

# Stres i suočavanje sa stresom roditelja djece sportaša

---

**Prosoli, Rebeka**

**Doctoral thesis / Disertacija**

**2023**

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

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:131:881217>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-08-31**



Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
University of Zagreb  
Faculty of Humanities  
and Social Sciences

*Repository / Repozitorij:*

[ODRAZ - open repository of the University of Zagreb  
Faculty of Humanities and Social Sciences](#)





Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Rebeka Prosoli

**STRES I SUOČAVANJE SA STRESOM  
RODITELJA DJECE SPORTAŠA**

DOKTORSKI RAD

Zagreb, 2023.



Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Rebeka Prosoli

# **STRES I SUOČAVANJE SA STRESOM RODITELJA DJECE SPORTAŠA**

DOKTORSKI RAD

Mentorice: izv.prof.dr.sc. Margareta Jelić  
prof.dr.sc. Renata Barić

Zagreb, 2023.



Sveučilište u Zagrebu

Faculty of Humanities and Social Sciences

Rebeka Prosoli

# **STRESS AND COPING WITH STRESS OF PARENTS OF YOUNG ATHLETES**

DOCTORAL THESIS

Supervisors: Assoc. Prof. Margareta Jelić, PhD

Full Professor Renata Barić, PhD

Zagreb, 2023.

## O MENTORICI

Margareta Jelić diplomirala je psihologiju na Filozofskom fakultetu u Zagrebu 2001. godine te upisala Poslijediplomski studij psihologije te stekla stupanj magistra znanosti 2003. godine i stupanj doktora znanosti 2008. godine. U znanstveno-nastavno zvanje docenta izabrana je 2010. godine, u znanstveno zvanje izvanrednog profesora 2018. godine, a znanstveno zvanje savjetnika 2022 godine.

Aktivno sudjeluje u istraživačkom radu na brojnim domaćim i međunarodnim projektima iz područja socijalne psihologije. U novije vrijeme vodila je dva međunarodna projekta te bila suradnica na tri projekta Hrvatske zaklade za znanost i na više međunarodnih i domaćih projekata. Objavila je 70ak znanstvenih i stručnih radova, urednica je dvije knjige i jednog zbornika, te suautorica dviju znanstvenih knjiga i dva priručnika. Sudjelovala je na većem broju međunarodnih i domaćih konferencija i stručnih skupova s preko 100 izlaganja.

Sudjeluje u izvođenju nastave u preddiplomskim, diplomskim i poslijediplomskim programima studija psihologije Filozofskog fakulteta u Zagrebu. Također je nositeljica kolegija na studiju sociologije te pri Centru za obrazovanje nastavnika. Uz to što redovito mentorira diplomske i doktorske radove, angažirala se u dodatnom radu sa studentima kao suvoditeljica XV. i XXIV. Ljetne škole.

Također je sudjelovala u pripremi više domaćih i međunarodnih znanstvenih skupova. Povremeni je recenzent brojnih domaćih i međunarodnih znanstvenih časopisa. Članica je Hrvatske psihološke komore, Društva za psihološku pomoć, Europskog udruženja socijalne psihologije (EASP) te Međunarodnog udruženja za istraživanje bliskih veza (IARR). Aktivna je i u struci te redovito surađuje na stručnim projektima održavajući brojne edukacije i razvijajući intervencijske programe (npr. projekt INCLuDE Ureda za ljudska prava i prava nacionalnih manjina; EU projekt „Izgradnja sustavne i sveobuhvatne podrške osobama pod međunarodnom zaštitom razvojem uključivih socijalnih usluga“ u organizaciji Hrvatskog Crvenog Križa; projekt bilateralne hrvatsko-švicarke suradnje IRCiS i sl.). Uz to, bila je uključena u pružanje pomoći stradalima u potresu putem telefonske linije HPK, ali i kao dio mobilnog tima za prvu psiho-socijalnu pomoć na području Petrinje i Siska.

Pohađala je brojne znanstvene i stručne edukacije u zemlji i inozemstvu. Usavršavala se u primjeni složenih kvantitativnih metoda u društvenim znanostima, kao i obradi kvalitativnih podataka. Također je pohađala Ljetnu školu Europskog udruženja za eksperimentalnu socijalnu psihologiju. Završila je senzibilizacijski i napredni seminar iz kriznih intervencija i sudjelovala

u koordinaciji i provedbi kriznih intervencija u području školstva i socijalne skrbi u Hrvatskoj. Završila je stručnu izobrazbu iz područja rodnih uloga i odnosa, zatim iz obiteljske medijacije te iz metodike nastave usmjerene aktivnom učenju i razvijanju kritičkog mišljenja. Pohađala je i edukaciju iz geštalt psihoterapije u organizaciji IGW Instituta te od radi kao savjetovateljica u Savjetovalištu za studente Filozofskog

## O MENTORICI

Renata Barić rođena je 26.7.1972. u Rijeci. 1991. završava Centar za kadrove u obrazovanju i kulturi, te upisuje Fakultet za fizičku kulturu u Zagrebu na kojem je diplomirala 1996., a magistrirala 2001.g. Nakon što je dvije godine radila kao profesor tjelesnog odgoja u osnovnoj školi, 1997. s odličnim uspjehom polaže stručni ispit. 1998. zapošljava se na Fakultetu za fizičku kulturu na mjestu znanstvenog novaka, te do 2010. radi na tri znanstvena projekta i sudjeluje u nastavi na više kolegija. 2001. upisuje studij psihologije na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu, na kom je diplomirala 2006. Na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta u Ljubljani 2000. g. upisuje poslijediplomski znanstveni studij psihologije, na kojem je magistrirala 2004. i doktorirala 2007.g. Ima veliko predavačko iskustvo, osim na Kineziološkom fakultetu u Zagrebu gdje vodi više kolegija na svim razinama studija, radi kao gostujući profesor i na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu i Zadru. Svoj znanstveni interes nalazi u području motivacije, rukovođenja, kvalitete života i psihološke pripreme sportaša. Sudionica je brojnih međunarodnih i domaćih znanstvenih i stručnih konferencija, objavila je do danas više od 150 znanstvenih i stručnih publikacija.

Dobitnica je Stipendija Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta RH za doktorski studij u inozemstvu (2004.), a 2005. dobiva 1. nagradu za najbolju usmenu prezentaciju rada za mlade znanstvenike na 4. Međunarodnoj konferenciji o kineziologiji. Dobitnica je godišnje nagrade Hrvatskog psihološkog društva za 2016. za osobito vrijedan doprinos razvitku i promicanju hrvatske primjenjene psihologije.

Renata Barić ima bogato iskustvo u praktičnom radu, niz godina radi kao sportski psiholog, surađuje sa brojnim sportašima i trenerima različitih sportova na području psihološke pripreme. Bila je članica stručnog stožera za pripremu četverca na pariće za OI u Londonu 2012 (srebrna medalja), hrvatske vaterpolske reprezentacije za OI u Riu (srebrna medalja) i OI u Tokiu (5. mjesto) te je bila sportski psiholog više sportaša individualnih sportova za Rio 2016. Pripremala je i dio plivačke reprezentacije za nastup na paraolimpijskim igrama u Tokiu 2020 (Paula Novina, 100m prsno 9. mjesto, Tomi Brajša, 200 m slobodnim stilom, 12. mjesto). Posljednjih 5 g. sportski je psiholog hrvatskog vaterpolskog saveza gdje radi na psihološkoj pripremi seniorske muške reprezentacije (zlato na SP 2017, srebro na EP 2018, bronca na SP 2019), U-20 muške vaterpolske reprezentacije (srebro na SP 2017), te ženske seniorske vaterpolske reprezentacije. Sportski je psiholog i veslačke ženske seniorske reprezentacije u 2019, te gimnastičara Tina Srbića koji osvaja zlato na SP 2017, srebro na EP i SP 2019 i srebro

na Olimpijskim igrama u Tokiu 2021. Surađivala je i s brojnim drugim sportašima npr. ŽRK Lokomotiva, hrvatska klizačka i brzoklizačka reprezentacija, hrvatski mladi perspektivni strijelci, skijaši i gimnastičari i mnogi drugi. Predsjednica je Sekcije za psihologiju sporta i tjelesnog vježbanja Hrvatskog psihološkog društva već dva četverogodišnja mandata.

Osim što sudjeluje kao pozvani predavač na različitim konferencijama, stručnim skupovima i licencnim sportskim seminarima, pokretač je i organizator te predsjednica Programskog odbora Međunarodnog simpozija psihologije sporta u Hrvatskoj. Područje istraživanja kojim se bavi jest psihologija sporta, motivacija, rukovođenje, motoričko učenje, kvaliteta života i psihološka priprema sportaša. Cijeli život se i sama bavi sportom, u djetinjstvu je igrala košarku u KK Kraljevica, niz godina radila je kao voditelj aerobika i rekreativnih grupa vježbanja, a niz godina bavi se rekreativnim trčanjem u kojem se i aktivno natječe. Udana je i majka dvije kćeri.



## ZAHVALA

*Mentorici profesorici Margareti Jelić veliko hvala na podršci, optimizmu, stručnim savjetima, pomoći prilikom donošenja svake odluke i beskrajnoj vjeri (u mene i u ovu temu) koje mi je pružila na svakom koraku ovog doktorskog studija.*

*Ko-mentorici profesorici Renati Barić hvala na svim stručnim savjetima kojima mi je pomogla u ovom procesu, pomoći prilikom izrade ovog rada te na prilici da budem ovdje gdje jesam.*

*Professorima i kolegama na doktorskome studiju, posebno profesorici Gordani Keresteš i profesorici Aniti Lauri Korajliji, hvala na svemu što ste me naučili i na svojoj podršci koju ste mi pružili.*

*Matei i Benjaminu hvala na satima i satima (i satima i satima) provedenim u raspravi o temama vezanim uz ovaj rad i doktorski studij. Hvala vam što ste prolazili svaki korak ovog procesa zajedno sa mnom.*

*To professor Marc Lochbaum, my bestie, and professor Mike Callan, first person who saw the sport psychologist in me. Thank you for showing me how big and small the world is.*

*Hvala mojim judašima, posebno mom treneru Joži, Sandri Burić i profesoru Ivanu Segediu na velikoj pomoći prilikom prikupljanja podataka i na svemu što sam kroz sport naučila od vas. Ova tema je tu zbog vas i za vas. Jita Kyoëi.*

*Hvala svima koji su izdvojili vrijeme i sudjelovali u istraživanju te svima koji su na bilo koji način pomogli prilikom prikupljanja podataka.*

*Tei i Ani, mojim curama koje su tu uz mene svaki dan u svemu, pa tako i u ovom velikom koraku. Hvala vam što zajedno sa mnom vjerujete u sve moje snove, što mi nikada niste dale da pomislim da je nešto nemoguće, što ste uvijek bile tu bez obzira na ishod i što svoje vikende već godinama provodite sa mnom po sportskim dvoranama. Nema tih riječi kojima bi se moglo opisati koliko mi znači vaša podrška.*

*Mirjani i Branku hvala na pomoći u brizi za Anu, kuću i sve ostalo, da bi ja mirno mogla raditi na doktoratu.*

*Mama Katica, tata Dado i braco Matej, da nije bilo vas i vaše podrške kroz cijeli moj život ništa od ovog nikad nebi bilo moguće. Hvala vam na bezuvjetnoj podršci u svemu što radim i nepokolebljivoj vjeri u mene. Moja vrijednost u vašim, a posljedično onda i u mojim očima, nikad nije bila uvjetovana mojim uspjesima niti ugrožena zbog mojih neuspjeha. Hvala vam što ste mi dali krila i što mi posuđujete svoja kad god se umorim.*

*Bajleku koji bezrezervno i bezuvjetno vjeruje u mene i sve moje korake, hvala što mi pomažeš u tome da svi moji snovi postanu stvarnost. Tvoja vjera u mene i optimizam toliko su ogromni da se nekad pitam ima li nešto što je u tvojim očima nemoguće. Ti si moja mirna luka na ovom putovanju i beskrajno sam sretna što te imam tu uz sebe.*

*I na kraju, mojoj Ani. Hvala ti na ljubavi i sreći koju si donijela u moj život. Veselim se s tobom proći sve tvoje i moje velike i male korake koji nas tek čekaju. Još možda ne razumiješ u potpunosti ovaj mamin „veliki“ korak, ali vjeruj mi da nije ništa veći niti važniji od svih malih svakodnevnih trenutaka, uspjeha i koraka. Uostalom, oni su me do njega i doveli.*

*„To the people who look at the stars and wish...*

*...To the stars who listen- and the dreams that are answered.“*

*(Sarah J. Maas)*

## SAŽETAK

Sport mladih u zadnje je vrijeme postao tema interesa brojnih istraživanja koja se provode s ciljem poticanja optimalnog razvoja sportaša i pružanja podrške svim uključenim osobama. Sudjelovanje djeteta u sportskim aktivnostima može biti značajan izvor stresa za njihove roditelje. Bez obzira na to, tek se manji broj istraživanja bavio ispitivanjem stresa roditelja sportaša. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati psihološki stres i strategije suočavanja roditelja djece koja se bave borilačkim sportovima. Kao teorijski okvir korištene su *Transakcijska teorija stresa* Lazarusa i Folkmana te Lazarusova *Kognitivno-motivacijsko-relacijska teorija* (CMRT). U istraživanju je sudjelovalo 199 roditelja čija se djeca bave borilačkim sportovima. Prvi problem u ovom istraživanju bio je ispitati koje stresore doživljavaju roditelji djece koja se bave borilačkim sportovima vezano uz sportski razvoj svoje djece. Rezultati ukazuju na to da roditelji sportaša doživljavaju brojne natjecateljske, organizacijske i razvojne stresore čime je potvrđena konzistentnost sličnih nalaza u kontekstima različitih sportova. Drugi problem u ovom istraživanju bio je ispitati rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša. Rezultati upućuju na zaključak da se majke i očevi djece sportaša ne razlikuju značajno u načinima na koji procjenjuju stresore, kao ni u strategijama suočavanja koje koriste u suočavanju sa stresorima vezanim uz sport svoje djece. S druge strane, u ovom je istraživanju dobivena razlika u emocijama koje doživljavaju majke i očevi mladih sportaša pri čemu su majke doživljavale više razine anksioznosti, uzbuđenja i sreće u odnosu na očeve. Treći problem bio je ispitati prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša. Rezultati našeg istraživanja pokazuju da su procjena kontrole i procjena gubitka pozitivni prediktori strategije suočavanja koja je usmjerena na rješavanje problema. Nadalje, rezultati ovog istraživanja pokazali su da se procjena gubitaka jedina pokazala značajnim i pozitivnim prediktorom strategije suočavanja usmjerene na ventiliranje emocija. Naposljetku, procjene kontrole i gubitka pokazale su se pozitivnim prediktorima strategije suočavanja usmjerene na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije. Četvrti problem na koji se željelo odgovoriti ovim istraživanjem bio je ispitati prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece. Vezano uz ugodne emocije, rezultati ovog istraživanja pokazuju da je procjena stresora kao dobitaka pozitivan prediktor uzbuđenja i sreće, te da je procjena stresora kao gubitaka negativan prediktor sreće. Vezano uz neugodne emocije, procjena stresa kao gubitka i suočavanje sa stresom putem ventiliranja emocija pokazali su se kao pozitivni prediktori anksioznosti, ljutnje i utučenosti.

Nadalje, doživljaj stresora kao dobitak pokazao se negativnim prediktorom ljutnje i utučenosti. Istraživanje pridonosi razumijevanju roditeljskog stresa u sportskom kontekstu, točnije razumijevanju doživljavanja stresa i suočavanja sa stresom roditelja djece koja se bave borilačkim sportovima.

*Ključne riječi:* stres, suočavanje, emocije, sport, sport mladih, roditelji

## **SUMMARY**

### **Introduction**

Youth sport has recently become topic of interest in growing number of research. They are conducted with general aim of fostering the optimal development of young athletes as well as providing support to people involved in youth sports. In these research, the focus is put not only on the athletes and their coaches, but also on the parents who represent an important part of their children's sport experience (Wuerth et al., 2004). Alongside of coaches, parents are the most important adults involved in youth sport (Byrne, 1993) and their role remains important even when sport activities reach the level of elite sport (Gould et al., 2002). However, past research suggests that parents experience different types of stressors and use numerous coping strategies to cope with them (Burgess et al., 2016; Harwood & Knight, 2009a,b; Harwood et al., 2019). Therefore, it can be concluded that supporting children in their sport participation can bring in many positive experiences for their parents, but also represent an unique challenge because role of the sport parent is not an easy one and requires many sacrifices (Wiersma & Fifer, 2008). There are numerous studies that have investigated stress, stress appraisal and coping among athletes and coaches (Britton et al., 2019; Crocker & Graham, 1995; Didymus, 2017; Doron & Martinent, 2016; Dugdale et al., 2002; Gaudreau & Blondin, 2002; Levy et al., 2009). However, only a small number of studies investigated stress of parents in sport context (Burgess et al., 2016; Harwood et al., 2019; Harwood et al., 2010; Harwood & Knight, 2009a,b). Two theories are most commonly used as theoretical framework in this area: (1) Transactional theory of stress (Lazarus & Folkman, 1984) and (2) Cognitive-motivational-relational theory (Lazarus, 1991, 1999, 2000). Lazarus and Folkman (1984) define psychological stress as a relationship between a person and its environment when the person experiencing stress assesses it as reaching or exceeding his/her available resources and jeopardizing his/her well-being. In doing so, cognitive appraisal and coping with stress are considered fundamental theoretical constructs of stress and emotions that together constitute the process (Lazarus, 1999). According to the aforementioned theories, this process begins with the individual facing an environmental requirement (stressor) that is estimated as important for his personal well-being and which either threatens that well-being or is greater than the resources that the person estimates he has (Lazarus, 1999; Lazarus and Folkman, 1984). The psychological meaning that a person constructs about what happens (the so-called cognitive appraisal) is crucial in creating the reaction of stress and the emotions that arise from it (Lazarus, 1999). Building on Transactional theory of stress (Lazarus and Folkman, 1984),

Cognitive-motivational-relational theory (CMRT; Lazarus, 1991) describes 3 levels of this process: (1) antecedents (environmental and personal factors), (2) mediation processes (stressor appraisals, readiness for action and coping) and (3) outcomes (immediate: physiological changes, affect, quality of outcomes, and long-term: social functioning, well-being and physical health/disease).

### **Research aim and problems**

Therefore, the aim of this study is to examine the psychological stress and coping strategies of parents of children engaged in martial arts. Within this aim the four problems are stated: (1) Examine what stressors are experienced by parents of children who play martial arts related to the sports development of their children (2) Examine whether there are gender differences in stress appraisals, ways of coping with stress and emotions of parents of athletes, (3) Examine the predictiveness of stress appraisals for ways of coping with stressors used by the parents of athletes and (4) Examine the predictiveness of stress appraisals and coping methods for the pleasant and unpleasant emotions that parents of athletes experience as a reaction to stressors related to their children's sports.

### **Methods**

A total of 199 parents participated in this study. There were 61 (30.7%) fathers and 138 (69.3%) mothers. Average age of parents was 42.7 (SD = 5.76) years. Parents referred to (61.3%) boys and 77 (38.7%) girls. Average age of their children was 11.8 (SD = 3.27) years. Parents reported that their children were involved in following sports: judo (N=125; 62.8%), taekwondo (N=33; 16.6%), karate (N=30; 15.1%), wrestling (N=6; 3%) and kickboxing (N=5; 2.5%). According to parents, their children were involved in martial arts for average of 5.68 (SD = 3.22) years.

The stressors that parents experience were measured with one open-ended question. All the following questionnaires were filled in reference to that particular stressor. Stress appraisal was measured using the Stress appraisal measure (Peacock & Wong, 1990) expanded with subscales of loss and benefit which are adapted from the research conducted by Thompson and colleagues (2020). After that, participants filled the Coping of sports parents questionnaire constructed for this research. Furthermore, in order to measure the emotions of parents the Sport emotion questionnaire (Jones *et al.* 2005) was used.

Qualitative hierarchical content analysis was used to answer the first research problem. MANOVA and multilevel regression analysis were used to answer the second, third and fourth research problems.

## **Results and discussion**

The results confirm that the parents of athletes experience numerous competitive, organisational and developmental stressors, thus confirming the consistency of similar findings in the contexts of different sports. Furthermore, the results indicate that there is no statistically significant differences between mothers and fathers of young athletes in the ways in which they appraise stressors, as well as in the coping strategies they use in dealing with stressors related to their children's sports. On the other hand, this study confirmed a difference in the emotions experienced by mothers and fathers of young athletes. Mothers experienced higher levels of anxiety, excitement and happiness related to the stressor compared to fathers. Related to the third research problem, results of this study indicate that control appraisal and loss appraisal are positive predictors of the problem solving coping strategy. Participants who assessed that they had a higher level of control over the situation and who assessed the stressful situation to a greater extent as a loss used the coping strategy aimed at solving the problem more. Furthermore, the loss appraisal was the only one that proved to be a significant and positive predictor of the venting emotions coping strategy. In particular, participants who assessed stressors to a greater extent as losses made greater use of a coping strategy aimed at venting emotions. Control and loss appraisals proved to be a positive predictor of the avoiding the situation and seeking distraction coping strategy. The parents that perceived they had more control over the stressful situation and who assessed the stressful situation to a large extent as a loss, used the coping strategy of avoiding the situation and seeking distraction more often. Regarding pleasant emotions, the results of our research indicate that the gain appraisal is a positive predictor of emotions of excitement and happiness, and that the loss appraisal is a negative predictor of the emotion of happiness. Participants who assessed stressors more as gain experienced higher levels of excitement and happiness, and participants who evaluated stressors more as losses experienced lower levels of happiness. Regarding unpleasant emotions, loss appraisal and coping with stress through venting emotions have proven to be statistically significant and positive predictors of anxiety, anger and dejection. Participants who assessed the situation more as a loss and who made greater use of the coping strategy of venting emotions experienced higher levels of unpleasant emotions (anxiety, anger and dejection). Furthermore, the gain appraisal has proven to be a negative predictor of anger and dejection.

## **Conclusion**

This research represents a significant step forward in understanding parents' stress in sport context because it represents the first such research conducted in Croatia and certainly one of the few conducted outside the territory of Great Britain. Also, this study is the first study to examine the stress faced by parents of children engaged in martial arts and the first to involve parents from multiple sports. Furthermore, this study took into account the categories of primary appraisal used in the study conducted by Harwood and colleagues (2019), as well as secondary appraisal, and linked them to the emotions and coping strategies of athletes' parents. This methodology is logical with regard to theoretical constructs in the field (Lazarus, 1991, 1999, 2000; Lazarus and Folkman, 1984) and has not been used before in any study of stress that parents of the athletes experience. Although there are numerous studies of how other participants are coping with stress in a sporting context (e.g. Britton et al., 2019; Didymus, 2017; Nicholls et al., 2005) the methodologies used in them are very different and there is no consensus on the most appropriate one. There are several questionnaires that are designed to measure how to cope with stress, both in general and within the sports context, but none of them have so far been used on a sample of athletes' parents. So the logical next step was to construct and validate new coping questionnaire aimed at parents of the young athletes which has been done in this study. Also, two questionnaires (Stress appraisal measure and Sport emotion questionnaire) has been translated to Croatian, adapted and validated. Lastly, there are no research so far which investigated gender differences in stress appraisal, coping and emotions of parents in sport context. Therefore, this research will contribute in understanding of how these concepts differ according to the gender of parents. At the end it is important to mention that this research is the first research of athlete's parents stressors conducted during and after the Covid-19 pandemic which provide an unique opportunity to investigate the scope of influence that pandemic had on parents in sport. The main limitation of this study is low number of participants and the fact that information about stressors, appraisal, coping and emotion were collected retrospectively and not during the stressful event.

*Key words:* stress, coping, emotions, sport, youth sport, parent



## **SADRŽAJ :**

<b>1. UVOD.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. Kontinuum uključenosti roditelja u sport djeteta .....</b>	<b>2</b>
<b>1.2. Uloga roditelja u različitim fazama sportskog razvoja djeteta .....</b>	<b>4</b>
<b>1.3. Prikaz novijih istraživanja iskustava i ponašanja roditelja u sportskom kontekstu .....</b>	<b>8</b>
1.3.1. Adaptivni i neadaptivni stilovi roditeljstva u sportu .....	8
1.3.2. Preferencije sportaša vezane za ponašanja roditelja na natjecanjima.....	10
1.3.3. Percepcija trenera o ponašanjima roditelja u sportu.....	11
1.3.4. Istraživanja iskustava roditelja sportaša .....	12
<b>1.4. Stres i suočavanje sa stresom- teorijski okvir .....</b>	<b>14</b>
1.4.1. Proces nastanka stresa i reakcije na stresore u okviru Transakcijske teorije stresa i Kognitivno-motivacijsko-relacijske teorije (CMRT).....	14
1.4.2 Antecedenti.....	15
1.4.3. Medijacijski procesi.....	18
1.4.4. Ishodi .....	23
<b>1.5. Istraživanja roditeljskog stresa u kontekstu sporta .....</b>	<b>27</b>
1.5.1. Izvori roditeljskog stresa i vrste stresora .....	28
1.5.2. Procjena stresora.....	30
1.5.3. Načini suočavanja sa stresorima.....	35
1.5.4. Emocionalne reakcije na stresnu situaciju.....	47
1.5.5. Rodne razlike u kontekstu istraživanja stresa, suočavanja i emocija .....	48
1.5.6. Odnosi između različitih komponenti stresnih transakcija.....	52
<b>2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE .....</b>	<b>59</b>
<b>3. PREDISTRAŽIVANJE .....</b>	<b>60</b>
<b>3.1. Postupak.....</b>	<b>62</b>
<b>3.2. Upitnici.....</b>	<b>62</b>
<b>3.3. Uzorak.....</b>	<b>64</b>
<b>3.4. Rezultati .....</b>	<b>64</b>
3.4.1. Upitnik procjene stresora.....	65
3.4.2. Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša.....	73
3.4.3. Upitnik emocija u sportu .....	78
<b>4. GLAVNO ISTRAŽIVANJE .....</b>	<b>82</b>
<b>4.1. Postupak.....</b>	<b>82</b>
<b>4.2. Upitnici.....</b>	<b>83</b>
<b>4.3. Uzorak.....</b>	<b>84</b>

4.4. Analitička strategija.....	86
<b>5. REZULTATI.....</b>	<b>91</b>
5.1. Stresori roditelja čija se djeca bave borilačkim sportovima.....	91
5.1.1 Organizacijski stresori .....	91
5.1.2. Natjecateljski stresori .....	94
5.1.3. Razvojni stresori .....	96
<b>5.2. Deskriptivni podaci i povezanost kvantitativnih varijabli korištenih u istraživanju .....</b>	<b>105</b>
<b>5.3. Rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša .....</b>	<b>108</b>
<b>5.4. Prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša .....</b>	<b>111</b>
5.4.1. Strategija suočavanja sa stresom: <i>rješavanje problema</i> .....	111
5.4.2. Strategija suočavanja sa stresom: <i>ventiliranje emocija</i> .....	113
5.4.3. Strategija suočavanja sa stresom: <i>izbjegavanje situacije i traženje distrakcije</i> ....	115
<b>5.5. Prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece .....</b>	<b>118</b>
5.5.1. Emocija: <i>uzbuđenje</i> .....	118
5.6.2. Emocija: <i>sreća</i> .....	120
5.5.3. Emocija: <i>anksioznost</i> .....	122
5.5.4. Emocija: <i>ljutnja</i> .....	124
5.5.5. Emocija: <i>utučenost</i> .....	126
<b>6. RASPRAVA .....</b>	<b>128</b>
6.1. Stresori roditelja djece sportaša koja se bave borilačkim sportovima .....	128
6.2 Rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša .....	137
6.3. Prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša .....	142
6.4. Prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece .....	149
<b>7. ZNANSTVENI DOPRINOS.....</b>	<b>157</b>
<b>8. OGRANIČENJA ISTRAŽIVANJA I PREPORUKE ZA BUDUĆA ISTRAŽIVANJA.....</b>	<b>160</b>
<b>9. ZAKLJUČAK.....</b>	<b>164</b>
<b>10. LITERATURA.....</b>	<b>166</b>

<b>11. PRILOZI .....</b>	<b>181</b>
<b>PRILOG 1. Upitnik korišten u sklopu glavnog istraživanja.....</b>	<b>181</b>
<b>Prilog 2. Faktorska struktura upitnika korištenih u glavnom istraživanju .....</b>	<b>189</b>
<b>12. ŽIVOTOPIS .....</b>	<b>193</b>

## 1. UVOD

Sport mladih u zadnje je vrijeme postao tema interesa brojnih istraživanja koja se provode s ciljem poticanja optimalnog razvoja sportaša i pružanja podrške svim uključenim osobama. Pri tom fokus nije stavljen samo na sportaše i trenere, nego i na roditelje sportaša koji predstavljaju važan dio sportskog iskustva njihove djece (Wuerth i sur., 2004). Iako se često ističu pozitivne posljedice bavljenja sportom na različite aspekte dječjeg razvoja, sudjelovanje u sportu samo po sebi nema ni pozitivan ni negativan utjecaj na dijete već njegov utjecaj ovisi o iskustvima koja dijete doživljava baveći se njime (Byrne, 1993). Roditelji su, uz trenere, najvažnije odrasle osobe uključene u sportske aktivnosti djeteta (Byrne, 1993), a njihova uloga ostaje važna čak i kada te aktivnosti dosegnu razinu vrhunskog sporta (Gould i sur., 2002). Također, istraživanja ukazuju na to da podrška roditelja utječe ne samo na sportaše nego i na odnos između sportaša i trenera (Jowett i Timson-Katchis, 2005). Međutim, dosadašnja istraživanja sugeriraju da roditelji sportaša doživljavaju različite vrste stresora i koriste različite strategije suočavanja s njima (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019). Prema tome, može se zaključiti da pružanje podrške djeci prilikom njihovog sudjelovanja u sportu roditeljima može donijeti brojna pozitivna iskustva, ali i predstavljati izazov jer ta uloga nije nimalo jednostavna i zahtjeva mnoga odricanja (Wiersma i Fifer, 2008). Harwood i Knight (2015) ističu šest kompetencija poželjnih kod roditelja sportaša. Prema njihovom modelu, roditelji sportaša trebali bi znati/moći: (1) odabrati odgovarajuće sportsko okruženje i prilike za mladog sportaša uz osiguravanje odgovarajuće vrste podrške; (2) razumjeti i koristiti odgovarajući (autoritativni i podržavajući) stil roditeljstva; (3) snalaziti se u emocionalnim zahtjevima natjecanja (npr. pokazivati emocionalnu inteligenciju u interakcijama s djetetom u natjecateljskoj situaciji, razumjeti emocionalne potrebe djeteta) i služiti djetetu kao uzor; (4) održavati kvalitetne odnose s drugim ljudima uključenim u sport djeteta (npr. trenerima i drugim roditeljima); (5) upravljati organizacijskim i razvojnim zahtjevima sporta tako da razviju niz intrapersonalnih, interpersonalnih i organizacijskih vještina i strategija čime će povećati mogućnost da djetetov sportski razvoj teče u pozitivnom smjeru, da dijete dosegne svoj puni potencijal u sportu i da pri tom doživi pozitivna iskustva; (6) prilagoditi svoje sudjelovanje i uključenost u sport djeteta fazi razvoja djetetove sportske karijere. Da bi se te kompetencije razvile nužno je razumjeti iskustva roditelja kao i njihove potrebe kako bi im se mogla osigurati odgovarajuća edukacija, pomoć i podrška (Harwood i Knight, 2015). Također, iznimno važno je razumjeti i individualne

razlike u odnosu roditelja prema sportskim aktivnostima djeteta, pri čemu neki autori razlikuju različite tipove roditelja u sportu ovisno o njihovoj razini uključenosti u sport djeteta (Byrne, 1993; Hellstedt, 1987).

