija kako bi one mogle biti razvojno osjetljive i specifične, odnosno kako bi se mogle usmjeriti na promociju upravo onih čimbenika individualne otpornosti koji se javljaju u toj specifičnoj dobi populacije kojoj su takve intervencije namijenjene.

Osim na razvojnu specifičnost, brojni su autori kroz svoja istraživanja upozorili i na to da postoje određene spolne razlike u manifestaciji individualne otpornosti. Belošević i Ferić (2020) su u svom istraživanju, između ostalog, ispitivale i spolne razlike u aspektima individualne otpornosti (ciljevi i težnje; empatija; osjećaj samoučinkovitosti; suradnja i komunikacija; vještine rješavanja problema; samosvijest). Rezultati pokazuju kako djevojke u usporedbi s mladićima postižu više vrijednosti na aspektima empatije, suradnje i komunikacije te vještina rješavanja problema, dok su samoučinkovitost i samosvijest aspekti na kojima mladići postižu više vrijednosti od djevojaka. Bezek (2010; prema Belošević i Ferić, 2020) navodi kako muškarci i žene imaju različiti doživljaj poteškoća s kojima su suočeni pa tako i koriste rodno specifične resurse kako bi se s njima nosili. U kontekstu spolnih razlika, Werner (2005) je na temelju svoje longitudinalne studije došla do zaključka kako je puno veći udio žena, nego muškaraca, koje su se učinkovito uspjele nositi s nedaćama u razdoblju djetinjstva, ali i u odrasloj dobi. Također navodi kako se žene češće od muškaraca oslanjaju na neformalne izvore podrške. Osim toga, Werner (2005) naglašava kako zaštitni čimbenici koji djeluju unutar osobe, kao što su, primjerice, unutarnji lokus kontrole, samopoštovanje, imaju veći utjecaj na

kvalitetu prilagodbe u odrasloj dobi kod žena, nego što imaju kod muškaraca. S druge strane, vanjski zaštitni čimbenici, odnosno izvori podrške unutar obitelji i zajednice, imaju veći utjecaj na stvaranje individualne otpornosti kod muškaraca u odrasloj dobi (Werner, 2005).

Uz razvojnu i spolnu specifičnost individualne otpornosti djece i mladih, posebno je važno pažnju obratiti i na kontekstualnu specifičnost. Kontekst se može odnositi na širu zajednicu, odnosno kulturalnu specifičnost okruženja u kojem neko dijete ili mlada osoba živi, ali isto tako može podrazumijevati i užu zajednicu, odnosno primarno okruženje kao što je obitelj, ali i škola te vršnjaci. Što se tiče kulturalne specifičnosti, Ungar i suradnici (2008) su, u sklopu kvalitativne studije otpornosti među mladima u riziku iz sveukupno 11 zemalja, intervjuirali 19 adolescenata u Kanadi. Njihovi rezultati ukazuju na to da otpornost mladih zapravo odražava različite stupnjeve pristupa ka 7 vrsta iskustava koja unaprjeđuju mentalno zdravlje. Ovih 7 vrsta iskustava su: (1) pristup materijalnim resursima, (2) pristup podržavajućim odnosima s drugim ljudima, (3) razvoj željenog osobnog identiteta, (4) iskustva moći i kontrole, (5) pridržavanje kulturnih tradicija, (6) iskustva socijalne pravde te (7) iskustva osjećaja povezanosti s drugima. Vrijednost njihovog istraživanja je u tome što su prikazali kulturno specifične strategije nošenja s nedaćama mladih u Kanadi, odnosno naglasili su značaj konteksta općenito u istraživanjima koja se bave otpornošću. Iimura i Taku (2017) su također proveli zanimljivo istraživanje u kojem su ispitivali spolne razlike u odnosima između otpornosti i 5 velikih osobina ličnosti (ekstraverzija, ugodnost, neuroticizam, savjesnost, otvorenost prema iskustvu) u uzorku adolescenata u Japanu. Došli su do rezultata kako su emocionalna stabilnost (koja je suprotna neuroticizmu), ekstraverzija i ugodnost pozitivno povezani s otpornošću i kod ženskog i kod muškog spola, dok je pozitivna povezanost između otvorenosti prema iskustvu i otpornosti pronađena samo kod muškog spola. Ugodnost i savjesnost su bile pozitivno povezane s otpornošću, dok je neuroticizam bio negativno povezan s otpornošću neovisno o spolu. Osim toga, zaključili su kako neuroticizam ima veći utjecaj na otpornost kod djevojaka, dok ekstraverzija ima veći utjecaj na otpornost kod mladića. Međutim, autori nisu mogli ponuditi konkretno objašnjenje za dobivene spolne razlike zbog malog broja istraživanja koja se bave ispitivanjem povezanosti crta ličnosti i individualne otpornosti u populaciji adolescenata pa je sasvim moguće da i kulturni kontekst ima određeni utjecaj na sveukupne rezultate ovog istraživanja (Iimura i Taku, 2017).

S druge strane, u prilog važnosti primarnog okruženja pojedinca govori istraživanje koje su proveli Dias i Cadime (2017). Oni navode kako su većina spomenutih sposobnosti u svojoj osnovi zapravo sposobnosti samoregulacije. Iz ovog slijedi kako samoregulacija čini svojevrsnu bazu otpornosti. Autori su proveli studiju čiji je glavni cilj bio istražiti medijacijsku ulogu

samoregulacije na odnos između zaštitnih čimbenika i otpornosti. S obzirom na činjenicu kako individualni i okolinski čimbenici, kao što su škola, obitelj, zajednica te vršnjaci, doprinose razvoju i samoregulacije i otpornosti kod adolescenata, a osim toga, samoregulacija igra središnju ulogu u razvoju otpornosti, autori su željeli proširiti razumijevanje o dinamici odnosa između spomenutih varijabli. Uzorak istraživanja sastojao se od 393 srednjoškolaca iz 3 srednje škole u Portugalu. Prikupljali su se podaci o otpornosti te o 4 glavna zaštitna čimbenika – školi, obitelji, zajednici i vršnjacima. Rezultati su pokazali kako su sva 4 zaštitna čimbenika u pozitivnoj korelaciji s otpornošću, s time da je obiteljsko okruženje imalo najviši koeficijent korelacije, odnosno ono je bilo glavni zaštitni čimbenik na temelju kojeg se može predvidjeti razina individualne otpornosti. Osim toga, postavljanje ciljeva i sposobnost kontroliranja impulsa, kao dvije osnovne dimenzije samoregulacije, također su bili značajni prediktori otpornosti, međutim nisu pronađeni dokazi o medijacijskom utjecaju samoregulacije, odnosno njezinih dimenzija, na odnos između otpornosti i zaštitnih čimbenika. Drugim riječima, to znači da obitelj, zajednica i vršnjaci (škola se nije pokazala značajnim prediktorom) imaju direktan utjecaj, a ne indirektan utjecaj posredovan samoregulacijom, na otpornost adolescenata. Navedena okruženja mogu se smatrati vanjskim čimbenicima, dok se samoregulacija može smatrati unutarnjim čimbenikom koji doprinose razvoju visokih razina otpornosti kod adolescenata (Dias i Cadime, 2017). Ovakvi rezultati upućuju na to kako je dijete/mladu osobu uvijek potrebno sagledati unutar okruženja u kojem živi i u kojem provodi većinu svog vremena jer upravo ono ima značajan utjecaj na oblikovanje ponašanja, kao i moć mijenjanja tog utjecaja u pozitivnom ili negativnom smjeru.

Neki su se autori bavili istraživanjem otpornosti u odnosu na specifične rizične čimbenike koji se mogu naći u okruženju djeteta/mlade osobe. Dillon i suradnici (2007) su, na temelju svog istraživanja u kojem su se bavili otpornošću mladih u odnosu na korištenje droga, izdvojili nekoliko individualnih čimbenika koji su snažno povezani s razvojem otpornosti. Oni uključuju: (1) sposobnost prepoznavanja, interpretacije i predviđanja potencijalno opasnih situacija koje se pojavljuju u socijalnom okruženju, (2) sposobnost postavljanja ciljeva i regulacije vlastitog ponašanja kako bi se ti ciljevi i ostvarili, (3) sposobnost promicanja pozitivnih uvjerenja o vlastitim regulatornim kapacitetima i primjeni svojih odluka u praksi, koristeći prikladne vještine.

