



doi:10.5559/di.20.3.06

ULOGA SAMOPOŠTOVANJA U ODRŽAVANJU SUBJEKTIVNE DOBROBITI U PRIMJENI STRATEGIJA SUOČAVANJA SA STRESOM

Latica MIRJANIĆ
Zagreb

Goran MILAS
Institut društvenih znanosti Ivo Pilar, Zagreb

UDK: 159.942:159.923.35

Izvorni znanstveni rad

Primljeno: 30. 11. 2009.

Poznato je da stres ugrožava optimalno ljudsko funkcioniranje i da primjena učinkovitih strategija suočavanja može ublažiti njegove negativne posljedice. U radu smo istraživali mogući medijacijski utjecaj konstrukta samopoštovanja u odnosu između različitih strategija suočavanja i subjektivne dobrobiti. Istraživanje je provedeno jednokratnim prikupljanjem podataka na 556 studenata sa sedam visokoškolskih ustanova Sveučilišta u Zagrebu. Osim samoprocjene trenutačne razine stresa, ispitanici su ispunjavali skraćenu verziju COPE upitnika, skalu zadovoljstva životom, skalu ravnoteže afekta, skalu samopoštovanja i skalu društvene poželjnosti. Pretpostavka o mogućoj medijaciji testirana je u skladu s metodologijom što su je predložili Baron i Kenny (1986.). Rezultati provedenog istraživanja pokazuju da bi samopoštovanje uistinu moglo imati ulogu medijatora u odnosu između različitih načina suočavanja i postizanja subjektivne dobrobiti. U slučaju izbjegavajućega suočavanja ne može se odbaciti ni pretpostavka o potpunoj medijaciji.

Ključne riječi: suočavanje sa stresom, strategije suočavanja, subjektivna dobrobit, samopoštovanje



Goran Milas, Institut društvenih znanosti Ivo Pilar, Marulićev trg 19/1, p. p. 277, 10 001 Zagreb, Hrvatska.
E-mail: Goran.Milas@pilar.hr

UVOD

U proučavanju faktora koji ugrožavaju optimalno ljudsko funkcioniranje razmatrani su mnogi štetni učinci stresa na zdravlje i funkcioniranje u duljem razdoblju (Iwasaki, 2001.). Pretpostavlja se da su pojedinci pod utjecajem stresa podložniji bolestima, depresiji, anksioznosti, niskom samopouzdanju i nezadovoljstvu (Abbey i Andrews, 1985.), odnosno da će njihova sposobnost funkcioniranja biti smanjena. Dobrobit pojedinca može biti narušena zbog izloženosti velikim stresorima, poput smrti bliske osobe, ili kroničnim stresorima, poput dugoročnoga konflikta (Abbey i Andrews, 1985.). Psihološka dobrobit i fizičko zdravlje, kao dva dugoročna ishoda stresa i suočavanja, više su od puke odsutnosti bolesti (Diener, 1984.) i upućuju na cjelokupni potencijal pojedinca u odnosu na životne okolnosti u kojima se nalazi, kao i na kvalitetu života.

Prilikom razmatranja odrednica kvalitete života Abbey i Andrews (1985.) predložili su konceptualni model u kojem interakcija pojedinca s vanjskim svijetom posredno, preko velikoga broja socijalno psiholoških faktora, utječe na subjektivnu dobrobit pojedinca. Osim posredno, socijalno-psihološki faktori utječu na psihološku dobrobit i izravno (Abbey i Andrews, 1985.).

Kako pokazuju istraživanja (Headey i Wearing, 1991.), za većinu ljudi pretežni dio vremena subjektivna je dobrobit stabilna, što se objašnjava dinamičkom ravnotežom između osobnih obilježja, varijabli psihičkog ulaganja i subjektivne dobrobiti. Neki ljudi pritom doživljavaju mnogo zadovoljavajućih i malo nezadovoljavajućih događaja, dok je za druge svojstveno obrnuto (Headey i Wearing, 1991.). Pod pretpostavkom da se ravnoteža ne naruši, razina subjektivne dobrobiti bit će prilično stabilna (Headey i Wearing, 1991.). No još nisu dokraja razjašnjeni mehanizmi kojima se održava ova ravnoteža. Pretpostavlja se da se razina subjektivne dobrobiti povećava i smanjuje usporedo s promjenama u razini psihičkog ulaganja (Headey i Wearing, 1991.).

Iznesene pretpostavke u skladu su sa, sada već paradigmatiskim, modelom proučavanja stresa i suočavanja (Lazarus i Folkman, 1984.), u kojem stresori preko medijacijskih procesa, ponajprije procjene situacije, utječu na ljudsko funkcioniranje, odnosno odabir strategije suočavanja.

U spomenutim modelima može se uočiti obrazac postojanja nekih ulaznih varijabli koje imaju direktan i indirektan utjecaj na varijable ishoda, pri čemu indirektan utjecaj ostvaruju uz pomoć medijacijskih varijabli. Sva tri spomenuta modela koja se bave proučavanjem dobrobiti, kvalitete života i odnosa između stresa i suočavanja posjeduju, kako vidimo, bitne zajedničke značajke.

Teorija stresa (Folkman i sur., 1986.) kao ključne medijatore odnosa čovjek – okolina pretpostavlja dva procesa: kognitivnu procjenu i suočavanje. Suočavanje je uvijek kontekstualno i predstavlja kombinaciju kognitivne procjene, zahtjeva situacije i mogućnosti mobilizacije potrebnih resursa. Uglavnom se funkcije suočavanja svode na osiguravanje dovoljne količine resursa i njihovo iskorištavanje u stvarnome svijetu (Lazarus i Folkman, 1984.). Primjena učinkovitih strategija suočavanja može ublažiti negativne efekte stresnih situacija. Podražaji koji izazivaju stresnu reakciju (stresori) dijele se na unutarnje (unutar pojedinca) i vanjske (izvan pojedinca). Zajedničko im je da umanjuju ili čak nadilaze resurse kojima osoba raspolaže u određenom periodu (Smith i Renk, 2007.).