### 1.1. Kontinuum uključenosti roditelja u sport djeteta

Hellstedt (1987) je u svom modelu predložio određivanje stupnja uključenosti roditelja u sportske aktivnosti njihove djece na kontinuumu na kojem su s jedne strane pretjerano angažirani roditelji, a s druge strane premalo angažirani roditelji, dok se umjereno angažirani roditelji nalaze na sredini. Taj model kasnije proširuje Byrne (1993) koji pretjerano angažirane roditelje dodatno dijeli na one koji se lako uzbuđuju (eng. *excitable parents*) i fanatične (eng. *fanatical parents*), a premalo angažirane roditelje dijeli na nezainteresirane (eng. *disinterested parents*) i pogrešno informirane (eng. *misinformed parents*) (Slika 1).

nezainteresirani roditelj	pogrešno informirani roditelj	optimalno	roditelj koji se lako uzbuđuje	fanatični roditelj
<b>premala uključenost</b>		<b>umjerena uključenost</b>	<b>pretjerana uključenost</b>	

Slika 1. Kontinuum uključenosti roditelja u sport djeteta (preuzeto iz Byrne, 1993)

Pretjerano angažirane roditelje opisao je kao općenito previše uključene u sport njihovog djeteta. Smatrao je kako taj tip roditelja ne može odvojiti svoja htijenja, potrebe i želje od želja djece, a često imaju i neke skrivene namjere. Te skrivene namjere ne moraju nužno odražavati njihove vlastite neispunjene želje nego mogu predstavljati i želje koje imaju za svoje dijete (npr. ideja da će uspjeh u sportu pomoći djeci kasnije u životu). Karakterizira ih pretjerana uključenost u treninge i natjecanja. Uz to, često pred svoje dijete postavljaju nerealne ciljeve te iskazuju negodovanje, ljutnju i neodobravanje ako ti ciljevi nisu postignuti. Hellstedt (1987) navodi kako pretjerano angažirani roditelji naglasak stavljaju isključivo na pobjedu zbog toga što je veliki dio njihovog samopouzdanja vezan za uspjeh njihovog djeteta na sportskom terenu, ponekad i to te razine da roditeljev osjećaj vlastite vrijednosti ovisi o djetetovom uspjehu u sportu.

Byrne (1993) proširuje Hellstedtov (1987) model dodatno podijelivši pretjerano angažirane roditelje u dvije skupine, one koji se lako uzbuđuju i one koji su fanatični. Roditelje

koji se lako uzbuđuju opisuje kao one koji su podržavajući i ne miješaju se u trenažni proces sve dok natjecanje ne postane napeto kada postaju sve uzbuđeniji i sve više emocionalno uključeni, proživljavajući svaki trenutak natjecanja kao da i sami u njemu sudjeluju. Bryne (1993) navodi kako će takvi roditelji u tim trenucima vikati, najčešće na suce, te da često nisu svjesni koliko njihovo ponašanje pruža loš primjer i smeta djetetu. Nadalje, Byrne (1993) kategoriju fanatičnih roditelja opisuje kao najproblematičniju jer oni nikada nisu zadovoljni djetetovom izvedbom u sportu. Ističe kako će takvi roditelji najvjerojatnije slaviti uspjehe svog djeteta, ali uz detaljnu analizu i sugestije za poboljšanja, te da će imati tendenciju oštro kritizirati neuspjehe djeteta. Naime, oni često svoje neostvarene ciljeve nameću djetetu zbog čega ono najvjerojatnije neće uživati u sportu već će osjećati veliku razinu pritiska koja će utjecati i na njegovu izvedbu.

Umjereno angažirane roditelje Hellstedt (1987) je opisao kao roditelje koji u svom načinu odgoja imaju čvrst i jasan smjer, ali i dovoljno fleksibilnosti koja se očituje u dopuštanju djetetu da samo donosi odluke vezano uz svoj sport. Ovi roditelji pružaju podršku svom djetetu, uključeni su u aktivnosti kluba, zainteresirani su za djetetovo sudjelovanje u sportu i za povratne informacije trenera, ali ne miješaju se u njihov posao i imaju realistična očekivanja od djetetovog sudjelovanja u sportu.

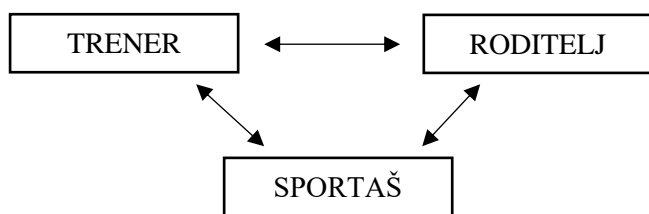
Za nedovoljno angažirane roditelje Hellstedt (1987) je ustvrdio da najvjerojatnije neće pružati djetetu dovoljno podrške vezano za njegovo sudjelovanje u sportu, neće dolaziti na natjecanja i treninge niti će biti zainteresirani za djetetov razvoj i napredak u sportskim aktivnostima. Byrne (1993) u ovoj skupini razlikuje nezainteresirane roditelje i one koji su pogrešno informirani. Nezainteresirane roditelje opisao je kao one koji sve što je vezano uz djetetov sport prepuštaju isključivo treneru, a sportske aktivnosti im služe za „čuvanje djeteta“ dok se oni bave drugim stvarima. Pogrešno informirani roditelji također nisu prisutni na treninzima i natjecanjima, ali ne nužno zato što to ne žele već vjerojatno zato što ne razumiju važnost uloge roditelja u sportskim aktivnostima djeteta.

Ideja da previše i premalo uključenosti roditelja u sport djeteta ne djeluje pozitivno na djetetova iskustva u sportu potvrđena je i u istraživanjima (Averill i Power, 1995; Power i Woolger, 1994; Stein i sur., 1999). Visoka razina uključenosti roditelja u sport djeteta povezana je s manjom razinom djetetove suradnje s trenerom (Averill i Power, 1995) i višim razinama stresa mladih sportaša (Stein i sur., 1999). S druge strane, dobiveno je da djeca roditelja koji su podržavajući i umjereno uključeni s najvećim entuzijazmom sudjeluju u sportu (Power i

Woolger, 1994). Bez obzira na to, do sada nisu provedena istraživanja koja bi se bavila zadovoljstvom roditelja ili iskustvima koje doživljavaju u sklopu uloge roditelja sportaša s obzirom na razinu njihove uključenosti.

## 1.2. Uloga roditelja u različitim fazama sportskog razvoja djeteta

Mnoge odrasle osobe na neki su način uključene u dječje sportske aktivnosti, a treneri i roditelji zasigurno predstavljaju najvažnije od svih jer upravo njihova ponašanja, stavovi i vjerovanja neizbježno utječu na djetetovo iskustvo u sportu. Zbog toga Hellstedt (1987) predlaže da se odnosi između trenera, sportaša i roditelja prikazuju u obliku trokuta u kojem su sve veze između članova tog trokuta dvosmjerne (Slika 2). To bi značilo da konflikti i nerazumijevanja unutar bilo koje dijade u tom odnosu neminovno utječu i na trećeg člana (Byrne, 1993).

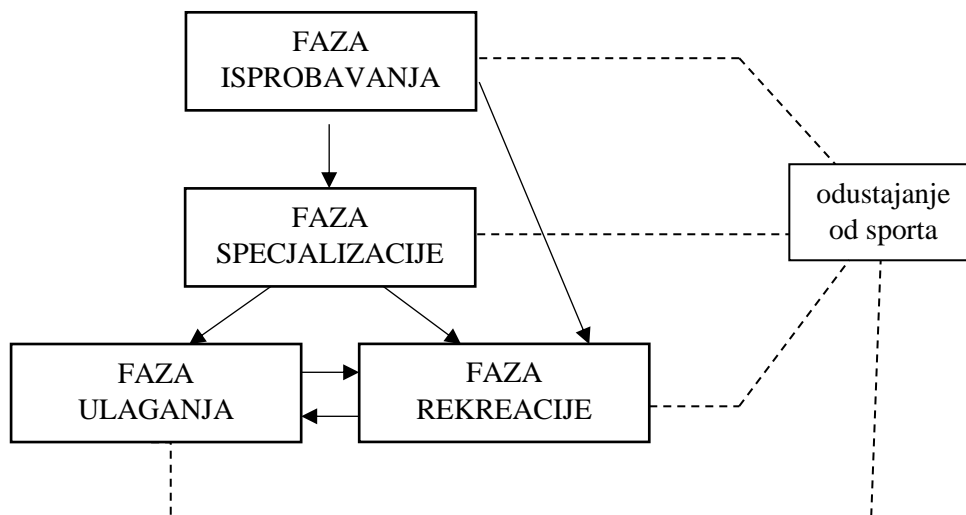


Slika 2. Sportski trokut (preuzeto iz Hellstedt, 1987)

Vealey i Chase (2015) predlažu „3M“ model prema kojem roditelji sportaša imaju tri važne uloge u sportu svog djeteta: menadžera (eng. *manager*), modela (eng. *model*) i osiguravatelja smisla (eng. *meaning maker*). Uloga menadžera pretpostavlja pružanje financijske podrške, koordinaciju putovanja i odlazaka na treninge, žrtvovanje vlastitog vremena za praćenje djeteta na treninzima i natjecanjima te volontiranje i pomoć u klubu. Jedan od iznimno važnih zadataka roditelja unutar ove uloge je upoznavanje djeteta s različitim sportovima i vrstama tjelesnih aktivnosti. Druga važna uloga roditelja mladih sportaša koju navode Vealey i Chase (2015) je biti model svom djetetu putem vlastitog aktivnog sudjelovanja u sportskim aktivnostima ili isticanjem vjerovanja o važnosti i vrijednosti djetetovog sudjelovanja u sportu. Treća uloga nazvana je osiguravateljem smisla, a odnosi se na emocionalnu podršku i ohrabrenje koje roditelji daju svojoj djeci putem pružanja bezuvjetne ljubavi i prihvaćanja koji nisu uvjetovani djetetovim rezultatom, ali i ispravno atribuiranje, dozvoljavanje djetetu da griješi te hvaljenje ulaganja truda i napretka uz poticanje djetetove autonomije.

Uloga roditelja mijenja se s obzirom na fazu sportskog razvoja u kojoj se nalaze njihova djeca sportaši (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002; Harwood i Knight, 2015; Lauer i sur., 2010). Postoje brojni prijedlozi modela i podjela faza kroz koje sportaši prolaze u svojoj sportskoj karijeri (npr. Balyi i sur., 2013; Bloom, 1985; Wylleman i Lavallee, 2004). Autori koji se bave istraživanjima stresa roditelja u sportu (Harwood i Knight, 2009b) smatraju kako teorija koju je predložio Côtè (1999) predstavlja najprikladniji okvir za istraživanja u tom području jer fokus stavlja na dob djece kada su zahtjevi koje sport stavlja pred njihove roditelje najizraženiji (od ranog djetinjstva do kasne adolescencije).

Côtè (1999; Côtè i Hay, 2002) u svom modelu faza razvoja sportaša (Slika 3) predstavlja ideju da sportaši u svom razvoju prolaze kroz 3 faze: (1) faza isprobavanja (eng. *sampling years*), (2) faza specijalizacije (eng. *specializing years*) i (3) faza ulaganja (eng. *investment years*). Pri tome se razvoj vještina i uživanje smatraju važnim odrednicama djetetovog ostanka u sportu kao i progresije kroz faze razvoja (Côtè i Hay, 2002). U sklopu tog modela navodi se i postojanje faze rekreacije (eng. *recreation years*) u kojoj djeca redovito sudjeluju u sportskim aktivnostima, ali s fokusom na zdravlje i uživanje umjesto na dostizanje elitne razine izvedbe (Côtè i Hay, 2002).



Slika 3. Faze razvoja sportaša (preuzeto iz Côtè i Hay, 2002)

U *fazi isprobavanja* djeca se nalaze između svoje 6. i 13. godine (Côtè, 1999). U ovoj fazi djeci bi sudjelovanje u različitim sportovima trebalo prije svega predstavljati zabavu i uzbuđenje, uz naglasak na usmjerenu igru i bez fokusa na intenzivan trening (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002). Roditelji bi u ovoj fazi trebali zainteresirati svoje dijete za sport te mu osigurati



mogućnost isprobavanja širokog spektra različitih sportova kako bi razvilo bazične motoričke sposobnosti (trčanje, skakanje, bacanje) (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002). Istraživanja ukazuju na to da roditelji (osobito majke) igraju izuzetno važnu ulogu u uključivanju djece u formalne oblike sportskih aktivnosti (Howard i Mardigal, 1990). Međutim, odabir aktivnosti nije jednostavan za njihove roditelje, a način na koji ih odabiru može utjecati na roditeljevo zadovoljstvo odabranom aktivnosti kao i na predanost odabranoj organizaciji (Green i Chalip, 1998). Nakon faze isprobavanja dijete prelazi u fazu specijalizacije, fazu rekreacije ili odustaje od sporta (Slika 3).

U *fazi specijalizacije* dijete odabire jedan do dva sporta, uz naglasak na razvoj vještina specifičnih za sportove kojima se dijete bavi (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002). Djeca se u ovoj fazi uglavnom nalaze između svoje 13. i 15. godine (Côtè, 1999). Fokus bi i dalje trebao biti na zabavi i uživanju u sportskim aktivnostima, ali u ovoj fazi postepeno sve više do izražaja dolazi i rad na poboljšanju vještina i izvedbe uz povećanu posvećenost sportu (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002). Côtè (1999) navodi kako su pozitivna iskustva s trenerom, poticanje od strane starijeg brata/sestre, te uspjeh i uživanje u aktivnosti ono što određuje koju će aktivnost u ovoj fazi dijete odabrati, a od koje će odustati. U ovoj fazi pojačava se uključenost djece u sportske aktivnosti što ima posljedice i na njihove roditelje koji se susreću s povećanim zahtjevima vezanim za financije, uključenost u sport djeteta, ali i pružanje emocionalne podrške (Côtè, 1999; Wolfenden i Holt, 2005). Harwood i Knight (2015) navode kako se prelaskom u ovu fazu povećavaju logistički zahtjevi postavljeni pred roditelje sportaša, te kako je uloga roditelja pružiti odgovarajuću podršku vezano za natjecanja kao i osigurati pristup profesionalno strukturiranoj trenerskoj podršci i programima treninga. Nakon faze specijalizacije dijete prelazi u fazu ulaganja, fazu rekreacije ili odustaje od sporta (Slika 3).

U *fazi ulaganja* dijete sportaš slijedi svoj cilj da dostigne vrhunsku razinu sudjelovanja u sportu zbog čega se povećava njegova predanost jednom sportu i usmjerenom treningu kojem posvećuje značajnu količinu svog vremena (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002). U ovoj fazi, u koju ulazi oko 15. godine, fokus je na razvoju vještina i taktičkih elemenata te na natjecateljsku komponentu sportske aktivnosti (Côtè, 1999). Roditelji u ovoj fazi i dalje ostaju uključeni u djetetov sport kroz čitav niz uloga te je poželjno da i dalje nastave pružati bezuvjetnu emocionalnu i socijalnu podršku svom djetetu, posebno kada se ono susretne s poteškoćama (npr. ozljeda, pritisak, neuspjeh) (Côtè, 1999). Prelazak iz faze specijalizacije u fazu ulaganja predstavlja jedan od najizazovnijih perioda za roditelje sportaša (Harwood i Knight, 2015). U

ovoj fazi roditelji često žrtvuju svoje privatne živote, ali i živote ostatka obitelji (npr. djece koja nisu uključena u sport) kako bi djetetu sportašu omogućili adekvatne uvjete (Côtè, 1999). Odnos trener-sportaš u ovoj fazi postaje snažniji dok se vrsta i razina povezanosti s roditeljima mijenja. To može biti izazovno za roditelje koji i dalje ostaju izuzetno zainteresirani za djetetov sport te rezultirati osjećajem izoliranosti i udaljenosti od djetetovog sporta (Jowett i Timson-Katchis, 2005). Uloga roditelja u ovoj je fazi više usmjerena na suradnju s djetetom prilikom donošenja odluka vezanih za obrazovanje te realistično gledanje na prilike i zahtjeve koje predstavlja potencijalna karijera djeteta u elitnom sportu (Harwood i Knight, 2015). Nakon faze ulaganja osoba prelazi u fazu rekreacije ili odustaje od sporta (Slika 3).

U *rekreacijskoj fazi* dijete sudjeluje u sportu redovito, ali bez tendencija da dostigne razinu vrhunskog sporta pri čemu se naglasak stavlja na igru, uživanje u aktivnosti, održavanje zdravlja i osobni rast (Côtè i Hay, 2002). Iz rekreacijske faze osoba se može vratiti u fazu ulaganja, ali i odustati od sporta (Slika 3). Na roditeljima je da u ovoj fazi potiču i omogućće sudjelovanje djeteta u različitim, zabavnim aktivnostima (Harwood i Knight, 2015).

Faze isprobavanja, specijalizacije i ulaganja u prijašnjim su istraživanjima (Harwood i Knight, 2009b) identificirane kao najrelevantnije za istraživanje stresa roditelja sportaša. Pri tome je jedan od izazova svakako predstavljalo smještanje djeteta u odgovarajuću fazu razvoja budući da se dob ulaska u pojedine faze može razlikovati s obzirom na vrstu sporta (Côtè, 1999). Jedan od načina kako se može identificirati u kojoj se fazi nalazi dijete sportaš je prema količini usmjerene igre (eng. *deliberate play*) i usmjerenog treninga (eng. *deliberate practice*). Usmjereni trening obuhvaća organizirane aktivnosti koje sadrže pravila, zahtijevaju aktivno sudjelovanje i koje su osmišljene s fokusom na uživanje i ugodna iskustva, a samo sudjelovanje u njima trebalo bi predstavljati uživanje (Côtè i Hay, 2002). Usmjereni trening predstavlja visoko strukturirane aktivnosti koje traže ulaganje truda, cilj im je poboljšanje i podizanje razine izvedbe, a sudjelovanje u njima najčešće nije samo po sebi ugodno niti popraćeno vanjskim nagradama (Ericsson i sur., 1993).

Kao što navode Côtè i Hay (2002), u fazi isprobavanja naglasak bi trebao biti na usmjerenom igri, dok bi usmjerenog treninga trebalo biti vrlo malo. Kako dijete prelazi u fazu specijalizacije, povećava se količina usmjerenog treninga, a smanjuje količina usmjerene igre te oni postaju podjednako zastupljeni. U fazi ulaganja količina usmjerenog treninga trebala bi biti visoka, dok se količina usmjerene igre nastavlja smanjivati te ona postaje vrlo niska.

Uz to što sportaši prolaze kroz navedene faze, u literaturi je sugerirano da i roditelji sportaša prolaze kroz tranzicije (Côtè i Hay, 2002; Wylleman i Lavalee, 2004). U skladu s fazom u kojoj se nalaze njihova djeca mijenja se i uloga roditelja kao i zahtjevi koji se pred njih postavljaju (Côtè, 1999; Côtè i Hay, 2002; Harwood i Knight, 2015; Lauer i sur., 2010). Uz to, stresori koje roditelji doživljavaju također se razlikuju s obzirom na fazu razvoja u kojoj se njihova djeca nalaze (Harwood i Knight, 2009b).

### **1.3. Prikaz novijih istraživanja iskustava i ponašanja roditelja u sportskom kontekstu**

#### **1.3.1. Adaptivni i neadaptivni stilovi roditeljstva u sportu**

Stil roditeljstva predstavlja obiteljsku emocionalnu klimu stvorenu od strane roditelja, a u kojoj su ponašanja roditelja prema djetetu bazirana na roditeljevim stavovima i vrijednostima (Darling i Steinberg, 1993). Maccoby i Martin (1983) razlikuju četiri stila roditeljstva: autoritativan, autoritaran, permisivan i indiferentan. Autoritativan stil je onaj u kojem asertivan i podržavajući roditelj pred dijete postavlja visoke standarde i jasna ograničenja, ali uz mnogo topline i razumijevanja te poklanjanja pažnje djetetovim emocionalnim potrebama. Autoritaran stil je onaj u kojem je roditelj vrlo direktivan i kontrolirajući, stavlja naglasak na postizanje discipline i konformizam djeteta te nema tendenciju djetetu pružati puno podrške, ljubavi i topline. Permisivan stil je onaj u kojem je roditelj topao i podržavajući, ali ne postavlja gotovo nikakve granice i standarde u odgoju. Naposljetku, indiferentan stil je onaj u kojem roditelj djetetu ne postavlja gotovo nikakva ograničenja te mu pruža gotovo nimalo topline, razumijevanja i podrške.

Dosadašnja istraživanja pokazuju da izloženost autoritativnom stilu roditeljstva može igrati zaštitnu ulogu u razvoju perfekcionizma mladih nogometaša pri čemu su nezdravi perfekcionista izvještavali o nižim razinama autoritativnosti svojih roditelja od zdravih perfekcionista i neperfekcionista (Sapieja i sur., 2011). Nezdravi perfekcionista su oni pojedinci koji imaju visoke standarde izvedbe, ali i visoku razinu brige oko toga da neće uspjeti dostići te visoke razine izvedbe (Stroeber i Otto, 2006). S druge strane, zdravi perfekcionista imaju visoke standarde izvedbe, ali i nisku razinu brige oko toga hoće li ih uspjeti dostići (Stroeber i Otto, 2006).

S druge strane, Grolnick (2003) predlaže koncept stilova roditeljstva baziran na Teoriji samodeterminacije (Deci i Ryan, 1985). U njemu se naglasak stavlja na količinu podrške djetetovoj autonomiji nasuprot kontroli (eng. *autonomy support versus control*), strukturu (eng.

*structure*) i uključenost (eng. *involvement*) roditelja. Pri tome podržavajući stil karakterizira okruženje koje dozvoljava djetetu da samo inicira i odabire ponašanja, rješava probleme i donosi odluke pri čemu ne osjeća pritisak da se ponaša na određeni način, dok kontrolirajući stil pretpostavlja stvaranje pritiska djetetu da se ponaša na određen način uz upravljanje ponašanjem putem kontrolirajućeg nagrađivanja i kazni (Grolnick i Ryan, 1989). Struktura podrazumijeva davanje smjernica i informacija djetetu, a uključuje izražavanje očekivanja od djeteta, objašnjavanje zašto je to što se očekuje važno, opisivanje posljedica ostvarivanja i ne ostvarivanja tih očekivanja te konzistentnost u pridržavanju svega navedenog (Grolnick, 2003). Uključenost roditelja označava osiguravanje resursa djetetu (npr. dostupnost roditelja, osiguravanje opreme za aktivnosti i školu, pružanje topline i podrške, interes za djetetove aktivnosti) (Grolnick, 2003). Navedeni teorijski okvir u svom su istraživanju koristili Holt i suradnici (2009) koji su intervjuirali roditelje (N = 56) i njihovu djecu (34 sportašice) kako bi ispitali stilove roditeljstva te s njima povezana ponašanja roditelja. Zaključili su da su roditelji koji primjenjuju podržavajući stil roditeljstva vrlo uključeni u život svog djeteta, ali mu pritom ne stvaraju pritisak te održavaju ravnotežu između osiguravanja odgovarajuće strukture i dozvoljavanja djetetu da sudjeluje u donošenju odluka. Pokazalo se također da takvi roditelji prepoznaju kada je najbolje vrijeme za razgovor s djetetom o stvarima vezanim uz sport pri čemu imaju tendenciju koristiti otvorenu, dvosmjernu komunikaciju. Roditelji koji su primjenjivali kontrolirajući stil roditeljstva također su bili vrlo uključeni u sportski život svog djeteta (te njegov život općenito), ali bez postojanja otvorene i dvosmjerne komunikacije. Također, ovo je istraživanje pokazalo da su u nekim obiteljima prisutne razlike u roditeljskim stilovima i ponašanjima oca i majke, da postoji određena nedosljednost u ponašanjima roditelja u različitim situacijama te da djeca u određenoj mjeri utječu na stil i ponašanje svojih roditelja (npr. roditelji počinju koristiti više podržavajući stil nakon što dijete pokaže da preuzima odgovornost za svoje ponašanje).

Ovisno o teorijskom modelu koji autori odabiru, iz postojeće literature može se zaključiti da su autoritativan odnosno podržavajući stil roditeljstva prepoznati kao poželjni u sportskom kontekstu (Harwood i Knight, 2015). Također, evidentno je da trenutno postoji tek manji broj istraživanja koja su se bavila stilovima roditeljstva u kontekstu sporta i sportskih aktivnosti. S druge strane, postoji nekolicina istraživanja koja se bavila ispitivanjem utjecaja roditelja na djecu u sportu uzimajući u obzir njihova konkretna ponašanja.

### 1.3.2. Preferencije sportaša vezane za ponašanja roditelja na natjecanjima

Nekolicina istraživanja pokušala je otkriti što djeca misle o ponašanjima svojih roditelja za vrijeme sportskih događaja, a njihovi rezultati potvrđuju da djeca preferiraju podržavajuća ponašanja (Knight i sur., 2010; Knight i sur., 2011; Omli i Weise-Bjornstal, 2011).

U istraživanju u kojem su sudionici bili mladi sportaši (7-14 godina starosti), a koje su proveli Omli i Weise-Bjornstal (2011) djeca su navodila koja ponašanja svojih roditelja smatraju podržavajućima, koja ponašanja mogu tolerirati, a koja izuzetno ne vole. Pokazalo se da djeca preferiraju da njihovi roditelji sportske događaje prate u tišini pri čemu je važno da kontroliraju svoje emocije, održavaju pozitivan stav i aktivno prate ono što se događa na terenu. Kada je to prikladno djeca vole i da im roditelji navijaju i plješču, ali za sve članove tima bez da se time ističu pojedinci. Također, djeca cijene pohvale kada im se daju kao reakcija na njihov trud i izvedbu te kada se daju u odgovarajuće vrijeme jer im u suprotnom to može remetiti koncentraciju. Vole i kada njihovi roditelji pokazuju empatiju te kada svojim ponašanjima i reakcijama uzimaju u obzir kako se osjećaju drugi sudionici sportskih događaja, posebno sportaši koji su manjeiskusni ili sportaši koji pripadaju protivničkom timu. U situacijama kada natjecanje postane previše grubo djeca su navodila da prihvatljivim smatraju interveniranje roditelja u svrhu zaštite djeteta. Davanje uputa, savjeta te davanje podrške uz iskazivanje frustracije zbog nedostatka uspjeha djeca toleriraju u određenim situacijama, ali ih ne preferiraju i smatraju ih nepotrebni. Naposljetku, ponašanja kao što su svađanje s trenerima i sucima, okrivljavanje sudaca za nepoželjne ishode, ponižavanje (negativni komentari i glasno iskazivanje neodobravanja), ometajuća ponašanja (zvanje djeteta za vrijeme sportske izvedbe, fućkanje, mahanje djeci za vrijeme izvedbe, pokušaj ostvarivanja fizičkog kontakta s djecom i sucima za vrijeme natjecanja), vikanje i fanatično navijanje izrazito ne vole.