Afifi i MacMillan (2011) su napravile sustavni pregled 27 istraživanja koja su se bavila procjenom zaštitnih čimbenika povezanih s otpornošću nakon iskustva zlostavljanja u djetinjstvu. Ta su se iskustva odnosila na fizičko, seksualno ili emocionalno zlostavljanje, zanemarivanje i nasilje počinjeno od strane intimnog partnera. Autorice su nakon analize svih

istraživanja zaključile kako, na individualnoj razini, postoje dokazi o tome da određene crte ličnosti, pozitivno samopoštovanje, „laki temperament“ u djetinjstvu i svakodnevne životne vještine djeluju kao zaštitni čimbenici povezani s otpornošću nakon iskustva zlostavljanja u djetinjstvu. Što se tiče konkretnih crta ličnosti koje su povezane s otpornošću, autorice izdvajaju pretjerano upravljanje ega (engl. *ego overcontrol*) i ego-otpornost (engl. *ego resilience*). Objašnjavaju kako pretjerano upravljanje ega igra glavnu ulogu u upravljanju impulsima, dok ego otpornost predstavlja sposobnost modificiranja kontrole ega u odnosu na različite situacije. Ova dva čimbenika karakteriziraju osobu koja ih posjeduje kao osobu koja ima kontrolu, koja je snalažljiva i fleksibilna, a upravo to smatraju glavnim osobinama ličnosti koje su potencijalno pomogle zlostavljanoj djeci da se prilagode i postanu visoko funkcionalna u odrasloj dobi.

Osim u odnosu na, prethodno spomenute, specifične čimbenike rizika, pojedini su se istraživači bavili proučavanjem čimbenika individualne otpornosti u specifičnim, a moglo bi se reći i atipičnim, okruženjima – institucijama u koje su smješteni mladi koji već manifestiraju određene probleme u ponašanju. Atipičnost ovakvih istraživanja je u tome što je osnovni element otpornosti, uz postojanje značajnog rizika, pozitivan ishod, a sudeći prema tome da su ovi mladi već bili smješteni u institucije, moglo bi se zaključiti kako ne manifestiraju otpornost, već suprotno – probleme u ponašanju.

Maurović (2015) se u svom istraživanju bavila otpornošću adolescenata u dječjim domovima u Hrvatskoj. U njemu je sudjelovalo 228 mladih u dobi od 14 do 18 godina iz 14 dječjih domova. Ovim istraživanjem utvrđeno je kako postoje određene razlike između skupine mladih koji su u visokom riziku, ali postižu dobre ishode i skupine mladih koji su u visokom riziku, ali postižu loše ishode. S obzirom na to kako su dva ključna aspekta otpornosti visoki rizik i dobar ishod, autorica je zaključila kako je kod prve skupine mladih prisutan proces otpornosti. Rezultati pokazuju kako se ove dvije skupine mladih iz dječjih domova razlikuju u odnosu na 7 zaštitnih mehanizama, a to su: (1) povezanost sa školom, (2) sudjelovanje u hobijima i interesima u školi i zajednici, (3) svijest o sebi i samoučinkovitost, (4) sudjelovanje u odlučivanju i važnim stvarima u domu i školi, (5) ciljevi i težnje, (6) visoka očekivanja od strane prijatelja te (7) rješavanje problema. Sudionici koji su u visokom riziku, ali postižu dobre ishode imaju više zaštitnih mehanizama u odnosu na drugu skupinu.

Born, Chevalier i Humblet (1997) su također proveli istraživanje na uzorku od 363 mladih smještenih, od strane suda, u javne institucije za zaštitu mladih. Razina rizika svakog sudionika određivala se na temelju 5 kriterija – život u nestabilnom obiteljskom okruženju (razvod, smrt jednog ili oba roditelja, jedan roditelj u zatvoru); stalna prisutnost financijskih problema u obitelji; niska sociokulturalna pozadina; okruženje koje podržava delinkvenciju i devijantno

ponašanje; devijantnost drugih članova obitelji. Ukoliko je neki sudionik zadovoljavao 4 od 5 navedenih kriterija, bio je okarakteriziran kao visokorizičan. S obzirom na to da su populaciju ovog istraživanja činili mladi koji su već počinili neko kazneno djelo, autori su opravdano postavili pitanje je li uopće moguće govoriti o otpornosti ako su kumulativni rizični čimbenici već doveli do ovakvog ishoda, odnosno do toga da su ovi mladi već prepoznati kao delinkventi. Međutim, odlučili su se otpornost definirati na temelju kriterija koji su se odnosili na broj kaznenih djela i njihovu težinu. Autori su donijeli nekoliko važnih zaključaka. Djevojke su mnogo otpornije u odnosu na mladiće (činile su 67% grupe u kojoj su se nalazili mladi s visokom razinom rizika, ali niskom razinom delinkvencije, iako su činile samo 20% uzorka). Otporni adolescenti se od neotpornih (onih koji imaju visoku razinu rizika i visoku razinu delinkvencije) razlikuju u svojim osobnim resursima, samokontroli i zrelosti. Također su manje agresivni i više sposobni pokazati interes, pa čak i povezanost, za druge ljude. Rjeđe su obilježeni „etiketom“ nekog oblika psihopatologije te su sposobniji za prilagodbu na život u ustanovi (Born i sur., 1997).

Istraživanja u ovakvim okruženjima zapravo ukazuju na važnost toga da je svako dijete/mladu osobu potrebno doživljavati kao individuu koja ima svoje specifične rizike i potrebe, ali i snage. To što se svi sudionici iz opisanih istraživanja nalaze u institucijama ne znači da su svi jednaki. Neki su, unatoč tome, otporniji od drugih. Stoga je i unutar takvih okruženja važno promovirati čimbenike koji pomažu u razvoju individualne otpornosti kako bi se na taj način umanjila mogućost razvoja još ozbiljnijih problema u ponašanju u budućnosti. Važno je prepoznati postojeće kapacitete kod djece i mladih te ih nastaviti osnaživati, a kod onih kod kojih takvi kapaciteti nisu prisutni, potrebno ih je razvijati uz punu pomoć i podršku.

Iako bi se iz svega prethodno navedenog moglo zaključiti kako se specifični čimbenici individualne otpornosti ističu u odnosu na specifične čimbenike rizika, određeni autori smatraju kako otpornost djeluje na univerzalnoj razini, odnosno kako postoje određeni čimbenici koji štite od razvoja problema u ponašanju bez obzira na to o kakvim se rizičnim čimbenicima radi. Gartland i suradnici (2019) su napravili sustavni pregled kojem je primarna svrha bila identificirati sva ona istraživanja koja su ispitivala otpornost djece izložene različitim socijalnim nedaćama, odnosno nepovoljnim okolnostima. Na temelju unaprijed određenih kriterija, u sustavni pregled su uključili 30 istraživanja koja su bila provedena između 2004. i 2017. godine. Većina tih istraživanja bila je provedena u Sjevernoj Americi. Sva izabrana istraživanja odnosila su se na djecu u dobi od 2 do 16 godina. Autori su iz ovih istraživanja, između ostalog, izdvojili individualne čimbenike koji su bili značajno povezani s procesom otpornosti kod djece i mladih. Iako postoje velike razlike u nedaćama koje djeca i mladi mogu

doživjeti, postoje čimbenici koji su generalno značajno povezani s procesom otpornosti u bilo kojem kontekstu, odnosno ističu se kao važni u odnosu na bilo koju vrstu nedaće, a upravo su te čimbenike autori izdvojili u ovom sustavnom pregledu. To su sljedeći čimbenici: kognitivne vještine, inteligencija (posebno verbalna inteligencija), svakodnevne životne vještine, samoregulacija, prosocijalne vještine, samopoštovanje, snalažljivost, privrženost školi, pozitivan identitet, pozitivne vrijednosti, unutarnji lokus kontrole, empatija, spiritualnost, emocionalna inteligencija, traženje pomoći/podrške/resursa, pozitivna očekivanja od budućnosti (Gartland i sur., 2019).