U zadnjih 20 godina, osim stresora koji imaju neposredan učinak na ljudsko ponašanje, istraživači su se usmjerili na istraživanje resursa koji poboljšavaju zdravlje i dobrobit (Kenney, 2000.). Prema Hobfollu (1989.) modelu, ljudi neprestano nastoje zadržati, zaštititi i povećati raspoložive resurse suočavanja, koji se mogu smanjiti pod utjecajem stresa izazvanoga prijetnjom. Resursi kontroliraju i usmjeravaju naše načine suočavanja. Iako je ova teorijska postavka uloge resursa logična i prihvatljiva, empirijski podaci još nisu dostatni za zaključak o tome koji psihološki resursi usmjeravaju ponašanje, kojim mehanizmima to čine i koliku odgovornost kao posljedicu tih procesa imaju za psihološku dobrobit. Autori su pretpostavili kako je riječ o medijacijskom utjecaju psiholoških resursa pojedinca (Abbey i sur., 1992.).

Povezanost između samopoštovanja i stresora, kako smatra dio autora (Baumeister i sur., 2003.), posljedica je toga što nesreće, problemi i nazadovanje mogu biti doživljeni kao udarac povoljnom samovrednovanju. Ipak, ova pretpostavka još nije posve potvrđena, zbog čega je odnos između stresa i samopoštovanja i dalje nedovoljno razjašnjen (Baumeister i sur., 2003.). U kontekstu suočavanja, samopoštovanje pokazuje negativnu povezanost s izbjegavajućim suočavanjem, a pozitivnu s problemskim suočavanjem (Lodge i Feldman, 2007.).

Globalna razina samopoštovanja koleba se oko uobičajene, dispozicijske razine pojedinca, ovisno o dostignućima, zaprekama i okolnostima koje utječu na osjećaj osobne vrijednosti (Crocker i Park, 2003.). Dispozicijska razina samopoštovanja povezana je sa zadovoljstvom životom i afektima (Baumeister, 1998.) i ključna je za mentalnu i socijalnu dobrobit, jer utječe na aspiracije, osobne ciljeve i interakciju s drugima (Mann i sur., 2004.).

Kako se pretpostavlja, pozitivno samopoštovanje osnova je mentalnoga zdravlja i zaštitni faktor od negativnih utjecaja koji ga ugrožavaju (Mann i sur., 2004.). Naprotiv, nestabilan

pojam o sebi i nisko samopoštovanje mogu imati ključnu ulogu u razvoju niza poremećaja, poput depresije, anoreksije, bulimije, anksioznosti, agresivnosti i zlorabe opojnih sredstava.

Treba ipak naglasiti da samopoštovanje počiva na samopražanju, koji može, ali i ne mora, biti u skladu s pojedinčevim stvarnim sposobnostima i kvalitetama (Baumeister i sur., 2003.). Kako sugeriraju istraživanja, samopoštovanje ne utječe izravno na uspješno obavljanje zadatka, nego pridonosi jačanju ustrajnosti nakon neuspjeha (Baumeister i sur., 2003.).

Uvodna rasprava ne smije ispustiti ni odnos samopoštovanja i socijalno poželjnog odgovaranja. Naime, raspodjela izraženosti samopoštovanja u populaciji snažno je pomaknuta prema pozitivnim vrijednostima (Baumeister i sur., 2003.). Primjerice, istraživanje S. Emila (2003.) pokazalo je da je čak 88,6% studenata imalo rezultat na ljestvici samopoštovanja koji je nadmašivao aritmetičku sredinu.

Uobičajeni nalaz visokoga samopoštovanja može se barem djelomično objasniti fenomenom samouzdanja, zbog visokih korelacija s rezultatima na skali socijalne poželjnosti. Zbog toga se smatra da je visoko samopoštovanja barem dijelom odraz nastojanja ostavljanja povoljnoga dojma (Baumeister i sur., 2003.).

Treba naglasiti da problem socijalno poželjnog odgovaranja nije povezan samo sa samopoštovanjem, nego i sa subjektivnom dobrobiti (Diener, 2000.). Naime, kada je riječ o prilagodbi velikim životnim događajima, točnim se pokazala hipoteza o adaptaciji i povratku razine dobrobiti na prijašnje stanje – neutralnu razinu (Diener, 2000.).

Pod pretpostavkom da su loši i dobri događaji odvojeni u životu pojedinaca, pozitivni događaji povezani su s pozitivnim afektom, a negativni događaji s negativnim afektom (Diener, 1984.). Međutim, sposobnost pojedinca da djeluje i uspostavi kontrolu nad događajem povezana je sa stupnjem u kojem događaji utječu na subjektivnu dobrobit. Tako čak i pozitivni događaji mogu oslabiti subjektivnu dobrobit ako ih je nemoguće kontrolirati (Lazarus i Folkman, 1984.).

Istraživanja koja su razmatrala subjektivnu dobrobit kao varijablu ishoda u stresnim životnim situacijama, osim individualnih dispozicijskih razlika, uglavnom nisu uzimali u obzir način suočavanja sa stresnom situacijom (Filipp i Klauer, 1991.).

Odnos konstrukata suočavanja i samopoštovanja zasad je pretežno ispitivan u skladu s moderatorskom ulogom što je ima samopoštovanje. Ta su istraživanja pokazala da visoko samopoštovanje smanjuje neuspjeh i neprilagođeno ponašanje, odnosno povećava poželjna, adaptivna i korisna ponašanja (Baumeister i sur., 2003.). U skladu s moderatorskom hipote-

zom, razina samopoštovanja povećava vjerojatnost problemskoga suočavanja (visoko samopoštovanje) na račun emocionalnog i izbjegavajućeg (nisko samopoštovanje) (Lane i sur., 2002.). Pretpostavlja se da pojedinci s visokim samopoštovanjem imaju veći osjećaj kontrole nad situacijom i da su zbog toga skloniji problemskom suočavanju nad emocionalnim (Lane i sur., 2002.). Moderatorskom hipotezom tumači se ponašanje djece s kroničnim bolestima i invaliditetom, kod koje visoko samopoštovanje i rijetko emocionalno suočavanje povećavaju zadovoljstvo životom, dok veća samoeфикаsnost i češće izbjegavajuće suočavanje predviđaju manju anksioznost (Dahlbeck i Lightsey, 2008.).

Diener i Diener (1995.) u svojem su istraživanju na 13 000 studenata u 31 državi zaključili da je visoko samopoštovanje naj snažniji prediktor životnoga zadovoljstva te da su subjektivna dobrobit i samopoštovanje uvelike povezani. I ostala istraživanja potvrdila su ove nalaze (Baumeister i sur., 2003.).

