

Utječe li bračno stanje na doživljeni stres i mentalnu čvrstoću kod studenata sestrinstva i kriminalistike?

Does the marital status affect perceived stress and mental strength in nursing and criminology students?

Nikolina Puljizević¹, Tihana Miloslavić¹, Ana Perinić Lewis², Natalija Novokmet², Dubravka Havaš Auguštin², Joško Sindik²

¹Opća bolnica Dubrovnik, Dr. Roka Mišetića 2, 20 000 Dubrovnik, Hrvatska

¹General Hospital Dubrovnik, Dr. Roka Mišetića 2, 20 000 Dubrovnik, Croatia

²Institut za antropologiju, Ljudevita Gaja 32, 10 000 Zagreb, Hrvatska

²Institute for Anthropological Research, Ljudevita Gaja 32, 10 000 Zagreb, Croatia

Sažetak

Cilj: Zanimanje medicinske sestre / medicinskog tehničara i zanimanje kriminalista izrazito su specifična i podložna visokoj razini stresa na radnom mjestu. Zanimljivo je kako se studenti uz rad na preddiplomskom stručnom studiju Sestrinstva Sveučilišta u Dubrovniku i studenti diplomskog specijalističkog stručnog studija kriminalistike na Visokoj policijskoj školi u Zagrebu nose sa svakodnevnim stresom. Cilj istraživanja bio je utvrditi postoje li razlike u dvama aspektima doživljenog stresa i trima aspektima mentalne čvrstoće u odnosu na bračno stanje ispitanika kod studenata dvaju različitih studija.

Metode: Istraživanje je obuhvatilo uzorak od ukupno 138 ispitanika, od čega 75 studenata sestrinstva i 63 studenta kriminalistike koji su ispunili upitnike naziva „Stress-test“, te „Kratka skala čvrstoće“ [KŠS], prilagođenu hrvatsku verziju Bartonove „Dispositional Resilience Scale“.

Rezultati: Rezultati su pokazali da ne postoje statistički znatne razlike u odnosu na doživljaj stresa i komponente mentalne čvrstoće s obzirom na bračno stanje ispitanika, u odnosu na vrstu zanimanja, kao ni i na spol ispitanika. U praksi bi se moglo pokušati odrediti smjernice za načine prevencije stresa kod medicinskih sestara / medicinskih tehničara i kriminalista te jačanje mentalne čvrstoće, što je važna karakteristika za obavljanje svakodnevnih dužnosti za oba zanimanja.

Ključne riječi: stres • mentalna čvrstoća • studenti sestrinstva • studenti kriminalistike • bračno stanje

Kratki naslov: Doživljeni stres i mentalna čvrstoća kod studenata

Abstract

Objective: Nursing profession, as well as criminology, has its specificities. It is interesting to see how students of those two programs deal with everyday stress, given the fact that their job-related stress is particularly high. The aim of this study was to determine whether there are differences in perceived stress and mental strength considering marital status among students of undergraduate professional nursing study [University of Dubrovnik] and students of professional graduate criminology study [Police Academy, Zagreb].

Methods: A total of 138 students were included in the study; 75 in nursing studies and 63 students of criminology. We have used the questionnaires' „Level of Stress-test“ and „Short Hardiness Scale“, which is Croatian version of Bartons „Dispositional Resilience Scale“.

Results: Results showed that there is no statistically significant difference in perceived stress and mental strength among nursing students and criminology students considering marital status, occupation and gender. In practice, we could try to define guidelines in methods of stress prevention in nurses and criminologist, as well as in strengthening the components of hardiness, extremely important psychological trait in these two occupations.

Keywords: stress • hardiness • nursing students • criminology students • marital status

Running head: The stress and mental strength in students

Received February 14th 2014;

Accepted February 16th 2014;

Autor za korespondenciju/Corresponding author: Joško Sindik, PhD, Institute for Anthropological Research, Ljudevita Gaja 32, 10000 Zagreb, Croatia • Phone: +385-1-55 35 122 • Fax: +385-1-55 35 105 • E-mail: josko.sindik@inantro.hr

Uvod / Introduction

Stres je stanje poremećene psihofiziološke ravnoteže pojedinca nastalo zbog fizičke, psihičke ili socijalne ugroženosti njega samog ili njemu bliske osobe. Stres se definira kao „stanje koje se javlja u situaciji nesklada između zahtjeva koje okolina postavlja pred pojedinca i njegovih mogućnosti reagiranja na te zahtjeve“.