Kad govorimo na općenitoj razini, brojni su autori, na temelju većeg broja istraživanja, nastojali sumirati najvažnije i najčešće čimbenike povezane s individualnom otpornošću. Masten i suradnici (1990) navode kako se djeca i mladi, koji su kroz duže razdoblje izloženi različitim vrstama rizika, uspješnije nose s takvim rizicima, ali i oporavljaju od njihovog utjecaja, ukoliko: (1) dobivaju dobru i stabilnu njegu od nekoga ili, u slučaju starije djece, imaju pozitivan odnos s kompetentnom odraslom osobom, (2) su dobri učenici i imaju razvijene vještine rješavanja problema, (3) ostvaruju kvalitetne odnose s drugim važnim odraslim osobama ili vršnjacima, (4) imaju neko područje u kojem se smatraju kompetentnima ili ih drugi takvima doživljavaju, bez obzira o kojem je području riječ – akademskom, sportskom, umjetničkom, mehaničkom ili bilo kojem drugom.

Benard (1991; prema Bašić i Ferić, 2004) je u sklopu svog istraživanja identificirala 5 glavnih kategorija različitih individualnih obilježja koja nekom pojedincu pomažu da bude otporan, odnosno koja pomažu da izbjegne, nadvlada ili minimalizira rizike kojima je izložen. Autorica navodi pet sljedećih kategorija kroz koje opisuje profil otpornog djeteta/mlade osobe: (1) socijalna kompetencija ili prosocijalno ponašanje, (2) dobro razvijene vještine rješavanja problema, (3) autonomija, (4) religijska/duhovna predanost i (5) osjećaj smisla i budućnosti. Svaka od navedenih kategorija uključuje različita individualna obilježja. Prva kategorija podrazumijeva sva ona obilježja koja djetetu/mladoj osobi omogućuju da pronađe i održi zdrave odnose i veze s drugim ljudima kao što su, primjerice, otvorenost, sposobnost dobivanja pozitivne pažnje, fleksibilnost, empatija, brižnost, razvijene komunikacijske vještine, smisao za humor. Druga kategorija odnosi se na sposobnost prepoznavanja socijalnog utjecaja i donošenje odluka u vezi tih utjecaja kao što su planiranje, kritičko razmišljanje o posljedicama, maštovitost, inicijativa. Treća kategorija, odnosno autonomija, uključuje obilježja kao što su jaka svijest o identitetu i vlastitoj vrijednosti, samopoštovanje i učinkovitost, samodisciplina, sposobnost samostalnog djelovanja, sposobnost odupiranja i odmicanja od disfunkcionalnog okruženja. Religijska/duhovna predanost kao kategorija predstavlja stabilan sustav vjerovanja

i osjećaj korisnosti/pripadnosti zajednici. Posljednja kategorija opisuje se kroz obilježja kao što su posebni interesi, usmjerenost prema cilju, motivacija za uspjeh, obrazovne aspiracije, zdrava očekivanja, upornost, nada, vjera u budućnost.

Masten (2018) je sumirala čimbenike otpornosti koji se najčešće utvrđuju u istraživanjima koja se bave individualnom otpornošću. Neki od tih čimbenika otpornosti odnose se na samog pojedinca, dok se drugi odnose na njegovo okruženje, točnije na obitelj. Spomenuti čimbenici otpornosti podrazumijevaju: njegovanje i brižno roditeljstvo, privržene odnose, emocionalnu sigurnost, pripadanje, razvijene roditeljske vještine i učinkovito discipliniranje, motivaciju za prilagodbu, vještine rješavanja problema, planiranje, izvršne funkcije, samoregulaciju, emocionalnu regulaciju, nadu, vjeru, optimizam, stvaranje značenja, uvjerenje da život ima značenje, samoučinkovitost i pozitivnu sliku o sebi, rutine i rituale. Masten i Barnes (2018) ovoj listi kasnije pridodaju još i uključenost u školu koja dobro funkcionira te veze sa zajednicom koja dobro funkcionira.

Rak i Patterson (1996) su istaknuli kako slika o sebi igra važnu ulogu u procesu individualne otpornosti. Posebne zaštitne čimbenike za djecu/mlade osobe u riziku u tom polju predstavljaju sposobnosti razumijevanja samoga sebe i vlastitih granica u odnosu na dugotrajne obiteljske stresore kao što su psihički poremećaji, unaprjeđenje samopoštovanja kao rezultat dobrih vještina prilagodbe te individualno jačanje samoga sebe u situacijama stresa. Slično je zaključila i Shean (2015). Ona je sažela ključne nalaze brojnih istraživanja koja su se bavila otpornošću na temelju kojih je zaključila kako djecu i mlade koje smatramo otpornima karakterizira pozitivna slika o sebi, unutarnji lokus kontrole, preuzimanje odgovornosti, orijentacija na postignuća te barem jedan bliski prijateljski odnos.

U kontekstu longitudinalnih istraživanja važno je napomenuti kako je njihov značaj izuzetno velik zbog toga što upravo svojim trajanjem doprinose jasnijem razumijevanju razvoja individualne otpornosti. Osim ranije spomenutog (Werner, 1989), rezultati još nekih longitudinalnih studija (Garmezy i sur., 1984; Rutter, 1983, 1985, 1986; Werner, 1984; Werner i Smith, 1982; prema Rak i Patterson, 1996) pružili su uvid u kritične razvojne osobne čimbenike koji razlikuju otpornu djecu od one koja podliježu riziku, a to su: (1) aktivan pristup rješavanju problema, (2) sposobnost, još od dojenačke dobi, pridobivanja pozitivne pažnje, (3) optimističan pogled na sva njihova iskustva, čak i usred patnje, (4) sposobnost zadržavanja pozitivne vizije života koji ima smisao, (5) sposobnost da budu oprezni i autonomni, (6) sklonost traženju novih iskustava te (7) proaktivna perspektiva.

Vanderbilt-Adriance i Shaw (2008) su također proveli longitudinalnu studiju u kojoj su, od razdoblja dojenčeta pa sve do rane adolescencije, pratili skupinu od 226 dječaka koji su imali

nizak socioekonomski status. Glavna svrha njihovog istraživanja bila je ispitati odnose između brojnih individualnih i obiteljskih zaštitnih čimbenika, nepovoljnih uvjeta susjedstva u kojem su dječaci živjeli te pozitivne socijalne prilagodbe. Rezultati su pokazali kako su djetetov IQ, brižno roditeljstvo i kvaliteta odnosa između djeteta i roditelja mjereni u ranom djetinjstvu značajno povezani s pozitivnom prilagodbom u dobi od 11 i 12 godina, odnosno s niskom razinom antisocijalnog ponašanja i visokom razinom socijalnih vještina.

Još je jedna poznata prospektivna longitudinalna studija došla do zanimljivih, pomalo neočekivanih, rezultata koji se tiču prediktora otpornosti – „Cambridge Study in Delinquent Development“. To je studija koja se primarno bavila istraživanjem razvoja prijestupničkog i antisocijalnog ponašanja. Započela je 1961. godine, a pratila je 411 londonskih dječaka. Oni su bili intervjuirani od svoje 8. do 46. godine (Farrington, 2003). S obzirom na to kako su u životima ovih dječaka u djetinjstvu bili prisutni višestruki čimbenici rizika, zanimljivo je promotriti one koji, unatoč njima, nisu razvili probleme u ponašanju. Istraživači su došli do zaključka kako nervoza i povučенost dječaka djeluju kao zaštitni čimbenici za neagresivne dječake (West i Farrington, 1973; prema Farrington, 2003). Osim toga, u studiji se navodi podatak kako su dječaci koji su imali malo prijatelja ili uopće nisu imali prijatelje u dobi od 8 godina, imali tendenciju ostati neosuđivani u odrasloj dobi (Farrington, 2003). Istraživači su to objasnili činjenicom kako je maloljetnička delinkvencija uobičajeno grupna aktivnost pa je za očekivati da su oni koji nemaju puno prijatelja manje izloženi tom riziku (Farrington i sur., 1988). Uz to, tendenciju neuključivanja u delinkventno ponašanje imali su i oni koji u dobi od 10 godina nisu imali roditelje koji su bili osuđivani kao ni braću i sestre koji su manifestirali probleme u ponašanju (Farrington, 2003). Isti autor također navodi kako su dječaci koje su njihove majke u dobi od 10 godina procijenile kao prilagođene i kao one s povoljnim prognozama ponašanja u budućnosti, vodili relativno uspješne živote u dobi od 32 godine. Iznenadujući podatak je i taj da su oni dječaci, koji u dobi od 12 godina svoje slobodno vrijeme nikad nisu provodili sa svojim očevima, rijetko s drugim članovima obitelji te koji su svoje slobodno vrijeme provodili izvan kuće, bili uspješniji u odrasloj dobi (Farrington i sur., 1988). Farrington i suradnici (1988) su zaključili da je za ranjive dječake dugoročno bilo dobro to što su imali malo kontakata sa svojom obitelji.