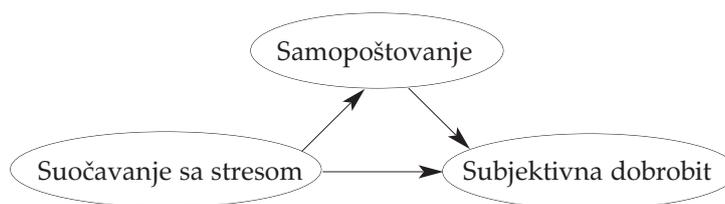
Jedna od funkcija samopoštovanja jest smanjenje ranjivosti pojedinca u stresnim transakcijama (Cassidy i sur., 2004.). Pojam ranjivosti na stres zajednička je funkcija osobe i okoline (Lazarus i Folkman, 1984.). Osoba je ranjiva na stres u uvjetima okoline koji se odnose na vrijednosti i ciljeve kojima je osoba snažno predana te na povredu ili prijetnju, osobito u situacijama koje potenciraju negativna vjerovanja o vlastitim izgledima (Lazarus i Folkman, 1984.). Upravo snaga predanosti koja stvara ranjivost može potaknuti osobu prema akciji koja će smanjiti prijetnju i pomoći joj da se suoči sa zapreka (Lazarus i Folkman, 1984.).

Lazarus i Folkman (1984.) opisali su stresnu transakciju kao proces u kojem pojedinac, pošto je procijeni kao stresnu, percipira situaciju kao prijetnju vlastitoj slici o sebi. Ta prijetnja može imati posljedice za pojedinčevo samopoštovanje, što izravno podiže razinu neugode. Utoliko samopoštovanje predstavlja medijacijsku varijablu. Druga istraživanja upućuju na to da je priroda utjecaja samopoštovanja medijacijska, a ne moderatorska (Jalajas, 1994.). Istraživanja pokazuju da je samopoštovanje medijator između stresa i psihološke prilagodbe (Haine i sur., 2003.), stresne reakcije na neplodnost i kvalitete života (Abbey i sur., 1992.) te između afektivnih i kognitivnih osobina i ponašajnog suočavanja kod psihijatrijskih bolesnika (Kahng i Mowbray, 2005.).

U istraživanju smo nastojali rasvijetliti odnos između samopoštovanja, strategija suočavanja i subjektivne dobrobiti. Riječ je o konstruktima koji su se u ranijim istraživanjima pokazali povezanim, ali je priroda njihove veze i eventualni mehanizmi utjecaja jednih na druge još uvijek na razini pretpostavki. Također, smatrajući da je odnos među izučavanim

➔ SLIKA 1
Hipotetički odnos
suočavanja sa
stresom,
samopoštovanja i
subjektivne dobrobiti

konstruktima možda kontaminiran tendencijom ostavljanja povoljnoga dojma, nastojali smo iz rezultata parcijalizirati odnos socijalno poželjnog odgovaranja. Istraživanje je stoga imalo dva temeljna cilja – ispitati mogućnost predviđanja samopoštovanja na temelju strategija suočavanja sa stresom, u slučaju uklanjanja socijalno poželjnog odgovaranja, i provjeriti je li hipoteza o medijacijskom utjecaju samopoštovanja u odnosu suočavanja sa stresom i subjektivne dobrobiti (Slika 1) empirijski utemeljena ili ne.



METODA

Istraživanje je obavljeno prema nacrtu poprečnoga presjeka, odnosno jednokratnim prikupljanjem podataka. Podaci su prikupljeni u svibnju 2008. na Fakultetu elektrotehnike i računarstva, Učiteljskom fakultetu, Ekonomskom fakultetu, Edukacijsko-rehabilitacijskom fakultetu, Pravnom fakultetu, Prirodoslovno-matematičkom fakultetu i Kineziološkom fakultetu u Zagrebu. Ispunjavanje upitnika obavljeno je u sklopu fakultetske nastave. Pristupanje istraživanju bilo je dobrovoljno te su podaci prikupljeni anonimno.

Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo 556 studenata Sveučilišta u Zagrebu, velikom većinom između 18 i 25 godina. Muških sudionika bilo je 199, a ženskih 357.

Instrumenti

Opći podaci

Upitnik općih podataka sadržava datum ispunjavanja, dob, spol, godinu studija i fakultet koji student pohađa.

Skraćena verzija COPE upitnika

Skraćena verzija COPE upitnika (Carver, 1997.) nastala je modifikacijom upitnika reakcija suočavanja, COPE (Carver i sur., 1989.). Upitnik je na hrvatski nezavisno prevelo dvoje psihologa, nakon čega je uobličena i lektorirana konačna verzija. Ispitanici procjenjuju u kojoj mjeri rabe, odnosno reagiraju, na svaki od navedenih načina: često (4), umjereno (3), malo (2) i uopće ne (1). Skraćeni COPE sadrži 14 skala, od kojih svaka ima dvije čestice. Skale su pregrupirane s obzirom na rezultate faktor-ske strukture (na ukupno 856 sudionika, iz predistraživanja u

siječnju 2008. i postupka istraživanja u svibnju 2008. godine). Problemsko suočavanje uključuje aktivno suočavanje, planiranje, iskaljivanje, upotrebu emocionalne podrške i instrumentalne podrške. Izbjegavajuće suočavanje sadrži poricanje, samookrivljanje, odustajanje, religiju i odvrćanje pažnje, a emocionalno suočavanje konzumiranje sredstava, humor, prihvaćanje i pozitivno razmišljanje. Podaci o unutarnjoj konzistenciji svih skala izračunani su za uzorak iz svibnja 2008. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije izračunana Cronbachovim alfa-koefficijentima iznosi za problemsko suočavanje 0,79, za emocionalno suočavanje 0,63, a za izbjegavajuće suočavanje 0,69. Ostale skale u ovom istraživanju postoje otprije na hrvatskom jeziku i kao takve su primijenjene u istraživanju.