Do stresa dolazi kad stresni događaj procijenimo opasnim ili uznemiravajućim, a rezultat je svjesne procjene pojedinca o tome da je njegov odnos s okolinom poremećen. Događaj ili niz događaja koje doživljavamo kao ugroze za naš život i/ili život nama bliskih osoba, ili pak smatramo da mogu poremetiti uobičajeni tijek našeg života, nazivaju se

stresorima ili izvorima stresa. Sami stresori definiraju se kao vanjski događaji, dok je stres unutrašnje stanje ili doživljaj [1].

Stres na radnome mjestu

Stanje stresa na radnome mjestu definira se kao niz za pojedinca štetnih fizioloških, psiholoških i bihevioralnih reakcija na situacije u kojima zahtjevi posla nisu u skladu s njegovim/ njezinim sposobnostima, mogućnostima i potrebama [2]. Dosadašnja istraživanja verificiraju jasnu povezanost stresa na radu i obima radnog učinka. U pojedinim zanimanjima pojavljuju se, uz opće stresore, prisutne u većini zanimanja, i specifični stresori karakteristični upravo za to zanimanje [3]. Zdravstvena djelatnost, s obzirom na visoku razinu odgovornosti prema ljudskom životu i zdravlju, ali i izloženosti specifičnim stresorima, svrstava se u visoko stresna zanimanja. Specifičnosti su profesije medicinskih sestara human i naporan rad, koji zahtijeva stalnu suradnju s liječničkom profesijom i pacijentima, a o pravodobnoj intervenciji medicinskih sestara često ovisi i život pacijenata. Rana istraživanja stresa kod medicinskih sestara i medicinskih tehničara izdvojila su sedam glavnih izvora stresa, i to: suočavanje sa smrću i umiranjem pacijenata, briga o teško bolesnim i bespomoćnim pacijentima te njihovim obiteljima, preopterećenost poslom i nedostatak osoblja, nedovoljna potpora nadređenih, međuljudski odnosi na poslu te neizvjesnost ishoda liječenja [4] [5]. Istraživanja provedena u Republici Hrvatskoj [RH] pokazuju da, uz nedostatak medicinskog osoblja, dvije trećine medicinskih sestara procjenjuje da imaju neadekvatan osobni dohodak i smatraju ga izvorom stresa povezanim s procesom rada [6]. Policijska profesija također se ubraja u jedno od zanimanja s najvećim obimom stresa. Policijski službenici prilikom obavljanja svoga posla izloženi su visokoj razini stresa i njegovu negativnom utjecaju na fizičko i psihičko zdravlje te na socijalni život [7]. Dva su glavna izvora policijskog stresa, i to: stres koji proizlazi iz sadržaja samog posla [kontinuirano izlaganje ljudima u nevolji, donošenje kritičnih odluka, prisustvo vanje raznim oblicima nasilja i smrti] i stres koji proizlazi iz organizacije posla [smjenski i prekovremeni rad, neizvjesne mogućnosti napredovanja, male plaće, loši odnosi s nadređenima, nedostatak komunikacije u policijskoj hijerarhiji] [8] [9] [10]. Istraživanje izvora stresa policijskih službenika provedeno u RH također je pokazalo da se, s obzirom na intenzitet stresa, važnijim procjenjuju organizacijski izvori stresa na radnome mjestu [11]. Ovim glavnim izvorima stresa u policijskom poslu još bismo mogli dodati specifične vanjske stresore povezane s percepcijom policije u javnosti [npr. nepoštovanje javnosti i medija prema radu policije, politički i pravosudni pritisci, i sl. [11, 12].