Ovakvi su nalazi zaista iznenadujući s obzirom na to da se danas dokazano zna kako obitelj igra izuzetno veliku ulogu u razvoju individualne otpornosti djece i mladih, stoga su u sljedećem poglavlju prikazani konkretni čimbenici, dobiveni temeljem istraživanja, koji unutar obiteljskog okruženja promoviraju otpornost djece i mladih.

3.2. Uloga obitelji u razvoju individualne otpornosti

Kao što je već ranije spomenuto, a i vidljivo iz prethodnog prikaza istraživanja, gotovo je nemoguće odvojiti individualne čimbenike i čimbenike u obiteljskom okruženju jer je njihovo djelovanje uzajamno. Stoga će u nastavku biti prikazani rezultati istraživanja koja su se bavila ulogom obitelji u razvoju individualne otpornosti.

Glavni zaštitni čimbenik koji tijekom rasta i razvoja svakog pojedinca ima zadatak kompenzirati, suzbijati i uklanjati sve one čimbenike rizika koji bi mogli imati negativne posljedice na dijete, odnosno prouzročiti negativne razvojne ishode u bilo kojem aspektu njegova života, je obitelj (Belošević, 2017). Također je važno istaknuti i činjenicu kako obitelj može služiti kao zaštitni čimbenik za povećanje otpornosti pojedinih članova obitelji (Belošević, 2017). Ovaj nalaz ukazuje na neprocjenjivu potrebu da preventivne intervencije na svim razinama uključuju i roditelje, odnosno sve važne osobe iz djetetovog primarnog okruženja kako bi se na taj način pružila podrška razvoju individualne otpornosti nekog djeteta ili mlade osobe.

Rak i Patterson (1996) navode kako su brojni istraživači koji su provodili longitudinalna istraživanja (Garmezy i sur., 1984; Rutter, 1983, 1985, 1986; Werner, 1984; Werner i Smith, 1982), osim individualnih, pronašli i niz čimbenika u obiteljskom okruženju koji umanjuju utjecaj rizičnih čimbenika i stresnih situacija na dobrobit djeteta/mlade osobe (engl. *buffering effect*). Autori su kao najznačajnije obiteljske čimbenike izdvojili sljedeće:

- 1) dob roditelja suprotnog spola (mlađe majke za otporne dječake te stariji očevi za otporne djevojčice)
- 2) četiri ili manje djece u obitelji između kojih je dobna razlika veća od dvije godine
- 3) usredotočeno njegovanje tijekom prve godine života, bez dužeg odvajanja od primarnog skrbnika
- 4) niz alternativnih skrbnika poput baka i djedova, braće i sestara, susjeda, koji su uskočili kada roditelji nisu mogli biti stalno prisutni
- 5) postojanje mreže srodnika različite dobi koji su dijelili slične vrijednosti i uvjerenja te kojima se dijete/mlada osoba mogla obratiti za savjet i podršku
- 6) dostupnost braće i sestara ili neke druge mlađe, bliske osobe koji su mogli brinuti o djetetu tijekom djetinjstva
- 7) struktura i pravila u kućanstvu tijekom adolescencije unatoč rizičnim čimbenicima kao što su siromaštvo i stres

Afifi i MacMillan (2011) su nakon, ranije spomenutog, sustavnog pregleda 27 istraživanja koja su se bavila procjenom zaštitnih čimbenika povezanih s otpornošću nakon iskustva zlostavljanja u djetinjstvu, zaključile kako su obiteljski čimbenici poput stabilnog obiteljskog okruženja i podržavajućih odnosa dosljedno povezani s razinom individualne otpornosti u gotovo svim promatranim studijama.

U ranije spomenutom sustavnom pregledu (Gartland i sur., 2019), autori su, osim individualnih, izdvojili i obiteljske čimbenike značajno povezane s procesom otpornosti kod djece i mladih. To su sljedeći čimbenici: mentalno zdravlje/opća dobrobit roditelja/skrbnika, roditeljski nadzor, podrška obitelji, pozitivno roditeljstvo, razvijene roditeljske vještine, stupanj obrazovanja majke/roditelja, roditeljska efektivnost (Gartland i sur., 2019).

Nakon iscrpnog pregleda istraživanja očigledno je kako postoji velik broj čimbenika povezanih s razvojem i promocijom individualne otpornosti djece i mladih. Kao najznačajniji čimbenici individualne otpornosti istaknuli su se: (1) kvalitetan i privržen odnos s roditeljem ili bilo kojom drugom kompetentnom odraslom osobom, (2) samoregulacija, (3) vještine rješavanja problema, (4) pozitivna slika o sebi (koja uključuje samopoštovanje i samoučinkovitost), (5) autonomija, (6) samosvijest, (7) privrženost školi i akademski uspjeh (usmjerenost na postignuća općenito). Ovakvi mnogobrojni čimbenici otvaraju i mnogobrojne mogućnosti kreiranja različitih intervencija za razvoj i jačanje individualne otpornosti djece i mladih sa svrhom prevencije problema u ponašanju pa su, stoga, u sljedećem poglavlju prikazane smjernice za preventivno djelovanje.

4. PREVENTIVNE SMJERNICE

Garmezy je već 1971. godine ustanovio da bi cjelokupno društvo moglo puno više profitirati ukoliko bi se napori usmjerili na proučavanje procesa koji „neranjivu“ djecu usmjeravaju na preživljavanje i prilagodbu, umjesto da se modeli univerzalne prevencije temelje na smanjivanju učestalosti ranjivosti. Istraživanja individualne otpornosti upravo to nastoje osigurati – otkriti snage, odnosno čimbenike individualne otpornosti na temelju kojih se mogu stvoriti učinkovite intervencije prevencije problema u ponašanju kod djece i mladih. U nastavku slijede preporuke i smjernice kako sve prethodne rezultate istraživanja praktično iskoristiti u preventivnom djelovanju.

Kao i prije svake druge vrste intervencije, tako je i prije preventivne intervencije nužno napraviti kvalitetnu procjenu rizika, snaga i potreba pojedinca/skupine kojima je intervencija namijenjena. S obzirom na to kako rizični čimbenici djecu/mlade osobe ne predisponiraju isključivo za negativan ishod, Jens i Gordon (1991; prema Rak i Patterson, 1996) upozorili su na važnost kvalitetne procjene kojoj je djeci potrebno pružiti dodatnu pomoć i podršku, a kojoj ne. Naglasili su kako takva procjena može biti lažno pozitivna (pojedinac je u riziku, nije ranjiv, ali mu je pružena pomoć) ili lažno negativna (pojedinac je u riziku, ranjiv je, ali mu nije pružena pomoć), na što je svakako važno pripaziti pri odabiru pojedinaca ili skupina kojima će određena intervencija biti pružena. Procjenom i rizičnih i zaštitnih čimbenika stručnjak može planirati intervenciju tako da štiti korisnika koji je u riziku ili aktivira njegove individualne čimbenike otpornosti kako bi uspješno mogao odgovoriti na stresore ili krizu s kojima je suočen (Rak i Patterson, 1996).

Osim prethodno spomenutog, pri kreiranju preventivnih intervencija na umu je svakako važno imati 3 osnovna preduvjeta koji na neki način usmjeravaju i određuju kako će se preventivne strategije kreirati i primjenjivati, a to su – spol, dob i kontekst.