Subjektivna dobrobit

Skala zadovoljstva životom mjeri kognitivnu komponentu subjektivne dobrobiti, odnosno globalnu procjenu kvalitete života pojedinca prema njegovu zadanom kriteriju (Diener i sur., 1985.). Sadrži 5 čestica. Za svaku česticu sudionici procjenjuju u kojoj se mjeri ta tvrdnja odnosi na njih na Likertovoj skali od 5 stupnjeva (1 – uopće se ne odnosi na mene, 2 – uglavnom se ne odnosi na mene, 3 – malo se odnosi na mene, 4 – uglavnom se odnosi na mene, 5 – potpuno se odnosi na mene). Izračunana pouzdanost ove skale iznosi $\alpha = 0,81$. Strategija da se emocionalna komponenta subjektivne dobrobiti mjeri *Skalom ravnoteže afekata* temelji se na činjenici da su pojedinci skloni kodirati svoja iskustva, između ostaloga, u afektivnom tonu (Bradburn, 1969.). Sastoji se od nezavisnih komponenti 5 pozitivnih ($\alpha = 0,85$) i 5 negativnih afekata ($\alpha = 0,75$) (Pavot i sur., 1991.). U kojoj je mjeri pojedina tvrdnja točna za njih, sudionici procjenjuju na Likertovoj skali od 5 stupnjeva (1 – uopće ne, 2 – uglavnom ne, 3 – ponekad, 4 – uglavnom, 5 – potpuno).

Samopoštovanje

Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1965.) mjeri globalno i jednodimenzionalno samopoštovanje te uključuje tvrdnje povezane s osjećajem vlastite vrijednosti i samoprihvatanjem. Sastoji se od 10 tvrdnji, od kojih je 5 definirano u pozitivnom, a 5 u negativnom smjeru. Zadatak ispitanika jest iskazati svoj stupanj slaganja s pojedinom tvrdnjom na Likertovoj skali od 5 stupnjeva (0 – uopće se ne slažem; 4 – potpuno se slažem). Pouzdanost ove skale iznosi $\alpha = 0,86$.

Socijalna poželjnost

Marlowe-Crowne skala socijalne poželjnosti (Crowne i Marlowe, 1960.) jest instrument koji mjeri socijalno poželjno odgovaranje. Skraćena verzija izvornika (Ballard, 1992.) sastoji se od 13 tvrdnji. Izračunana pouzdanost iznosi $\alpha = 0,66$.

Obradba podataka

Osim korelacijske analize, koja je provedena s parcijalizacijom društvene poželjnosti ili bez nje, ispitana je i pretpostavka o mogućoj medijaciji samopoštovanja u održavanju subjektivne dobrobiti prilikom uporabe pojedinih vidova suočavanja, sukladno metodološkim napucima Barona i Kennyja (1986.). Ova metoda sadrži tri koraka. U prvom se provjerava prediktivna snaga potencijalnog uzročnika (načini suočavanja) u predviđanju potencijalnoga medijatora (samopoštovanje). U drugom se utvrđuje prediktivnost potencijalnog uzročnika u odnosu na potencijalnu posljedicu (načini suočavanja u odnosu na iskazanu subjektivnu dobrobit), a u trećem se provjerava zajednička prediktivnost potencijalnog uzročnika i medijatora u odnosu na kriterij. Tek ako se pokaže da su svi testirani prediktori značajni, može se govoriti o postojanju medijacije.

REZULTATI

➔ TABLICA 1
Deskriptivni podaci
dobiveni analizom
(N=556)

Osnovni statistički deskriptori primijenjenih instrumenata prikazani su u Tablici 1.

Skale	M	Sd	Raspon	
Ravnoteža afekata	5,16	1,37	2	9
Samopoštovanje	31,16	6,41	1	43
Zadovoljstvo životom	18,34	3,54	5	25
Socijalno poželjno odgovaranje	18,99	2,76	13	26
<i>Problemsko suočavanje</i>	3,00	0,50	1	4
Aktivno suočavanje	3,01	0,67	1	4
Planiranje	3,21	0,63	1	4
Iskaljivanje	2,72	0,74	1	4
Upotreba emocionalne podrške	3,10	0,80	1	4
Upotreba instrumentalne podrške	2,96	0,76	1	4
<i>Emocionalno suočavanje</i>	2,54	0,44	1	4
Pozitivno razmišljanje	3,13	0,72	1	4
Konzumiranje sredstava	1,52	0,76	1	4
Humor	2,41	0,69	1	4
Prihvatanje	3,11	0,64	1	4
<i>Izbjegavajuće suočavanje</i>	2,15	0,47	1	4
Odustajanje	1,60	0,65	1	4
Poricanje	1,70	0,74	1	4
Religija	2,19	1,05	1	4
Samookrivljavanje	2,47	0,76	1	4
Odvraćanje pažnje	2,79	0,69	1	4

Od strategija suočavanja sa stresom, studenti se najviše koriste problemskim suočavanjem ($M=3,00$; $Sd=0,50$), potom emocionalnim suočavanjem ($M=2,54$; $Sd=0,44$), a u najmanjoj mjeri izbjegavajućim suočavanjem ($M=2,15$; $Sd=0,47$). Od pojedinačnih ponašanja najviše se aktivno suočavaju ($M=3,01$;

Sd=0,67), planiraju (M=3,21; Sd=0,63), primjenjuju emocionalnu podršku (M=3,10; Sd=0,80), prihvaćaju trenutačnu situaciju (M=3,11; Sd=0,64) i pozitivno razmišljaju (M=3,13; Sd=0,72). Ponašanja koja su prisutna u najmanjoj mjeri odnose se na konzumiranje sredstava (M=1,52; Sd=0,76), poricanje (M=1,70; Sd=0,74) i odustajanje (M=1,60; Sd=0,65).

Skale	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Socijalno poželjno odgovaranje	-					
2. Izbjegavajuće suočavanje	-0,14**	-				
3. Emocionalno suočavanje	-0,05	0,12**	-			
4. Problemsko suočavanje	0,04	0,29**	0,24**	-		
5. Ravnoteža afekata	0,28**	-0,30**	0,16**	0,01	-	
6. Samopoštovanje	0,24**	-0,34**	0,19**	0,20**	0,51**	-
7. Zadovoljstvo životom	0,18**	-0,14**	0,18**	0,25**	0,45**	0,53**

**p<0,01

● **TABLICA 2**
Interkorelacije varijabli
uključenih u istraživanje

U Tablici 2 prikazani su podaci o povezanosti svih varijabli uključenih u analizu. Socijalno poželjno odgovaranje povezano je sa svim varijablama, osim s emocionalnim i problemskim suočavanjem, u najvećoj mjeri s ravnotežom afekta, samopoštovanjem i zadovoljstvom životom. Razni vidovi suočavanja većinom su povezani s mjerama subjektivne dobiti, ali je riječ o manjim korelacijama koje objašnjavaju najviše do 9% varijance.