Suočavanje sa stresom i koncept mentalne čvrstoće

U načinu suočavanja sa stresom razlikuju se dva osnovna pristupa – onaj koji je usmjeren rješavanju problema i onaj koji je usmjeren ublažavanju emocija. Prvi pristup obuhvaća uklanjanje stresora [npr. obavještanjem bolesnika o medicinskom zahvatu koji će biti poduzet] ili promjenu

značenja stresne situacije [npr. negiranje ili smanjivanje značenja nekog simptoma bolesti]. Drugi pristup obuhvaća smanjenje emocionalne napetosti i negativnih emocija izazvanih stresom mnogim načinima, koji uključuju tjelesno i psihičko opuštanje. Koji će pristup suočavanja sa stresom pojedinac odabrati, najviše ovisi o samoj situaciji, ali i o osobinama pojedinca i njegovoj sposobnosti procjene najboljeg načina reagiranja na stres.

Koncept mentalne čvrstoće [engl. *hardiness*], čiji je tvorca psihologinja Suzanne Kobasa, [13] često se opisuje kao medijator između stresa i načina nošenja sa stresom.

Mentalna čvrstoća daje objašnjenje zbog čega pojedinci razvijaju somatske i psihološke bolesti kad se suočavaju sa stresnim događajima tijekom života, dok drugi uopće ne reagiraju na istovjetne čimbenike stresa.

Konstrukt mentalne čvrstoće sastoji se od triju elemenata: predanosti, kontrole i izazova [engl. *commitment, control, challenge*]. Predanost je sposobnost da se ustraje u onome što se radi: vjerovanje da je pojedinac sposoban postići cilj, čak i kad stres raste do nesigurnih razina. Može se izjednačiti s pojmom ustrajnosti. Kontrola je sposobnost da čovjek osjeća mogućnost utjecaja na životna zbivanja te da na temelju toga vjerovanja djeluje u različitim [osobito stresnim] životnim situacijama. Drugim riječima, čovjek koji kontrolira situaciju u stresnim situacijama jest proaktivan, a nije sklon pasivnom iščekivanju ishoda. Izazov je vjerovanje da je promjena normalna u životu, više nego što je to stabilnost. Predviđanje promjena reprezentira zanimljive poticaje u razvoju od prijetnje sigurnosti. Dakle, izazov je spremnost na promjene i brzo proaktivno prilagođavanje tim promjenama. Ova tri elementa mentalne čvrstoće pozitivno su međusobno povezana, ali nisu identična [14]. Međutim, postoji pozitivna povezanost između uključivanja u zbivanja i aktivnosti zajedno s drugima [predanost]; svjesnosti da

pojedinac izabire i ima utjecaj na neko zbivanje uporabom aktivnosti [kontrola]; pozitivno uči onim zbivanjem koje se pojedincu događa [izazov]. Zbog toga „čvrste“ ličnosti u slučaju suočavanja sa stresnim promjenama, kad su prekinute u nečemu ili zbog nekog gubitka, reagiraju tako da nastoje kontrolirati situaciju procjenjujući je kao izazov i poticaj za rast [14].

Čvrste ličnosti učinkovito se suočavaju sa stresom, transformirajući stresor u pozitivno i izazovno iskustvo. Rezultati objavljenih istraživanja pokazuju da visoke razine „čvrstih“ ličnosti nalazimo kod ljudi koji životni stres percipiraju manjim, primjerice, sportaši, te kod ljudi koji pozitivno percipiraju životne stresove. Pozitivna strana „čvrste“ ličnosti povezana je s visokim stupnjem samopouzdanja u korištenju stilova rješavanja problema koji reflektiraju vjerovanje pojedinca u vlastitu učinkovitost. Unatoč mišljenju da je mentalna čvrstoća urođena osobina – mentalna čvrstoća se uči. To je vještina koja se uvježbava i usavršava, kao i svaka druga vještina. Da bi čovjek bio mentalno čvršći, treba se na svoje „najslabije karike“ usredotočiti i stalno ih usavršavati. To uključuje razvijanje pozitivnog životnog stava i programiranje uma za uspjeh s pozitivnim očekivanjima te prihvaćanje izazova i odgovornosti u situacijama koje to nalažu [15]. Istraživanja su pokazala da su medicinske sestre koje se bolje suočavaju s čimbenicima stresa usredotočene na

posao, manje sklone sindromu sagorijevanja ili davanju otказа [16]. Među medicinskim sestrama Judkins [17] je našla znatne korelacije između mentalne čvrstoće i obrazaca ponašanja koji umjesto bijega i izbjegavanja nastoje riješiti ili izmijeniti stresnu situaciju.