Iz ranije prikazanih istraživanja vidljivo je kako su djevojke otpornije nego mladići (Born i sur., 1997; Werner, 1989, 2005). Djelomično se to može objasniti činjenicom kako su djevojke spremnije tražiti pomoć drugih osoba u rješavanju određenih problema i izazova, dok su mladići primarno usmjereni na individualni pristup rješavanju problema (Sneed i sur., 2006; prema Bezek, 2010). Osim toga, djevojke češće imaju razvijenije interpersonalne vještine nego mladići (Gaspar i sur., 2018). To zasigurno, već u samom početku, doprinosi razvoju njihove otpornosti. Stoga je pri kreiranju preventivnih intervencija važno u obzir uzeti spol populacije kojoj će one biti namijenjene. Werner (2005) je naglasila kako je ovakve spolne razlike potrebno sustavno istraživati u kontekstu intervencija kojima se želi unaprijediti kompetentnost

i samoučinkovitost te pružiti emocionalna podrška. Kod svakog spola potrebno je jačati one čimbenike koji nisu u tolikoj mjeri razvijeni. Naravno, to što je neko dijete ili mlada osoba, primjerice, muškog spola, ne znači da možda već nema dobro razvijene interpersonalne vještine za koje se uobičajeno vjeruje da su razvijenije kod ženskog spola. Upravo je zbog toga na selektivnoj i indiciranoj razini prevencije posebno važno procijeniti rizike, potrebe i snage svakog djeteta ili mlade osobe te u skladu s time razvijati primjerene intervencije, dok je na univerzalnoj razini prevencije logičnije intervencije usmjeriti na one čimbenike za koje je u većoj mjeri utvrđeno da nisu toliko razvijene kod određenog spola.

Osim spola, važna je i dob korisnika kojima su preventivne intervencije namijenjene. Sasvim je nelogično očekivati da će se isti tip intervencije moći primjenjivati u radu s predškolskom djecom i u radu s adolescentima. Razlog tome su prvenstveno općenite razvojne mogućnosti djece i mladih u ove dvije dobne skupine, a uz to svaka dobna skupina ima drugačije prioritete. Kod male djece je stvaranje odnosa primarno vezano uz odrasle osobe, dok se u adolescenciji taj fokus pomiče prema vršnjacima. Stoga je pri kreiranju i primjeni preventivnih intervencija za malu djecu posebno važno uključiti i roditelje, odnosno pažnju obratiti na cjelokupno obiteljsko okruženje. Kod mladih u adolescentnoj dobi je, osim obiteljskog, važno u obzir uzeti i školsko okruženje u kojem provode većinu svog vremena, kao i vršnjake koji u toj dobi imaju posebno značajan utjecaj.

Na samom kraju, pri kreiranju preventivnih intervencija uvijek na umu treba imati i cjelokupni kontekst u kojem se takve intervencije kreiraju, ali i primjenjuju. Svaka kultura ima svoje specifičnosti koje značajno mogu utjecati na ponašanje pripadnika te kulture.

Razmatranjem rezultata dobivenih istraživanjima čimbenika individualne otpornosti, može se primijetiti kako se neki od njih dosljedno utvrđuju u većini studija što ukazuje na to kako se pri kreiranju preventivnih intervencija važno na njih usmjeriti kako bi intervencije dokazano imale učinka. U prvom redu je to svakako samoregulacija (Dias i Cadime, 2017; Masten, 2018; Gartland i sur., 2019). Sposobnost samoregulacije odnosi se na sposobnost kontrole vlastitih misli, osjećaja i ponašanja te na njihovu modifikaciju ovisno o situaciji. Dakle, samoregulacija, osim kontrole, uključuje i pojedinčevu fleksibilnost. Ukoliko imaju razvijenu samoregulaciju, djeca i mladi koji se nađu okruženi životnim nedaćama, u stanju su primjereno odgovoriti na sve izazove jer mogu fleksibilno prilagoditi svoje osjećaje, misli i ponašanja koja manifestiraju u takvoj situaciji. U prikladnom odgovoru na izazove pomažu i razvijene vještine rješavanja problema (Masten i sur., 1990; Benard, 1991; Maurović, 2015; Masten, 2018; Belošević i Ferić, 2020). Usko vezane uz njih su i intelektualne vještine koje im doprinose, ali i koje sa sobom, između ostalog, povlače sposobnost planiranja, kritičkog razmišljanja i razumijevanja

posljedica (Masten i sur., 1990; Vanderbilt-Adriance i Shaw, 2008; Masten, 2018; Gartland i sur., 2019). Naglašena je i važnost unutarnjeg lokusa kontrole (Werner, 1989, 2005; Shean, 2015; Gartland i sur., 2019). On se prvenstveno odnosi na percepciju kontrole u životu koju neki pojedinac ima – je li kontrola u njegovim rukama ili je njegova sudbina već unaprijed određena i po tom pitanju se ništa ne može učiniti. Ukoliko djeca i mladi, u čijim su životima prisutni mnogobrojni čimbenici rizika, smatraju kako su oni ti koji kontroliraju vlastitu sudbinu te preuzimaju odgovornost za svoje djelovanje, to im uvelike može pomoći u tome da uspješno prevladaju sve životne nedaće. Djelomično im u tome može pomoći postavljanje ciljeva i usmjerenost na postignuća koji su se također pokazali značajnima za razvoj otpornosti (Werner, 1989; Dillon i sur., 2007; Shean, 2015; Maurović, 2015; Dias i Cadime, 2017). Na taj način samostalno mogu kreirati i usmjeravati svoj životni put. Uz to, pozitivna slika o sebi također igra značajnu ulogu u cjelokupnom procesu razvoja individualne otpornosti (Werner, 1989; Rak i Patterson, 1996; Shean, 2015; Masten, 2018). Pod sliku o sebi mogu se svrstati samopoštovanje i samoučinkovitost koje se također mogu pronaći u rezultatima brojnih istraživanja (Masten i sur., 1990; Werner, 2005; Afifi i MacMillan, 2011; Maurović, 2015; Masten, 2018; Gartland i sur., 2019; Belošević i Ferić, 2020). Ukoliko dijete ili mlada osoba vjeruje u to da je sposobna rješavati probleme i nositi se s izazovima, to joj značajno pomaže u tome da učinkovito koristi one vještine koje već posjeduje. Ranije je bilo spomenuto da otporna djeca ne moraju nužno biti nadprosječna, već moraju učinkovito znati koristiti vještine, znanja i sposobnosti koje imaju (Werner, 1989). Da bi to mogli važno je da imaju razvijenu samosvijest, da prepoznaju što sve znaju, mogu i trebaju, a na čemu je još uvijek potrebno raditi. Važno je i da prepoznaju ako im je u tome potrebna pomoć te da je znaju kako i gdje potražiti, odnosno važno ih je poticati u tome da koriste više različitih resursa u nošenju s izazovima/razvoju vlastite otpornosti. U tome im od pomoći može biti otvorenost, empatija, razvijene komunikacijske vještine, kao i vještine stvaranja te održavanja odnosa s drugim ljudima. Aspekti otpornosti kao što su stvaranje značenja, vjerovanje u to da život ima smisao, spiritualnost/duhovnost, nada, optimizam i smisao za humor također su se pokazali kao olakšavajući čimbenici suočavanja s kumulativnim rizicima (Masten, 2018; Gartland i sur., 2019). Svi ovi čimbenici individualne otpornosti doprinose tome da djeca i mladi u riziku ne podlegnu tom riziku, već da se razviju u samostalne i kompetentne odrasle ljude. Očigledno je kako jedan čimbenik otpornosti uz sebe veže još jednog ili više njih, a svi zajednički, međusobnom interakcijom, stvaraju preduvjete za individualnu otpornost nekog djeteta ili mlade osobe.

Kako je već nekoliko puta ranije bilo naglašeno, u stvaranju individualne otpornosti nije važan samo pojedinac, iako je naglašen aspekt autonomije, već je važno i njegovo okruženje, a primarno se to odnosi na obitelj djeteta ili mlade osobe. Značajnim su se pokazali topao i kvalitetan odnos između djeteta i roditelja, razvijene roditeljske vještine, stabilno obiteljsko okruženje, kao i podrška obitelji (Masten i sur., 1990; Vanderbilt-Adriance i Shaw, 2008; Afifi i MacMillan, 2011; Masten, 2018; Gartland i sur., 2019). U slučajevima kad roditelj iz nekog razloga nije prisutan u životu djeteta ili mlade osobe ili mu ne može pružiti odgovarajuću skrb i podršku, od neizmjerne je važnosti da dijete ili mlada osoba takav odnos ostvari s bilo kojom drugom kompetentnom odraslom osobom ili vršnjakom (Masten i sur., 1990; Garnezy, 1991; Rak i Patterson, 1996). Važno je da uz sve vlastite kompetencije ipak ima i određeni vanjski izvor pomoći i podrške koji dodatno doprinosi stvaranju individualne otpornosti (Werner, 1989, 2005; Garnezy, 1991). Osim obiteljskog okruženja, značajna je uloga školskog okruženja, ali i zajednice (Dias i Cadime, 2017). Što se tiče školskog okruženja, ističe se stvaranje odnosa s vršnjacima i učiteljima koji mogu služiti kao, ranije opisani, dodatni izvor podrške (Garnezy, 1971; Werner, 1989; Shean, 2015; Dias i Cadime, 2017). Osim toga, važna je i privrženost školi, dobro akademsko postignuće i obrazovne aspiracije (usmjerenost na postignuće općenito) (Garnezy, 1971; Werner, 1989; Shean, 2015; Gartland i sur., 2019). Značaj zajednice je u stvaranju osjećaja pripadanja, ali i u pružanju podrške od strane različitih institucija.