Nadalje, u istraživanju vezanom za poželjna ponašanja roditelja na natjecanjima koje su proveli Knight i suradnici (2010) mladi muški tenisači iz Kanade (prosječna dob 13 godina) izrazili su kako ne žele da im roditelji daju tehničke i taktičke savjete te da stavljaju naglasak na rezultat, već da preferiraju komentare vezane uz trud i stav te savjete koji će im pomoći u pripremi i oporavku od natjecanja (npr. vezano za prehranu). Pri tome su naglašavali kako im je važno da roditelji ne budu previše repetitivni te da im dozvole kontrolu i autonomnost, ali i da se ponašaju u skladu s pravilima sporta i da neverbalno ponašanje usklade s verbalnim. Pri tom žele da i verbalno i neverbalno ponašanje roditelja bude pozitivno i podržavajuće. Slično istraživanje Knight i suradnici (2011) proveli su na mladim sportašicama (prosječna dob 13,5

godina) koje su se bavile različitim timskim sportovima. Rezultati tog istraživanja ukazali su na to da se preferirana ponašanja roditelja razlikuju ovisno o dijelu natjecanja (prije, za vrijeme i poslije). Sportašice su navodile da neposredno prije natjecanja žele da im roditelji pomognu u fizičkoj i mentalnoj pripremi pri čemu je važno da razumiju i poštuju njihove potrebe. Za vrijeme natjecanja preferiraju da ih roditelji ohrabruju i navijaju za cijeli tim, a ne samo za individualnu izvedbu jedne igračice, da fokus ne stavljaju na ishod nego na trud, da imaju pozitivnu interakciju sa sportašima za vrijeme utakmice (navijanje, pljeskanje i pohvale za dobre izvedbe) te da zadrže emocionalnu kontrolu. S druge strane, mlade sportašice ne žele da roditelji za vrijeme natjecanja svojim ponašanjem privlače pažnju na sebe ili svoje dijete, da glume trenera ili se svađaju sa sucima i organizatorima. Nakon natjecanja sportašice preferiraju da im roditelji daju pozitivne, ali realistične povratne informacije i to ne samo njihovi roditelji nego i roditelji drugih članica tima. Sudionice istraživanja izjavile su kako pozitivne povratne informacije i pohvale vole dobiti odmah nakon natjecanja dok konstruktivne kritike preferiraju dobiti nasamo. Pri tom im je važno da su roditelji iskreni, ali i da poštuju ako dijete ne želi odmah razgovarati o natjecanju s njima.

### 1.3.3. Percepcija trenera o ponašanjima roditelja u sportu

Uz želje i potrebe mladih sportaša, nekolicina istraživanja ispitivala je mišljenja i percepciju trenera o ponašanjima i ulozi roditelja djece u sportu (npr. Gould i sur., 2006; Gould i sur., 2008; Lauer i sur., 2010). U jednom od njih koje su proveli Gould i suradnici (2006) sudjelovalo je 132 američkih trenera mladih tenisača, a rezultati su pokazali da treneri smatraju kako roditelji igraju vrlo važnu ulogu u sportu njihove djece, te da navode kako je većina roditelja s kojima su surađivali u svojoj trenerskoj karijeri (njih gotovo 59 %) imala pozitivan učinak na sportski razvoj svog djeteta. Kao najčešća problematična ponašanja roditelja treneri su naveli pretjerano naglašavanje pobjede, nerealna očekivanja, sportsko podučavanje vlastitog djeteta, pretjerano kritiziranje djeteta, ali i pretjerano udovoljavanje djetetovim prohtjevima. Pri tome su pretjerano naglašavanje važnosti pobjede, kritiziranje djeteta i nedostatak emocionalne kontrole naveli kao problematična ponašanja s najozbiljnijim posljedicama. Kao najčešća pozitivna ponašanja roditelja treneri su naveli pružanje financijske, logističke i socio-emocionalne podrške te bezuvjetne ljubavi, ali i naglašavanje važnosti truda i napornog rada te osiguravanje prilika u sportu. Također, smatrali su da roditelji često podnose mnoge žrtve i odricanja kako bi omogućili sportski uspjeh djetetu, a kao ponašanje koje ima najveći utjecaj na dijete naveli su upravo pružanje bezuvjetne ljubavi i podrške djetetu.

Isti autori dvije godine kasnije (Gould i sur., 2008) proveli su slično istraživanje na 24 teniska trenera koristeći metodu grupnog razgovora odnosno fokusne grupe te su potvrdili da treneri većinom izvještavaju o pozitivnim iskustvima s roditeljima njihovih sportaša. Neka od pozitivnih ponašanja koja su treneri navodili bila su zadržavanje sporta u odgovarajućoj perspektivi (npr. fokusiranje na proces i na stvari koje dijete može kontrolirati umjesto na ishode), stavljanje naglaska na cjelokupan razvoj djeteta, pružanje podrške djetetu i kontrola emocija, posebno za vrijeme natjecanja. S druge strane, negativna ponašanja koja su treneri navodili odnosila su se na pretjerani naglasak na pobjedu, pretjeranu kontrolu i pretjeranu uključenost roditelja u sportske aktivnosti djeteta, agresivna ponašanja, negativnu komunikaciju usmjerenu na kritiziranje, negativna ponašanja koja utječu na proces treninga (npr. stalno mijenjanje trenera) te loša ponašanja tijekom treninga i natjecanja.

Kako bi ovu temu zahvatili još detaljnije, Lauer i suradnici (2010) intervjuirali su trenere, sportaše i roditelje o pozitivnim i negativnim ponašanjima roditelja u različitim fazama sportaševog razvoja u tenisu. Nakon analize odgovora svih uključenih strana, utvrđeno je sedam pozitivnih kategorija ponašanja: pružanje podrške, efikasna komunikacija, pomoć u donošenju odluka, pomoć u održavanju motivacije, pomoć u razvoju teniskog talenta, pružanje podrške djetetovom psihološkom i socijalnom razvoju te zadržavanje sportskog života u perspektivi. Negativnih ponašanja bilo je više, a odnosila su se na sljedeće kategorije: pretjerani pritisak, negativan stav i kritiziranje te vikanje, pretjerana uključenost, pretjerani naglasak na tenis i pobjedu, kontrolirajuća ponašanja, problemi u odnosu s trenerom, sprječavanje djeteta da bude neovisno, negativna i neefikasna komunikacija, loše odluke vezane za tenisku karijeru djeteta te neadekvatne emocionalne reakcije.

S obzirom na navedeno, bilo bi korisno roditelje mladih sportaša podučavati koja su to poželjna ponašanja kako bi im se olakšali napor da svom djetetu pruže odgovarajuću podršku u sportskom kontekstu, ali i izvan njega.

#### 1.3.4. Istraživanja iskustava roditelja sportaša

Osim ponašanja roditelja i stilova roditeljstva, istraživače je zanimalo i kakva su iskustva roditelja koja oni sami doživljavaju sudjelujući u sportskim aktivnostima svog djeteta. U istraživanju provedenom na 26 roditelja mladih sportaša (Dorsch i sur., 2009) ispitala se percepcija samih roditelja vezanih za promjene koje se, pod utjecajem sudjelovanja u sportskim aktivnostima njihove djece, događaju u njihovom ponašanju, kognicijama, emocijama i

odnosima. Utvrđeno je da je sudjelovanje djeteta u sportu utjecalo na promjene u ponašanjima njihovih roditelja kroz promjene u roditeljevom sudjelovanju u sportu (npr. vlastito uključivanje u sportske aktivnosti) i promjene u količini podrške koju su pružali svojoj djeci kao i količini žrtve koju su morali podnositi zbog sporta svog djeteta (npr. organizacija vremena, žrtvovanje obitelji, financijska ulaganja, logistička podrška). Promjene u kognicijama roditelja odnosile su se na promjene u njihovoj svjesnosti (npr. povećan interes za sport, svjesnost djetetovih i vlastitih znanja i sposobnosti u sportu), ciljevima (npr. prilagođavanje vlastitih ciljeva djetetovim, usvajanje šire perspektive o djetetovom sportskom razvoju) i znanju (npr. promjene u znanju o sportu). Promjene u emocijama roditelja odnosile su se na promjene u emocionalnoj povezanosti sa sportom (npr. nervoza zbog potencijalnih ishoda, uživanje u sportu, ponos na dijete, emocionalna povezanost s djetetovim sportom), upravljanju emocijama (npr. usvajanje strategija regulacije emocija, nošenje s razočaranjem, reflektiranje emocija) i reaktivnim emocionalnim iskustvima (npr. ljutnja/frustracija prema djetetu, obitelji i kontekstu sporta, mentalna i fizička iscrpljenost). Konačno, promjene u odnosima odnosile su se i na promjene u komunikaciji (npr. povećana komunikacija s djetetom, osiguravanje savjeta i povratnih informacija vezanih za sport, usmjeravanje očekivanja drugog roditelja) te promjene u odnosu roditelj-dijete (npr. poboljšanje odnosa roditelj-dijete, prilika da se upoznaju djetetovi prijatelji) i odnosu s drugim roditeljima (npr. gubitak socijalne mreže zbog djetetove tranzicije u sportu, prilika da se upoznaju ostale sportske obitelji, stvaranje socijalnih veza s drugim roditeljima sportaša). Također, rezultati ovog istraživanja ukazuju na to da se zahtjevi i očekivanja od roditelja povećavaju s porastom dobi djeteta tj. prelascima u više rangove natjecanja, da roditelji s malo ili nimalo sportskog iskustva doživljavaju veće promjene, da postoje razlike u promjenama koje su roditelji doživjeli ovisno o njihovom spolu, spolu djeteta, temperamentu djeteta i s obzirom na vrstu sporta koji dijete trenira, te da su promjene koje doživljavaju manje u većim zajednicama koje su više usmjerene na sport.

Wiersma i Fifer (2008) u svom su istraživanju, u kojem je sudjelovalo 55 roditelja sportaša, željeli identificirati pozitivne i negativne posljedice uključenosti roditelja u sport djeteta. Roditelji su naveli brojne pozitivne aspekte koje doživljavaju uslijed uključenosti njihovog djeteta u sport, a koje su se odnosile na koristi za dijete (npr. učenje životnih vještina, pripadanje, pojam o sebi) i koristi za njih same kao roditelje sportaša (npr. zadovoljstvo koje doživljavaju promatrajući djetetov napredak, uspjeh, igru i uživanje te dobivanje prilike za interakciju s drugim roditeljima, ali i provođenje vremena s vlastitim djetetom). Identificirali



su i izazove i poteškoće s kojima se suočavaju kao roditelji sportaša, a koji su bili vezani za pružanje podrške (instrumentalne i emocionalne) te nošenje s pritiskom vezanim za vlastito dijete (udovoljavanje zahtjevima djeteta i zahtjevima sporta).

Iz navedenog je jasno da roditeljima sportaša dječje sudjelovanju u sportu može predstavljati velik izvor stresa. Nekolicina istraživanja bavila se stresom, načinima suočavanja sa stresom i emocijama roditelja sportaša, a s obzirom na to da su navedene teme usko povezane s temom ovog istraživanja detaljno ćemo ih prikazati u nastavku.

#### **1.4. Stres i suočavanje sa stresom- teorijski okvir**

Postoje brojna istraživanja koja su se bavila stresom, procjenama stresora i načinima suočavanja sportaša i trenera (Britton i sur., 2019; Crocker i Graham, 1995; Didymus, 2017; Doron i Martinent, 2016; Dugdale i sur., 2002; Gaudreau i Blondin, 2002; Levy i sur., 2009). Međutim, tek je manji broj istraživanja proučavao stres roditelja sportaša (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019; Harwood i sur., 2010; Harwood i Knight, 2009a,b). Pritom su kao teorijski okvir najčešće korištene dvije teorije: (1) *Transakcijska teorija stresa* (Lazarus i Folkman, 1984) i (2) *Kognitivno-motivacijsko-relacijska teorija* (CMRT) (Lazarus, 1991, 1999, 2000).

##### **1.4.1. Proces nastanka stresa i reakcije na stresore u okviru Transakcijske teorije stresa i Kognitivno-motivacijsko-relacijske teorije (CMRT)**

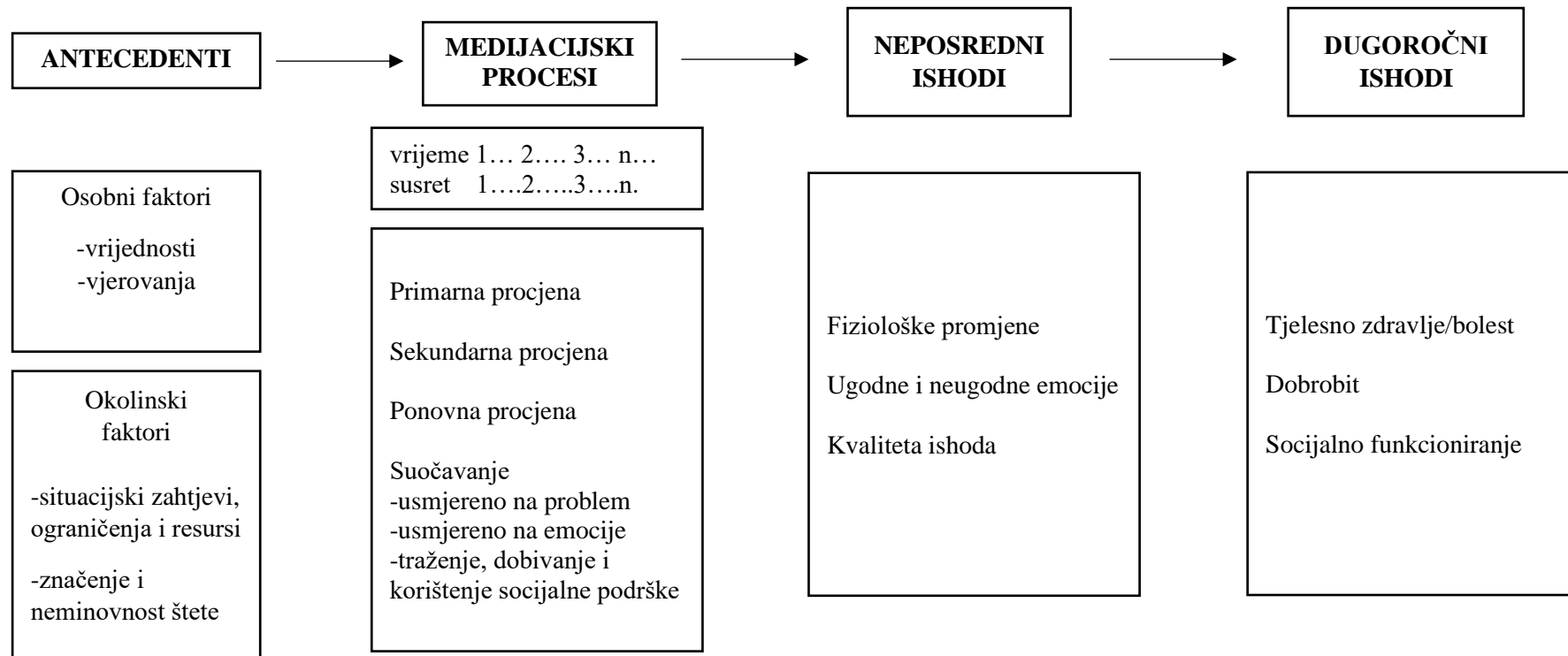
Lazarus i Folkman (1984) definiraju psihološki stres kao odnos između osobe i okoline za koji osoba koja ga doživljava procjenjuje da doseže ili prelazi njene dostupne resurse te ugrožava njeno blagostanje. Pritom se kognitivna procjena i suočavanje sa stresom smatraju temeljnim teorijskim konstruktima stresa i emocija koji svi zajedno čine proces (Lazarus, 1999). Prema ranije navedenim teorijama, taj proces započinje tako da se pojedinac suoči sa zahtjevom iz okoline (stresorom) za koji procjeni da je važan za njegovu osobnu dobrobit, a koji ili ugrožava tu dobrobit ili je veći od resursa koje osoba procjenjuje da ih ima (Lazarus, 1999; Lazarus i Folkman, 1984). Pritom je psihološko značenje koje osoba konstruira o onome što se događa (tzv. kognitivna procjena) presudno u izazivanju reakcije stresa i emocija koje iz njega proizlaze (Lazaurs, 1999). Nastavljajući se na *Transakcijsku teoriju stresa* (Lazarus i Folkman, 1984), *Kognitivno-motivacijsko-relacijska teorija* (CMRT; Lazarus, 1991) opisuje 3 razine tog procesa: (1) *antecedenti* (okolinski i osobni faktori), (2) *medijacijski procesi*

(procjena stresora, spremnost na akciju i suočavanje) i (3) *ishodi* (neposredni: fiziološke promjene, afekti, kvaliteta ishoda i dugoročni: socijalno funkcioniranje, dobrobit i tjelesno zdravlje/bolest) (Slika 4) .

#### 1.4.2 Antecedenti

##### *Faktori vezani za okolinu i situacijski faktori*

Faktori vezani za okolinu u kombinaciji s osobnim faktorima imaju potencijal utjecati na procjenu stresora, proces suočavanja i emocije koje iz njih proizlaze (Lazarus, 1999). Lazarus, (1999) u svojoj CMRT teoriji opisuje 4 varijable vezane za okolinu koje djeluju na stres i emocije kroz proces procjene stresora: 1) zahtjevi (eng. *demands*) koji predstavljaju pritisak od strane socijalne okoline da osoba djeluje na određene načine i ispoljava stavove koji se smatraju socijalno ispravnima (npr. postati osoba koju drugi poštuju i dive joj se, biti ljubazna i obzirna osoba, biti osoba koja se brine za dobrobit svoje obitelji ili u kontekstu sporta biti roditelj koji brine za fizičku i psihološku dobrobit djeteta, biti roditelj koji je podrška u sportskom razvoju djeteta i slično); 2) ograničenja (eng. *constraints*) koja određuju socijalno nepoželjna ponašanja iza kojih uglavnom slijedi kazna (npr. društvena pravila o tome kako se i kada izražava ljutnja); 3) prilika (eng. *opportunity*) koja proizlazi iz dobrog tajminga, ali i ovisi o sposobnosti osobe da prepozna prilike koje joj se pružaju i poduzme prave akcije u pravo vrijeme; 4) kultura (eng. *culture*), pri čemu Lazarus smatra da su temeljna relacijska značenja koja se nalaze u pozadini emocija univerzalna, ali i da postoje određene specifičnosti vezane za svaku emociju koje se mogu razlikovati s obzirom na kulturu. Tako kao primjer navodi da su relacijska značenja vezana za situacije koje izazivaju ljutnju, a koje uključuju ponižavanje i omalovažavanje, ista bez obzira na kulturu, ali definicija što je to omalovažavanje može se razlikovati ovisno o kulturi.



Slika 4. Teorijski prikaz procesa stresa i njegovih neposrednih i dugoročnih posljedica (preuzeto iz Lazarus i Folkman, 1984)

Osim utjecaja okoline, nužno je u obzir uzeti i situacijske varijable pa tako *Transakcijska teorija stresa* (Lazarus i Folkman, 1984) identificira osam situacijskih faktora koji se nalaze u pozadini procjene stresora: novost, predvidljivost, nesigurnost događaja, neizbježnost, trajanje, tajming u odnosu na životni ciklus, dvosmislenost i vremenska nesigurnost. Pri tome novost (eng. *novelty*), označava situaciju koju ta osoba nije prije doživjela odnosno uzima u obzir efekt prijašnjeg znanja o situaciji. Ovdje se uzima u obzir u kojoj je mjeri situacija osobi nova odnosno je li sličan događaj već doživjela i koliko često. Predvidljivost (eng. *predictability*) implicira postojanje karakteristika okoline koje su predvidive, a koje se mogu razaznati, otkriti ili naučiti. Kada se situacija odvija drugačije od očekivane time postaje nepredvidiva. Nesigurnost događaja (eng. *event uncertainty*) označava vjerojatnost da će se događaj dogoditi. Neizbježnost (eng. *imminence*) označava količinu vremena prije nego se događaj dogodi odnosno period iščekivanja prije nego događaj počne. Trajanje (eng. *duration*) koje se odnosi na to koliko dugo događaj traje. Tajming u odnosu na životni ciklus (eng. *timing of events in relation to the life cycle*) odnosi se na kontekst u kojem se stresor odvija. Naime, ponekad se stresori javljaju istovremeno kad i ostali stresni događaji u životu pojedinca. U takvim situacijama osoba trenutni stresni događaj procjenjuje u odnosu na te druge događaje koje također uzima u obzir. Dvosmislenost (eng. *ambiguity*) se odnosi na situacije u kojima su informacije potrebne da bi se procijenio stresor nedostupne ili nedovoljne. Naposljetku, vremenska nesigurnost (eng. *temporal uncertainty*) odnosi se na situacije kada osoba nije sigurna o vremenskim odrednicama događaja. U ovom slučaju osoba zna da će se nešto dogoditi, ali nije sigurna kada. Navedena situacijska svojstva predstavljaju faktore koji zajedno s drugim personalnim faktorima određuju potencijal da se zahtjev procjeni kao stresan (Lazarus i Folkman, 1984).

### *Osobni faktori*

Za razumijevanje kako ljudi procjenjuju događaje kao stresne nije dovoljno samo razumjeti karakteristike situacije i okoline već je važno u obzir uzeti i osobne faktore. Lazarus i Folkman (1984) navode dva osobna faktora koja određuju procjenu: (1) predanosti koje predstavljaju ono što je osobi važno, a odnose se na izbore, vrijednosti i ciljeve te osobe i (2) vjerovanja koja određuju kako osoba doživljava i razumije svoju okolinu (npr. vjerovanja o osobnoj kontroli, egzistencijska vjerovanja). U svojoj *Kognitivno-motivacijsko-relacijskoj teoriji* (CMRT) Lazarus (1991, 1999, 2000) također ističe važnost osobnih faktora pojedinca za kognitivnu procjenu i emocionalni odgovor, posebno onih koji se odnose na ciljeve,

vjerovanja osobe o sebi i svijetu i osobne resurse (npr. inteligencija, novac, socijalne vještine, obrazovanje). On smatra da bez cilja koji je ugrožen ne postoji potencijal za doživljaj stresa ili emocija, a važno je u obzir uzeti i hijerarhiju ciljeva kao i vjerojatnost i cijenu njihovog ostvarivanja.

#### 1.4.3. Medijacijski procesi

##### *Kognitivna procjena*

Kognitivna procjena (eng. *cognitive appraisal*) predstavlja način na koji osoba procjenjuje značajnost situacije u odnosu na njenu dobrobit (Lazarus i Folkman, 1984). Postoje dvije vrste te procjene, primarna i sekundarna, koje su međuzavisne (Lazarus, 1999). Primarna se odnosi na procjenu koliko je situacija relevantna ili značajna za osobnu dobrobit, predanost ciljevima, vrijednosti, vjerovanja o sebi i svijetu te situacijske namjere pojedinca, dok se sekundarna procjena odnosi na procjenu zahtjeva situacije, pojedinačnih resursa da se s njima suoči, opcija koje ima za suočavanje s njima, razine kontrole nad vlastitim akcijama i potencijalnih ishoda koji slijede iz uključivanja u situaciju (Lazarus, 1991, 1999, 2000; Lazarus i Folkman, 1984). Lazarus i Folkman (1984), a kasnije i Lazarus (1991, 1999) unutar svojih teorija navode i ponovnu procjenu (eng. *reappraisal*) kao još jednu vrstu kognitivne procjene koja predstavlja naknadnu promjenu u procjeni uslijed novih informacija.

Prilikom primarne procjene osoba se pita je li neki njen cilj ili neka vrijednost ugrožena i koji će biti ishod situacije (Lazarus, 1999). Ukoliko osoba smatra da je ono što se događa relevantno za njenu dobrobit tj. vrijedno pažnje i mobilizacije resursa doći će do procjene da je to stanje stresa (Lazarus, 1999). Sastavni dijelovi primarne procjene prema Lazarusovoj CMRT teoriji su važnost ciljeva (eng. *goal relevance*), podudarnost ciljeva (eng. *goal congruence or incongruence*) i tip osobne uključenosti (eng. *type of ego involvement*) koji obuhvaća socijalno i osobno samopoštovanje, moralne vrijednosti, ego ideale, značenja i ideje, druge ljudi i njihovu dobrobit te životne ciljeve (Lazarus, 1999).

Lazarus i Folkman (1984) opisuju 3 tipa primarne procjene: (1) irelevantna primarna procjena (eng. *irrelevant*) kada osoba procjeni da situacija nema nikakav utjecaj na njenu dobrobit, (2) benigna-pozitivna primarna procjena (eng. *benign-positive*) kada osoba procjeni da situacija pozitivno djeluje na njenu dobrobit ili da ima potencijal da tako djeluje i (3) procjena situacije kao stresne (eng. *stressful*) koja uključuje procjenu štete/gubitka, prijetnje i izazova. Njihovu podjelu dalje proširuje Lazarusova (1991, 1999, 2000) CMRT teorija koja

tvrdi da postoje 4 vrste procjene: (1) izazov koji predstavlja očekivanja osobe da će joj situacija donijeti korist u budućnosti (eng. *challenge*), (2) prijetnju koja označava štetu i gubitke za koje se smatra da će se dogoditi u budućnosti (eng. *threat*), (3) štetu/gubitak koja predstavlja štetu koja se već dogodila (eng. *harm/loss*) i (4) korist koja predstavlja ideju da se dobitak već ostvario (eng. *benefit*). Posljednju kategoriju Lazarus (1999) dodaje u teoriju kada je proširuje na emocije s idejom da ta kategorija obuhvaća i pozitivno intonirane emocije. Lazarus (2000) navedene procjene u svojoj CMRT teoriji naziva relacijskim značenjima te ih u odnosu na prijašnje podjele (Lazarus, 1999; Lazarus i Folkman, 1984) dodatno kategorizira kao dobitke (eng. *gains*) u koje spadaju procjena izazova i koristi te gubitke (eng. *losses*) u koje spadaju procjene štete/gubitka i prijetnje. Navedene kategorije predstavljaju najšire kategorije analize stresa koje bi u istraživanjima trebalo razdvajati samo radi lakše analize (Lazarus, 1999). Naime, procjena štete/gubitka povezana je s prošlosti, ali ima i implikacije za budućnost pa nerijetko sadrži i elemente prijetnje, a procjene izazova i prijetnje (koje su obje fokusirane na budućnost) mogu se javiti istovremeno ili se izmjenjivati u istoj situaciji, iako je uobičajeno da jedna od njih bude dominantna. Ukratko, procjene stresora kao prijetnje i izazova nisu međusobno isključive i mogu se javljati istovremeno, ali trebalo bi ih tretirati kao odvojene konstrukte iako je za očekivati da će biti povezani (Lazarus i Folkman, 1984).

Sekundarna procjena predstavlja kognitivnu pozadinu suočavanja, a fokusira se na ono što bi osoba mogla poduzeti i koje su joj opcije za suočavanje sa stresorom (Lazarus, 2000; Lazarus i Folkman, 1984). Konkretno, osoba pokušava razmotriti koje su joj opcije suočavanja dostupne, kolika bi bila mogućnost njihove primjene i hoće li njihovo korištenje biti efikasno (Lazarus i Folkman, 1984). Prema Lazarusovoj CMRT teoriji (Lazarus, 1999), sekundarna procjena sastoji se od procjene krivnje ili zasluga za ishod (procjena tko ili što je odgovorno za štetu, prijetnju, izazov ili korist), potencijala za suočavanje (osobno uvjerenje koliko možemo uspješno djelovati da uklonimo štetu ili prijetnju i iskoristimo izazov ili korist) i očekivanja vezanih za budućnost (koja mogu biti pozitivna ili negativna). Važno je naglasiti da razlike u primarnim i sekundarnim procjenama stresora nisu vezane za vremenski slijed nego sadržaj procjene (Lazarus, 1999). Smatra se da niti jedna od navedene dvije vrste procjene stresora nije važnija od druge, a ne postoji niti jasan redoslijed koja dolazi prije, a koja kasnije, jer se obje vrste procjene mogu događati istovremeno i međusobno su zavisne. U kombinaciji one određuju razinu stresa kao i emocionalne reakcije na njega, a utječu i na suočavanje (Lazarus, 1999; Lazarus i Folkman, 1984).