Očekivano se pokazalo da su teorijski bliski konstrukti subjektivne dobrobiti, zadovoljstvo životom i ravnoteža afekta, razmjerno visoko korelirani (0,46), što upućuje na to da dijele otprilike 21% zajedničke varijance. Obje su mjere u još višoj korelaciji sa samopoštovanjem, s kojim dijele između 26 i 29 posto zajedničke varijance.

Kako bismo se u daljnjoj analizi bavili mjerama koje nisu kontaminirane socijalno poželjnim odgovaranjem, ova je varijabla statistički odstranjena iz svih drugih varijabli, a u kasnijim su se analizama uzimali nestandardizirani reziduali. Na ovaj smo način pokušali izdvojiti samo onaj dio varijance samopoštovanja koji odražava supstancijalnu varijancu, neovisnu o utjecaju socijalne poželjnosti, defenzivnoga stila ili potrebe za odobravanjem (Raskin i sur., 1991.). Korelacije među varijablama nakon parcijalizacije socijalno poželjnog odgovaranja prikazane su u Tablici 3. Kao što se može vidjeti, odnosi među varijablama ostali su uglavnom nepromijenjeni.

Nakon toga cilj je bio ispitati mogućnost predviđanja samopoštovanja na temelju strategija suočavanja sa stresom, u slučaju uklanjanja socijalno poželjnog odgovaranja.

U Tablici 4 može se vidjeti kako svi vidovi suočavanja uspješno predviđaju samopoštovanje, pri čemu najveći doprinos (negativni) ima izbjegavajuće suočavanje, dok je utjecaj drugih

● TABLICA 3
Korelacije među
varijablama uzetim u
analizu nakon
parcijalizacije
socijalno poželjnog
odgovaranja

dvaju vidova suočavanja pozitivan, ali razmjerno skroman. Činjenica da strategije suočavanja uspješno predviđaju samopoštovanje jedan je od nužnih dokaza za utvrđivanje medijskoga procesa što ga samopoštovanje ostvaruje u vezi sa suočavanjem sa stresom i subjektivnom dobrobiti (Baron i Kenny, 1986.).

Skale	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Izbjegavajuće suočavanje	-					
2. Zadovoljstvo životom	-0,11**	-				
3. Ravnoteža afekata	-0,27**	0,42**	-			
4. Samopoštovanje	-0,32**	0,51**	0,47**	-		
5. Socijalno poželjno odgovaranje	0,00	0,00	0,00	0,00	-	
6. Emocionalno suočavanje	0,11**	0,19**	0,18**	0,20**	0,05	-
7. Problemsko suočavanje	0,30**	0,25**	0,00	0,19**	-0,04	0,24**

**p<0,01

● TABLICA 4
Testiranje značajnosti
regresijskih koeficijena
u analizi predviđanja
samopoštovanja

Model	Standardna		β	t	p
	b	pogreška			
Izbjegavajuće suočavanje	-4,27	0,54	-0,32	-7,84	<0,05
Problemsko suočavanje	2,43	0,52	0,19	4,63	<0,05
Emocionalno suočavanje	2,91	0,59	0,20	4,88	<0,05

Legenda: b – nestandardizirani regresijski koeficijent; β – standardizirani regresijski koeficijent; t – t-vrijednost; p – dobivena p-vrijednost u odnosu na odabranu razinu značajnosti od p=0,05

Provjera pretpostavke o mogućem medijskom utjecaju samopoštovanja u odnosu između raznih vidova suočavanja i subjektivne dobrobiti zahtijeva da se još dokaže prediktivnost suočavanja u odnosu na subjektivnu dobrobit i zajedničku prediktivnost raznih vidova suočavanja i potencijalnoga medijatora (samopoštovanja) na isti kriterij. Potvrda medijskoga učinka može se, pošto je utvrđeno da zasebni vidovi suočavanja uspješno predviđaju samopoštovanje, dobiti tek testiranjem značajnosti regresijskih koeficijena, što je prikazano u Tablici 5. Testiranja su, kao i u prvom dijelu ove analize, provedena zasebno za svaki prediktor suočavanja sa stresom te posebno za svaku od komponenata subjektivne dobrobiti.

Strategije suočavanja sa stresom uspješno predviđaju subjektivnu dobrobit, s iznimkom problemskoga suočavanja, koje nije povezano s ravnotežom afekta (pa stoga ni prediktivno za nju). Također, nakon unosa potencijalnoga medijatora, pokazuje se da su i oni značajno prediktivni u odnosu na kriterij, čime su zadovoljeni preostali koraci u medijskoj analizi (Baron i Kenny, 1986.).

● TABLICA 5
Rezultati testiranja značajnosti regresijskih koeficijenata prediktora strategija suočavanja sa stresom prije (model 1) i nakon uvođenja samopoštovanja u analizu (model 2) s komponentama subjektivne dobrobiti kao kriterijem (K)

K	Model	Standardna				Sobelov test	
		b	pogreška	β	t		p
Zadovoljstvo životom	1 Problemsko suočavanje	1,71	0,28	0,25	5,95	<0,05	4,42
	2 Problemsko suočavanje	1,05	0,25	0,15	4,12	<0,05	p<0,01
	Samopoštovanje	0,27	0,02	0,48	12,98	<0,05	
	1 Izbjegavajuće suočavanje	-0,92	0,32	-0,12	-2,87	<0,05	6,99
	2 Izbjegavajuće suočavanje	0,37	0,29	0,05	1,27	NZ	p<0,01
	Samopoštovanje	0,30	0,02	0,53	13,81	<0,05	
	1 Emocionalno suočavanje	1,53	0,33	0,19	4,55	<0,05	4,65
	2 Emocionalno suočavanje	0,70	0,29	0,09	2,37	<0,05	p<0,01
	Samopoštovanje	0,28	0,02	0,50	13,34	<0,05	
Ravnoteža afekata	1 Izbjegavajuće suočavanje	-0,78	0,11	-0,27	-6,67	<0,05	7,88
	2 Izbjegavajuće suočavanje	-0,38	0,11	-0,13	-3,41	<0,05	p<0,01
	Samopoštovanje	0,09	0,00	0,44	11,16	<0,05	
	1 Emocionalno suočavanje	0,56	0,12	0,18	4,40	<0,05	4,92
	2 Emocionalno suočavanje	0,27	0,11	0,09	2,38	<0,05	p<0,01
Samopoštovanje	0,09	0,00	0,46	11,86	<0,05		

Legenda: K – kriterij; b – nestandardizirani regresijski koeficijent; β – standardizirani regresijski koeficijent; t – t-vrijednost; p – dobivena p-vrijednost u odnosu na odabranu razinu značajnosti od p=0,05; NZ – nije značajno; Sobelov test – značajnost medijacijskog učinka (Sobel, 1982.).