Kako je ranije već istaknuto, samo jedan izolirani zaštitni čimbenik ne dovodi do razvoja individualne otpornosti. Za njezino stvaranje važni su kumulativni zaštitni čimbenici na nekoliko razina djelovanja, a ne isključivo na individualnoj razini, koji međusobnom interakcijom utječu na proces razvoja individualne otpornosti određenog djeteta ili mlade osobe.

U preventivnom djelovanju nije se moguće istovremeno usmjeriti na sve iznad pobrojane čimbenike, stoga je preventivne napore važno usmjeriti na one koji istovremeno djeluju na više aspekata. U literaturi se mogu pronaći određene preporuke vezane uz to koje je specifične čimbenike individualne otpornosti posebno važno uključiti u preventivne intervencije. Howard i Johnson (2004; prema Doležal, 2006) su u svom istraživanju, koje se bavilo razvojem otpornosti u relaciji s problemima u ponašanju, istaknuli ključne elemente za razvoj individualne otpornosti djece i mladih. Podijelili su ih na 4 područja, ali u ovom kontekstu posebno je važno područje djeteta, odnosno individue. Navode kako ono uključuje razvoj osobnih karakteristika kao što su akademski uspjeh, emocionalna stabilnost, osjećaj samostalnosti i socijalne kompetentnosti, osjećaj svrsishodnosti i samopoštovanja. Osim toga, ističe se razvoj vještina rješavanja problema i mogućnost objektivnog pogleda na vlastite

postupke (Howard i Johnson, 2004; prema Doležal, 2006). Iz toga onda proizlazi osoba koja je potpuno samostalna, samosvjesna i odgovorna, a najvažnije od svega – uporna u nastojanju da bude još bolja i uspješnija (Howard i Johnson, 2004; prema Doležal, 2006) jer svaki životni izazov doživljava kao priliku za vlastiti rast i razvoj.

Schorr (1988; prema Werner, 2005) je izdvojila skup zajedničkih karakteristika programa koji su uspješno spriječili loše ishode kod djece koja su odrastala u visokorizičnim obiteljima. Takvi programi uobičajeno nude širok spektar zdravstvenih i obrazovnih usluga, kao i usluga pružanja podrške obitelji, multidisciplinarni su te promatraju dijete u kontekstu obitelji, a obitelj u kontekstu zajednice. Također djeci osiguravaju kontinuirani pristup kompetentnim i brižnim odraslim osobama koje ih uče vještinama rješavanja problema, unaprjeđuju njihove komunikacijske vještine, samopoštovanje te predstavljaju pozitivan model ponašanja.

Iskustva koja pružaju mogućnost uspješne adaptacije mogu nadahnuti pojedinca i povećati njegovo samopouzdanje da i u budućnosti uspješno prevlada sve izazove (Windle, 2010). U praksi bi ovo ukazivalo na važnost toga da se djeci i mladima u njihovom svakodnevnom okruženju, a pogotovo školskom u kojem provode većinu svog vremena, osiguraju prilike da sami sebi dokažu da su sposobni napraviti više od onoga što misle. Ovo se prvenstveno odnosi na neke manje, razvojno prikladne, zadatke i aktivnosti kroz koje djeca i mladi mogu nadograđivati vlastite tehnike rješavanja problema. Uspješno rješavanje ovakvih manjih problema, za koje su možda mislili kako nemaju dovoljno znanja i kompetencija, može povećati njihovu samoučinkovitost, što im onda može pomoći u situacijama kad su suočeni s ozbiljnijim životnim problemima i nedaćama.

Joyce i suradnici (2018) su proveli metaanalizu dostupnih dokaza o intervencijama kreiranim za poboljšanje individualne otpornosti. Na temelju analize 11 randomiziranih kontroliranih studija, zaključili su da intervencije, koje se temelje na kombinaciji kognitivno bihevioralne terapije i mindfulness tehnika, imaju pozitivan učinak na individualnu otpornost.

Kako bi određena intervencija stvorena sa svrhom prevencije problema u ponašanju djece i mladih bila učinkovita, važno je uložiti puno vremena i truda u njezino planiranje i osmišljavanje, uzimajući u obzir sve uvjete i čimbenike opisane u ovom poglavlju. Implementacijom i primjenom intervencija temeljenih na konceptu individualne otpornosti ne djeluje se samo na prevenciju problema u ponašanju, već se stvaraju uvjeti za zdravi rast i razvoj svakog djeteta, što dodatno dokazuje snagu i važnost takvih intervencija.

5. ZAKLJUČAK

Znajući za činjenicu kako neka djeca i mladi, iako su odrastali u rizičnim životnim uvjetima, ne razvijaju probleme u ponašanju, razvio se koncept otpornosti (Čosić, 2018). Kroz godine se interes istraživača u području društvenih znanosti sve više povećavao. Windle (2010) smatra kako je taj interes prvenstveno uzrokovan pomakom od modela koji se bave deficitima, odnosno psihopatologijom nekog pojedinca, prema modelima čiji je primarni fokus na njegovim snagama i zdravom razvoju unatoč rizicima, a upravo je to glavna karakteristika koncepta otpornosti.

Suvremeno doba svakodnevno kreira nove izazove s kojima se ponekad teško nositi, pogotovo ako pojedinac nema razvijene sve vještine koje se od njega očekuju. Iako suvremeno doba proizvodi sve više novih rizika, isto tako pruža i nove mogućnosti zaštite i preventivnog djelovanja. Dužnost je socijalnih pedagoga, kao stručnjaka koji se primarno bave problemima u ponašanju, neprestano ulagati napore u istraživanje svih rizičnih čimbenika koji mogu dovesti do pojave problema u ponašanju, onih zaštitnih koji to mogu spriječiti, ali i njihovih međusobnih veza i odnosa. Werner (1989) je naglasila da, kad količina čimbenika rizika i stresnih životnih događaja nadmaši količinu zaštitnih čimbenika, čak i najotpornija osoba može razviti probleme. Stoga je zaštitne čimbenike potrebno proaktivno osnaživati i akumulirati kako na razini djeteta ili mlade osobe, tako i na razini njenog užeg i šireg okruženja.

Relativno duga istraživačka tradicija individualne otpornosti dovela je do otkrića zaista mnogobrojnih čimbenika koji su u većoj ili manjoj mjeri povezani s individualnom otpornošću, odnosno koji sudjeluju u njezinom razvoju ili promociji. Tablica 2 sažeto prikazuje rezultate svih ranije opisanih istraživanja, odnosno nudi paletu čimbenika od kojih je moguće kreirati na dokazima utemeljene preventivne intervencije. Dakle, navedene je čimbenike potrebno implementirati u intervencije prevencije problema u ponašanju djece i mladih kako bi iste bile učinkovite. Pritom je važno na umu imati činjenicu kako nije moguće istovremeno djelovati na ovako velik broj čimbenika. Stoga je potrebno izabrati i djelovati na one čimbenike koji imaju snagu istovremeno djelovati na više rizičnih čimbenika. Na taj se način, „lančanom reakcijom“, osiguravaju uvjeti za razvoj individualne otpornosti.