Na sličan način mentalna je čvrstoća iznimno važna odlika u zanimanjima policajaca i kriminalista. Mnogobrojna su istraživanja potvrdila pozitivnu korelaciju između odlika mentalne čvrstoće i boljeg suočavanja sa stresorima koji proizlaze iz policijskog posla [18] [9]. Imajući na umu kako su posao medicinskih sestara / medicinskih tehničara i posao kriminalista svaki na svoj način iznimno stresni, osobito uz istodobno usavršavanje i studiranje, željeli smo istražiti postoje li razlike u dvama aspektima doživljenog stresa i trima aspektima mentalne čvrstoće u odnosu na bračno stanje ispitanika, posebno za studente sestrinstva te posebno za specijaliste kriminalistike. Kao dodatni cilj razmotrili smo postoje li razlike u doživljaju stresa i mentalnoj čvrstoći između oženjenih / udanih ispitanika u odnosu na neoženjene / neudane, neovisno o zanimanju kojim se bave. Pretpostavili smo da ne postoje razlike u dvama aspektima doživljenog stresa i trima aspektima mentalne čvrstoće u odnosu na bračno stanje ispitanika s obzirom na zanimanje, ali da postoje razlike u doživljaju stresa i mentalne čvrstoće između muškaraca i žena u odnosu na bračno stanje, u smjeru većeg stresa i mentalne čvrstoće kod žena koje su u braku.

Metode / Methods

Ispitanici / Participants

Usporedno istraživanje provedeno je na namjernim uzorcima 75 studenata stručnog studija sestrinstva u Dubrovniku te 63 ispitanika, koji su studenti kriminalistike u Zagrebu. Među studentima sestrinstva bilo je 14 muškaraca [19 %] i 61 žena [81 %]. S obzirom na bračno stanje, njih 34 bilo je neoženjeno/neudano [45 %], 32 [43 %] u braku, a 9 [12 %] rastavljeno. Njih 36 [48 %] nema djece, 14 [19 %] ima jedno dijete, 18 [24 %] ima dvoje djece, 6 [8 %] ima troje djece, a jedan [1 %] ima četvero djece. Među studentima sestrinstva, 24 [32 %] ispitanika bilo je na prvoj godini studija, 28 [37 %] na drugoj godini studija, a 23 [31 %] na trećoj godini studija. Prosječna dob studenata sestrinstva bila je $32,01 \pm 8,67$, a prosječna duljina radnog staža $10,77 \pm 8,52$. Među studentima kriminalistike bilo je 49 studenata [78 %] i 14 [22 %] studentica. Kod studenata kriminalistike, 8 [13 %] ih je neoženjeno, 51 [82 %] je oženjen, a rastavljena su 4 [5 %] ispitanika. Bez djece je 23 [37 %] kriminalista, 16 [26 %] ima jedno dijete, a 19 [31 %] ima dvoje djece, 2 [3 %] ima troje djece, a 3 [3 %] studenta kriminalistike ima četvero djece. Prosječna starosna dob studenata kriminalistike bila je $33,85 \pm 4,84$, a prosječna duljina radnog staža $12,42 \pm 6,20$.

Instrumenti i varijable / Instruments and variables

Zavisne varijable u ovome istraživanju bili su odgovori na čestice upitnika. „Stres-test“ sastavio je Glavni sanitet oružanih snaga za zdravstvenu zaštitu u Sjedinjenim Američkim Državama [engl. USA] [19]. Upitnik sadržava 8 čestica, sa skalom od tri stupnja [da = 2, ponekad = 1, ne

= 0], ovisno o tome smatra li pojedinac da se određeno ponašanje odnosi na njegovo ponašanje i doživljavanje ili da se ne odnosi. Izvorno, rezultat u upitniku oblikuje se kao jednostavna linearna kombinacija procjena za pojedine tvrdnje, gdje veći rezultat znači veći stres. S obzirom na to da nisu pronađeni podaci o metrijskim čimbenicima „stres-testa“, odredili smo njegovu konstruktivnu valjanost i pouzdanost pojedinih njegovih dimenzija. Metodom glavnih komponenti (PCA) s *varimax* rotacijom, dobivene su dvije glavne komponente, koje su pokazale nisku, ali zadovoljavajuću pouzdanost, a zajedno tumače oko 50 % ukupne varijance. Na temelju sadržaja tvrdnji koje saturiraju pojedinu glavnu komponentu, prvu komponentu nazvali smo *iscrpljenost i manjak kontrole*, a drugu *prehrana i teškoće sna*.