## *Suočavanje sa stresom*

Suočavanje sa stresom definira se kao proces konstantno promjenjivih ulaganja kognitivnih i ponašajnih napora u svrhu upravljanja internalnim i/ili eksternalnim zahtjevima koji su procijenjeni kao stresni tj. kao oni koji dostižu ili premašuju resurse osobe (Lazarus i Folkman, 1984). Suočavanje može umanjiti stresne reakcije, bilo putem akcija koje mijenjaju odnos između osobe i okoline (kroz suočavanje usmjereno na problem) bilo putem promjene značenja situacije (kroz suočavanje usmjereno na emocije) (Lazarus, 1999). Lazarus i Folkman (1984) smatraju da dobro suočavanje znači da je osoba odabrala najbolji proces suočavanja za situaciju u kojoj se nalazi. To bi značilo da postoji slaganje između onoga što osoba radi, zahtjeva situacije i potreba osobe te da osoba može fleksibilno mijenjati strategije suočavanja ako procijeni da ne funkcioniraju. Autori u ovom području (Lazarus, 1999; Lazarus i Folkman, 1984) smatraju da se suočavanje treba proučavati kao dio procesa u kontekstu konkretne situacije, a ne stila suočavanja ili suočavanja kao osobine. Pri tom različite vrste stresa stvaraju posebne zahtjeve, ograničenja i prilike te bi se suočavanje trebalo proučavati i u međudnosu s vrstom stresa s kojim se osoba suočava (Lazarus, 1999).

U literaturi su opisane brojne podjele načina suočavanja sa stresom, a tri najčešće korištene u kontekstu sporta su (Nicholls i sur., 2016):

- (1) suočavanje usmjereno na emocije i suočavanje usmjereno na problem (Lazarus i Folkman, 1984)

Suočavanje usmjereno na problem (eng. *problem-focused coping*) podrazumijeva mijenjanje ili uklanjanje stresora, dok suočavanje usmjereno na emocije (eng. *emotion-focused coping*) obuhvaća upravljanje emocionalnim odgovorom ili reakcijom na problem. Kod suočavanja usmjerenog na problem osoba pokušava definirati problem, prikuplja informacije o tome što treba napraviti i mobilizira svoje akcije u svrhu mijenjanja stresne situacije i rješavanja problema, a same akcije suočavanja mogu biti usmjerene ili prema sebi ili prema okolini (Lazarus, 1999; Lazarus i Folkman, 1984). Suočavanje usmjereno na emocije usmjereno je na regulaciju emocija povezanih sa stresnom situacijom bez pokušaja da se promijeni sama situacija (Lazarus, 1999). U tu kategoriju spadaju strategije kao što su: izbjegavanje, minimalizacija, distanciranje, selektivno usmjeravanje pažnje, pozitivne usporedbe, izdvajanje pozitivnih vrijednosti iz negativnih događaja, samookrivljavanje,

mijenjanje značenja situacije, vježbanje, meditiranje, iskazivanje ljutnje i traženje emocionalne podrške (Lazarus i Folkman, 1984).

(2) strategija približavanja i strategija izbjegavanja (Roth i Cohen, 1986)

Roth i Cohen (1986) kategoriziraju strategije suočavanja kao (1) strategiju približavanja (eng. *approach*) koje obuhvaćaju poduzimanje akcije i pokušaje da se stekne kontrola nad onim što se događa i (2) strategiju izbjegavanja (eng. *avoidance*) koja je usmjerena na pokušaje da se osoba isključi iz situacije. Oni smatraju da u određenim situacijama ljudi preferiraju jedan od ta dva oblika suočavanja, ali i da te strategije nisu međusobno isključive te da mogu obje biti korištene u kontekstu iste situacije pa se tako osoba može najprije usmjeriti na pokušaje da se isključi iz situacije, a potom usmjeriti svoje resurse na stjecanje kontrole i poduzimanje akcije. Nadalje, obje vrste suočavanja imaju svoje prednosti i nedostatke (Roth i Cohen, 1986). Tako strategija približavanja potiče na odgovarajuću akciju, omogućava ventiliranje emocija te asimilaciju i razrješenje stresa, ali istovremeno može rezultirati povećanom razinom stresa i brige, pogotovo kada osoba nema mogućnost promijeniti situaciju ili emocionalno proraditi prijetnju s kojom se suočava. Strategija izbjegavanja omogućava redukciju stresa i anksioznosti te dovodi do povećane razine nade i hrabrosti ako se koristi u manjoj mjeri i dozirano te kroz dulji vremenski period. S druge strane, strategija izbjegavanja može otežati poduzimanje odgovarajuće akcije, izazvati emocionalnu tupost i ometajuća ponašanja te izazvati nedostatak svjesnosti o povezanosti simptoma sa stresom što smanjuje vjerojatnost da će osoba dobiti odgovarajući tretman.

(3) suočavanje usmjereno na zadatak, suočavanje usmjereno na isključivanje i suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije (Gaudreau i Blondin, 2002, 2004)

Gaudreau i Blondin, (2002, 2004) predlažu podjelu strategija suočavanja specifičnu za sportske situacije. Oni dijele načine suočavanja na (1) suočavanje usmjereno na zadatak (eng. *task oriented coping*) koje uključuje pokušaje da se savlada stresna situacija, (2) suočavanje usmjereno na isključivanje (eng. *disengagement oriented coping*) koje uključuje odustajanje od pokušaja da se ostvare ciljevi te isključivanje iz situacije i (3) suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije (eng. *distraction oriented coping*) koje obuhvaća usmjeravanje pažnje na stvari koje nisu povezane sa sportskim natjecanjem. Prilikom izrade upitnika suočavanja Gaudreau i Blondin (2002) navode kako smatraju da se suočavanje treba proučavati u kontekstu



konkretne stresne situacije te odlučuju mjeriti suočavanje sportaša prije, za vrijeme i nakon sportskog natjecanja.

Navedeno postojanje različitih podjela strategija suočavanja znatno otežava međusobnu usporedbu rezultata istraživanja, a podjele načina suočavanja predložene od strane Lazarusa i Folkmana (1984) te Roth i Cohena (1986) nisu dobile potvrdu u nekolicini kasnijih istraživanja (npr. Ayers i sur., 1996; Connor-Smith i sur., 2000; Walker i sur., 1997). Tako su Ayers i suradnici (1996) u svom istraživanju na uzorku djece dobili da podaci bolje pristaju modelu s 4 stila suočavanja (aktivno suočavanje, distrakcija, izbjegavanje i traženje podrške) nego podjeli na suočavanje usmjereno na emocije i suočavanje usmjereno na problem. Također, njihovo aktivno suočavanje obuhvaćalo je i suočavanje usmjereno na problem i suočavanje usmjereno na emocije jer je sadržavalo subskale kognitivnog donošenja odluka, direktnog rješavanja problema, traženja razumijevanja i pozitivne reinterpretacije. Slično su u svom istraživanju na adolescentima dobili i Connor-Smith i suradnici (2000) kod kojih jedan od načina suočavanja, primarna kontrola - suočavanje uključivanjem (eng. *primary control engagement coping*) uključuje rješavanje problema, regulaciju emocija i iskazivanje emocija. Navedeno predstavlja kombinaciju strategija usmjerenih na emocije i usmjerenih na rješavanje problema. Uz to, dobili su još 2 dimenzije namjernog (eng. *volitional*) suočavanja: sekundarna kontrola - suočavanje uključivanjem (eng. *secondary control engagement coping*) koja uključuje strategije prihvaćanja, traženja distrakcije, pozitivnog razmišljanja i kognitivno restrukturiranje te suočavanje isključivanjem (eng. *disengagement coping*) koje uključuje strategije poricanja, izbjegavanja i sanjarenja. Uz voljno suočavanje, Connor-Smith i suradnici (2000) predlažu i postojanje dvije strategije nenamjernog (eng. *involuntary*) suočavanja: nenamjerno uključivanje (eng. *involuntary engagement*) koje sadrži ruminiranje, intruzivne misli, emocionalnu pobuđenost, fiziološku pobuđenost i impulzivne akcije te nenamjerno isključivanje (eng. *involuntary disengagement*) koje uključuje kognitivnu interferenciju, nenamjerno izbjegavanje, nedostatak akcije i emocionalnu otupljenost. Naposljetku, Walker i suradnici (1997) na uzorku djece i adolescenata razvijaju upitnik za procjenu suočavanja s boli koji uključuje 3 vrste suočavanja: aktivno, pasivno i prilagodljivo, te dodatno potvrđuju neadekvatnost dvofaktorskih podjela načina suočavanja.

Zbog svega navedenog Nicholls i suradnici (2016) u okviru svoje meta-analize predlažu novu podjelu strategija suočavanja sa stresom za koju smatraju da bi najbolje odgovarala sportskom kontekstu, a koju dominantno baziraju na dimenzijama koje su ranije predložili

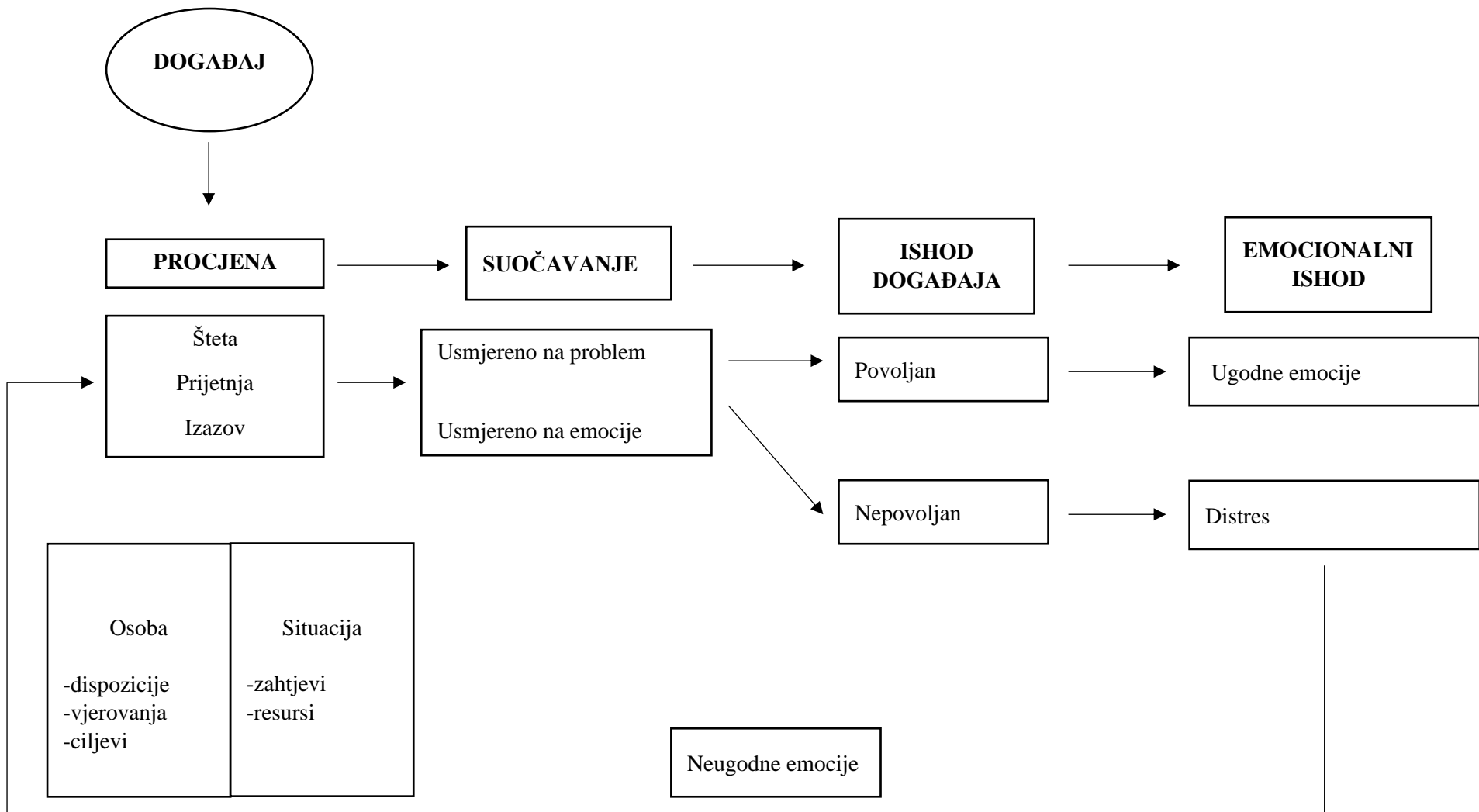
Connor-Smith i suradnici (2000). Oni načine suočavanja dijele na tri vrste: (1) savladavanje (eng. *mastery*) koje predstavlja preuzimanje kontrole nad situacijom i pokušaje eliminacije stresora, a koje je slično dimenziji primarne kontrole- suočavanje uključivanjem, (2) internalna regulacija (eng. *internal regulation*) koja obuhvaća strategije usmjerene na upravljanje internalnim odgovorima na stres, a koja je bazirana na dimenziji sekundarne kontrole- suočavanje uključivanjem i (3) povlačenje (eng. *goal withdrawal*) koja obuhvaća smanjenje količine uloženog truda prema ostvarenju cilja, a koje je bazirano na dimenziji suočavanja isključivanjem. Prilikom izrade meta-analize, Nicholls i suradnici (2016) su postojeće strategije suočavanja iz drugih klasifikacija kodirali tako da je suočavanje savladavanjem obuhvaćalo strategije kao što su suočavanje usmjereno na zadatak, suočavanje usmjereno na problem, uključivanje i strategija približavanja. Nadalje, internalna regulacija uključivala je suočavanje usmjereno na emocije, prihvaćanje, suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije i strategiju izbjegavanja. Konačno, povlačenje je uključivalo suočavanje usmjereno na isključivanje, ponašajno isključivanje, mentalno isključivanje i ventiliranje emocija.

Naposljetku, važno je naglasiti da se strategije suočavanja same po sebi ne smatraju učinkovitima ili neučinkovitima, već Lazarus i Folkman (1984) predlažu „*goodness-of-fit*“ hipotezu efikasnosti suočavanja. U sklopu te hipoteze pretpostavljeno je da su strategije suočavanja najefikasnije onda kada su usklađene s razinom kontrolabilnosti koju osoba doživljava u određenoj situaciji te kada postoji slaganje između onoga što se zaista događa i procjene osobe o značenju te situacije te o resursima koje osoba ima za suočavanje s tom situacijom (Folkman 1992; Lazarus i Folkman, 1984). Folkman (1992) daje primjer osobe koja nije procijenila potencijalno štetnu stresnu situaciju kao takvu pa prema tome neće niti koristiti strategije suočavanja koje bi bile odgovarajuće za tu situaciju, dok bi s druge strane pogrešna procjena situacije kao prijeteće (a u stvarnosti je benigna) mogla rezultirati korištenjem nepotrebnih strategija suočavanja što bi također bilo neefikasno. Načelno, smatra se da je suočavanje usmjereno na problem prikladno u situacijama u kojima osoba percipira da ima kontrolu nad situacijom, dok se suočavanje usmjereno na emocije smatra prikladnim u situacijama kada osoba smatra da nema puno kontrole nad onim što se događa (Folkman, 1992).

#### 1.4.4. Ishodi

Model predviđa postojanje kratkoročnih i dugoročnih ishoda procesa procjene i suočavanja (Lazarus i Folkman, 1984). Kratkoročni obuhvaćaju neposredne komponente

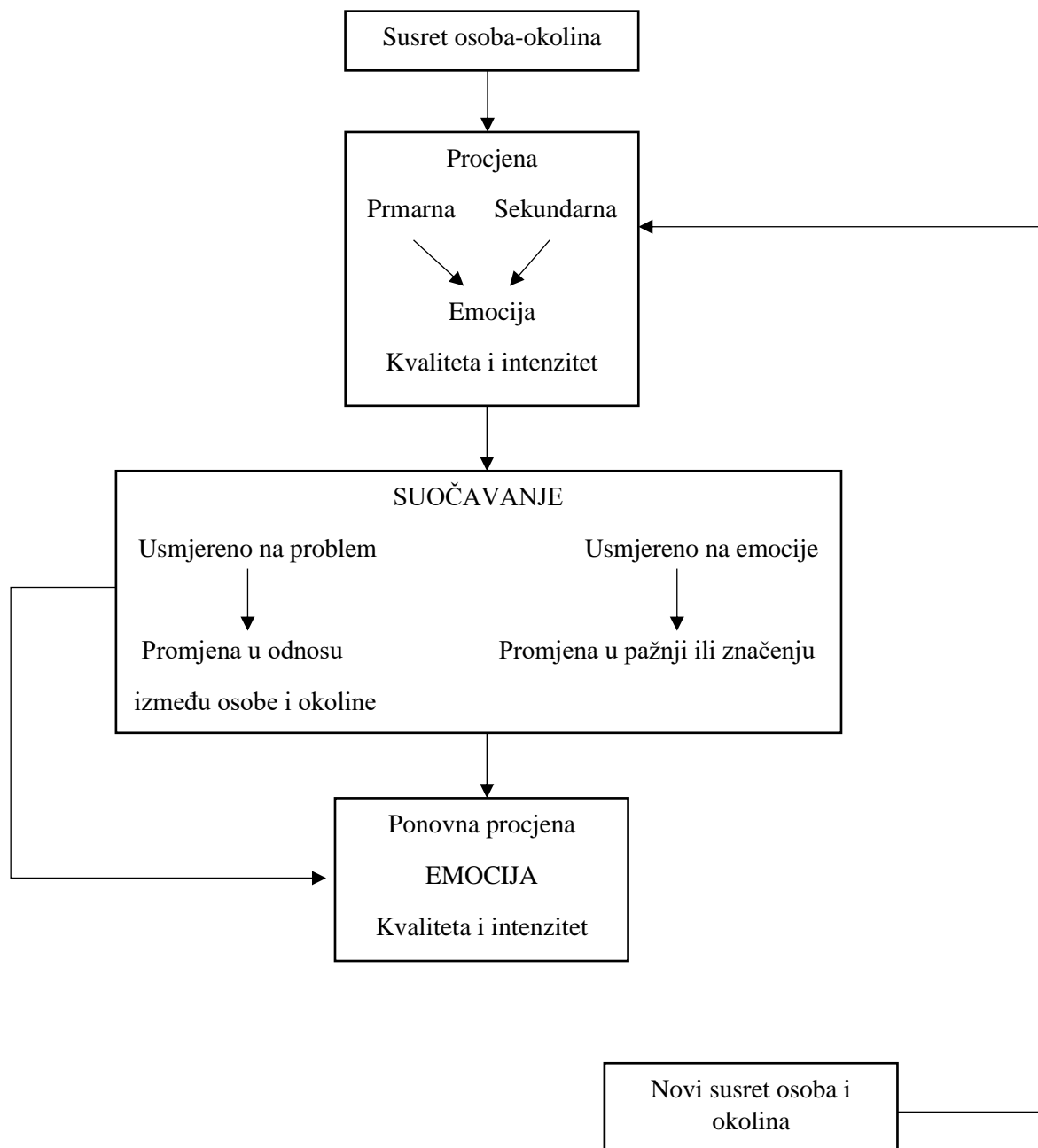
emocionalnog odgovora (ponašanja, fiziološke promjene, subjektivna stanja tj. afekti), dok se dugoročni odnose na utjecaje kroničnih emocionalnih obrazaca na socijalno funkcioniranje, moral i tjelesno zdravlje. Pri tome je očigledna ključna uloga emocija (Slika 5). Ukratko, procjene događaja kao prijetnje i štete praćene su neugodnim emocijama, dok su procjene događaja kao izazova praćene ugodnim emocijama (Folkman, 2008; Lazarus i Folkman, 1984). Kao odgovor na procjenu situacije javljaju se strategije suočavanja i to tako da se suočavanje usmjereno na problem obično koristi u situacijama kada osoba procjeni da nešto može poduzeti, dok se suočavanje usmjereno na emocije koristi onda kada osoba smatra da ne može ništa poduzeti i da situaciju treba prihvatiti (Folkman, 2008). Ugodne emocije javljaju se kao reakcija na povoljan ishod situacije, dok se kod nepovoljnih ishoda događaju neugodne emocije, a cijeli proces se ponavlja čime se stvaraju uvjeti za kronični stres (Folkman, 2008; Lazarus i Folkman, 1984).



Slika 5. Model stresa, suočavanja i emocionalne reakcije na stres Lazarusa i Folkmana (1984) (preuzeto iz Folkman, 2008)

Lazarus (2000) definira emocije kao organizirane psihofiziološke reakcije na trenutne odnose pojedinca s okolinom koje su najčešće interpersonalne ili se događaju u socijalnom kontekstu. Identificirao je 15 različitih emocija koje dijeli na (1) egzistencijalne emocije (eng. *existential emotions*) koje obuhvaćaju anksioznost, strah, krivnju i sram, (2) empatične emocije (eng. *emphatic emotions*) koje obuhvaćaju zahvalnost i suosjećanje, (3) zlovoljne emocije (eng. *nasty emotions*) koje uključuju ljutnju, zavist i ljubomoru, (4) emocije izazvane povoljnim životnim uvjetima (eng. *emotions provoked by favorable life conditions*) koje uključuju sreću, ponos i ljubav te (5) emocije izazvane nepovoljnim ishodima (eng. *emotions provoked by unfavorable outcomes*) koje uključuju olakšanje, nadu i tugu (Lazarus, 1999). On predlaže postojanje bazičnih relacijskih tema u pozadini svake od 15 emocija koje uključuje u svoju teoriju (Lazarus, 1999).

Lazarus (1999) tvrdi da su emocije i stres međuzavisni te da stres, suočavanje i emocije predstavljaju cjelinu koju treba proučavati zajedno, kao proces. Pri tom smatra da je način na koji procjenjujemo događaje ključan u određivanju naših emocionalnih reakcija, a procjenu smatra implikacijom određene emocije, kao i njenim sastavnim dijelom. Procjene utječu na emocije, ali važno je u obzir uzeti i strategije suočavanja kao bitan aspekt procesa emocija i emocionalnog života pojedinca. Tradicionalni pristup sugerira da suočavanje slijedi nakon pojave stresa i emocionalnog odgovora, ali Lazarus (1999) smatra da bi suočavanje trebalo tretirati kao sastavni dio procesa koji uključuje motivaciju, procjenu, suočavanje, stres i emocije. Naime, Folkman i Lazarus (1988) sugeriraju da veza između emocija i suočavanja ide u oba smjera. Prema njihovoj ideji, procjena štete, prijetnje, koristi ili izazova generira emocije te zajedno s njima utječe na procese suočavanja koji zatim mijenjaju odnos između osobe i okoline. Taj promijenjeni odnos ponovno se procjenjuje što dovodi do promjene i u kvaliteti i u intenzitetu emocija što suočavanje čini medijatorom emocionalnog odgovora (Slika 6).



Slika 6. Suočavanje kao medijator emocija (preuzeto iz Folkman i Lazarus (1988))

### 1.5. Istraživanja roditeljskog stresa u kontekstu sporta

Iako roditelji u sportu imaju izuzetno važnu ulogu, tek u zadnjih desetak godina istraživanja roditelja u sportu stavila su u fokus na njihova vlastita iskustva i doživljaje kako bi utvrdila kako sudjelovanje njihovog djeteta u sportu utječe na njih same (npr. Burgess i sur., 2016; Dorsch i sur., 2009; Harwood i sur., 2010; Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019; Kaye i sur., 2014; Lally i Kerr, 2008; Neely i sur., 2017; Wiersma i Fifer, 2008). Njihovi

rezultati pokazuju da je sudjelovanje djeteta u sportskim aktivnostima značajan izvor različitih stresora za njegove roditelje (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2010; Harwood i sur., 2019; Harwood i Knight, 2009a,b), a stresori koje roditelji djeteta sportaša doživljavaju mogu se nastaviti i nakon što se dijete prestane baviti sportom (Lally i Kerr, 2008). U literaturi postoje sugestije kako je korištenje adekvatnih strategija suočavanja sa stresom važna karakteristika roditelja uspješnih sportaša (Harwood i Knight, 2015). Istraživanje stresa kao i strategija suočavanja roditelja zbog toga je izuzetno važno za poboljšanje iskustava i roditelja i djece u sportu. U nastavku će se detaljno prikazati istraživanja koja su se bavila ovom temom u kontekstu sporta, s posebnim osvrtom na korištenu metodologiju.

### 1.5.1. Izvori roditeljskog stresa i vrste stresora

Dosad se tek manji broj istraživanja bavio ispitivanjem stresa i suočavanja sa stresom kod roditelja sportaša u kontekstu gimnastike (Burgess i sur., 2016), nogometa (Harwood i sur., 2010) i tenisa (Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019) na području Velike Britanije. Jedno istraživanje izvan Velike Britanije provedeno je na uzorku sportašica iz raznih ekipnih sportova i njihovih roditelja iz Kanade, a bavilo se suočavanjem sa specifičnom stresnom situacijom kada sportašice nisu bile odabrane u sportske timove (Neely i sur., 2017). Sva dosad provedena istraživanja u ovom kontekstu koristila su kvalitativnu metodologiju.

Za identifikaciju stresora navedena istraživanja koristila su različitu metodologiju, od polustrukturiranog intervjua (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009b) i pitanja otvorenog tipa u sklopu upitnika (Harwood i Knight, 2009a; Harwood i sur., 2019) do fokusnih grupa (Harwood i sur., 2010). Također, korišteni su različiti kriteriji uključivanja roditelja u istraživanje. Tako su u istraživanju koje su proveli Harwood i Knight (2009a) sudjelovali roditelji tenisača iz cijele Velike Britanije do kojih su autori došli dijeleći upitnike na nacionalnom prvenstvu, te ih distribuirali putem trenera i predstavnika regija. Isti su autori u svom drugom istraživanju (Harwood i Knight, 2009b) odabrali sudionike kroz razgovore s predstavnicima regija, trenerima i drugim predstavnicima klubova. Korišteno je i namjerno uzorkovanje bazirano na dobi djeteta (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2010; Harwood i sur., 2019) uz neke specifične uvjete kao što su sudjelovanje djeteta na visokoj razini natjecanja (Burgess i sur., 2016) i redovito aktivno sudjelovanje djeteta u sportu (Harwood i sur., 2019). Pri tome je važno primijetiti da je uzorak koji je obuhvaćen postojećim istraživanjima najčešće relativno malen: 7 i 22 roditelja u istraživanjima koja su koristila polustrukturirane intervjue (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009b), 135 i 123 u istraživanjima koja su koristila

upitnike (Harwood i Knight, 2009a; Harwood i sur., 2019), te 41 sudionik fokusnih grupa (Harwood i sur., 2010). Pri tom je evidentno da je do sada samo jedno istraživanje ispitalo izvore stresa u različitim fazama razvoja sportaša (Harwood i Knight, 2009b), dok se još jedno istraživanje usmjerilo na stresore unutar jedne faze razvoja sportaša, točnije unutar faze specijalizacije (Harwood i sur., 2010).

Rezultati dosadašnjih istraživanja ukazuju na to da se roditelji sportaša suočavaju s različitim vrstama stresora koji se generalno mogu svrstati u 3 kategorije: (1) *organizacijski stresori* (npr. zahtjevi vezani za financije, vrijeme, prehranu, trening i proces treninga/podučavanja te sustave upravljanja u sportu), (2) *natjecateljski stresori* (npr. stresori vezani za ponašanja, izvedbu te moralna pitanja povezana s natjecanjima djece) i (3) *razvojni stresori* (npr. stresori vezani za obrazovanje, napredak u sportu, nesigurnost tranzicije te donošenje odluka o budućnosti) (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009b; Harwood i sur., 2019). Koristeći Côtèove (1999) faze djetetovog sportskog razvoja, Harwood i Knight (2009b) zaključuju da u fazi isprobavanja roditelji doživljavaju značajan broj natjecateljskih stresora dok organizacijski stresori prednjače u fazama specijalizacije i ulaganja. S druge strane, istraživanje koje su proveli Harwood i suradnici (2010) na roditeljima mladih nogometaša uključenih u profesionalne nogometne akademije pokazalo je da oni izvještavaju o četiri generalne vrste stresora s kojima se suočavaju dok su njihova djeca u fazi specijalizacije: (1) procesi unutar akademije i kvaliteta komunikacije (npr. nesigurnost vezana za uključivanje i ostanak u akademiji, loša kvaliteta komunikacije i povratnih informacija tijekom treninga, nedostatak razumijevanja), (2) stresori povezani s utakmicama (npr. razina izvedbe djeteta, žrtvovanje pobjeda zbog razvoja, ozljede, ponašanja i komentari drugih roditelja), (3) konflikti uloga unutar sportske obitelji (npr. naporne rutine putovanja, financijske i poslovne žrtve), (4) problemi povezani sa školom i obrazovanjem (npr. umor igrača zbog pritisaka vezanih za zadaće i ispite, nedostatak podrške od strane škole). Pri tom su se neki stresori javljali isključivo na početku faze specijalizacije (npr. nedostatak informacija i edukacije vezano za potpisivanje ugovora s akademijom, suzdržavanje od miješanja u posao trenera, treneri koji mijenjaju pozicije igrača) dok su se neki pojavljivali tek u kasnijim fazama (npr. nošenje s djetetovim reakcijama na poraze, poteškoće s ostvarivanjem ravnoteže između škole i sporta).