RASPRAVA

Rezultati govore u prilog pretpostavci kako samopoštovanje možda štiti pojedince od opterećenja koje donose životni izazov, smanjujući neuspjeh i neprilagođeno ponašanje (Baumeister i sur., 2003.). Na to hoće li pojedinac uspješno prebroditi stresnu situaciju utječu, kako se smatra, medijacijski psihološki resursi (Abbey i sur., 1992.), među kojima je i samopoštovanje (Lazarus i Folkman, 1984.). Na takav medijacijski utjecaj samopoštovanja upućuju i druga slična istraživanja (Jalajas, 1994.; Abbey i sur., 1992.).

Osim modela Lazarus i Folkman (1984.), rezultati također idu u prilog modelima o stabilnoj subjektivnoj dobrobiti, po-

najprije stabilnom zadovoljstvu životom (Headey i Wearing, 1991.). Funkcija samopoštovanja pritom predstavlja mehanizam kojim se održava zadovoljstvo životom i ona je dominantna u slučaju izbjegavajućega suočavanja pojedinca. Kako se čini, samopoštovanje ublažava negativni efekt izbjegavajućega suočavanja na zadovoljstvo životom.

Zanimljivo je da se na temelju problemskoga suočavanja ne može ništa zaključiti o ravnoteži afekata, što je u skladu s razlikovanjem kognitivne i emocionalne domene subjektivne dobrobiti. Rezultati u nekim drugim istraživanjima također pokazuju da kognitivnu i emocionalnu domenu subjektivne dobrobiti kontroliraju razni procesi. Tako problemu usmjerenom suočavanje ima pozitivan odloženi učinak na raspoloženje (Kardum i sur., 1998.), koji se očituje u uspjehu, odnosno neuspjehu, te nije izravno povezan s emocionalnim procesima.

Provedeno istraživanje nameće neka pitanja vezana uz prirodu medijacijskih procesa koji se dadu pripisati samopoštovanju. Ranija su istraživanja pokazala da osobe koje u većoj mjeri rabe strategije čija se funkcija pripisuje emocionalnom suočavanju doživljavaju veću anksioznost (Liverant i sur., 2004.). U daljnjim se istraživanjima možda otvara prostor za istraživanje uloge anksioznosti u medijaciji, jer prevelika zabrinutost oko postizanja budućih ciljeva i negativna raspoloženja mogu imati nepovoljan utjecaj. Anksioznost se javlja u motivacijski relevantnom događaju ili situaciji nesigurnoga potencijala suočavanja (Zohar, 1999.).

Drugi konstrukt koji bi mogao biti usko povezan sa samopoštovanjem jest dimenzija optimizam – pesimizam. U istraživanju Robinsona i suradnika (1995.), nisko samopoštovanje samostalno nije povećalo ranjivost na depresiju, ali nisko samopoštovanje u kombinaciji s pesimističnim i kritizirajućim vrednovanjima jest. Osim toga, sreća ili barem sposobnost da budemo donekle zadovoljni spominju se kao jedna od osnova mentalnoga zdravlja. Uz to, istraživani su i povoljan učinak precjenjivanja vlastitih sposobnosti i resursa (Taylor i Brown, 1988.). Vlastita pozitivna evaluacija, koja se ne temelji na točnim informacijama o sebi, može biti osnova mentalnoga zdravlja (Taylor i Brown, 1988.). Vjerojatno je riječ o mehanizmu nalik onomu koji stoji u osnovi pozitivne povezanosti između samopoštovanja i subjektivne dobrobiti.

Prema modelu optimalnog odgovaranja prilikom suočavanja sa stresnom reakcijom (Iwasaki, 2001.), suočavanje s problemom koji smanjuje pojedinčevo samopoštovanje trebalo bi se bazirati na strategijama održavanja ili povećanja samopoštovanja, kako bi se zadržalo dobro zdravlje. Moguća je pretpostavka da je funkcija samopoštovanja upravo davanje lažnog osjećaja kontrole, čime se unapređuje suočavanje pojedinca sa stresom (Palomar Lever, 2004.).

S druge strane, odnos između kompetencije i kvalitete života vjerojatno počiva na važnosti vještina koje daju pravi osjećaj kontrole nad situacijom. Naime, uspjeh u privatnom životu ovisi o percepciji učinkovitosti pojedinca u ispunjavanju vlastite uloge (Abbey i Andrews, 1985.). K tome, što su pojedinci kompetentniji i usredotočeniji na vlastite postupke i posljedice, to su usmjereniji na stjecanje vještina i perfekcionizam, zbog kojeg će vjerojatnije postizati osobne ciljeve i ostvarivati visoku razinu osobnoga zadovoljstva (Palomar Lever, 2004.).

Još jednom treba naglasiti da provedeno istraživanje nema dokaznu snagu pri izvođenju uzročno-posljedičnih zaključaka, ali se nakon njega uvjerljivost polaznih pretpostavki ipak čini većom.

Možemo zaključiti kako rezultati podržavaju pretpostavku o potpunom medijacijskom utjecaju samopoštovanja u odnosu između izbjegavajućega suočavanja i zadovoljstva životom. Kod ostalih strategija suočavanja samopoštovanje ostvaruje djelomičan medijacijski utjecaj, jednako kao i kod odnosa emocionalnoga i izbjegavajućega suočavanje u odnosu na ravnotežu afekata. Pretpostavljamo da samopoštovanje daje osjećaj kontrole nad situacijom, koji nije utemeljen na stvarnoj vještini, ali ipak pridonosi kapacitetu suočavanja. Daljnja bi istraživanja trebala upotrijebiti ovaj model, posebice provjerom medijacijskog utjecaja anksioznosti i optimizma.