Za mjerenje mentalne čvrstoće uporabljena je „Kratka skala čvrstoće“ [KČS], tj. hrvatska inačica Bartonove „Dispositional Resilience Scale“. KČS sadržava 15 čestica temeljenih na samoprocjeni mentalne čvrstoće, a prema Likertovoj skali od 4 stupnja, u rasponu od „uopće se ne slažem“ [0], do potpuno se slažem [3]. Po pet čestica odnosi se na predanost, kontrolu ili izazov. Rezultati na pojedinim subskalama oblikuju se kao jednostavna linearna kombinacija procjena za tvrdnje koje određuju pojedinu subskalnu, gdje veći rezultat znači i veću mentalnu čvrstoću. U ovom istraživanju subskale su pokazale vrlo nisku, ali zadovoljavajuću pouzdanost: predanost [Cronbachov $\alpha = 0,51$], kontrola [$\alpha = 0,54$] i izazov [$\alpha = 0,59$], dok je pouzdanost cijelog upitnika bila zadovoljavajuća [$\alpha = 0,68$].

Ispitanici su ispunili upitnike tijekom predavanja na studijima sestrinstva i kriminalistike u mjesecima siječnju i veljači 2012. godine.

Statistička analiza / Statistical analysis

Analiza podataka provedena je uporabom statističkog paketa SPSS 11. Uz metode deskriptivne statistike [aritmetičke sredine i standardna raspršenja] za pojedinačne tvrdnje upitnika, za utvrđivanje razlika između ispitanika uporabili smo Kruskal-Wallisov test za utvrđivanje razlika između više nezavisnih uzoraka. Da bismo kontrolirali utjecaj varijable spola ispitanika ([inaime, mnogo je veći udio žena u uzorku studenata sestrinstva, te mnogo veći udio muškaraca u uzorku studenata kriminalistike], prije analize razlika standardizirali smo ispitanike u svim zavisnim varijablama istraživanja u odnosu na varijablu spol. Ukupni rezultati za dva aspekta stresa izraženi su u regresijskim faktorskim bodovima, nakon uporabe analize glavnih komponenti [PCA] uz *varimax* rotaciju. Zbirni rezultati za pojedine aspekte mentalne čvrstoće dobiveni su kao jednostavne linearne kombinacije čestica koje ih definiraju.

Rezultati / Results

Deskriptivna statistika iskazana je za sve varijable istraživanja, za pojedinačne tvrdnje iz upitnika stresa te rezultate izražene u faktorskim bodovima za dva aspekta stresa. Najveće vrijednosti aritmetičkih sredina nađene su kod dviju varijabli koje upućuju na stil prehrane, dok ispitanici općenito smatraju da im je život „pod kontrolom“. Najveća vri-

jednost standardnog raspršenja iznalazi se kod prekomjernog pušenja i uzimanja alkoholnih napitaka u trenucima osjećaja napetosti [tablica 1].

U tablici [tablica 2] je vidljivo da u odnosu na bračno stanje ispitanika ne postoje statistički znatne razlike u pojedinim aspektima doživljenog stresa, ni u aspektima mentalne čvrstoće, ni za cjelokupni uzorak sudionika, ni za subuzorke medicinskih sestara / medicinskih tehničara, a ni za specijaliste kriminalistike.

U tablici [tablica 3] vidljivo je da u odnosu na bračno stanje ispitanika ne postoje statistički znatne razlike u pojedinim aspektima doživljenog stresa, ni u aspektima mentalne čvrstoće, ni za muškarce, ni za žene.