Nadalje, Harwood i Knight (2009a) su u svom istraživanju na roditeljima tenisača prilikom analize stresora dobili sedam kategorija izvora stresa: (1) natjecateljski stresori (npr.



planiranje i logistika oko odlaska na natjecanja, djetetova emocionalna kontrola i ponašanje na natjecanju, nedostatak vještina roditelja da pomognu djetetu nositi se s emocijama koje se javljaju nakon natjecanja), (2) stresori povezani s trenerima (npr. nedostatak uključenosti trenera u natjecanja djece i pripremu za mečeve, neprofesionalno ponašanje trenera), (3) stresori vezani uz financije, (npr. troškovi trenera, troškovi transporta), (4) stresori vezani uz vrijeme (npr. ograničeno vrijeme za sebe, partnera i obitelj, vrijeme provedeno putujući na natjecanja), (5) stresori vezani uz ostalu djecu u obitelji (npr. nejednako vrijeme, novac i pažnja koja se posvećuje ostaloj djeci u obitelji), (6) organizacijski stresori (npr. problemi s klubovima i lokalnim organizacijama vezani za favoriziranje određenih igrača i neefikasnost u funkcioniranju) i (7) razvojni stresori (npr. stresori vezani za obrazovanje, stresori vezani za tranzicije u tenisu). Iako se sve navedene podjele vrsta stresora dobivene u istraživanjima djelomično preklapaju, ipak se mogu primijetiti određene nekonzistentnosti u nalazima koje je potrebno detaljnije istražiti. S obzirom na to da su istraživanja provedena u kontekstu različitih sportova moguće je da i to doprinosi dobivenim razlikama te da roditelji sportaša iz različitih sportova doživljavaju drugačije stresore.

Na temelju prikazanog općenito se može zaključiti da u ovom istraživačkom području postoji manjak istraživanja na većim uzorcima, na drugim, do sada u istraživanjima nezastupljenim sportovima, te u drugim zemljama (osim Velike Britanije i Kanade). Također postoji nedostatak kvantitativnih istraživanja na većim i heterogenijim uzorcima kako bi se rezultati mogli provjeriti i generalizirati.

### 1.5.2. Procjena stresora

Važnost kognitivne procjene u kontekstu stresa i emocija prepoznata je i opisana u teorijama (Lazarus 1999, 2000; Lazarus i Folkman, 1984), te je predmet brojnih istraživanja (npr. Campbell i Jones, 2002; Didymus, 2017; Doron i Martinent, 2016; Dugdale i sur., 2002). Međutim, do sada je samo istraživanje koje su proveli Harwood i suradnici (2019) ispitivalo načine na koje roditelji procjenjuju stresore, a ono se fokusiralo isključivo na primarne procjene. Od roditelja je zatraženo da za svaki stresor koji su naveli u pitanju otvorenog tipa odaberu najrelevantniju procjenu od četiri ponuđene: šteta/gubitak (šteta za ciljeve, vrijednosti i vjerovanja koja se već dogodila), prijetnja (očekivana šteta u budućnosti), izazov (očekivani dobitak) ili korist (dobitak koji se već dogodio) (Lazarus, 1999). Njihove odabire autori su prikazali u obliku frekvencija za svaku vrstu procjene te koristili u daljnjim analizama.

Rezultati vezani za primarne procjene ukazali su da je gotovo 34% stresora procijenjeno kao šteta/gubitak, 33% kao izazov, 30% kao prijetnja i 3% kao korist. Organizacijski stresori najčešće su procjenjivani kao štetni, dok su razvojni i natjecateljski stresori najčešće procjenjivani kao prijetnja.

Niti jedno istraživanje do sada nije se bavilo sekundarnim procjenama stresa roditelja sportaša iako su obje vrste procjene proučavane na uzorcima sportaša i trenera (npr. Campbell i Jones, 2002; Didymus, 2017; Dugdale i sur., 2002; Hanton i sur., 2012).

U dosadašnjim istraživanjima provedenim izvan sportskog konteksta procjena stresora često se mjerila putem jedne ili dvije čestice (npr. Kuiper i sur., 1995; Tomaka i sur., 1993). Neka istraživanja provedena na sportašima također su procjene stresora mjerila jednom česticom, uz dodatak procjene svake kategorije na skali Likertovog tipa (npr. Doron i Martinent, 2016; Dugdale i sur., 2002). Posebno zanimljivo u ovom kontekstu je istraživanje koje su proveli Doron i Martinent (2016) na 9 vrhunskih mačevaoca, a koje je kao jednu od varijabli koristilo procjenu situacije kao prijetnje ili kao izazova. Sudionici su gledali video mečeva te su nakon svakog boda imali zadatak, između ostalog, procijeniti u kojoj su mjeri tu situaciju doživjeli kao prijetnju (procjena potencijalnog gubitka) i izazov (procjena očekivanog dobitka kojeg je teško postići) na skali Likertovog tipa od 6 stupnjeva. Mjerenje primarne procjene stresora jednom česticom koristili su i Dugdale i suradnici (2002) u svom istraživanju na 91 sportaša iz Novog Zelanda. Procjena prijetnje i izazova u tom su istraživanju mjerene s po jednim pitanjem dok su sekundarne procjene mjerene pomoću pitanja koja su se odnosila na mjeru u kojoj su sportaši navedeno stresno iskustvo doživjeli: (1) *kao nešto što se može mijenjati ili se može učiniti nešto po tom pitanju* (promjena), (2) *kao nešto što treba prihvatiti i na što se treba naviknuti* (prihvaćanje), (3) *kao nešto o čemu su trebali znati više prije nego djeluju* (znanje), (4) *kao nešto u kontekstu čega su se morali suzdržavati od onoga što su željeli napraviti* (suzdržavanje), (5) *kao nešto čime oni mogu upravljati*, (6) *kao nešto što oni mogu regulirati*, (7) *kao nešto nad čim imaju kontrolu*. Zadnje tri čestice preuzete su iz CDS-II skale (McAuley i sur., 1992) i korištene su zajedno kao mjera percipirane kontrole, dok su ostale čestice analizirane svaka zasebno. Za odgovor na pitanja sudionici su koristili skalu Likertovog tipa od 9 stupnjeva. Rezultati tog istraživanja pokazali su da su sportaši stresore koje nisu očekivali procjenjivali kao više prijeteće od onih koje su očekivali te da su izvještavali o višoj razini suzdržavanja od onoga što su željeli učiniti kod neočekivanih nego kod očekivanih stresora. Općenito, za obje vrste stresora (očekivane i neočekivane) sportaši su izvijestili o

umjerenom razini prijetnje i nešto višoj razini izazova te su percipirali da nad njima imaju umjerenu razinu kontrole.

Campbell i Jones (2002) u svom su istraživanju na vrhunskim košarkašima s invaliditetom koristili skalu od 1 do 7 pomoću koje su sudionici verbalno, u sklopu intervjua, odgovarali na pitanja u kojoj su mjeri stresor koji su ranije naveli procjenjivali kao izazov, prijetnju, štetu/gubitak, koliko su imali kontrole nad stresorom (kontrolabilnost), kakva je bila ozbiljnost stresora i koja je njegova frekvencija pojavljivanja. Zaključili su da je procjena izazova pozitivno povezana s kontrolabilnosti, procjena štete/gubitka pozitivno povezana s procjenama prijetnje, a procjene prijetnje, procjena štete/gubitka i frekvencija javljanja pozitivno povezane s ozbiljnosti stresora.

Također, u istraživanjima na sportašima Hanton i suradnici (2012) koristili su dnevnik procjene stresora koji su u sportaši ispunjavali u periodu od 6 tjedana ispunjavali 12 sati nakon što su se susreli s doživljenim organizacijskim stresorom. Rezultati su pokazali da se procjene sportaša mogu svrstati u 3 generalne dimenzije: primarne procjene (šteta, izazov i prijetnja), sekundarne procjene (ograničeni resursi, moguće je poduzeti akciju i morao sam se suzdržavati) i ponovne procjene. Također, rezultati su pokazali da su sudionici organizacijske stresore s kojima su se suočavali dominantno procjenjivali kao prijetnju i štetu, s malo kontrole nad njima te s malim brojem dostupnih strategija suočavanja.

Sličnu metodologiju su u svom istraživanju koristili i Didymus i Fletcher (2012) na 13 plivača koji su kroz 28 dana ispunjavali dnevnik procjene organizacijskih stresora. Od ispitanika se tražilo da svaki dan napišu sve organizacijske stresore s kojima su se susreli te da napišu kako su procijenili te stresore. Rezultati pokazuju da je od 255 identificiranih organizacijskih stresora 131 procijenjeno kao prijetnja, 41 kao izazov, a 83 kao šteta/gubitak. Također, u dnevnicima je identificirana većina situacijskih svojstava u pozadini tih procjena koje su predložili Lazarus i Folkman (1984) u svojoj teoriji: novost, neizvjesnost, neizbježnost, trajanje, tajming u odnosu na životni ciklus i dvosmislenost. Nije pronađena jedino vremenska nesigurnost. Autori ovog istraživanja potvrdili su pretpostavke Lazarusovog modela odnosno zaključili su da procjene stresora igraju važnu ulogu u doživljavanju organizacijskih stresora kod sportaša.

Procjene stresora i situacijska svojstva proučavao je i Didymus (2017), ali na uzorku od 15 vrhunskih sportskih trenera. Primarne procjene mjerio je putem jednog pitanja u sklopu

polustrukturiranog intervjua koje je glasilo: “U vrijeme kada se navedeni stresor dogodio, kako ste procijenili njegov utjecaj na vašu dobrobit?” Treneri u ovom istraživanju najčešće su navodili procjenu stresora kao izazova (potkategorije asertivnosti, potencijalne koristi za osobu i potencijalnog dobitka za osobu) i prijetnje (potkategorije prijetnje vezane za ciljeve, potencijalne štete za ostale i potencijalne štete za osobu), a nešto rjeđe kao koristi (potkategorije koristi za osobu i postizanje cilja) i štete/gubitka (potkategorije spriječenosti u postizanju ciljeva, štete za osobu).

Za ispitivanje procjena stresora jednom česticom koristi se i tzv. "stress termometar" u kojem se odgovori daju na skali od 1 do 100 (Kowalski i Crocker, 2001). Njege su u svom istraživanju koristili Britton i suradnici (2019) za mjerenje percipiranog intenziteta stresa, percipirane kontrole, te razine izazova i prijetnje doživljene prije natjecanja nakon čega su zaključili kako ovakav način mjerenja možda nije najprikladniji za mjerenje procjena stresora te predlažu korištenje upitnika u budućim istraživanjima.

Postoji nekolicina upitnika kojima se mjere procjene stresora od koji su samo neki: (1) Skala procjene stresora (eng. *Stressor appraisal scale*, SAS; Schneider, 2008), (2) Skala kognitivne procjene stresora (eng. *Cognitive appraisal scale*, CAS; Gomes i sur., 2013; Gomes i Teixeira, 2014), (3) Mjera procjene stresa (eng. *Stress appraisal measure*, SAM; Peacock i Wong, 1990) te (4) Skala kognitivne procjene zdravlja (eng. *The cognitive appraisal of health scale*, CAHS; Kessler, 1998). Od navedenih upitnika, samo je Mjera procjena stresa (*Stress appraisal measure*, SAM; Peacock i Wong, 1990) do sad korištena u istraživanjima provedenim u kontekstu sporta i to isključivo na uzorku sportaša (npr. Nicholls i sur., 2014; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Niti jedan od tih upitnika dosad nije korišten na uzorku roditelja sportaša.

Mjera procjene stresa (*Stress appraisal measure*, SAM; Peacock i Wong, 1990) temeljena je na Transakcijskoj teoriji stresa (Lazarus i Folkman, 1984), a zamišljena je kao odgovor na potrebu za psihometrijski provjerenim upitnikom koji mjeri i primarnu i sekundarnu procjenu stresora. Upitnik se sastoji od 28 pitanja, a mjeri tri dimenzije primarne procjene: (1) *prijetnju* koja označava potencijal da se šteta ili gubitak dogode u budućnosti, (2) *izazov* koji označava procjenu očekivanog dobitka ili rasta na temelju iskustva i (3) *percipiranu važnost* (eng. *centrality*) koja predstavlja percipiranu važnost događaja za dobrobit osobe. Upitnik mjeri i tri dimenzije sekundarne procjene: (1) *osobnu kontrolu*, (2) *kontrolu drugih*

ljudi i (3) *nedostatak kontrole*. Također, SAM sadrži i skalu koja mjeri razinu stresnosti događaja. Sudionici u ovom upitniku odgovaraju na pitanja putem skale Likertovog tipa od 5 stupnjeva. Alfa vrijednosti subskala u originalnom istraživanju (Peacock i Wong, 1990) kretale su se od .51 do .90 te je zaključeno da imaju zadovoljavajuću pouzdanost, a potvrđena je i faktorska struktura upitnika. Niže razine pouzdanosti za subskalu nedostatak kontrole javile su se u 2 od 3 uzorka (.51 u prvom uzorku i .57 u drugom uzorku) o kojima su u originalnom članku izvijestili autori skale, dok je u trećem uzorku ona iznosila .82. U istraživanjima na sportašima pouzdanosti su se kretale između .64 i .88 (Nicholls, Polman i Levy, 2012).

Kao što je već ranije istaknuto, niti jedan od postojećih upitnika nije kreiran niti validiran za mjerenje procjena stresora u kontekstu sporta, a samo je *Mjera procjene stresa* do sad korištena u manjem broju istraživanja provedenim na sportašima. *Skala procjene stresora* (Schneider, 2008) također se bazira na Transakcijskoj teoriji stresa (Lazarus i Folkman, 1984) i također mjeri primarne i sekundarne procjene, ali ih mjeri pomoću sumarnih rezultata za svaku subskalu. Unutar tog upitnika pod primarnu procjenu spadaju čestice koje mjere prijetnju, zahtjevnost, stresnost, napor, trud, važnost i nesigurnost, dok se sekundarna procjena mjeri česticama koje se odnose na upravljivost, sposobnost i izvedbu. *Skala kognitivne procjene stresora* (Gomes i sur., 2013; Gomes i Teixeira, 2014) bazirana je na CMRT teoriji (Lazarus, 1991) te na *Modelu zahtjevi posla-kontrola* predloženom od strane Karaseka (1979), a primarno je osmišljena za mjerenje procjena stresora povezanih s poslom zdravstvenih radnika. Također mjeri primarnu i sekundarnu procjenu te bi se, uz manje prilagodbe, mogla koristiti za mjerenje procjena stresora u kontekstu sporta. Posebno može biti korisna za mjerenje procjena stresora trenera budući da je njihova uloga u kontekstu sporta u većini slučajeva barem na neki način i njihov posao. *Skala kognitivne procjene zdravlja* (Kessler, 1998) razvijena je u svrhu mjerenja više dimenzija u pozadini primarnih i sekundarnih procjena stresora kojima su izvor događaji i situacije povezani sa zdravljem sudionika. Teorijsku pozadinu skale predstavlja *Transakcijska teorija stresa* (Lazarus i Folkman, 1984), a mjeri primarnu procjenu putem subskala prijetnje, štete/gubitka, izazova i benignosti dok se sekundarna procjena mjeri putem pet pitanja kojima se ispituju opcije i resursi za suočavanje. Ova skala posebno je zanimljiva jer je jedina od postojećih koja mjeri procjenu štete/gubitka što je i jedna od kategorija procjene stresora korištena u istraživanju Harwooda i suradnika (2019) u kojem su sudjelovali roditelji sportaša. Međutim, sukladno CMRT teoriji (Lazarus, 1991), Harwood i suradnici (2019) u svoje su istraživanje uključili i procjenu stresora kao

koristi što je kategorija koja ne postoji u niti jednom dosadašnjem upitniku koji mjeri procjenu stresora. Zbog toga su Thompson i suradnici (2020) u svom istraživanju prilagodili čestice *Mjere procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) koje su spadale u subskele izazova i prijetnje tako da mjere procjene štete/gubitka i koristi te dobili odgovarajuću pouzdanost novih subskala mjerenu pomoću McDonaldsovog omega koeficijenta (.73-.87). Uz tu prilagodbu, *Mjera procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) sadrži sve elemente primarne procjene stresora korištene u istraživanju Harwooda i suradnika (2019), kao i elemente sekundarne procjene stresora za koje se preporučuje da se uključe u buduća istraživanja stresora roditelja sportaša.

Zaključno, na temelju svega prezentiranog moguće je zaključiti da postoje različiti načini mjerenja primarnih i sekundarnih procjena stresora koji se koriste u istraživanjima te da još uvijek ne postoji konsenzus oko najprikladnijeg upitnika za korištenje u kontekstu sporta. Trenutno je samo jedno istraživanje (Harwood i sur., 2019) ispitivalo procjene stresora roditelja sportaša, a ono se fokusiralo isključivo na primarne procjene pri čemu je korišten kategorijalni pristup u kojem su sudionici birali jednu od 4 predložene kategorije. Kako bi se detaljnije istražilo ovo područje potrebno je provesti više istraživanja kojima bi se ispitivale procjene stresora roditelja sportaša iz različitih sportova. Također, bilo bi korisno ispitati prikladnost postojećih upitnika za mjerenje procjena stresora na populaciji roditelja sportaša budući da je moguće da oni drugačije procjenjuju stresore te postojeći upitnici nisu adekvatni za taj uzorak (npr. zato što roditelji nemaju ili drugačije procjenjuju kontrolu nad stresorom kada se njihovo dijete natječe u sportu). Bilo bi također korisno provesti mjerenje neposredno prije natjecanja kao očekivanog stresnog događaja.

### 1.5.3. Načini suočavanja sa stresorima

Iako postoji nekolicina istraživanja koja su, između ostalog, proučavala i suočavanje sa stresom u sportskom kontekstu, većina njih provedena je na sportašima i trenerima (npr. Crocker i Graham, 1995; Didymus, 2017; Dugdale i sur., 2002; Holt i sur., 2007; Nicholls i sur., 2005; Nicholls i Polman, 2008). U manjem broju istraživanja strategija suočavanja roditelja sportaša za identificiranje načina suočavanja sa stresorima korištena je kvalitativna metodologija, a dobiveni su nekonzistentni rezultati (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019; Neelley i sur., 2017).

Tako su, Burgess i suradnici (2016) strategije suočavanja roditelja mladih gimnastičara podijelili u 4 generalne kategorije: (1) odvajanje od gimnastike (npr. dijeljenje roditeljskih

zadataka, održavanje balansirano načina života, oslanjanje na djetetovu sposobnost suočavanja sa situacijom) koje je posebno pomagalo kod zahtjeva vezanih za putovanja, ozljede djeteta, školovanja i činjenicu da im dijete propušta neka socijalna iskustva izvan gimnastike, (2) normaliziranje vlastitih i djetetovih iskustava, koje se najviše koristilo kod suočavanja sa stresorima vezanim uz školovanje djeteta, ozljede djeteta, vrijeme i putovanja, razočaranja djeteta i financije, (3) želja za učenjem od drugih roditelja gimnastičara, medicinskog osoblja, svoje djece, drugih članova obitelji, ali i iz vlastitih iskustava što se najviše se koristilo za suočavanje s ozljedama, zahtjevima vezanim za prehranu sportaša i zahtjevima vezanim za natjecanja i (4) upravljanje emocionalnim reakcijama (npr. kroz iskazivanje emocija, samogovor, izbjegavanje). Također, roditelji su izrazili kako su često koristili više strategija za suočavanje s jednim stresorom.

Harwood i suradnici (2019) ispitali su koje strategije suočavanja koriste roditelji mladih tenisača kao i koliko su te strategije učinkovite koristeći podjelu načina suočavanja predloženu od strane Nichollsa i suradnika (2016). Unutar strategije savladavanja najčešće navedena kategorija nižeg reda bila je komunikacija s djetetom (npr. razgovor o situaciji, pružanje utjehe, davanje pozitivne povratne informacije), a neke od ostalih navedenih strategija unutar te generalne dimenzije bile su: traženje informacija te upravljanje vremenom i financijama. Unutar strategija suočavanja usmjerene na internalnu regulaciju najčešće navedena tema nižeg reda bila je korištenje kognitivne reinterpetacije situacije (npr. stavljanje stresora u perspektivu, fokusiranje na pozitivne stvari, racionalizacija situacije), a neke od ostalih strategija unutar te generalne dimenzije bile su: traženje emocionalne podrške, regulacija emocija i distrakcija. Naposljetku, treća generalna dimenzija odnosila se na povlačenje u koje spadaju kategorije nižeg reda: ponašajno isključivanje iz situacije i iskazivanje emocija u obliku žaljenja, svađanja i plakanja. Rezultati tog istraživanja sugeriraju da su roditelji tenisača općenito upravljali svojim stresorima efikasnije kada su koristili strategiju savladavanja i internalne regulacije u odnosu na strategiju povlačenja. Efikasnost strategija suočavanja mjerena je pitanjem u kojem su roditelji na Likertovoj skali od 11 stupnjeva (0-10) procjenjivali efikasnost svake strategije koju su naveli u smanjenju negativnih ishoda stresora na koje se odnosila.

Uz navedena dva istraživanja, koja su u obzir uzela različite kategorije stresora s kojima su se roditelji suočavali, postoji još jedno istraživanje (Neelily i sur., 2017) koje se bavilo zajedničkim suočavanjem (eng. *communal coping*) roditelja i njihovih kćeri sportašica sa

situacijom kada su sportašice bile odlukom trenera eliminirane iz sportskih timova u svom sportu. U tu svrhu provedeni su intervjui s 14 sportašica iz različitih sportova i 14 njihovih roditelja (5 očeva i 9 majki), a za analizu rezultata korišten je teorijski okvir zajedničkog suočavanja predložen od strane Lyons i suradnika (1998). Rezultati su ukazali na to da su tu situaciju sudionici ovog istraživanja doživjeli kao zajednički problem te da su u početku roditelji pokušavali zaštititi svoje kćeri od negativnih emocija (tzv. orijentacija *naš problem-moja odgovornost*) tako što su najprije (oko 48 sati nakon događaja) samo tješili dijete i dali mu vremena da „dođe sebi“. Nakon toga su inicirali komunikaciju s djetetom koja je predstavljala dominantnu strategiju suočavanja korištenu u ovom periodu. Potom su uslijedile zajedničke akcije sportašica i njihovih roditelja u svrhu upravljanja reakcijama na stresor (tzv. orijentacija *naš problem - naša odgovornost*) pri čemu su dominantno koristili strategije racionalizacije i sagledavanje situacije iz pozitivne perspektive. Nekoliko tjedana nakon događaja obje strane i dalje su situaciju doživljavale kao zajednički problem, ali su sada koristile individualne strategije suočavanja (tzv. orijentacija *naš problem - moja odgovornost*), pri čemu su sportašice u tom periodu preuzimale više odgovornosti za svoje suočavanje nego u početku. Strategije korištene u ovom periodu kretale su se od traženja pomoći od drugih ljudi (izvan analizirane dijade), do traženja distrakcije i povećanja uloženog truda prilikom čega su sportašice bile motivirane trenirati još jače i uložiti još više truda u treninge.

Uvidom u istraživanja suočavanja sa stresom sportaša i trenera evidentno je da su u njima korištene različite metode za mjerenje načina suočavanja (intervjui, dnevници, upitnici, verbalizacija misli za vrijeme izvedbe). Ta istraživanja, kao i istraživanja suočavanja sa stresom izvan sportskog konteksta, ukazala su na nekonzistentnost dobivenih rezultata, počevši s podjelama strategija suočavanja.

Jedno od takvih istraživanja proveo je Didymus (2017) koji je na uzorku vrhunskih trenera za ispitivanje njihovih načina suočavanja koristio polustrukturirane intervjue. Treneri su izvještavali o 7 općih strategija suočavanja od kojih svaka ima specifičnu ulogu u adaptivnim procesima. Strategije suočavanja trenera dobivene u ovom istraživanju bile su: (1) *dijadno suočavanje* s funkcijom dohvaćanja dostupnih izvora (potkategorije: zajedničko, delegirano i suportivno), (2) *bijeg* s funkcijom bježanja iz stresnog okruženja (potkategorije: ponašajno izbjegavanje, promjena fokusa i kognitivno izbjegavanje), (3) *traženje informacija* s funkcijom nalaženja dodatnih slučajeva (potkategorije: postavljanje pitanja drugim ljudima, promatranje, čitanje), (4) *pregovaranje* s funkcijom nalaženja novih opcija (potkategorije: komunikacija,



postavljanja prioriteta, postavljanje ciljeva), (5) *rješavanje problema* s funkcijom prilagodbe akcija u svrhu povećanja efikasnosti (potkategorije: promjena ponašanja, koncentracija, planiranje, profesionalni razvoj, razvoj strategija), (6) *oslanjanje na sebe* s funkcijom zaštite dostupnih socijalnih resursa (potkategorije: regulacija emocija, izražavanje emocija, refleksija, samoutjeha) i (7) *traženje podrške* s funkcijom korištenja dostupnih socijalnih resursa (potkategorije: traženje utjehe, traženje kontakta i traženje instrumentalne pomoći).

Holt i suradnici (2007) proveli su istraživanje stresora, načina suočavanja i efikasnosti suočavanja na 10 odbojkašica. Načine suočavanja sa stresorima ispitivali su pomoću dva polustrukturirana intervjua od kojih je jedan proveden 3-4 dana prije, a drugi 3-4 dana poslije natjecanja. Pitanja vezana uz načine suočavanja postavljena su tako da se prije natjecanja odbojkašice pitalo da navedu koje strategije suočavanja planiraju koristiti kako bi se suočile s potencijalnim stresorima za koje očekuju da će se dogoditi za vrijeme natjecanja. Poslije natjecanja su odgovarale na pitanje o tome koje su strategije koristile za suočavanje sa stresorima koje su zaista doživjele za vrijeme natjecanja. Rezultati vezani uz načine suočavanja pokazali su da se njihovi odgovori mogu svrstati u 3 kategorije: (1) *ponašajno suočavanje* (rutina prije natjecanja, povećana količina vježbe, izbjegavanje), (2) *kognitivno suočavanje* (ponovna procjena situacije, blokiranje, pozitivni samogovor, refokusiranje, racionalizacija) i (3) *emocionalno suočavanje* koje se odnosilo na pokušaje suočavanja koji su za svrhu imali regulaciju emocija (kontrola disanja, komunikacija sa suigračicama). Također, autori su izvijestili o vrlo maloj razini konzistentnosti između odgovora sportašica o strategijama suočavanja koje planiraju koristiti za vrijeme natjecanja i koje su stvarno koristile te su primijetili da je efikasno suočavanje bilo povezano s korištenjem više strategija suočavanja (uz iznimku ponašajnog izbjegavanja).

Nicholls i suradnici (2005) proveli su istraživanje na 11 igrača golfa s ciljem longitudinalnog ispitivanja doživljenih stresora te načina suočavanja s njima. Sudionici su vodili dnevnik tijekom 31 dana u mjesecu srpnju koji je identificiran kao period sezone s najviše natjecanja. Dnevnik je sadržavao listu stresora, prostor za upisivanje dodatnih stresora koji nisu na listi te pitanje otvorenog tipa koje se odnosilo na načine suočavanja. Uputa sudionicima bila je da ispune upitnik svaki dan u kojem su se bavili golfom, bilo na natjecanjima ili treninzima. Autori su prilikom klasifikacije odgovora sportaša koristili 3 funkcije suočavanja: (1) *suočavanje usmjereno na problem* (ponašajno suočavanje usmjereno na tehniku, ponašajno suočavanje, priprema, koncentracija, postavljanje ciljeva); (2)

*suočavanje usmjereno na emocije* (korištenje relaksacijskih tehnika, prihvaćanje, socijalno suočavanje) i (3) *suočavanje usmjereno na izbjegavanje* (kognitivno izbjegavanje, ponašajno izbjegavanje). Suočavanje usmjereno na problem bilo je korišteno češće nego suočavanje usmjereno na emocije i izbjegavanje.

Nicholls i Polman (2008) proveli su istraživanje na 5 adolescenata koji su se bavili golfom na vrhunskoj razini, a za procjenu stresora i načina suočavanja koristili su metodu verbalizacije misli za vrijeme same izvedbe. Rezultati su pokazali da su stresori i načini suočavanja varirali tijekom izvedbe te da su sportaši doživjeli i do 5 stresora prije nego su počeli koristiti strategije suočavanja. Rezultati su pokazali da se stresori golfera za vrijeme izvedbe mogu svrstati u 7 kategorija višeg reda: uvjeti na terenu (npr. kvaliteta trave), upravljanje terenom (npr. selekcija palica), distrakcije (npr. koncentracija, dehidracija, razmišljanje o ispitima), okolina (npr. vjetar, drvo), pogreške (npr. pogrešan udarac), izvedba (npr. broj udaraca, zamah) i rezultat. Odgovore sudionika vezane za suočavanje sa stresorom autori su podijelili prema njihovim funkcijama na *suočavanje usmjereno na problem* (kategorije drugog reda: priprema udarca, ponašajno suočavanje, ponašajno suočavanje usmjereno na tehniku, kognitivno suočavanje usmjereno na tehniku i koncentracija) te *suočavanje usmjereno na emocije* (kategorije drugog reda: pozitivan stav, relaksacija, racionalizacija, kognitivno izbjegavanje).