LITERATURA

- Abbey, A. i Andrews, F. M. (1985.), Modeling the Psychological Determinants of Life Quality. *Social Indicators Research*, 16 (1): 1-34. doi:10.1007/BF00317657
- Abbey, A., Andrews, F. M. i Halman, L. J. (1992.), Infertility and Subjective Well-Being: The Mediating Roles of Self-Esteem, Internal Control, and Interpersonal Conflict. *Journal of Marriage and the Family*, 54 (2): 408-417. doi:10.2307/353072
- Ballard, R. (1992.), Short Forms of the Marlowe-Crowne Social Desirability Scale. *Psychological Reports*, 71 (3): 1155-1160. doi:10.2466/PRO.71.8.1155-1160
- Baron, R. M. i Kenny, D. A. (1986.), The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6): 1173-1182. doi:10.1037//0022-3514.51.6.1173
- Baumeister, R. F. (1998.), The Self. U: D. T. Gilbert, S. T. Fiske i G. Lindzey (ur.), *Handbook of Social Psychology* (4th ed) (str. 680-740), New York, McGraw-Hill.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. i Vohs, K. D. (2003.), Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4 (1): 1-44. doi:10.1111/1529-1006.01431

Bradburn, N. M. (1969.), *The Structure of Psychological Well – Being*, Chicago, Aldine.

Carver, C. S. (1997.), You Want to Measure Coping But Your Protocol's Too Long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4 (1): 92-100. doi:10.1207/s15327558ijbm0401_6

Carver, C. S., Scheier, M. F. i Weintraub, J. K. (1989.), Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2): 267-283. doi:10.1037//0022-3514.56.2.267

Cassidy, C., O'Conner, R. C., Howe, C. i Warden, D. (2004.), Perceived Discrimination and Psychological Distress: The Role of Personal and Ethnic Self-Esteem. *Journal of Counseling Psychology*, 51 (3): 329-339. doi:10.1037/0022-0167.51.3.329

Crocker, J. i Park, L. E. (2003.), Seeking Self-Esteem: Construction, Maintenance, and Protection of Self-Worth. U: M. Leary i J. Tangney (ur.), *Handbook of Self and Identity* (str. 291-313), New York, Guilford Press.

Crowne, D. P. i Marlowe, D. (1960.), A New Scale of Social Desirability Independent of Psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24 (4): 349-354. doi:10.1037/h0047358

Dahlbeck, D. T. i Lightsey, O. R. (2008.), Generalized Self-Efficacy, Coping, and Self-Esteem as Predictors of Psychological Adjustment Among Children With Disabilities or Chronic Illnesses. *Children's Health Care*, 37 (4): 293-315. doi:10.1080/02739610802437509

Diener, E. (1984.), Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95 (3): 542-575. doi:10.1037/0033-2909.95.3.542

Diener, E. (2000.), Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55 (1): 34-43. doi:10.1037//0003-066X.55.1.34

Diener, E. i Diener, M. (1995.), Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4): 653-663. doi:10.1037//0022-3514.68.4.653

Diener, E., Emmons, R. T., Larsen, R. J. i Griffin, S. (1985.), The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1): 71-75.

Emil, S. (2003.), *Self-Esteem and Stressful Life Events of University Students*, Middle East Technical Studies, The Department of Educational Science.

Filipp, S.-H. i Klauer, T. (1991.), Subjective Well-Being in the Face of Critical Life Events: The Case of Successful Copers. U: F. Strack, M. Argyle i N. Schwarz (ur.), *Subjective Well-Being: An Interdisciplinary Perspective* (str. 213-234), Oxford, Pergamon Press.

Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. i Gruen, R. J. (1986.), Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (5): 992-1003. doi:10.1037/0022-3514.50.5.992

Haine, R. A., Ayers, T. S., Sandler, I. N., Wolchik, S. A. i Weyer, J. L. (2003.), Locus of Control and Self-Esteem as Stress-Moderators or Stress-Mediators in Parentally Bereaved Children. *Death Studies*, 27 (7): 619-640.

Headey, B. i Wearing, A. (1991.), Subjective Well-Being: A Stocks and Flows Framework. U: F. Strack, M. Argyle i N. Schwarz (ur.), *Subjec-*

tive Well-Being: An Interdisciplinary Perspective (str. 49-73), Oxford, Pergamon Press.

Hobfoll, S. E. (1989.), Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, 44 (3): 513-524. doi:10.1037//0003-066X.44.3.513

Iwasaki, Y. (2001.), Testing an Optimal Matching Hypothesis of Stress, Coping and Health: Leisure and General Coping. *Society and Leisure*, 24 (1): 163-203.

Jalajas, D. S. (1994.), The Role of Self-Esteem in the Stress Process: Empirical Results from Job Hunting. *Journal of Applied Social Psychology*, 24 (22): 1984-2001. doi:10.1111/j.1559-1816.1994.tb00571.x

Kahng, S. K. i Mowbray, C. T. (2005.), Psychological Traits and Behavioral Coping of Psychiatric Consumers: The Mediating Role of Self-Esteem. *Health & Social Work*, 30 (2): 87-97.

Kardum, I., Hudek-Knežević, J. i Martinac, T. (1998.), Odnos između strategija suočavanja i raspoloženja tijekom stresne transakcije. *Društvena istraživanja*, 7 (4-5): 559-579.

Kenny, D. T. (2000.), Psychological Foundations of Stress and Coping: A Developmental Perspective. U: D. T. Kenny, J. G. Carlson, F. J. McGuigan i J. L. Sheppard (ur.), *Stress and Health: Research and Clinical Applications* (str. 73-104), Amsterdam, Gordon Breach/Harwood Academic Publishers.

Lane, A. M., Jones, L. i Stevens, M. J. (2002.), Coping with Failure: The Effects of Self-Esteem and Coping on Changes in Self-Efficacy. *Journal of Sport Behavior*, 25 (4): 331-345.

Lazarus, R. S. i Folkman, S. (1984.), *Stress, Appraisal, and Coping*, New York, Springer.