Rasprava / Discussion

Dobiveni rezultati pokazuju da nema razlike u doživljaju stresa i odlikama mentalne čvrstoće među studentima

sestrinstva i kriminalistike u odnosu na bračno stanje. Ne iznalazi se statistički bitna povezanost s vrstom studija ni u jednom mjerenom aspektu stresa *iscrpljenost i manjak kontrole te prehrana i teškoće sna*, kao ni u bilo kojoj istraživanoj odlici mentalne čvrstoće, a to su predanost, kontrola i izazov. Dobiveni rezultati o nepostojanju razlika među studentima sestrinstva i kriminalistike u odnosu na bračno stanje potvrđuju da bračno stanje nema znatan utjecaj na stupanj doživljavanja stresa na poslu i studiju, kao ni na osobine ličnosti koje pomažu u suočavanju sa stresom. Rezultate se potencijalno može objasniti činjenicom da je većini studenata primarno posvetiti se studiranju i izvršavanju obveza na fakultetu i radnom mjestu, a da sama stresnost radnog mjesta i dodatnih obveza školovanja nadilazi eventualne ublažavajuće ili pojačavajuće utjecaje stresa koji proizlaze iz bračnoga života. Nadalje, može se pretpostaviti da neovisno o bračnom stanju, na stres možda utječu i neke druge varijable koje nismo obuhvatili ovim istraživanjem. Iako su dobiveni rezultati u okviru zadanih očekivanja, u daljnjim

TABLICA [1] Deskriptivna statistika za sve ispitivane varijable

Varijable	Min.	Max.	Aritmetička sredina	Standardna devijacija
Jedete li na brzinu?	0	2	1,381	0,602
Obara li vas često osjećaj iscrpljenosti ili neka bolest?	0	2	0,903	0,744
Osjećate li se previše umorni za neku dodatnu tjelesnu aktivnost?	0	2	1,124	0,803
Imate li problema sa spavanjem ili ustajanjem iz kreveta?	0	2	0,894	0,828
Imate li problema s osobnom odlukom reći "NE"?	0	3	0,858	0,800
Imate li osjećaj da vam je život izvan osobne kontrole?	0	3	0,575	0,610
Jedete li ili pijete ili pušite prekomjerno kada ste napeti?	0	2	1,000	0,866
Preskaćete li neke obroke?	0	3	1,469	0,695

TABLICA [2] Razlike u doživljenom stresu i mentalnoj čvrstoći studenata sestrinstva i kriminalistike u odnosu na bračno stanje

Varijable	Bračno stanje	Cijeli uzorak	Kruskal-Wallis test	Medicinske sestre	Kruskal-Wallis test	Specijalisti kriminalistike	Kruskal-Wallis test
Opći stres	neoženjen	-0,51±0,667	1,36	-0,60±0,549	1,54	-0,49±0,700	2,67
	brak	0,42±1,034		0,54±1,075		-0,06±0,666	
	rastava	-0,25±0,822		-0,29±0,911		-0,12±0,541	
Stres prehrana	neoženjen	-0,51±0,667	0,51	-0,60±0,549	0,19	-0,49±0,700	1,46
	brak	0,42±1,034		0,54±1,075		-0,06±0,666	
	rastava	0,10±1,183		0,09±1,096		0,12±0,968	
Predanost	neoženjen	-0,51±0,667	2,16	-0,60±0,549	1,93	-0,49±0,700	2,60
	brak	0,42±1,034		0,54±1,075		-0,06±0,666	
	rastava	0,18±0,931		0,25±1,031		0,03±0,669	
Kontrola	neoženjen	-0,51±0,667	0,08	-0,60±0,549	0,53	-0,49±0,700	2,37
	Brak	0,42±1,034		0,54±1,075		-0,06±0,666	
	rastava	-0,09±1,031		0,12±0,962		-0,71±1,168	
Izazov	neoženjen	-0,51±0,667	0,10	-0,60±0,549	0,86	-0,49±0,700	3,89
	Brak	0,42±1,034		0,54±1,075		-0,06±0,666	
	Rastava	0,18±1,261		0,24±1,403		-0,03±0,887	

TABLICA [3] Razlike u doživljenom stresu i mentalnoj čvrstoći za studente sestrinstva i kriminalistike, posebno za svaki spol, a u odnosu na bračno stanje