Evans i suradnici (2013) u svom istraživanju provedenom na 36 atletičara funkcije suočavanja mjere putem 3 čestice od kojih se svaka odnosi na jednu vrstu suočavanja: (1) *suočavanje usmjereno na problem (U kojoj mjeri je suočavanje koje ste koristili kroz zadnji interval služilo za promjenu situacije?)*, (2) *suočavanje usmjereno na emocije (U kojoj mjeri je suočavanje koje ste koristili kroz zadnji interval služilo za upravljanje tvojim emocijama ili tome da se osjećaš bolje?)* i (3) *suočavanje usmjereno na izbjegavanje (U kojoj mjeri je suočavanje koje ste koristili kroz zadnji interval služilo kao distrakcija ili da izbjegneš neke aspekte situacije?)*.

Postoji i više upitnika koji su dizajnirani za mjerenje načina suočavanja npr. Upitnik načina suočavanja (eng. *Ways of Coping*, WCQ; Folkman i Lazarus, 1985, 1988; Folkman i sur., 1986) i COPE upitnik (Carver i sur., 1989), a postoje i upitnici koji su prilagođeni i osmišljeni za korištenje specifično u kontekstu sporta: MCOPE upitnik (Crocker i Graham, 1995), Upitnik funkcija suočavanja (eng. *Coping Function Questionnaire*, CFQ; Kowalski i

Crocker, 2001) i Upitnik suočavanja u natjecateljskom sportu (eng. *Coping Inventory for Competitive Sport*, CICS; Gaudreau i Blondin, 2002, 2004).

Međutim, važno je primijetiti da upitnici koji su osmišljeni i prilagođeni za korištenje u sportskom kontekstu nisu najprikladniji za korištenje na roditeljima sportaša jer ispituju načine suočavanja koji nisu pronađeni u istraživanjima suočavanja roditelja sportaša i koji nisu prikladni za korištenje unutar njihove uloge. Stoga ne iznenađuje da su u svim do sad provedenim istraživanjima strategije suočavanja roditelja sportaša ispitivane korištenjem kvalitativnih metoda (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019; Neely i sur., 2017).

Važno je primijetiti da je istraživanje Harwooda i suradnika (2019) jedino do sad provedeno istraživanje na roditeljima sportaša koje je u obzir uzelo i efikasnost njihovog suočavanja. Osim ranije spomenute skale od 0 do 10 korištene u njihovom istraživanju, efikasnost suočavanja u dosadašnjim istraživanjima u kojima su sudjelovali sportaši mjerena je različitim metodama. Dugdale i suradnici (2002) u svom su istraživanju efikasnost strategija suočavanja mjerili slično kao i Harwood i suradnici (2019), putem jednog pitanja u kojem su sportaši imali zadatak procijeniti efikasnost strategije koju su koristili za suočavanje s najstresnijim iskustvom tijekom Commonwealth igara na Likertovoj sali od 11 stupnjeva (0% efikasno = 0; 100% efikasno = 10). S druge strane, Kim i Duda (2003) ispitivali su trenutnu i dugoročnu efikasnost suočavanja američkih i korejskih sportaša. Neposredna efikasnost suočavanja u tom se istraživanju ispitivala pomoću jednog pitanja u kojem se sportaše tražilo da na skali od 1 do 5 označe stupanj u kojem je korištena strategija bila odmah efikasna u reduciranju i upravljanju psihološkim i izvedbenim problemima koje su doživjeli tijekom natjecanja. Dugoročna efikasnost bila je mjerena pomoću tri pitanja u kojima se sportaše tražilo da označe stupanj zadovoljstva svojom sportskom karijerom (*Zadovoljan sam s onime što sam postigao u svom sportu*), razinu uživanja u sportu (*Uglavnom uživam u svom sportu*) i želju za nastavkom treniranja tog sporta (*Da je odluka samo na tebi, bi li se nastavio baviti sportom sljedeće godine?*) na skali Likertovog tipa od 1 do 5. Rezultati njihovog istraživanja ukazali su na to da su sportaši smatrali korištenje aktivnih strategija suočavanja usmjerenih na problem, ali i strategija izbjegavanja i povlačenja efikasnim odmah nakon susreta sa stresorom. Kod dugoročnih posljedica pokazalo se da je korištenje aktivnih strategija suočavanja usmjerenih na problem bilo pozitivno povezano s povoljnim dugoročnim ishodima, dok je korištenje suočavanja usmjerenog na povlačenje i izbjegavanje bilo negativno povezano s dugoročnim ishodima. Nadalje, Hanton i suradnici (2008) u svom su istraživanju na 217 sportaša između

ostaloga istraživali i načine njihovog suočavanja sa stresom te efikasnost tih strategija pomoću *Upitnika funkcija suočavanja* (Kowalski i Crocker, 2001). Sudionici su imali zadatak ispuniti upitnik vezano uz zadnju stresnu situaciju koju su doživjeli u svom natjecateljskom okruženju unutar zadnjih mjesec dana, a zatim su za svaku strategiju procijenili koliko je bila efikasna na skali Likertovog tipa od 1 do 5. Njihovi odgovori kodirani su na bipolarnoj skali od -2 do 2 te sumirani za svaku subskalu upitnika suočavanja. Sportaši koji se trenutno natječu na vrhunskoj razini izvijestili su o korištenju više strategija suočavanja usmjerenih na problem i strategija suočavanja usmjerenih na emocije od sportaša koji više nisu vrhunski sportaši (ali su to bili u prošlosti te se i dalje natječu na nižim razinama). Također, trenutno vrhunski sportaši smatrali su te strategije i više efikasnim od sportaša koji se više ne natječu na vrhunskoj razini. Međutim, u ovom istraživanju nisu nađene razlike u korištenim strategijama suočavanja i njihovoj efikasnosti s obzirom na razinu iskustva sportaša.

Naposljetku, uz navedene metode mjerenja efikasnosti suočavanja, u nekim istraživanjima u sportu (npr. Nicholls i sur., 2015) korištena je i *Skala efikasnosti suočavanja* (Coping Effectiveness Scale, CES; Gottlieb i Rooney, 2004) koja sadrži 7 pitanja (npr. *Taj stresor uznemiruje me sada jednako kao što me uznemiravao i ranije*), odgovori se daju na skali Likertovog tipa od 4 stupnja, a pokazala je adekvatnu pouzdanost u originalnom istraživanju (Gottlieb i Roney, 2004). U istraživanju koje su proveli Nicholls i suradnici (2015) dobivena je negativna povezanost između suočavanja usmjerenog na pronalaženje distrakcije i efikasnosti suočavanja, ali ne i očekivana pozitivna povezanost između suočavanja usmjerenog na zadatak i efikasnosti suočavanja niti negativna povezanost između suočavanja usmjerenog na isključivanje i efikasnosti suočavanja s najizraženijim stresorom kojeg su sportaši adolescenti iz raznih sportova doživjeli.

Kao što je ranije navedeno, ali i evidentno iz prikaza različitih istraživanja u ovom području, postoje različite podjele načina i vrsta suočavanja sa stresom (Connor-Smith i sur., 2000; Gaudreau i Blondin, 2002, 2004; Lazarus i Folkman, 1984; Roth i Cohen, 1986).

Kao odgovor na tu situaciju, Nicholls i suradnici (2016) u svojoj meta-analizi predlažu podjelu strategija suočavanja sa stresom u kontekstu sportskih situacija. Njihova podjela sadrži dimenzije savladavanja, internalne regulacije i povlačenja, a bazirana je na 3 dimenzije namjernog suočavanja Connor-Smitha i suradnika (2000). Pri tome dimenziju savladavanja Nicholls i suradnici (2016) baziraju na dimenziji primarne kontrole-suočavanje uključivanjem

koja obuhvaća strategije: rješavanje problema, regulacija emocija i iskazivanje emocija, dimenziju internalne regulacije baziraju na dimenziji sekundarne kontrole-suočavanja uključivanjem koja obuhvaća strategije: prihvaćanje, traženje distrakcije, pozitivno razmišljanje i kognitivna restrukturacija, a dimenziju povlačenja baziraju na dimenziji suočavanja isključivanjem koja obuhvaća strategije: poricanje, izbjegavanje i sanjarenje. S obzirom na to da su prilikom izrade svoje klasifikacije Nicholls i suradnici (2016) u sklopu meta-analize kodirali rezultate iz 18 prijašnjih istraživanja koja su koristila različite upitnike, a samim time i različite podjele strategija suočavanja, u njihovoj je meta-analizi suočavanje savladavanjem obuhvaćalo suočavanje usmjereno na zadatak, suočavanje usmjereno na problem, uključivanje i strategiju približavanja, ali i subskale *ACSI-28* upitnika (Smith i sur., 1995) postavljanje ciljeva, mentalna priprema, koncentracija, samopouzdanje, motivacija za postignućem, suočavanje s poteškoćama i „*coachability*“. Nadalje, internalna regulacija uključivala je suočavanje usmjereno na emocije, prihvaćanje, suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije i strategiju izbjegavanja, dok je povlačenje uključivalo suočavanje usmjereno na isključivanje, ponašajno isključivanje, mentalno isključivanje i ventiliranje emocija. Ta podjela strategija suočavanja sa stresom korištena je i u istraživanju stresa i strategija suočavanja sa stresom roditelja sportaša koje su proveli Harwood i suradnici (2019) te je služila kao temelj za postavljanje hipoteza i u našem istraživanju.

Međutim, detaljnijim uvidom u svako od tih istraživanja na kojima je temeljena klasifikacija strategija suočavanja Nicholls i suradnika (2016) vidljive su određene nekonzistentnosti u strategijama suočavanja koje su korištene kao faktori niže razine u sklopu dimenzija (odnosno faktora višeg reda) koje su kodirane u klasifikaciju. Tako na primjer, *Upitnik suočavanja u natjecateljskom sportu* (CICS, Gaudreau i Blondin, 2002, 2004) u istraživanju koje su proveli Gaudreau i Blondin (2004) i koje je uključeno u navedenu meta-analizu mjeri 3 dimenzije suočavanja pri čemu suočavanje usmjereno na zadatak sadrži strategije/subskale kontrole misli, mentalne imaginacije, relaksacije, ulaganja truda, logičke analize i traženja podrške, suočavanje usmjereno na traženje distrakcije sadrži strategije/subskale mentalne distrakcije i distanciranja dok suočavanje usmjereno na isključivanje sadrži strategije/subskale ventiliranja neugodnih emocija i isključivanje/odustajanje. Sve navedene subskale/strategije suočavanja sastoje se od 3 ili 4 čestice. Takva faktorska struktura CICS upitnika korištena je i u istraživanjima koje su proveli Gaudreau i suradnici (2010), Laborde, Dosseville, Guillen i Chavez (2014), Laborde,

Dosseville i Kinrade (2014), Levy i suradnici (2011), Nicholls, Polman i Levy (2012) i Nicholls, Polman, Levy i Hulleman (2012), koja su također uključena u meta-analizu. Međutim, neka istraživanja koja su također uključena u meta-analizu dobila su drugačiju faktorsku strukturu CICS upitnika na temelju koje su kasnije računali rezultate na dimenzijama suočavanja, a koje su potom uključene u meta-analizu. Tako su Gaudreau i Antl (2008) koristili ranije navedene 3 dimenzije, ali socijalna podrška u njihovom je istraživanju bila smještena pod dimenziju suočavanja usmjerenog na traženje distrakcije, a ne na dimenziju suočavanja usmjerenog na zadatak kao u originalnoj verziji upitnika. Nadalje, Schellenberg i suradnici (2013) u svom su istraživanju koristili 8 (od 10) subskala CICS upitnika koje su formirale 2 dimenzije suočavanja: suočavanje usmjereno na zadatak koje se sastojalo od subskala mentalne imaginacije, kontrole misli, ulaganja truda, logičke analize, traženja podrške i relaksacije te suočavanje usmjereno na isključivanje koje je uključivalo ventiliranje emocija i isključivanje/odustajanje. U ovom istraživanju, iako je izbačena jedna dimenzija u odnosu na originalan upitnik, subskale/strategije suočavanja bile su smještene na faktore/dimenzije višeg reda u skladu s originalnim upitnikom. Isto je korišteno i u istraživanju koje su proveli Nicolas i suradnici (2011). S druge strane, Amiot i suradnici (2004) u svom su istraživanju, u kojem su također koristili CICS upitnik, dobili 2 faktora/dimenzije višeg reda istog naziva kao i u prethodno navedenim istraživanjima: suočavanje usmjereno na zadatak i suočavanje usmjereno na isključivanje. Međutim, u njihovom istraživanju suočavanje usmjereno na zadatak sastojalo se subskala/strategija relaksacije, logičke analize, kontrole misli, mentalne imaginacije, korištenja socijalne podrške, ulaganja truda, ali i distanciranja koja u originalnoj verziji upitnika spada u dimenziju/faktor višeg reda suočavanje usmjereno na traženje distrakcije. Nadalje, dimenzija/faktor višeg reda suočavanje usmjereno na isključivanje u ovom je istraživanju sadržavalo subskale/strategije isključivanja/odustajanja, ventiliranja emocija, ali i mentalne distrakcije koja u originalnoj verziji upitnika spada u dimenziju/faktor višeg reda suočavanje usmjereno na traženje distrakcije.

Uz navedene nedosljednosti u istraživanjima koja su koristila CICS upitnik, određene poteškoće stvara i činjenica da su u meta-analizu uključena i istraživanja koja su koristila drugačije upitnike za mjerenje strategija suočavanja. Tako je na primjer istraživanje koje su proveli Smith i Christensen (1995) koristili *ACSI-28* upitnik (Smith i sur., 1995) koji sadrži 28 pitanja podijeljenih u 7 subskala (4 pitanja za svaku): suočavanje s poteškoćama (eng. *coping with adversity*), „coachability“, koncentracija (eng. *concentration*), samopouzdanje i

motivacija za postignućem (eng. *confidence and achievement motivation*), postavljanje ciljeva i mentalna priprema (eng. *goal setting and mental preparation*), uspjeh pod pritiskom (eng. *peaking under pressure*) i sloboda od briga (eng. *freedom from worry*). Nadalje, Van Yperen (2009) koristio je *Upitnik načina suočavanja* (WCQ; Folkman i Lazarus, 1985) koji strategije suočavanja dijeli na dimenzije suočavanja usmjerenog na problem i suočavanja usmjerenog na emocije. Nešto drugačiju verziju *Upitnika načina suočavanja* (WCC, Folkman i sur., 1986) koristili su Haney i Long (1995) uz dodatak dimenzije supresija aktivnosti vezanih uz suočavanje (Carver i sur., 1989). U tom istraživanju nakon provedene faktorske analize dobili su faktorsko rješenje upitnika suočavanja koje je sadržavalo dvije dimenzije: suočavanje uključivanjem (eng. *engagement coping*; 11 čestica) i suočavanje isključivanjem (eng. *disengagement coping*; 7 čestica). S druge strane, Doron i Gaudreau (2014) u svom su istraživanju mjerili samo suočavanje usmjereno na zadatak i to putem vizualne analogne skale u duljini od 100 mm. Po jednu česticu sa skalom od 1 do 5 za mjerenje svake dimenzije suočavanja (suočavanje usmjereno na problem, suočavanje usmjereno na emocije i suočavanje usmjereno na izbjegavanje) koristili su i Evans i suradnici (2013). Hatzigeorgiadis (2006) u svom je istraživanju za mjerenje strategija suočavanja koristio kombinaciju *COPE* (Carver i sur., 1989), *MCOPE* (Crocker i Graham, 1995) i *TOPS* upitnika (Thomas i sur., 1999) te podjelu na dimenzije približavanja koja je uključivala strategije/subskale povećanje truda, planiranje i samogovor te dimenziju izbjegavanja koja je uključivala strategije/subskale mentalnog isključivanja, ponašajnog isključivanja i poricanja. Naposljetku, Gaudreau i suradnici (2002) koristili su prilagođenu verziju *MCOPE* upitnika (Crocker i Graham, 1995) od 10 subskala (aktivno suočavanje/planiranje, traženje socijalne podrške, ponašajno isključivanje, supresija, ventiliranje emocija, humor, povećani trud, mentalno isključivanje, razmišljanje o željama i samookrivljavanje) uz dodatak subskale pozitivna ponovna procjena koja je kreirana za potrebe tog istraživanja.

Zbog svega navedenog važno je napomenuti da je izuzetno teško zaključiti koji su točno faktori nižeg reda odnosno strategije suočavanja unutar dimenzija savladavanja, internalne regulacije i povlačenja što posljedično i znatno otežava izradu upitnika koji bi mjerio navedene dimenzije.

Do sada su jedino Harwood i suradnici (2019) koristili podjelu strategija suočavanja na dimenzije savladavanja, internalne regulacije i povlačenja za kvalitativnu analizu odgovora roditelja sportaša na pitanje otvorenog tipa u kojem se od njih tražilo da napišu do 3 strategije

koje su koristili za suočavanje sa svakim stresorom kojeg su ranije naveli. U tom su istraživanju Harwood i suradnici (2019) u generalnu dimenziju savladavanja smjestili strategije: komunikacija s djetetom (npr. razgovor o situaciji, pružanje utjehe, savjeta i pozitivne povratne informacije, davanje podrške), traženje informacija (npr. od trenera, organizatora, fizioterapeuta ili drugih roditelja), upravljanje vremenom (npr. planiranje, selektivan odlazak na natjecanja, odvajanje vremena za braću i sestre djeteta koji se bavi sportom, podjela obaveza s partnerom), upravljanje financijama (npr. izrada budžeta, selektivni odlasci na natjecanja, osiguravanje dodatnog izvora prihoda), upravljanje djetetovim teniskom napretkom i razvojem (npr. planiranje pauza od tenisa, promjena trenera/trening centra, angažiranje sportskog psihologa), promjena ponašanja roditelja (npr. prikrivanje emocija, kažnjavanje djetetovog ponašanja, dopuštanje djetetu da samo donosi izbore), reduciranje negativnih utjecanja drugih ljudi (npr. utjecaj na roditelje protivnika, smanjenje negativnog utjecaja partnera), uključivanje suca, priprema (npr. pripremanje djeteta mentalno i fizički za natjecanje), nadgledanje djetetovog općeg napretka (npr. osiguranje balansa između sporta, škole i drugih hobija). Nadalje, u dimenziju internalne regulacije Harwood i suradnici (2019) smjestili su strategije: kognitivna ponovna procjena (npr. stavljanje stresora u perspektivu, fokusiranje na pozitivno, racionalizacija situacije, fokus na dugotrajan razvoj), traženje emocionalne podrške (npr. razgovor o situaciji s drugim roditeljima, partnerom/prijateljem ili većim brojem drugih ljudi), bihevioralno izbjegavanje (npr. gledanje meča iz daljine, izbjegavanje kontakata s drugim roditeljima, djetetom, trenerom), regulacija emocija (npr. pokušaj da se ostane smiren, duboko disanje), distrakcija (npr. drugim zadatkom tijekom meča, razgovorom s drugim roditeljima), kognitivno izbjegavanje i prihvaćanje. Naposljetku, pod generalnom dimenzijom povlačenja smjestili su strategije: bihevioralno isključivanje (npr. ne gledanje meča/treninga, odlazak s meča/treninga, micanje djeteta iz tenisa) i ventiliranje emocija (npr. plakanje, svađanje, prigovaranje).

Ako se usporedi navedeni smještaj strategija nižeg reda u generalne dimenzije s prijedlogom Nichollsa i suradnika (2016) može se vidjeti da su Harwood i suradnici (2019) slijedili njihovu ideju. Tako na primjer, kategorije višeg reda kod generalne dimenzije internalne regulacije Harwooda i suradnika (2019) odgovaraju faktorima višeg reda i strategijama koje su Nicholls i suradnici (2016) koristili u svojoj meta-analizi: suočavanje usmjereno na emocije, prihvaćanje, suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije i strategiju izbjegavanja, dok je dimenzija povlačenja također u oba primjera uključivala



strategije izbjegavanja i ventiliranja emocija. Naposljetku, na prvi pogled može se zaključiti da su pod dimenziju savladavanja Harwood i suradnici (2019) stavili strategije u kategorijama višeg i nižeg reda koje odgovaraju onima koje su predvidjeli i Nicholls i suradnici (2016) (npr. suočavanje usmjereno na zadatak, suočavanje usmjereno na problem, uključivanje i strategiju približavanja). Međutim, kao što je i ranije navedeno, u istraživanjima na kojima su Nicholls i suradnici (2016) temeljili svoju klasifikaciju postoje nedosljednosti u strategijama nižeg reda koje npr. spadaju u dimenziju suočavanja usmjerenog na zadatak ili suočavanja usmjerenog na emocije. Tako se na primjer, u nekim istraživanjima socijalna podrška smjestila u suočavanje usmjereno na zadatak (npr. Gaudreau i Blondin, 2004), dok se u nekim smjestila na suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije (npr. Gaudreau i Antl, 2008). Sličan primjer je i u istraživanju koje su proveli Amiot i suradnici (2004) gdje je strategija distanciranja spadala pod suočavanje usmjereno na zadatak, dok je u drugim istraživanjima (Gaudreau i Blondin, 2004) spadala u suočavanje usmjereno na traženje distrakcije. Također, u istom istraživanju (Amiot i sur., 2004) strategija mentalne distrakcije smjestila se u dimenziju suočavanja usmjerenog na isključivanje iako je u originalnoj verziji upitnika bila na dimenziji suočavanja usmjerenog na traženje distrakcije (Gaudreau i Blondin, 2004).

Kako bismo detaljnije analizirali navedene nedosljednosti možda je najbolje vratiti se na klasifikaciju strategija suočavanja koju su predložili Connor-Smith i suradnici (2000), a na kojoj su Nicholls i suradnici (2016) dominantno temeljili svoju klasifikaciju. Connor-Smith i suradnici (2000) dobili su da izbjegavanje spada u dimenziju suočavanja isključivanjem, dok su Nicholls i suradnici (2016) strategiju izbjegavanja smjestili pod dimenziju internalne regulacije. Prijedlog Nichollsa i suradnika (2016) kasnije su slijedili i Harwood i suradnici (2019) u svom istraživanju na roditeljima sportaša te su oni također bihevioralno i kognitivno izbjegavanje smjestili pod dimenziju internalne regulacije.

Prema svemu navedenom može se zaključiti da su načini suočavanja sa stresom roditelja sportaša još uvijek relativno neistraženi. S obzirom na to da trenutno ne postoji upitnik koji bi bio prikladan za istraživanje stresa roditelja sportaša, a da novija istraživanja (Harwood i sur., 2019) koriste podjelu načina suočavanja predloženu od strane Nichollsa i suradnika (2016), moguće je zaključiti kako bi bilo poželjno konstruirati upitnik načina suočavanja temeljen na predloženoj podjeli te na načinima suočavanja dobivenim iz kvalitativnih podataka u dosadašnjim istraživanjima.

#### 1.5.4. Emocionalne reakcije na stresnu situaciju

Sudjelovanje u sportu djeteta može utjecati na promjene u emocijama njihovih roditelja (Dorsch i sur., 2009). Te promjene o kojima izvještavaju sami roditelji odnose se na promjene u vlastitoj emocionalnoj povezanosti sa sportom, strategijama upravljanja emocijama koje koriste te vlastitim emocionalnim reakcijama u sportskom okruženju (Dorsch i sur., 2009). Trenutno postoji tek manji broj istraživanja koja su se bavila emocijama roditelja sportaša (npr. Dorsch i sur., 2009; Kaye i sur., 2014; Omli i La Voi, 2009, 2012; Wiersma i Fifer, 2008). Ta istraživanja primarno su naglasak stavljala na osjećaj frustracije i ljutnje. Upravo je osjećaj frustracije koji roditelji doživljavaju kada dijete ne igra dobro identificiran kao jedan od situacijskih okidača lošeg ponašanja roditelja sportaša (Wiersma i Fifer, 2008). Ispitivanjem emocije ljutnje roditelja sportaša bavila su se i istraživanja koje su proveli Omli i La Voi (2009, 2012). Jedno od njih (Omli i La Voi, 2009) provedeno je na 192 sportaša, 412 roditelja i 145 trenera s ciljem ispitivanja ljutitog verbalnog i neverbalnog ponašanja te fizičkih konflikata u sportu mladih. Rezultati tog istraživanja pokazuju da roditelji najčešće viču na svoje dijete dok sa strane prate sportska natjecanja tako da mu daju upute (eng. *coaching from the sidelines*). Uz to, roditelji često svoju ljutnju pokazuju time što viču na suce. Također, na temelju rezultata ovog istraživanja autori su zaključili da će roditelji prije izvijestiti o tome da netko drugi više na njihovo dijete nego takva ponašanja prepoznati kod sebe te da imaju tendenciju svoje vlastito vikanje na dijete percipirati kao pozitivno poticanje i podršku. Međutim, navode i da, iako je vikanje roditelja na vlastito dijete usmjereno direktno samo na jedno dijete u timu, takvom su ponašanju indirektno izložena i sva ostala djeca u njegovom/njenom timu kao i u protivničkom timu. Drugo istraživanje istih autora (Omli i LaVoi, 2012) provedeno je na 773 roditelja sportaša dobi između 5 i 19 godina s ciljem identifikacije izvora ljutnje roditelja mladih sportaša. Samo trećina ispitanika izjavila je da se nikada ne ljuti za vrijeme natjecanja svog djeteta. Najčešći okidači za ljutnju ostalih roditelja bili su vezani za percepciju da se sudac, trener, sportaš ili drugi roditelj ponaša nepravedno, nemarno i nekompetentno. Konkretnije, roditelji su izvještavali o doživljaju ljutnje u trenucima kada su treneri i suci donosili nepravedne odluke, kada su se treneri, sportaši i drugi roditelji ponašali nemarno te kad su percipirali da je nekompetentnost trenera ili sudaca ozbiljno ugrozila uspjeh tima/sportaša, pri čemu nedostatak iskustva nisu uzimali kao olakotnu okolnost.

Do sad se samo jedno istraživanje bavilo proučavanjem emocija roditelja sportaša u kontekstu vrsta stresora i načina na koji ih roditelji procjenjuju (Harwood i sur., 2019). Za

ispitivanje emocija roditelja sportaša u tom su istraživanju Harwood i suradnici (2019) koristili Upitnik emocija u sportu (eng. *Sport emotion questionnaire*, SEQ; Jones i sur. 2005) koji su roditelji ispunjavali za svaki stresor koji su prethodno naveli u pitanju otvorenog tipa. Rezultati su pokazali da roditelji općenito doživljavaju umjerene razine nervoze i ljutnje, niske razine utučenosti i vrlo niske razine uzbuđenja i sreće vezano za stresore koje su naveli. *Upitnik emocija u sportu* (Jones i sur., 2005) sastoji se od 22 pitanja podijeljenih u 5 subskala od kojih se 2 odnose na ugodne emocije (uzbuđenje i sreća) i 3 na neugodne emocije (anksioznost, utučenost i ljutnja). Uz ranije navedeno istraživanje na roditeljima sportaša, ovaj upitnik korišten je u istraživanjima stresa, suočavanja i emocija kod sportaša (npr. Britton i sur., 2019; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Potvrđena je faktorska struktura u kontekstu ispitivanja emocija sportaša prije natjecanja te se pouzdanost subskala pokazala zadovoljavajućom (>.80) (Jones i sur., 2005). U kontekstu sporta koriste se još skale ESP-40 (*Emotional state profile*; Hanin, 2010) i POMS (*Profile of Mood States*; McNair i sur., 1971). Važno je napomenuti da postoje i drugi upitnici emocija koji su prevedeni na hrvatski jezik. Tako je na primjer *Skali pozitivnog i negativnog afekta* (PANAS; Watson i sur., 1988) potvrđena originalna faktorska struktura te zadovoljavajuća pouzdanost (Brdar i Anić, 2010). Međutim, niti jedna od tih skala do sada nije korištena u kontekstu procjene stresora u sportu zbog čega se *Upitnik emocija u sportu* (Jones i sur., 2005) nameće kao najprikladniji za daljnja istraživanja.

Ukratko, može se zaključiti da dosadašnja istraživanja upućuju na izražene neugodne emocije koje roditelji doživljavaju u kontekstu sporta pri čemu se često naglasak stavlja na frustraciju i ljutnju. Sve navedeno ukazuje na važnost i vrijednost daljih istraživanja emocija roditelja sportaša kako bi se bolje razumjele njihove reakcije, ali i utjecaj tih reakcija na njihovu djecu i ostale sudionike u sportu. Pri tom je također izuzetno važno proučavati strategije suočavanja koje roditelji koriste jer izgleda da su reakcije roditelja na stresore koje doživljavaju često neadekvatne. Takva ponašanja posljedično mogu ometati sportski razvoj ne samo njihove nego i druge prisutne djece.

#### 1.5.5. Rodne razlike u kontekstu istraživanja stresa, suočavanja i emocija

Ideja da se spolne/rodne razlike trebaju uključiti u istraživanja vezana uz stres nije nova u literaturi. Tako na primjer, Barnett i suradnici (1987, prema Matud, 2004) sugeriraju da spol ima utjecaja na svaki element procesa stresa uključujući i određivanje načina na koji će situacija biti procijenjena, strategije suočavanja te ishode povezane sa zdravljem osobe koja se susrela

sa stresorom. Međutim, rezultati istraživanja provedenih u kontekstu sporta, kao i rezultati istraživanja provedenih izvan sportskog konteksta, nisu jednoznačni.