Liverant, G., Hofmann, S. i Litz, B. (2004.), Coping and Anxiety in College Students after the September 11th Terrorist Attacks. *Anxiety, Stress & Coping*, 17 (2): 127-139. doi:10.1080/0003379042000221412

Lodge, L. i Feldman, S. S. (2007.), Avoidant Coping as a Mediator between Appearance-Related Victimization and Self-Esteem in Young Australian Adolescents. *British Journal of Developmental Psychology*, 25 (4): 633-642. doi:10.1348/026151007X185310

Mann, M., Hosman, C. M. H., Schaalma, H. P. i de Vries, N. K. (2004.), Self-Esteem in a Broad-Spectrum Approach for Mental Health Promotion. *Health Education Research*, 19 (4): 357-372. doi:10.1093/her/cyg041

Palomar Lever, J. (2004.), *Poverty, Psychological Resources and Subjective Well-Being*, Mexico, Universidad Iberoamericana.

Pavot, W., Diener, E., Colvin, R. C. i Sandvik, E. (1991.), Further Validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the Cross – Method Convergence of Well – Being Measures. *Journal of Personality Assessment*, 51 (1): 149-161.

Raskin, R., Novacek, J. i Hogan, R. (1991.), Narcissism, Self-Esteem, and Defensive Self-Enhancement. *Journal of Personality*, 59 (1): 19-38. doi:10.1111/j.1467-6494.1991.tb00766.x

Robinson, N. S., Garber, J. i Hilsman, R. (1995.), Cognitions and Stress: Direct and Moderating Effects on Depressive Versus Externa-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 20 (2011),
BR. 3 (113),
STR. 711-727

MIRJANIĆ, L., MILAS, G.:
ULOGA...

lizing Symptoms during the Junior High School Transition. *Journal of Abnormal Psychology*, 104 (3): 453-463. doi:10.1037//0021-843X.104.3.453

Rosenberg, M. (1965.), *Society and the Adolescent Self-Image*, Princeton, NJ, Princeton University Press.

Smith, T. i Renk, K. (2007.), Predictors of Academic-Related Stress in College Students: An Examination of Coping, Social Support, Parenting and Anxiety. *The NASPA Journal*, 44 (3): 405-431.

Sobel, M. E. (1982.), Asymptotic Confidence Intervals for Indirect Effects in Structural Equation Models. *Sociological Methodology*, 13: 290-312. doi:10.2307/270723

Taylor, S. E. i Brown, J. D. (1988.), Illusion and Well-Being: A Social Psychological Perspective on Mental Health. *Psychological Bulletin*, 103 (2): 193-210. doi:10.1037//0033-2909.103.2.193

Wilbum, V. R. i Smith, D. E. (2005.), Stress, Self-Esteem, and Suicidal Ideation in Late Adolescents. *Adolescence*, 40 (157): 33-45.

Zohar, D. (1999.), When Things Go Wrong: The Effect of Daily Work Hassles on Effort, Exertion and Negative Mood. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 72 (3): 265-283. doi:10.1348/096317999166671

The Role of Self-Esteem in Maintaining Subjective Well-Being while Using Various Coping Strategies

Latica MIRJANIĆ
Zagreb

Goran MILAS
Institute of Social Sciences Ivo Pilar, Zagreb

It is known that stress threatens optimal human functioning and that the usage of efficient coping strategies may alleviate its negative consequences. In the present paper we studied the possible mediating effect of self-esteem on the relation between various coping strategies and subjective well-being. The study was conducted on a sample of 556 students from seven faculties from the University of Zagreb. The participants were asked to provide self-rating of the current stress level, and to fill out a shortened version of COPE, Satisfaction with Life Scale, Affect Balance Scale, Self-Esteem Scale and Social Desirability Scale. The mediation hypothesis was tested according to the methodology proposed by Baron and Kenny (1986). The results indicate that self-respect could indeed be a mediator in the relationship between various coping strategies and achieving subjective well-being. Furthermore, in the case of avoidant coping the hypothesis of a total mediation could not be rejected.

Keywords: coping with stress, coping strategies, subjective well-being, self-esteem

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 20 (2011),
BR. 3 (113),
STR. 711-727

MIRJANIĆ, L., MILAS, G.:
ULOGA...

Die Rolle des Selbstwertgefühls bei der Wahrung subjektiven Wohlergehens im Rahmen unterschiedlicher Stressbewältigungsstrategien

Latica MIRJANIĆ
Zagreb

Goran MILAS
Ivo Pilar-Institut für Gesellschaftswissenschaften, Zagreb

Bekanntlich wird optimales menschliches Funktionsvermögen durch Stress beeinträchtigt, doch bei Anwendung wirksamer Stressbewältigungsstrategien können die negativen Auswirkungen von Stress gemildert werden. Die vorliegende Arbeit untersucht den möglicherweise vermittelnden Einfluss von Selbstachtung im Wirkungsfeld zwischen unterschiedlichen Stressbewältigungsstrategien und dem persönlichen Wohlergehen. Die Untersuchung wurde im Rahmen einer einmaligen Datenerhebung unter 556 Studenten an sieben Hochschuleinrichtungen der Universität Zagreb durchgeführt. Die Befragten sollten eine Einschätzung zum momentanen Stressvolumen geben und außerdem verschiedene Fragebögen ausfüllen: eine verkürzte Version des COPE-Fragebogens, ferner Fragebögen zur Ermittlung der Lebenszufriedenheit, des Selbstwertgefühls, der eigenen Beliebtheit sowie einen Fragebogen zur Bestimmung der Fähigkeit, Affektzustände auszugleichen. Die Hypothese von einem möglichen Vermittlereffekt wurde gemäß der Methodologie nach Baron und Kenny (1986) geprüft. Die Untersuchungsergebnisse zeigen, dass ein solcher Vermittlereffekt tatsächlich zwischen verschiedenen Stressbewältigungsstrategien und der Erlangung persönlichen Wohlergehens existieren könnte. Sollte sich jemand dazu entschließen, einer Stresssituation vollständig aus dem Weg zu gehen, wäre die Vermutung einer vollständigen Vermittlungsfunktion von Selbstachtung nicht von der Hand zu weisen.

Schlüsselbegriffe: Stressbewältigung, Bewältigungsstrategien, subjektives Wohlergehen, Selbstachtung