Varijable	Bračno stanje	Žene	Kruskal-Wallis test	Muškarci	Kruskal-Wallis test
Opći stres	neoženjen	0,07±1,192	3,23	-0,43±0,703	3,23
	brak	0,04±0,897		0,14±1,068	
	rastava	-0,31±0,825		0,44±0,000	
Stres prehrana	neoženjen	0,13±1,036	2,47	0,08±0,730	2,47
	brak	-0,08±0,959		-0,03±1,047	
	rastava	-0,05±1,107		1,76±0,000	
Predanost	neoženjen	0,23±1,202	0,83	-0,04±0,745	0,83
	Brak	-0,24±0,805		0,04±1,094	
	rastava	0,25±0,943		-0,58±0,000	
Kontrola	neoženjen	0,02±1,084	2,67	-0,03±1,119	2,76
	Brak	-0,04±0,999		0,06±0,940	
	rastava	0,09±0,856		2,05±0,000	
Izazov	neoženjen	0,00±1,063	1,73	0,08±1,276	1,73
	Brak	-0,09±0,872		0,05±0,940	
	rastava	0,29±1,258		1,05±0,000	

istraživanjima bilo bi zanimljivo istražiti koliko zapravo ožegnjeni studenti uz svoje poslovne i akademske obaveze imaju slobodnog vremena za bavljenje opuštajućim aktivnostima u odnosu na neoženjene i rastavljene studente.

Slični rezultati dobiveni su u odnosu na spolnu strukturu ispitanika. Utvrdili smo da ne postoje statistički znatne razlike u pojedinim aspektima doživljenog stresa, ni u aspektima mentalne čvrstoće u odnosu na bračno stanje ispitanika, kako za muškarce, tako ni za žene. Unatoč našoj pretpostavci da će razlike postojati u smjeru većeg stresa i mentalne čvrstoće kod žena koje su u braku, ova se pretpostavka nije potvrdila. Inicijalnu pretpostavku utemeljili smo na istraživanjima koja su pokazala da bračni status u pozitivnom smislu pridonosi muškarcima, a odmaže zaposlenim ženama [20] [21]. Premda na radnome mjestu žene doživljavaju jednake stresore, podložne su dodatnome stresu koji proizlazi iz obavljanja kućanskih obaveza, od kojih su muškarci još uvijek uglavnom izuzeti [12] [9]. I ovim rezultatima može se dati podjednako tumačenje: vjerojatno je da čimbenik stresnosti zanimanja kojim se bave naši ispitanici i ispitanice nadjačava utjecaj svih drugih potencijalnih stresora, kao što su obveze koje uz svoj posao i školovanje mogu imati studentice. U nekom od budućih istraživanja zanimljivo bi bilo istražiti u kojoj mjeri naše udane studentice imaju potporu članova obitelji, posebice bračnih partnera, s obzirom na raspodjelu kućanskih i drugih obaveza.

Do danas u RH nisu provedena slična istraživanja stresa kod ispitanika na studiju sestrinstva i studiju kriminalistike s obzirom na bračno stanje, a sigurno je prvi put ova problematika istraživana kod studenata sestrinstva u Dubrovniku. Nedostaci su istraživanja malen broj uključenih ispitanika, koji nije dovoljno reprezentativan za obje populacije [treba

istaknuti da je istraživanje uključilo većinu populacije trenutnih studenata oba studija]. U budućnosti bi se uzorak ispitanika trebao povećati te uključiti studente ispitivanih studija iz ostalih gradova u RH.

Praktična primjena rezultata u poslu medicinskih sestara i kriminalista svakako bi se mogla usmjeriti na razvijanje i usustavljanje načina prevencije stresa, ali i kreiranje djelotvornih edukacija i radionica za jačanje odlika mentalne čvrstoće u ciljanim populacijama. Naime, mentalna čvrstoća važna je osobina ličnosti koja može pomoći smanjenju stupnja stresa te većoj uspješnosti obavljanja svakodnevnih radnih aktivnosti kod pripadnika oba istraživana zanimanja.

Zaključak / Conclusion

Ad 1] Utvrdili smo nepostojanje znatnih razlika u doživljaju stresa i odlikama mentalne čvrstoće s obzirom na bračno stanje kod studenata sestrinstva i kriminalistike, čime je potvrđena početna hipoteza.

Ad 2] U provedenom istraživanju ne iznalazi se statistički znatnih razlika u doživljaju stresa i odlikama mentalne čvrstoće u odnosu na bračno stanje između muškaraca i žena, što je u suprotnosti s početnom hipotezom. Pretpostavka da će razlike postojati u većem obimu stresa i mentalne čvrstoće kod žena koje su u braku, s obzirom na dvojnu ulogu žena na radnom mjestu i kod kuće, nije se potvrdila.