Tako nekolicina istraživanja ukazuje na to da žene izvještavaju o višim razinama tjelesnih simptoma i psihološke uznemirenosti (Matud, 2004) te da procjenjuju životne događaje kao negativnije, neugodnije, ozbiljnije, više stresne i manje kontrolabilne u odnosu na muškarce (Matud, 2004; Ptacek i sur., 1992; Sigmon i sur., 1995; Tamres i sur., 2002). Također, prijašnja istraživanja ukazala su na to da muškarci u odnosu na žene u većoj mjeri stresne događaje procjenjuju kao izazove, dok žene u većoj mjeri imaju tendenciju stresne događaje procjenjivati kao prijetnje i gubitke u odnosu na muškarce (Ptacek i sur., 1992; Sigmon i sur., 1995). S druge strane, u nekim istraživanjima nije dobivena razlika u procjenama stresora između muškaraca i žena (Ptacek i sur., 1994). Sigmon i suradnici (1995) zaključuju da se dobivene razlike između muškaraca i žena u procjenama stresora općenito ne potvrđuju kada se sudionike pita za procjenu konkretnog stresnog događaja.

Vezano uz strategije suočavanja pokazalo se da žene općenito koriste više različitih strategija suočavanja sa stresom u odnosu na muškarce (Ben-Zur i Zneider, 1996). Kada se u obzir uzmu konkretne strategije suočavanja, pokazao se da žene više koriste izbjegavajuće stilove suočavanja, suočavanje usmjereno na emocije i traženje socijalne podrške, a manje racionalne stilove suočavanja, suočavanje usmjereno na problem i suočavanje usmjereno na isključivanje u odnosu na muškarce (Matud, 2004; Ptacek i sur., 1994; Ptacek i sur., 1992). Međutim, rezultati nekih istraživanja ukazuju na to da nije svejedno kada se mjeri suočavanje sa stresom te o kojim se stresorima radi. Tako je u istraživanju koje su proveli Ben-Zur i Zneider (1996) dobiveno da su žene koristile aktivnije strategije suočavanja usmjerenog na problem u odnosu na muškarce, dok su muškarci u većoj mjeri koristili strategije suočavanja usmjerenog na emocije prilikom suočavanja sa stresom za vrijeme rata. S druge strane, muškarci su u većoj mjeri koristili strategije suočavanja usmjerenog na problem, a u manjoj mjeri usmjerenog na emocije u odnosu na žene za suočavanje sa svakodnevnim stresorima nakon rata. Također, iako su potvrdili da muškarci u većoj mjeri koriste strategije suočavanja usmjerene na problem u odnosu na žene kada se radilo o stresorima povezanim s poslom, Folkman i Lazarus (1980) u svom istraživanju nisu dobili razliku između muškaraca i žena u korištenju suočavanja usmjerenog na emocije. S druge strane, Rosario i suradnici (1988) nisu dobili razlike između muškaraca i žena u korištenju strategije suočavanja usmjerenog na

problem, dok su razlike u korištenju strategije suočavanja usmjerene na emocije išle u smjeru da ih muškarci koriste više nego žene.

Osim različitih izvora stresa, potencijalni razlog dobivenih razlika u korištenim strategijama suočavanja između muškaraca i žena može biti rezultat razlika u načinima na koji procjenjuju stresore (Kaiseler i sur., 2012, 2013). Nadalje, jedno od objašnjenja utjecaja spola na proces stresa predstavlja hipoteza socijalizacije koja predlaže ideju da su tradicionalno žene više percipirane i usmjeravane da budu ovisne i emocionalno ekspresivne pri čemu imaju tendenciju svoje potrebe podređivati drugima i biti manje asertivne, dok se muškarci više doživljavaju i usmjeravaju da budu asertivni, samopouzdana i usmjereni na cilj. Zbog toga muškarcima potencijalno može biti teže usmjeriti se na emocije prilikom suočavanja sa stresom, dok je ženama možda teže zauzeti proaktivni stav usmjeren na rješavanje problema (Folkman i Lazarus, 1980; Matud, 2004; Ptacek i sur., 1992; Rosario i sur., 1988).

S druge strane, postoji i ideja da se spolne razlike u suočavanju sa stresom mogu objasniti razlikama u socijalnim ulogama (Folkman i Lazarus, 1980; Rosario i sur., 1988). Naime, muškarci i žene suočavaju se s različitim stresnim situacijama što može dovesti i do različitih strategija suočavanja koje koriste za nošenje s njima (Folkman i Lazarus, 1980). Tako se pokazalo da žene doživljavaju više stresnih događaja povezanih sa zdravljem i obitelji, dok muškarci izvještavaju o više stresnih događaja povezanih s poslom u odnosu na žene (Almeida i Kessler, 1998; Folkman i Lazarus, 1980). Također, neka istraživanja ukazuju na to da su žene u većoj mjeri nego muškarci pogođene stresom drugih ljudi u svojoj okolini (Almeida i Kessler, 1998; Matud, 2004), te da u većoj mjeri doživljavaju i kronične i svakodnevne stresore (Almeida i Kessler, 1998; Matud, 2004; McDonough i Walters, 2001).

Dio nekonzistentnosti rezultata dobivenih u istraživanjima možda se može objasniti i razlikama u korištenoj metodologiji. Naime, postoje indikacije da se ne dobivaju isti rezultati kada se ispitanike pita za suočavanje sa stresorima općenito, pri čemu se suočavanje sa stresom mjeri kao dispozicijska varijabla, ili ih se pita za suočavanje sa stresorima vezanim uz konkretnu situaciju. Tako Sigmon i suradnici (1995) nisu dobili razlike između muškaraca i žena u korištenju strategije usmjerene na rješavanje problema, strategije usmjerene na prihvaćanje i strategije usmjerene na izbjegavanje, ali su potvrdili da žene koriste više suočavanje usmjereno na emocije kada su analizirali suočavanje sa stresnim situacijama općenito. Međutim, kada su napravili analize vezane uz konkretne stresore (obitelj, škola i

odnosi) dobili su da su žene više od muškaraca koristile suočavanje usmjereno na problem kada se radi o stresnim situacijama povezanim sa školom i obitelji, te da su žene više nego muškarci koristile strategije suočavanja usmjerene na prihvaćanje kada su se suočavale sa stresorima vezanim uz odnose. U sve tri situacije žene su koristile suočavanje usmjereno na emocije u većoj mjeri nego muškarci. Sve navedeno svakako ukazuje na potrebu za daljnjim istraživanjima u ovom području kako bi se objasnila priroda navedenih nekonzistentnosti.

Naposljetku, istraživanja razlika u emocionalnim reakcijama između muškaraca i žena pokazala su da žene imaju tendenciju doživljavati više razine neugodnih emocija (anksioznosti i depresije) u odnosu na muškarce kada se suočavaju s interpersonalnim stresorima povezanim s obitelji i vršnjacima u adolescenciji (Rudolph, 2002). Uz to, nedavno istraživanje provedeno u kontekstu emocionalnih reakcija na COVID-19 u Španjolskoj pokazalo je da su muškarci doživljavali niže razine anksioznosti, depresije i akutnog stresa u odnosu na žene (García-Fernández i sur., 2021). Na nekliničkom uzorku od preko tisuću ispitanika iz Ujedinjenog Kraljevstva Crawford i Henry (2004) dobili su da žene imaju izraženije neugodne te manje izražene ugodne emocije u odnosu na muškarce. S druge strane, u istraživanju koje su proveli Fujita i suradnici (1991) žene su imale više rezultate na neugodnim, ali i na ugodnim emocijama u odnosu na muškarce te su autori zaključili da su žene koje su sudjelovale u njihovom istraživanju općenito snažnije doživljavale emocije u odnosu na muškarce.

Jednako kao i kod istraživanja izvan konteksta sporta, istraživanja koja su proučavala rodne razlike u strategijama suočavanja i emocionalnim odgovorima na stresnu situaciju sportašica i sportaša dala su kontradiktorne rezultate. Rezultati nekih od njih upućuju na postojanje razlika u načinima suočavanja koje koriste sportašice i sportaši te u njihovim emocionalnim odgovorima na stresnu situaciju (Crocker i Graham, 1995). Pri tom je u nekim istraživanjima dobiveno da sportašice imaju tendenciju u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na traženje emocionalne socijalne podrške i povećanje uloženog truda od sportaša te izvještavaju o nižoj razini pozitivnog afekta u odnosu na muškarce (Crocker i Graham, 1995). Druga istraživanja ne potvrđuju u potpunosti smjer tih razlika pa su tako Nicholls i suradnici (2007) dobili da su sportašice koristile strategije unutar suočavanja usmjerenog na problem (planiranje, komuniciranje i suočavanje usmjereno na tehničke elemente) češće od sportaša, do su sportaši u većoj mjeri koristili strategiju blokiranja od sportašica. S druge strane, postoje istraživanja u kojima nije dobivena razlika u strategijama suočavanja između sportašica i sportaša (Pensgaard i sur., 1999). Navedeni kontradiktorni

nalazi možda se mogu objasniti različitim izvorima stresa s kojima se sportaši suočavaju. Naime, Goyen i Anshel (1998) dobili su razlike u strategijama suočavanja sa stresom između sportašica i sportaša pri čemu su sportaši u većini slučajeva više koristili suočavanje usmjereno na problem, dok su sportašice više koristile suočavanje usmjereno na emocije. Međutim, kada su analizirali pojedinačne izvore stresa rezultati nisu bili toliko jednoznačni. Tako kod negativne povratne informacije od strane trenera sportašice nisu izvijestile o korištenju strategija suočavanja usmjerenih na emocije, dok je 29% sportaša koristilo ovu strategiju prilikom suočavanja s tim izvorom stresa. S druge strane, u toj su situaciji obje skupine preferirale suočavanje usmjereno na problem. U istom smjeru idu i rezultati dobiveni za stresore povezane s protivnikovim varanjem prilikom čega su obje grupe više koristile suočavanje usmjereno na emocije, a u grupi adolescenata potvrđena je i razlika između muškaraca i žena gdje su adolescenti u većoj mjeri koristili tu vrstu strategije u odnosu na adolescentice. S druge strane, za suočavanje s tim stresorom, adolescentice su u većoj mjeri koristile strategije suočavanja usmjerene na problem u odnosu na adolescente.

Navedene nekonzistentne nalaze svakako je potrebno ispitati u budućim istraživanjima u kojima se poseban naglasak treba staviti na međudnose između tih različitih komponenata stresnih transakcija.

#### 1.5.6. Odnosi između različitih komponenti stresnih transakcija

Lazarus (1999, 2000) tvrdi da su stres, kognitivna procjena, suočavanje sa stresom i emocije međusobno povezani te bi se trebali proučavati zajedno kako bi se utvrdile potencijalne veze među njima. Lazarus i Folkman (1984) u svojoj *Transakcijskoj teoriji stresa* tvrde da je procjena stresora kao izazova karakterizirana ugodnim emocijama (npr. uzbuđenje, ushićenje) dok je procjena stresora kao prijetnje karakterizirana neugodnim emocijama (npr. strah, anksioznost, ljutnja). Procjena situacije kao štete praćena je neugodnim emocijama kao što su tuga i ljutnja (Folkman, 2008). Osim ugodnih emocija, osoba koja situacije procjenjuje kao izazov općenito će bolje funkcionirati u stresnim situacijama jer će se osjećati samopouzdana, bit će manje preplavljena emocijama i sposobnija iskoristiti dostupne resurse za suočavanje (Lazarus i Folkman, 1984). Pritom se pretpostavlja da, što je veća razina prijetnje to strategije suočavanja usmjerene na emocije postaju sve očajnije i regresivnije, a suočavanje usmjereno na problem postaje sve više limitirano zato što visoka razina prijetnje utječe na kognitivno funkcioniranje osobe i njen kapacitet za procesiranje informacija (Lazarus i Folkman, 1984).

Istraživanja na sportašima pokazuju da je procjena stresora kao prijetnje pozitivno povezana s neugodnim emocijama, suočavanjem usmjerenim na isključivanje, suočavanjem usmjerenim na pronalaženje distrakcije te negativno povezana sa suočavanjem usmjerenim na zadatak i ugodnim emocijama (Britton i sur., 2019; Doron i Martinent, 2016; Nicholls, Polman i Levy, 2012; Nicholls i sur., 2014). S druge strane, procjena stresora kao izazova pozitivno je povezana sa suočavanjem usmjerenim na zadatak i ugodnim emocijama te negativno povezana sa suočavanjem usmjerenim na isključivanje i neugodnim emocijama (Doron i Martinent, 2016; Nicholls, Polman i Levy, 2012; Nicholls i sur., 2014; Thompson i sur., 2020). Međutim, u nekim istraživanjima pojavila se i (niska) pozitivna korelacija između procjene stresora kao izazova i neugodnih emocija te procjene stresora kao prijetnje i suočavanja usmjerenog na zadatak (Nicholls, Polman i Levy, 2012). Doron i Martinent (2016) ukazali su na to da je percipirani izazov bio pozitivan, a percipirana prijetnja negativan prediktor suočavanja usmjerenog na zadatak, da je procjena stresora kao izazova bila negativan, a procjena stresora kao prijetnje pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na isključivanje i neugodnih emocija, ali i pozitivan prediktor ugodnih emocija. Nejasnu prirodu odnosa između procjena stresora i emocija dalje potvrđuje i istraživanje koje su proveli Nicholls i suradnici (2011) u kojem je dobiveno da su procjene dobitka (izazov i korist) generirale uglavnom ugodne emocije (npr. sreća, olakšanje, uzbuđenje), ali i neke neugodne emocije (npr. anksioznost, ljutnja, sram) dok su procjene gubitka (šteta i prijetnja) rezultirale uglavnom neugodnim emocijama (npr. anksioznost, ljutnja, krivnja). Nadalje, Doron i Martinent (2015) u svom su istraživanju na sportašicama dobili da su više razine procjene stresora kao izazova bile povezane s višim razinama suočavanja usmjerenog na problem, ali i s višim razinama suočavanja usmjerenog na emocije u mečevima koje su sportašice izgubile.

Ispitivanjem emocionalnog odgovora u kontekstu procjene stresora bavila se i nekolicina istraživanja izvan sportskog konteksta. Tako je Schneider (2004, 2008) u svojim istraživanjima potvrdio da su sudionici koji su za zadatak imali oduzimanje broja 7 od četveroznamenastog broja na glas, a koji su situaciju procijenili kao prijetnju, imali tendenciju izražavati manje ugodnih i više neugodnih emocija prije izvođenja zadatka od ispitanika koji su situaciju procjenjivali kao izazov. Nadalje, Kuiper i suradnici (1995) su svojim sudionicima zadali zadatak crtanja te ustvrdili da je procjena zadatka kao izazova bila povezana s višom razinom ugodnih emocija nakon izvedenog zadatka dok je procjena zadatka kao prijetnje bila povezana s višom razinom neugodnih emocija nakon izvedbe. U ovom istraživanju nije



dobivena značajna povezanost između procjene izazova i neugodnih emocija niti između procjene prijetnje i pozitivnih emocija.

Vežano za procjenu kontrolabilnosti, literatura sugerira da će osoba imati tendenciju koristiti suočavanje usmjereno na problem ako smatra da nešto može poduzeti u vezi sa situacijom, dok će suočavanje usmjereno na emocije biti preferirano kada osoba situaciju doživljava kao nešto što treba prihvatiti jer se ništa ne može poduzeti (Folkman i Lazarus, 1980; Lazarus i Folkman, 1984). Doron i Martinent (2015) u svom su istraživanju na sportašicama dobili da su više razine percipirane kontrole bile povezane s višim razinama suočavanja usmjerenog na problem, te da su niže razine percipirane kontrole bile povezane s višim razinama suočavanja usmjerenog na emocije u mečevima koje su sportašice izgubile. Koristeći drugačiju podjelu načina suočavanja kod sportaša, Anshel i Kaissidis (1997) dobili su da je visoka razina percipirane kontrolabilnosti bila pozitivno povezana s korištenjem strategija približavanja prilikom suočavanja, dok je niska razina percipirane kontrole bila je povezana s većim korištenjem strategija suočavanja usmjerenih na izbjegavanje. Nadalje, neka istraživanja u sportu ukazala su na postojanje negativne povezanosti između suočavanja usmjerenog na isključivanje te suočavanja usmjerenog na pronalaženje distrakcije i kontrole, kao i pozitivne povezanosti između suočavanja usmjerenog na zadatak i kontrole (Britton i sur., 2019; Haney i Long, 1995; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Naposljetku, istraživanja provedena na sportašima ukazuju na to da je percepcija kontrole negativno povezana s negativnim/neugodnim emocijama (Britton i sur., 2019; Nicholls, Polman i Levy, 2012) te da postoji pozitivna povezanost između ugodnih emocija i kontrole (Nicholls, Polman i Levy, 2012). Sve navedeno ukazuje na potrebu za daljnjim istraživanjima odnosa između procjene stresora, emocija i suočavanja u sportskom kontekstu kako bi se dodatno razjasnila priroda njihove povezanosti.

Istraživanja provedena na sportašima upućuju na pozitivnu povezanost između suočavanja usmjerenog na problem i ugodnog afekta, dok je suočavanje usmjereno na emocije i suočavanje usmjereno na traženje socijalne podrške bilo povezano s neugodnim afektom (Crocker i Graham, 1995). Konkretnije, ugodne emocije bile su pozitivno povezane s aktivnim suočavanjem, planiranjem, ulaganjem truda i supresijom ostalih aktivnosti te negativno povezane s razmišljanjem o željama i isključivanjem (Crocker i Graham, 1995). Neugodni afekt bio je pozitivno povezan s razmišljanjem o željama, samookrivljavanjem, isključivanjem, iskaljivanjem emocija te traženjem i instrumentalne i emocionalne socijalne podrške (Crocker

i Graham, 1995). Nadalje, Gaudreau i suradnici (2002) potvrdili su pozitivnu povezanost između suočavanja usmjerenog na zadatak (aktivno suočavanje/planiranje, povećanje truda, pozitivna reinterpretacija, traženje socijalne podrške i supresija ostalih aktivnosti) i ugodnog afekta u svakoj fazi natjecanja, dok su strategije usmjerene na emocije (ventiliranje emocija i humor) i ponašajno isključivanje bile pozitivno povezane s neugodnim afektom u svakoj fazi natjecanja. I druga istraživanja potvrdila su da je suočavanje usmjereno na zadatak pozitivno povezano s ugodnim emocijama, dok je suočavanje usmjereno na isključivanje i suočavanje usmjereno na traženje distrakcije pozitivno povezano s neugodnim emocijama (Britton i sur., 2019; Doron i Martinent, 2016; Nicholls i sur., 2014; Nicholls, Polman i Levy, 2012; Thompson i sur., 2020). Međutim, Doron i Martinent (2015) u svom su istraživanju te nalaze doveli u vezu s ishodom natjecanja i pokazali da su više razine suočavanja usmjerenog na problem bile povezane s nižim razinama neugodnog afekta dok su više razine suočavanja usmjerenog na emocije bile povezane s višim razinama ugodnog afekta u mečevima u kojima su sudionice pobijedile. S druge strane, više razine suočavanja usmjerenog na emocije i niže razine suočavanja usmjerenog na problem bile su povezane s višim razinama neugodnog afekta nakon poraza.

Navedeno ukazuje na to da rezultati istraživanja koja su ispitivala odnose između emocija i suočavanja nisu jednoznačni te da su potrebna daljnja istraživanja kako bi se razjasnila priroda njihove povezanosti. Situaciju dodatno otežava činjenica da se u istraživanjima emocije i suočavanje mjere na brojne različite načine i u različitim vremenskim točkama u odnosu na stresnu situaciju na koju se odnose, ali i kružna priroda same teorije. Naime, istraživanja izvan sporta potvrdila su da se emocionalno stanje prilikom prvog susreta sa stresorom mijenja do kraja susreta sa stresorom te da je promjena u doživljenim emocijama povezana sa strategijom suočavanja koju ta osoba koristi (Folkman i Lazarus, 1988). Navedeno bi svakako trebalo uzeti u obzir u budućim istraživanjima.

Tako su na primjer, Doron i Martinent (2016) koristili video snimke vlastitih mečeva koje su sudionici gledali, a za vrijeme čega su imali zadatak prisjetiti se psiholoških stanja (procjene izazova i prijetnje, korištenje suočavanja usmjerenog na zadatak i suočavanja usmjerenog na isključivanje te doživljenih ugodnih i neugodnih emocija) doživljenih nakon svakog boda. Pokazalo se da je suočavanje orijentirano na zadatak bilo je parcijalni medijator odnosa između procjene stresora kao izazova i ugodnih emocija, dok je suočavanje usmjereno na isključivanje služilo kao parcijalni medijator odnosa između procjene stresora kao prijetnje

i neugodnih emocija. U istom smjeru idu i rezultati istraživanja koje su na sportašima proveli Ntoumanis i Biddle (1998). U njihovom istraživanju zadatak sportaša bio je prisjetiti se zadnjeg sportskog natjecanja na kojem su sudjelovali, a na kojem su doživjeli stresno ili izazovno iskustvo. Nakon kratkog opisa tog iskustva procjenjivali su strategije suočavanja koje su koristili, njihovu efikasnost te emocionalna stanja koja su proizašla iz suočavanja s tom situacijom. Pokazali su da je suočavanje usmjereno na problem (supresija ostalih aktivnosti i strategije usmjerene na ulaganje truda) pozitivan prediktor ugodnog afekta dok je suočavanje usmjereno na emocije (bihevioralno isključivanje i iskaljivanje emocija) bilo povezano s višim razinama neugodnog i nižim razinama ugodnog afekta. Međutim, dobiveno je i da traženje socijalne podrške predviđa i ugodni i neugodni afekt, te da je se distanciranjem smanjuje neugodni afekt. S druge strane, istraživanje koje su proveli Britton i suradnici (2019) pokazalo je da su ugodne emocije bile prediktori suočavanja usmjerenog na zadatak dok su neugodne emocije bile prediktori suočavanja usmjerenog na pronalaženje distrakcije i suočavanja usmjerenog na isključivanje. U njihovom istraživanju emocije i suočavanje mjerili su se 1 sat nakon natjecanja, a sudionici su imali zadatak retrospektivno se prisjetiti emocija i načina suočavanja koje su doživljavali i koristili tijekom samog natjecanja.

Nicholls i suradnici (2014) ukazali su na medijacijsku ulogu emocija u odnosu između procjene stresora i suočavanja. U njihovom istraživanju dobiveno je da suočavanje usmjereno na zadatak nije bilo direktno povezano s procjenom stresora kao izazova, a postojao je direktan odnos između procjene stresora kao prijetnje i suočavanja usmjerenog na izbjegavanje, ali ne i suočavanja usmjerenog na isključivanje. Međutim, kada su u obzir uzete emocije rezultati su pokazali da su procjene stresora kao izazova pozitivno povezane s ugodnim emocijama, koje su zatim pozitivno povezane sa suočavanjem usmjerenim na zadatak. S druge strane, procjene stresora kao prijetnje bile su pozitivno povezane s neugodnim emocijama, koje su zatim pozitivno utjecale i na suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije i na suočavanje usmjereno na izbjegavanje.

Naposljetku, važno je spomenuti rezultate istraživanja koje su proveli Harwood i suradnici (2019), a koje je jedino do sad istraživalo stresore, emocije i strategije suočavanja na većem uzorku roditelja tenisača. U njihovom je istraživanju dobiveno da su procjene prijetnje generirale više razine neugodnih emocija (utučenosti i ljutnje, ali ne i anksioznosti) u usporedbi s procjenama izazova, dok su procjene izazova generirale više razine ugodnih emocija (sreće i uzbuđenja) u odnosu na procjene prijetnje i štete. Također, rezultati ovog istraživanja

sugeriraju da je važno uzeti u obzir emocije kada se proučava koje strategije suočavanja koriste roditelji sportaša. Tako su roditelji u njihovom istraživanju izvijestili o korištenju strategije savladavanja i internalne regulacije kada su doživljavali umjerene do niske razine neugodnih emocija, te strategiju povlačenja kada su doživljavali umjerene do visoke razine neugodnih emocija. Još je jedno slično istraživanje provedeno na jednom paru roditelja sportaša (Prosoli i sur., 2021), a njegovi rezultati sugeriraju da se emocije roditelja sportaša mijenjaju kroz period prije, za vrijeme i nakon sportskog natjecanja djeteta, te da roditelji koriste više strategija suočavanja za nošenje sa stresorima koje doživljavaju vezano uz konkretno natjecanje svog djeteta.

Općenito se može zaključiti kako se još uvijek malobrojna istraživanja roditelja u sportu bave uglavnom pojedinačnim ispitivanjem različitih komponenti stresnih transakcija iz Lazarusove *CMRT* teorije (Lazarus, 1991, 1999, 2000) te *Transakcijske teorije stresa* Lazarusa i Folkman (1984) kao što su vrsta stresora, procjene, emocije i suočavanje dok je do sad samo jedno istraživanje u obzir uzelo i njihove međudnose, ali samo na razini analize deskriptivnih podataka (Harwood i sur., 2019). S druge strane, do sad je proveden relativno velik broj istraživanja koja su se bavila stresorima koje doživljavaju treneri i sportaši (npr. Didymus, 2017; Levy i sur., 2009; Nicholls i sur., 2005), načinima procjene tih stresora (npr. Campbell i Jones, 2002; Didymus, 2017; Didymus i Fletcher, 2012; Dugdale i sur., 2002; Hanton i sur., 2012), strategijama suočavanja koje koriste (npr. Didymus, 2017; Nicholls i sur., 2005) i odnosima između emocija, procjene stresora i načina suočavanja (npr. Britton i sur., 2019; Crocker i Graham, 1995; Doron i Martinent, 2016; Gaudreau i sur., 2002; Nicholls i sur., 2011; Ntoumanis i Biddle, 1998). Također, na uzorcima trenera i sportaša u istraživanja su nerijetko uključene i druge varijable iz *Transakcijske teorije stresa* (Lazarus i Folkman, 1984) i *CMRT* (Lazarus, 1991, 1999, 2000) kao što su efikasnost suočavanja (npr. Ntoumanis i Biddle, 1998), ciljevi (npr. Gaudreau i sur., 2002), zadovoljstvo izvedbom (npr. Nicholls, Polman i Levy, 2012), reaktivnost na stres (npr. Britton i sur., 2019) i situacijski faktori (npr. Thatcher i Day, 2008). Zbog svega navedenog logično je zaključiti o nužnosti povećanja količine znanstveno utemeljenih informacija o psihološkim procesima koji se nalaze u pozadini i koji su povezani s doživljajem stresa kod roditelja sportaša.

Naposljetku, važno je napomenuti da dio istraživanja koji se bave proučavanjem stresa, procjene stresa, suočavanja i emocija u sportskom kontekstu koristi prisjećanje (npr. Didymus, 2017; Nicholls i sur., 2011), dio koristi dnevnike stresora koje sudionici ispunjavaju kroz

određeni vremenski period (npr. Didymus i Fletcher, 2012) ili prisjećanje uz gledanje video snimke natjecanja (npr. Doron i Martinent, 2015, 2016), a često su korištene i stvarne situacije natjecanja u kojima sportaši upitnike ispunjavaju neposredno prije i neposredno nakon samog natjecanja (npr. Britton i sur., 2019; Gaudreau i sur., 2002; Nicholls i sur., 2014; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Jedino dosad provedeno istraživanje stresa, procjene stresora, emocija i načina suočavanja roditelja sportaša također je koristilo prisjećanje (Harwood i sur., 2019), dok je i većina ostalih istraživanja u ovom području provedena na roditeljima sportaša također koristila prisjećanje stresora i načina suočavanja s njima (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2010; Harwood i Knight, 2009a,b). Ti nalazi ukazuju na to kako su roditelji u stanju točno se prisjetiti stresora, načina na koji su ih procjenjivali, emocija koje su doživjeli vezano za navedene stresore te načina suočavanja koje su koristili.

S obzirom na sve navedeno može se zaključiti da se istraživanja stresa u sportu sve više usmjeravaju prema roditeljima sportaša i to s dobrim razlogom. Ono što se u takvim istraživanjima svakako nameće kao nužan sljedeći korak je odmjeriti sve varijable modela kako bi se dobila što jasnija i cjelovitija slika. Navedeno je do sada učinio relativno mali broj istraživača u području, a istraživanja koja su se bavila pojedinačnim komponentama modela samo doprinose ranije uočenim nekonzistentnostima i stvaraju sve više mjesta za pretpostavke i nagađanja. Uz to, iz pregleda literature evidentno je da je nužno provesti dodatna istraživanja stresa roditelja sportaša na drugim, do sad neistraženim sportovima, kao i u nekim drugim kulturama od dosad istraženih. Navedeno će doprinijeti tome da se dosadašnji rezultati mogu jasnije smjestiti u širi kontekst te za usmjeravanje budućih istraživanja u području te objašnjavanju prirode dosad uočenih brojnih nekonzistentnosti.

## **2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE**

*Cilj:* Ispitati psihološki stres i strategije suočavanja roditelja djece koja se bave borilačkim sportovima.

*Problem 1:* Ispitati koje stresore doživljavaju roditelji djece koja se bave borilačkim sportovima vezano uz sportski razvoj svoje djece.

*Problem 2:* Ispitati postoje li rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša.