Tablica 2: Čimbenici povezani s individualnom otpornošću dobiveni na temelju istraživanja

Autor/i (godina)	Čimbenici povezani s individualnom otpornošću
Garmezy (1971)	dobri odnosi s vršnjacima, akademsko postignuće, predanost obrazovanju i svrhovitim životnim ciljevima, rana povijest uspješnog zapošljavanja
Werner (1989)	<p>-razdoblje novorođenčeta: privlačenje pozitivne pažnje drugih</p> <p>-razdoblje malog djeteta: autonomija, tendencija traženja novih iskustava, pozitivna socijalna orijentacija (posebno kod djevojčica), komunikacijske vještine, vještine samopomoći</p> <p>-razdoblje osnovne škole: dobri odnosi s vršnjacima, vještine rasuđivanja, učinkovito korištenje vlastitih vještina, puno interesa, uključenost u mnoge aktivnosti i hobije</p> <p>-razdoblje srednje škole: pozitivna slika o sebi, unutarnji lokus kontrole, orijentacija na postignuća, kod djevojaka asertivnost i neovisnost</p> <p>-odrasla dob: ženski spol, oslanjanje na više izvora podrške</p>
Masten, Best i Garmezy (1990)	topao odnos s odraslima u i/ili izvan obitelji, roditeljski odgoj, školovanje, intelektualne vještine, pozitivna školska iskustva; dobra i stabilna njega od nekog ili pozitivan odnos s kompetentnom odraslom osobom, razvijene vještine rješavanja problema, samoučinkovitost
Benard (1991)	socijalna kompetencija/prosocijalno ponašanje, dobro razvijene vještine rješavanja problema, autonomija, religijska/duhovna predanost, osjećaj smisla i budućnosti
Garmezy (1991)	razina aktivnosti, razina refleksivnosti u novim situacijama, kognitivne vještine, pozitivne reakcije na druge ljude, obiteljska toplina i kohezija, prisutnost neke brižne odrasle osobe u situacijama kada je roditelj odsutan ili kad postoje značajne razmirice između roditelja, prisutnost vanjskog izvora podrške, prisutnost podrške od strane neke institucije
Rak i Patterson (1996)	slika o sebi – sposobnost razumijevanja samoga sebe i vlastitih granica u odnosu na dugotrajne obiteljske stresore, unaprjeđenje samopoštovanja kao rezultat dobrih vještina prilagodbe, individualno jačanje samoga sebe u situacijama stresa

Born, Chevalier i Humblet (1997)	ženski spol, osobni resursi, samokontrola, zrelost, niža razina agresivnosti, empatija, odsutnost psihopatologije
Farrington (2003)	nervoza i povučenost, malo ili nimalo prijatelja, neosuđivani roditelji, braća i sestre bez problema u ponašanju, pozitivna procjena majke, neprovođenje slobodnog vremena s očevima i rijetko provođenje slobodnog vremena s drugim članovima obitelji, provođenje slobodnog vremena izvan kuće
Werner (2005)	ženski spol – neformalni izvori podrške, unutarnji lokus kontrole, samopoštovanje, izvori podrške unutar obitelji i zajednice (za muški spol)
Dillon i suradnici (2007)	sposobnost prepoznavanja, interpretacije i predviđanja potencijalno opasnih situacija, sposobnost postavljanja ciljeva i regulacija vlastitog ponašanja, sposobnost promicanja pozitivnih uvjerenja o vlastitim regulatornim kapacitetima i primjeni svojih odluka u praksi uz korištenje prikladnih vještina
Ungar i suradnici (2008)	pristup materijalnim resursima, pristup podržavajućim odnosima s drugim ljudima, razvoj željenog osobnog identiteta, iskustva moći i kontrole, pridržavanje kulturnih tradicija, iskustva socijalne pravde, iskustva osjećaja povezanosti s drugima
Vanderbilt-Adriance i Shaw (2008)	IQ, brižno roditeljstvo, kvalitetan odnos između djeteta i roditelja
Afifi i MacMillan (2011)	pretjerano upravljanje ega (engl. <i>ego overcontrol</i>), ego-otpornost (engl. <i>ego resilience</i>), pozitivno samopoštovanje, „laki temperament“, svakodnevne životne vještine; stabilno obiteljsko okruženje i podržavajući odnosi
Maurović (2015)	povezanost sa školom, sudjelovanje u hobijima i interesima u školi i zajednici, svijest o sebi i samoučinkovitost, sudjelovanje u odlučivanju i važnim stvarima, ciljevi i težnje, visoka očekivanja od strane prijatelja, rješavanje problema
Shean (2015)	pozitivna slika o sebi, unutarnji lokus kontrole, preuzimanje odgovornosti, orijentacija na postignuća, barem jedan bliski prijateljski odnos
Dias i Cadime (2017)	samoregulacija, postavljanje ciljeva, sposobnost kontrole impulsa, obiteljsko okruženje, zajednica, vršnjaci

Iimura i Taku (2017)	emocionalna stabilnost, ekstraverzija, ugodnost, otvorenost prema iskustvu (samo kod muškog spola), savjesnost
Masten (2018)	njegovanje i brižno roditeljstvo, privrženi odnosi, emocionalna sigurnost, pripadanje, razvijene roditeljske vještine i učinkovito discipliniranje, motivacija za prilagodbu, vještine rješavanja problema, planiranje, izvršne funkcije, samoregulacija, emocionalna regulacija, nada, vjera, optimizam, stvaranje značenja, uvjerenje da život ima značenje, samoučinkovitost, pozitivna slika o sebi, rutine i rituali
Masten i Barnes (2018)	uključenost u školu koja dobro funkcionira, veze sa zajednicom koja dobro funkcionira
Gartland i suradnici (2019)	kognitivne vještine, inteligencija (posebno verbalna inteligencija), svakodnevne životne vještine, samoregulacija, prosocijalne vještine, samopoštovanje, snalažljivost, privrženost školi, pozitivan identitet, pozitivne vrijednosti, unutarnji lokus kontrole, empatija, spiritualnost, emocionalna inteligencija, traženje pomoći/podrške/resursa, pozitivna očekivanja od budućnosti; mentalno zdravlje/opća dobrobit roditelja/skrbnika, roditeljski nadzor, podrška obitelji, pozitivno roditeljstvo, razvijene roditeljske vještine, stupanj obrazovanja majke/roditelja, roditeljska efektivnost
Belošević i Ferić (2020)	empatija, suradnja i komunikacija, vještine rješavanja problema (kod djevojaka), samoučinkovitost, samosvijest (kod mladića)

Osim samog odabira čimbenika na koje će se preventivnom intervencijom djelovati, pri njezinom kreiranju u obzir je važno uzeti i sljedeće smjernice, temeljene na analizi rezultata prikazanih istraživanja i preporukama iz literature, kako bi takva intervencija bila učinkovita te promicala razvoj otpornosti djece i mladih, a samim time ih i zaštitila od razvoja problema u ponašanju:

- 1) Prije kreiranja bilo kakve preventivne intervencije potrebno je napraviti kvalitetnu procjenu potreba, rizika i snaga populacije kojoj će ta intervencija biti namijenjena.
- 2) Pri kreiranju preventivne intervencije neophodno je u obzir uzeti dob i spol populacije za koju se takva intervencija kreira, kao i kontekst u kojem će ista biti primjenjivana.
- 3) Važno je da intervencija bude sveobuhvatna, odnosno da se njome, osim na samo dijete ili mladu osobu, istovremeno djeluje i na njezino obiteljsko i školsko okruženje, kao i na zajednicu.

Poticanje razvoja individualne otpornosti svakog djeteta i mlade osobe je učinkovit, i sve popularniji, alat u prevenciji problema u ponašanju, ali i u osiguravanju općenitog zdravog razvoja i pozitivnih razvojnih ishoda djece i mladih. Uz to, predstavlja proces koji potiče učinkovitu mobilizaciju svih dostupnih resursa na više različitih razina, koji su često zanemareni, a koji međusobnom interakcijom stvaraju preduvjete za zdravi rast i razvoj svakog djeteta/mlade osobe, a posebno doprinosi onima koji su u riziku ili već imaju razvijene probleme u ponašanju.

Za općenito socijalnopedagoško djelovanje od neizmjerne je važnosti prepoznati značaj individualne otpornosti prvenstveno u preventivnom, ali i tretmanskom smislu, a zatim i kreirati te primjenjivati intervencije, koje su utemeljene na dokazima, a oslanjaju se na proces individualne otpornosti, kako kod nas, tako i u svijetu.