Dobiveni rezultati mogu se tumačiti kako su zanimanja medicinska sestra / tehničar i kriminalista izloženi znatnom obimu stresa, uz istodobno nevažan utjecaj bračnog statusa ispitanika.

Literatura / References

- [1] Pregrad J. Stres, trauma i oporavak, (ur.) Društvo za psihološku pomoć, Zagreb: 1996.
- [2] Sauter S, Murphy L. Stress at work.' DHHS (NIOSH) Publication No'99-101', NIOSH' Cincinnati: 1999.
- [3] Kaur R, Chodagiri VK, Reddi NK. A psychological study of stress, personality and coping in police personnel. *Indian J Psychol Med*, 2013; 35(2):141-147. doi: 10.4103/0253-7176.116240.
- [4] Cox T, Griffiths A, Rial-González E. Research on Work-Related Stress. Luxembourg: European Agency for Safety and Health at Work, 2000.
- [5] Pryjmachuk S, Richards DA. Predicting stress in pre-registration nursing students. *Br J Health Psychol*, 2007; 2 125-144.
- [6] Knežević B, Golubić R, Milošević M, Matec L, Mujstabegović J. Zdravstveni djelatnici u bolnicama i stres na radu: istraživanje u Zagrebu. *Sigurnost*, 2009; 51(2):85-92.
- [7] Anshel MH. A conceptual model and implications for coping with stressful events in police work. *Crim Justice Behav*, 2000;27(3):375-400.
- [8] Arial M, Gonik V, Wild P, Danuser B. Association of work related chronic stressors and psychiatric symptoms in a Swiss sample of police officers; a cross sectional questionnaire study. *Int Arch Occup Environ Health*, 2010; 83:323-331.
- [9] Glavina I, Vukosav J. Stres u policijskoj profesiji. *Policija i sigurnost*, 2011; 20(1):32-46.
- [10] Bano B. (2011.) Job stress among police personnel. *IPEDR*, 4:290-293.
- [11] Tot B. Evaluacija upitnika organizacijskih i operativnih izvora stresa na radu kod policijskih službenika, *Kriminologija i socijalna integracija*. 2010;18(1):39-51.
- [12] Wells T, Colbert S, Slate RN. Gender matters: differences in state probation officer stress. *J Contemp Crim Justice*, 2006;22(1):63-79.
- [13] Kobasa SC. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *J Pers Soc Psychol*, 1979; 37:1-11.
- [14] Maddi SR. Comments on trends in hardiness research and theorizing. *J Consult Clin Psychol*, 1999; 51(2):67-71.
- [15] Sindik J. Povezanost konativnih obilježja vrhunskih košarkaša i situacijske učinkovitosti u košarci. Doktorska disertacija. Zagreb: Kineziološki fakultet u Zagrebu, 2009.
- [17] Larrabee JH, Janney MA, Ostrow CL, Withrow ML, Hobbs GR, Burant C. Predicting registered nurse job satisfaction and intent to leave. *Journal of Nursing Administration*, 2003; 33(5):271-283.
- [18] Judkins SK. Stress, hardiness, and coping strategies among mid-level nurse managers: Implications for continuing higher education. *Dissertation Abstracts International*, 63(129), 06A. (UMI No: 3056800). University of North Texas, Denton, TX, 2001
- [19] Andrew ME, McCanlies EC, Burchfiel CM, Charles LE, Hartley TA, Fekedulegn D, Violanti JM. Hardiness and psychological distress in a cohort of police officers. *Int J Emerg Ment Health*, 2008; 10(2):137-47.
- [20] Barath A. *Kultura, odgoj i zdravlje*, Visoka medicinska škola-katedra za zdravstvenu psihologiju, Zagreb, 1995.
- [21] Preston DB. Marital status, gender roles, stress, and health in the elderly. *Health Care Women Int*, 1995; 16(2):149-65.
- [22] Thomas SP. Distressing aspects of women's roles, vicarious stress, and health consequences. *Issues Ment Health Nurs*, 1997; 18(6):539-57.