6. LITERATURA

1. Afifi, T. O. i MacMillan, H. L. (2011). Resilience Following Child Maltreatment: A Review of Protective Factors. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56 (5), 266-272.
2. Bašić, J. i Ferić, M. (2004). Djeca i mladi u riziku – rizična ponašanja. U J. Bašić, N. Koller-Trbović, S. Uzelac (ur.), *Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja* (57-71). Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
3. Belošević, M. (2017). Odnos percepcije obiteljske otpornosti i nekih obilježja adolescenata grada Zagreba i njihovih obitelji (diplomski rad). Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Zagreb.
4. Belošević, M. i Ferić, M. (2020). Čimbenici individualne otpornosti i zadovoljstvo obiteljskim životom: percepcija srednjoškolaca grada Zagreba. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 56 (1), 73-84.
5. Berc, G. (2012). Obiteljska otpornost – teorija i primjena koncepta u socijalnom radu. *Ljetopis socijalnog rada*, 19 (1), 145-167.
6. Bezek, E. (2010). Gender differences in resilience in the emerging adulthood population (thesis). Rochester Institute of Technology, New York.
7. Born, M., Chevalier, V. i Humblet, I. (1997). Resilience, desistance and delinquent career of adolescent offenders. *Journal of Adolescence*, 20 (6), 679-694.
8. Bouillet, D. i Uzelac, S. (2007). *Osnove socijalne pedagogije*. Zagreb: Školska knjiga.
9. Čosić, D. (2018). Prikaz potencijala odgojne drame u radu s djecom i mladima s problemima u ponašanju (diplomski rad). Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Zagreb.
10. Dias, P. C. i Cadime, I. (2017). Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Psicologia Educativa*, 23 (1), 37-43.
11. Dillon, L., Chivite-Matthews, N., Grewal, I., Brown, R., Webster, S., Weddell, E., Brown, G. i Smith, N. (2007). Risk, protective factors and resilience to drug use: Identifying resilient young people and learning from their experiences. London: Home office.
12. Dobrenić, T. i Poldrugač, V. (1974). *Neki društveno-moralni stavovi omladine s poremećajima u ponašanju*. Zagreb: Fakultet za defektologiju Sveučilišta u Zagrebu.
13. Doležal, D. (2006). Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 42 (1), 87-103.

14. Farrington, D. P., Gallagher, B., Morley, L., St Ledger, R. J. i West, D. J. (1988). Are there any successful men from criminogenic backgrounds? *Psychiatry*, 51 (2), 116-130.
15. Farrington, D. P. (2003). Key results from the first forty years of the Cambridge Study in Delinquent Development. U T. P. Thornberry, M. D. Krohn (ur.), *Taking Stock of Delinquency: An Overview of Findings from Contemporary Longitudinal Studies* (137-183). New York: Kluwer/Plenum.
16. Ferić, M., Maurović, I. i Žižak, A. (2016). Izazovi istraživanja otpornosti obitelji. *Kriminologija & socijalna integracija*, 24 (1), 3-25.
17. Fleming, J. i Ledogar, R. J. (2008). Resilience, an Evolving Concept: A Review of Literature Relevant to Aboriginal Research. *Pimatisiwin*, 6(2), 7-23.
18. Garmezy, N. (1971). Vulnerability research and the issue of primary prevention. *American Journal of Orthopsychiatry*, 41 (1), 101-116.
19. Garmezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *The American Behavioral Scientist*, 34, 416-430.
20. Gartland, D., Riggs, E., Muyeen, S., Giallo, R., Afifi, T. O., MacMillan, H., Herrman, H., Bulford, E. i Brown, S. J. (2019). What factors are associated with resilient outcomes in children exposed to social adversity? A systematic review. *BMJ Open*, 9 (4).
21. Gaspar, T., Cerqueira, A., Branquinho, C. i de Matos, M. G. (2018). Dimensions of social and personal skills in children and adolescents: Age and gender differences. *International Journal of Development Research*, 8 (1), 18394-18400.
22. Günseli, Y. i Sibel, S. (2017). The relation between resilience and life satisfaction in pre-service preschool teachers in Turkey. *I-Manager's Journal on Educational Psychology*, 11(1), 5-13.
23. Iimura, S. i Taku, K. (2017). Gender Differences in Relationship Between Resilience and Big Five Personality Traits in Japanese Adolescents. *Psychological Reports*, 121 (5), 920-931.
24. Joyce, S., Shand, F., Tighe, J., Laurent, S. J., Bryant, R. A. i Harvey, S. B. (2018). Road to resilience: a systematic review and meta-analysis of resilience training programmes and interventions. *BMJ Open*, 8 (6).
25. Koller-Trbović, N. (2004). Poremećaji u ponašanju djece i mladeži. U J. Bašić, N. Koller-Trbović, S. Uzelac (ur.), *Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja* (83 – 96). Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

26. Koller-Trbović, N., Žižak, A. i Jeđud, I. (2011). *Standardi za terminologiju, definiciju, kriterije i način praćenja pojave poremećaja u ponašanju djece i mladih*. Zagreb: Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.
27. Lebedina Manzoni, M. (2007). *Psihološke osnove poremećaja u ponašanju*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
28. Liebenberg, L. i Ungar, M. (2009). Introduction: The challenges of researching resilience. U L. Liebenberg, M. Ungar (ur.), *Researching Youth Resilience* (3-25). Toronto, Kanada: University of Toronto Press.
29. Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. U D. Cicchetti, D. J. Cohen (ur.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder and adaptation* (739-795). New York: Wiley.
30. Masten, A. S., Best, K. M. i Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2 (4), 425-444.
31. Masten, A. S. (2014). Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *Child Development*, 85(1), 6-20.
32. Masten, A. S. (2018). Resilience Theory and Research on Children and Families: Past, Present and Promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10 (1), 12-31.
33. Masten, A. S. i Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: Developmental perspectives. *Children*, 5 (7), 98.
34. Masten, A. S. i Powell, J. L. (2003). A resilience framework for research, policy and practice. U S. S. Luthar (ur.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (1-25). New York: Cambridge University Press.
35. Maurović, I. (2015). *Otpornost adolescenata u dječjim domovima* (doktorska disertacija). Pravni fakultet, Studijski centar socijalnog rada, Zagreb.
36. Nacionalna strategija prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih od 2009. do 2012. godine. *Narodne novine*, 98/2009.
37. Newsome, J. i Sullivan, C. (2014). Resilience and vulnerability in adolescents: Genetic influences on differential response to risk for delinquency. *Journal of Youth and Adolescence*, 43 (7), 1080-1095.
38. Panter-Brick, C. i Leckman, J. F. (2013). Editorial Commentary: Resilience in child development – interconnected pathways to wellbeing. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54, 333-336.

39. Rak, C. F. i Patterson, L. E. (1996). Promoting Resilience in At-Risk Children. *Journal of Counseling & Development*, 74 (4), 368-373.
40. Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
41. Shean, M. (2015). Current theories relating to resilience and young people: A literature review. Melbourne: Victorian Health Promotion Foundation (VicHealth).
42. Šućur, Z. (2004). Pojam i tipologija društvenih devijacija: sociološka perspektiva. U J. Bašić, N. Koller-Trbović, S. Uzelac (ur.), *Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja* (15-35). Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
43. Ungar, M., Brown, M., Liebenberg, L., Cheung, M. i Levine, K. (2008). Distinguishing differences in pathways to resilience among Canadian youth. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 27 (1), 1-13.
44. Uzelac, S. (1995). *Osnove socijalne edukologije mladih s poremećajima u socijalnom ponašanju (socijalnopedagoški aspekt)*. Zagreb: Sagena.
45. Vanderbilt-Adriance, E. i Shaw, D. S. (2008). Protective factors and the development of resilience in the context of neighborhood disadvantage. *Journal of abnormal child psychology*, 36 (6), 887-901.
46. Vanistendael, S. (1995). *Humor, spirituality, and resilience: The smile of God*. Geneva: ICCB Series.
47. Vernon, R. F. (2004). A Brief History of Resilience: From Early Beginnings to Current Constructions. U C. S. Clauss-Ehlers, M. D. Weist (ur.), *Community Planning to Foster Resilience in Children* (13-26). Boston: Springer.
48. Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59 (1), 72-81.
49. Werner, E. E. (2005). Resilience research: Past, present and future. U R. D. Peters, B. Leadbeater, R. J. McMahon (ur.), *Resilience in children, families and communities: Linking context to practice and policy* (3-11). New York: Springer.
50. Windle, G. (2010). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21 (2), 152-169.
51. Žižak, A., Koller-Trbović, N. i Jeđud, I. (2004). Poremećaji u ponašanju djece i mladeži: perspektiva stručnjaka i perspektiva djece i mladih. U J. Bašić, N. Koller-Trbović, S. Uzelac (ur.), *Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna*

određenja (119-137). Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

52. Žulić, K. (2016). Razlika u percepciji obiteljske otpornosti kod djece i roditelja (diplomski rad). Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Zagreb.