Hipoteza 1: Majke će (u odnosu na očeve) u većoj mjeri stresore procjenjivati kao gubitak, a u manjoj kao dobitak, smatrat će da nad njima imaju manje kontrole, izvještavat će o višoj razini neugodnih i nižoj razini ugodnih emocija te će u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije, a u manjoj strategije usmjerene na rješavanje problema.

*Problem 3:* Ispitati prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša.

Hipoteza 2: Pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na rješavanje problema bit će procjena dobitaka i razina percipirane kontrole, a negativan prediktor bit će procjena gubitaka.

Hipoteza 3: Pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na ventiliranje emocija i suočavanja usmjerenog na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije bit će procjena gubitaka, a negativan prediktor bit će razina percipirane kontrole i procjena dobitaka.

*Problem 4:* Ispitati prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane uz sport svoje djece.

Hipoteza 4: Pozitivan prediktor ugodnih emocija bit će procjena dobitaka, procjena percipirane kontrole i strategija rješavanja problema prilikom suočavanja sa stresorom, a negativan prediktor procjena gubitaka.

Hipoteza 5: Pozitivan prediktor neugodnih emocija bit će procjena gubitaka i strategija ventiliranja emocija prilikom suočavanja, a negativan prediktor bit će procjena percipirane kontrole i procjena dobitaka.

### 3. PREDISTRAŽIVANJE

Prije početka glavnog dijela istraživanja provedeno je predistraživanje s ciljem konstrukcije i/ili validacije skala koje se prvi puta koriste u našoj zemlji odnosno na hrvatskom jeziku.

U sklopu predistraživanja prevedena je i validirana *Mjera procjena stresa* (eng. Stress appraisal measure; Peacock i Wong, 1990). Kako bi se izmjerila procjena štete/gubitka i koristi prilagođene su subskale prijetnje i izazova iz *Mjere procjena stresa* (eng. Stress appraisal measure; Peacock i Wong, 1990), a sukladno metodologiji i upitniku koji su ranije korišteni u istraživanju koje su na sportašima proveli Thompson i suradnici (2020). Autori tog istraživanja (Thompson i sur., 2020) ustupili su nam svoje čestice koje su zatim prilagođene i prevedene na hrvatski jezik.

Također, preveden je i validiran *Upitnik emocija u sportu* (eng. Sport emotion questionnaire; Jones i sur., 2005) koji su roditelji ispunjavali kako bi se utvrdio njihov emocionalni odgovor na doživljeni stresor nakon što su se s njim suočili.

Za prijevod skala korištena je metoda dvostruko slijepog prijevoda. Prijevod su pripremile dvije osobe s fluentnim znanjem hrvatskog i engleskog jezika, pri čemu je jedna osoba prevela originalni upitnik s engleskog na hrvatski jezik nakon čega je druga osoba prevedenu skalu s hrvatskog prevela na engleski jezik. Potom je uspoređena prevedena engleska verzija s originalnom verzijom upitnika. Nakon usporedbe prijevoda i originalnog *Upitnika emocija u sportu* utvrđeno je da nema većih odstupanja. Nakon usporedbe prijevoda i originalnog upitnika *Mjere procjena stresa* te subskala štete/gubitka i koristi koje su razvili Thompson i suradnici (2020) također je utvrđeno da nema većih odstupanja. Međutim, utvrđeno je da se načini odgovaranja kod ovih subskala razlikuju jer originalan upitnik *Mjera procjena stresa* sadrži pitanja u upitnom obliku (npr. *Is this a totally hopeless situation?*) dok su Thompson i suradnici (2020) prilikom prilagodbi subskala koristili izjavne rečenice (npr. *I was not able to perform how I wanted*). S obzirom na to da je u sklopu našeg istraživanja planirano ove subskale koristiti zajedno, u sklopu jednog upitnika procjene stresora, čestice su usklađene tako da su sve čestice iz *Mjere procjena stresa* pretvorene u izjavne rečenice. Isto tako, *Mjera procjena stresa* originalno je zamišljena za procjenu stresora za koje se očekuje da će se dogoditi u budućnosti dok su u našem istraživanju sudionici stresore procjenjivali nakon što su se oni dogodili te su ih se sudionici prisjećali. Zbog toga je promijenjena uputa

sudionicima od kojih se u ovom istraživanju tražilo da se prisjete kako su doživljavali stresor koji su naveli u trenutku kada su se s njime susreli. Tako je na primjer čestica „*Will the outcome of this situation be negative?*“ prilikom prijevoda i prilagodbe promijenjena u „*Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor biti negativan*“.

Nadalje, u sklopu predistraživanja konstruiran je i validiran *Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša*. Prvi korak prilikom izrade upitnika bio je detaljan pregled literature koja se bavila temom suočavanja u kontekstu sporta, s posebnim naglaskom na suočavanje roditelja sportaša. Pri tom su kao glavni okvir korištena recentna kvalitativna istraživanja stresa i suočavanja sa stresom roditelja sportaša koja su proveli Burgess i suradnici (2016) te Harwood i suradnici (2019), s posebnim naglaskom na ovo potonje koje je svoju podjelu načina suočavanja sa stresom temeljilo na prijedlogu Nichollsa i suradnika (2016) o novoj klasifikaciji strategija suočavanja sa stresom u sportu. S obzirom na to da su prilikom izrade upitnika kao okvir korištene dimenzije suočavanja koje su predložili Nicholls i suradnici (2016) (savladavanje, internalna regulacija i povlačenje), nakon proučavanja kvalitativnih istraživanja koja su se bavila stresom roditelja sportaša detaljno su proučeni načini suočavanja koje su autori naveli pod svakom dimenzijom. Nakon toga proučene su čestice iz postojećih upitnika suočavanja koji su korišteni u kontekstu sporta: WCQ (Folkman i Lazarus, 1985), COPE (Carver, 1997; Carver i sur., 1989), MCOPE (Crocker i Graham, 1995), CFQ (Kowalski i Crocker, 2001) i CICS (Gaudreau i Blondin, 2002, 2004). Zatim su, u trećem koraku, generirane čestice koje su izrađene na temelju rezultata kvalitativnih istraživanja suočavanja sa stresom roditelja sportaša, kao i na temelju već postojećih upitnika suočavanja sa stresom. Navedeni postupak služio je za generiranje 64 čestice koje su pokrivale širok raspon strategija suočavanja. Konkretno, čestice su pokrivale strategije suočavanja koje su identificirane kao relevantne za uzorak roditelja sportaša temeljeno na prijašnjim kvalitativnim istraživanjima u području (Harwood i sur., 2019; Harwood i Knight, 2009a,b). Strategije koje su obuhvaćene generiranjem čestica predstavljale su kategorije nižeg reda koje su u prijašnjim istraživanjima suočavanja sa stresom roditelja sportaša (Harwood i sur., 2019) smještene pod generalne dimenzije koje su u svojoj meta-analizi predložili Nicholls i suradnici (2016).

U nastavku će biti prikazana provedba predistraživanja te dobiveni rezultati na temelju kojih su oblikovane konačne skale koje su korištene u glavnom istraživanju.



### 3.1. Postupak

Istraživanje je provedeno od srpnja do studenog 2021. godine on-line pomoću obrasca u koji su sudionici upisivali odgovore. U istraživanju su mogli sudjelovati roditelji sportaša iz svih sportova osim borilačkih, čija djeca imaju između 6 i 18 godina te se aktivno i natjecateljski bave sportom. Roditelji su upitnik ispunjavali anonimno, a pristanak za sudjelovanje u istraživanju davali su samim ispunjavanjem on-line upitnika. Za motiviranje potencijalnih sudionika korišteni su kontakti sportskih klubova s područja RH te njihovih trenera koji su zamoljeni da prosljede poziv za sudjelovanje u istraživanju roditeljima sportaša u svojim klubovima. Kako bi se dodatno motiviralo roditelje sportaša za sudjelovanje u predistraživanju bila im je ponuđena mogućnost besplatnog sudjelovanja na on-line predavanju za roditelje sportaša.

Od roditelja su najprije zatraženi demografski podaci, te podaci o njihovoj uključenosti u sport djeteta i djetetovoj razini natjecanja. U glavnom dijelu upitnika od roditelja se putem jednog pitanja otvorenog tipa tražilo da navedu i što detaljnije opišu jedan najizraženiji stresor koji doživljavaju kao roditelji sportaša. U sklopu predistraživanja sudionici su upitnik ispunjavali za samo jedan stresor. Sve upitnike u nastavku sudionici su ispunjavali vezano uz stresor koji su naveli u ovom pitanju.

Procjena stresora mjerena je pomoću prilagođenog upitnika *Mjera procjena stresa* (eng. Stress appraisal measure; Peacock i Wong, 1990). Nakon toga sudionici su ispunili *Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša* konstruiran za potrebe predistraživanja. Naposljetku, za mjerenje emocija sudionici su ispunili *Upitnik emocija u sportu* (eng. Sport emotion questionnaire; Jones i sur., 2005) u kojem su označavali intenzitete ponuđenih emocija koje su se javljale vezano uz navedeni stresor nakon suočavanja s njime.

### 3.2. Upitnici

*Mjera procjena stresa* (eng. Stress appraisal measure; SAM; Peacock i Wong, 1990) sastoji se od 28 pitanja (po 4 pitanja za svaku subskalu), a mjeri tri dimenzije primarne i tri dimenzije sekundarne procjene te stresnost događaja. Dimenzije primarne procjene koje se mjere ovim upitnikom su: (1) prijetnja (eng. *threat*) koja označava potencijal da se šteta ili gubitak dogode u budućnosti (2) izazov (eng. *challenge*) koji označava procjenu očekivanog dobitka ili rasta na temelju iskustva i (3) važnost (eng. *centrality*) koja predstavlja percipiranu važnost događaja za dobrobit osobe. Upitnik mjeri i tri dimenzije sekundarne procjene: (1)

osobnu kontrolu (eng. *controllable-by-self*), (2) kontrolu od strane drugih ljudi (eng. *controllable-by-others*) i (3) nedostatak kontrole (eng. *uncontrollable-by-anyone*). Također, SAM sadrži i skalu koja mjeri razinu stresnosti događaja. Sudionici u ovom upitniku odgovaraju na pitanja putem skale Likertovog tipa od 5 stupnjeva. Alfa vrijednosti subskala u originalnom istraživanju (Peacock i Wong, 1990) kretale su se od .51 do .90 te je zaključeno da sve subskale osim one koja mjeri nedostatak kontrole imaju zadovoljavajuću pouzdanost. Niže razine pouzdanosti za navedenu subskalu javile su se u 2 od 3 uzorka (.51 u prvom uzorku i .57 u drugom uzorku) o kojima su u originalnom članku izvijestili autori skale, dok je u trećem uzorku ona iznosila .82. Također, u originalnom istraživanju potvrđena je i faktorska struktura upitnika (Peacock i Wong, 1990). Za subskale koristi i štete/gubitka u ovom predistraživanju prilagođene su subskale izazova i prijetnje iz SAM upitnika u skladu s metodologijom i upitnikom koji su izradili Thompson i suradnici (2020). U njihovom upitniku subskala štete/gubitka temelji se na subskali prijetnje iz SAM upitnika, dok se subskala koristi temelji na subskali izazova te svaku od njih mjere po 4 čestice. U njihovom istraživanju dobivena je odgovarajuća pouzdanost subskala koristi i štete/gubitka mjerena pomoću McDonaldsovog omega koeficijenta (.73-.87; Thompson i sur., 2000). Tim česticama u sklopu ovog istraživanja dodane su još po dvije čestice za svaku subskalu koristeći istu logiku kojom su se Thompson i suradnici (2020) vodili prilikom konstrukcije svojih čestica. Prema tome, u ovom predistraživanju korištena je verzija upitnika *Mjera procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) sa svim subskalama (28 pitanja) kojoj su dodane subskale štete/gubitka (6 čestica) i koristi (6 čestica) te je završni upitnik sadržavao ukupno 40 čestica.

*Upitnik strategija suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša* konstruiran je za potrebe ovog istraživanja. U ovom predistraživanju korištena je prva verzija upitnika koja se sastojala od 64 čestice.

*Upitnik emocija u sportu* (SEQ, Sport Emotion Questionnaire; Jones i sur., 2005) mjeri izraženost 5 emocija: 2 ugodne (uzbuđenje i sreća) i 3 neugodne (anksioznost, utučenost i ljutnja). Sastoji se od 22 pitanja, po 5 za skale anksioznosti i utučenosti te po 4 za skale uzbuđenja, ljutnje i sreće. Sudionici svoje odgovore daju na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva. Ukupan rezultat računa se kao aritmetička sredina, a više vrijednosti izražavaju više razine pripadajućih emocija. U prijašnjim istraživanjima potvrđena je faktorska struktura u kontekstu ispitivanja emocija sportaša prije natjecanja te se pouzdanost subskala pokazala zadovoljavajućom (>.80) (Jones i sur., 2005).

### 3.3. Uzorak

U predistraživanju je sudjelovalo 180 roditelja djece sportaša, od čega je bilo 48 očeva i 132 majke. Prosječna dob sudionika u istraživanju bila je 44.52 godine (SD = 5.54), pri čemu je prosječna dob majki bila 43.86 (SD = 5.06), a očeva 46.32 (SD = 6.40) godina. Prilikom ispunjavanja upitnika roditelji su se u većini pitanja referirali na svoju djecu, od kojih je bilo 87 djevojčica i 93 dječaka. Prosječna dob djece roditelja koji su sudjelovali u istraživanju bila je 13.11 (SD = 2.37) godinu, pri čemu su djevojčice imale u prosjeku 13.40 (SD = 2.28) godina, a dječaci 12.84 (SD = 2.43) godina. Djeca roditelja koji su sudjelovali u istraživanju u prosjeku se sportom bave 6.10 (SD = 2.74) godina, pri čemu djevojčice 6.51 (SD = 2.66) godina, a dječaci 5.71 (SD = 2.77) godina.

### 3.4. Rezultati

Podaci prikupljeni u predistraživanju analizirani su pomoću programskog jezika za statističku obradu podataka *R* v.4.1.2 (R Core Team, 2021), te paketa *psych* v.2.0.9 (Ravelle, 2020) i *lavaan* v.0.7-7 (Rosseel, 2012).

Pri tome su korištena dva analitička pristupa. *Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša* analiziran je eksploratornom faktorskom analizom pri čemu je kao metoda ekstrakcije korištena metoda najveće vjerojatnosti (eng. *maximum likelihood*), s obzirom na to da je ovo njegova prva primjena. Kao kriterij za određivanje broja faktora koji će biti zadržani u analizi korištena je paralelna analiza (Horn, 1965), a na izlučenim faktorima provedena je kosokutna oblamin rotacija. Pripadnost čestica faktorima interpretirana je pomoću faktorskih zasićenja, pri čemu su čestice smatrane indikatorima faktora ukoliko njihovo zasićenje faktorom iznosi 0.32 ili više, što odgovara iznosu od 10% zajedničke varijance čestice i faktora (Tabachnick i Fidell, 2013). Analiza je provedena u nekoliko iteracija, počevši od svih čestica koje su bile uvrštene u analizu, a zatim bi u svakoj idućoj iteraciji čestice bile isključene iz analize ukoliko bi imale nisko zasićenje sa svim izlučenim faktorima, remetile kriterij jednostavne strukture ili ukoliko bi faktorsko rješenje objašnjavalo nizak postotak ukupne varijance među česticama. Pri tome je kao kriterij uzet minimum od 60 % varijance objašnjen faktorskim rješenjem (Hair i sur., 2010).

Struktura *Upitnika emocija u sportu* (Jones i sur., 2005) i *Mjere procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) ispitana je pomoću konfirmatorne faktorske analize, a početni modeli bili su specificirani u skladu s modelima koji su opisani u originalnim člancima. S obzirom na

to da su *Mjere procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) dodane još dvije subskale, nakon konfirmatorne faktorske analize provedena je i eksploratorna jer rezultati početne analize nisu ukazivali na odgovarajuću faktorsku strukturu.

Prije provođenja analiza ispitane su univarijatna (indeksi asimetrije i spljoštenosti), te multivarijatna (Mardia indeks spljoštenosti) normalnosti podataka. Ukoliko bi kriteriji univarijatne i multivarijatne normalnosti bili zadovoljeni, parametri modela bili bi procijenjeni korištenjem metode najveće vjerojatnosti, a u suprotnom bi bili procijenjeni korištenjem robusne metode najveće vjerojatnosti. Prikladnost modela testiranih pomoću konfirmatorne faktorske analize određena je uobičajenim kriterijima za interpretaciju modela strukturalnih jednadžbi (Hu i Bentler, 1998, Schermelleh-Engel i sur., 2003): niskom vrijednošću  $\chi^2$ , koji u idealnom slučaju nije statistički značajan, niskim vrijednostima RMSEA i SRMR indeksa ( $< 0.06$ ) te visokim vrijednostima TLI i CFI indeksa ( $> 0.95$ ) (Bentler, 1990; Steiger, 1990; Tucker i Lewis, 1973).

#### 3.4.1. Upitnik procjene stresora

Upitnik procjene stresora koji je korišten u ovom istraživanju sastoji se od *Mjere procjena stresa* (eng. Stress appraisal measure; Peacock i Wong, 1990) kojem su dodane subskale procjene *štete/gubitka* te *koristi* izrađene sukladno metodologiji i upitniku koji su ranije korišteni u istraživanju koje su proveli Thompson i suradnici (2020) na sportašima. Deskriptivni parametri svih čestica upitnika prikazani su u Tablici 1. Indeksi asimetrije i spljoštenosti nisu pokazali bitno odstupanje od univarijatne normalne distribucije ni za jednu od gore prikazanih čestica, no za sve čestice je utvrđeno odstupanje od multivarijatne normalnosti (Mardia spljoštenost = 14.54,  $p < .001$ ). Stoga su modeli konfirmatorne faktorske analize procijenjeni pomoću robusne metode najveće vjerojatnosti.

Tablica 1. Deskriptivni parametri Upitnika procjene stresora

	M	SD	IA	IS
1. Smatrao/la sam da je situacija vezana uz navedeni stresor beznadna.	2.52	1.27	0.40	-0.81
2. Situacija vezana uz navedeni stresor stvarala mi je napetost.	3.79	1.07	-0.56	-0.61
3. Smatrao/la sam kako ishod situacije vezane uz navedeni stresor nitko ne može kontrolirati.	2.64	1.32	0.24	-1.07
4. Smatrao/la sam da postoji netko ili nešto kome se mogu obratiti za pomoć ukoliko mi je potrebna.	3.23	1.45	-0.18	-1.30
5. Brinuo/la sam se što će se dogoditi.	3.51	1.32	-0.58	-0.73
6. Smatrao/la sam da situacija vezana uz navedeni stresor ima važne posljedice za mene.	2.66	1.35	0.31	-1.05
7. Smatrao/la sam da će situacija vezana uz navedeni stresor imati pozitivan utjecaj na mene.	2.12	1.26	0.79	-0.49
8. Bio sam motiviran/motivirana riješiti taj problem.	4.15	1.15	-1.31	0.96
9. Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor utjecati na mene.	3.28	1.34	-0.23	-1.08
10. Smatrao/la sam da mogu postati snažnija osoba zbog tog problema.	3.03	1.48	-0.05	-1.33
11. Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor biti negativan.	2.18	1.17	0.65	-0.55
12. Smatrao/la sam da imam sposobnosti da se dobro snađem u toj situaciji.	3.87	1.04	-0.71	0.07
13. Smatrao/la sam da ta situacija ima ozbiljne implikacije za mene.	2.36	1.26	0.51	-0.81
14. Smatrao/la sam da imam ono što je potrebno da se dobro nosim s tom situacijom.	3.85	1.05	-0.72	-0.07
15. Bila mi je dostupna pomoć za suočavanje s tim problemom.	2.66	1.42	0.30	-1.19
16. Smatrao/la sam da ta situacija dostiže ili premašuje moje mogućnosti da se s njom suočim.	2.10	1.24	0.78	-0.55
17. Bili su mi dostupni dovoljni resursi koji su mi pomagali nositi se s tom situacijom.	3.10	1.35	-0.16	-1.09
18. Smatrao/la sam da je izvan bilo čije moći napraviti bilo što vezano uz tu situaciju.	2.15	1.30	0.77	-0.62
19. Bio/la sam uzbuđen/a sam kada sam razmišljao/la o ishodu te situacije.	2.97	1.38	-0.07	-1.22
20. Tu situaciju smatrao/la sam prijetećom i očekivao/la sam da neće završiti dobro..	2.25	1.25	0.59	-0.77
21. Smatrao/la sam da taj problem nitko ne može riješiti.	1.91	1.20	1.16	0.35
22. Smatrao/la sam da sam u mogućnosti nadvladati taj problem.	3.92	1.10	-0.96	0.42

	M	SD	IA	IS
23. Postojao je netko tko mi je mogao pomoći nositi se s tim problemom.	3.26	1.35	-0.23	-1.05
24. Tu situaciju doživljavao/la sam stresnom.	3.77	1.17	-0.59	-0.69
25. Smatrao/la sam da imam potrebne vještine koje mi mogu pomoći da postignem uspješan ishod te situacije.	3.78	1.05	-0.72	0.23
26. Smatrao/la sam da ta situacija zahtijeva ulaganje mog truda vezano za suočavanje s njom.	3.98	1.11	-0.94	0.19
27. Smatrao/la sam da ta situacija ima dugoročne posljedice za mene.	2.49	1.32	0.43	-0.89
28. Smatrao/la sam da će ta situacija imati negativan utjecaj na mene.	2.20	1.29	0.85	-0.37
29. Nisam bio/bila u mogućnosti napraviti ono što sam želio/željela zbog tog stresora.	2.19	1.27	0.75	-0.49
30. Pokazivao/la sam da imam resurse koji mi omogućavaju da se uspješno nosim s tom situacijom.	3.57	1.18	-0.60	-0.36
31. Smatrao/la sam da nisam toliko dobar/dobra kao što sam mislio/mislila da ću biti.	2.09	1.15	0.67	-0.52
32. Smatrao/la sam da se dobro nosim s tim stresorom/tom situacijom.	3.75	1.09	-0.67	-0.17
33. Bio/Bila sam pod stresom jer sam želio/željela postupiti/reagirati bolje.	2.99	1.39	-0.03	-1.24
34. Pokazivao/la sam da sam sposoban/sposobna nositi se s tom situacijom/takvim situacijama.	3.87	1.01	-0.65	-0.10
35. Osjećao/la sam razočaranje zbog svog ponašanja/reakcija.	1.90	1.18	1.14	0.24
36. Smatrao/la sam da sam bolji/bolja nego što sam očekivao/la.	2.64	1.29	0.23	-0.93
37. Smatrao/la sam da sam na gubitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.	2.06	1.34	0.98	-0.34
38. Smatrao/la sam da sam da imam koristi od te situacije	2.26	1.33	0.66	-0.82
39. Morao/la sam puno toga žrtvovati zbog tog stresora.	2.22	1.24	0.68	-0.54
40. Smatrao/la sam da sam na dobitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.	2.04	1.31	1.03	-0.15

M-aritmetička sredina; SD-standardna devijacija; IA-indeks asimetrije; IS-indeks spljoštenosti

S obzirom na veličinu uzorka u predistraživanju te činjenicu da se u glavnom istraživanju planiraju koristiti samo subskale *osobne kontrole*, *kontrole od strane drugih ljudi*, *izazova*, *prijetnje*, *štete/gubitka* i *koristi* odlučeno je da će se u sklopu analiza u predistraživanju ispitati faktorska struktura samo tih subskala. U prvom koraku testiran je model specificiran prema rezultatima prikazanim u originalnom istraživanju (Peacock i Wong, 1990), prema kojemu su procjene *prijetnje*, *izazova*, *osobne* i *vanjske kontrole* odmjerene pomoću 4

manifestne varijable. Pored toga, uvrštene su još dvije latentne varijable, *šteta/gubitak* i *korist*, odmjerene pomoću 6 manifestnih varijabli. Navedene dodatne latentne varijable izrađene su na temelju upitnika od 8 čestica (4 za *štetu/gubitak* i 4 za *korist*) koji su za sportaše izradili Thompson i suradnici (2020), uz dodatak po dva pitanja za svaku subskalu koja su osmišljena za potrebe ovog istraživanja. Ovaj model pokazao je lošu prikladnost podacima ( $\chi^2(335)=885.00$ ,  $p < .001$ , RMSEA = .09, 90% CI [.08, .10],  $p_{RMSEA} < .001$ , SRMR = .11, CFI = .72, TLI = .69). U drugom koraku formuliran je alternativni model prema kojemu se procjene stresora grupiraju oko tri latentne varijable: *gubitak*, *dobitak* i *kontrola*. *Gubitak* je u ovom slučaju bio formiran pomoću ukupno 10 manifestnih varijabli i to onih koje su prethodno bile indikatori latentnih varijabli *šteta* i *prijetnja*. Nadalje, *dobitak* je odmjereno pomoću 10 manifestnih varijabli koje su u prethodnom koraku bile indikatori latentnih varijabli *izazov* i *korist*. Završno, latentna varijabla *kontrola* bila je odmjerena pomoću indikatora *osobne i vanjske kontrole*. Alternativni model je pokazao bolje pristajanje podacima ( $\Delta\chi^2(12) = 104.58$ ,  $p < 0.001$ ) od prethodnog modela, što je provjereno pomoću Satorra-Bentler metode usporedbe modela pomoću skaliranih razlika hi-kvadrata modela (Satorra i Bentler, 2001). Premda se pokazao boljim, alternativni model nije pokazao dobru prikladnost podacima ( $\chi^2(378)=715.36$ ,  $p < .001$ , RMSEA = .08, 90% CI [.07, .09],  $p_{RMSEA} < .001$ , SRMR = .10, CFI = .79, TLI = .77), stoga je ovaj model u narednim koracima modificiran. Iz ranije opisanog drugog modela u koracima modifikacije uklanjane su čestice koje su ili imale niska zasićenja s njima pripadajućim latentnim varijablama ( $\lambda < .40$ ), ili su njihovi modifikacijski indeksi ukazivali na visoka unakrsna zasićenja s drugim latentnim varijablama. Zbog niskih zasićenja iz modela su isključene čestice 7, 8, 10, 19, 36 i 40 (*dobitak*), čestice 5, 33 i 35 (*gubitak*) i čestice 4 i 15 (*kontrola*). Nadalje, zbog modifikacijskih indeksa koji su upućivali na visoka unakrsna zasićenja isključene su čestice 17, 32 i 39. Nakon isključivanja navedenih čestica testirani model s tri latentne varijable pokazao je dobru prikladnost ( $\chi^2(91)=951.60$ ,  $p < .001$ , RMSEA = .06, 90% CI [.04, .07],  $p_{RMSEA} = .23$ , SRMR = .05, CFI = .95, TLI = .94), a u Tablici 2 prikazane su čestice zadržane u završnom modelu, te njihova faktorska zasićenja. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .60 za *dobitak*, .85 za *gubitak* i .82 za *kontrolu*.

Tablica 2. Faktorska zasićenja čestica Upitnika procjene stresora zadržanih u završnom modelu

faktor	čestica	nestandardizirano zasićenje	SE	standardizirano zasićenje	p
dobitak	30. Pokazivao/la sam da imam resurse koji mi omogućavaju da se uspješno nosim s tom situacijom.	0.77	0.08	.65	< .001
	34. Pokazivao/la sam da sam sposoban/sposobna nositi se s tom situacijom/takvim situacijama.	0.76	0.08	.75	< .001
	38. Smatrao/la sam da imam koristi od te situacije	0.54	0.09	.41	< .001
gubitak	11. Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor biti negativan.	0.67	0.08	.57	< .001
	20. Tu situaciju smatrao/la sam prijetećom i očekivao/la sam da neće završiti dobro	0.94	0.08	.76	< .001
	28. Smatrao/la sam da će ta situacija imati negativan utjecaj na mene	1.11	0.08	.87	< .001
	29. Nisam bio/bila u mogućnosti napraviti ono što sam želio/željela zbog tog stresora.	0.92	0.08	.73	< .001
	31. Smatrao/la sam da nisam toliko dobar/dobra kao što sam mislio/mislila da ću biti.	0.63	0.10	.56	< .001
	37. Smatrao/la sam da sam na gubitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.	0.89	0.10	.67	< .001
kontrola	12. Smatrao/la sam da imam sposobnosti da se dobro snađem u toj situaciji.	0.81	0.07	.78	< .001
	14. Smatrao/la sam da imam ono što je potrebno da se dobro nosim s tom situacijom.	0.83	0.08	.79	< .001
	22. Smatrao/la sam da sam u mogućnosti nadvladati taj problem.	0.81	0.08	.74	< .001
	25. Smatrao/la sam da imam potrebne vještine koje mi mogu pomoći da postignem uspješan ishod te situacije.	0.81	0.07	.78	< .001
	23. Postojao je netko tko mi je mogao pomoći nositi se s tim problemom.	0.61	0.09	.45	< .001



Uvidom u sadržaj čestica ustanovljeno je da je subskala *dobitka* sadržajno izuzetno slična subskali *kontrole* te je, s obzirom na to da su prilikom izrade upitnika u ovom istraživanju originalnoj *Mjeri procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) dodane dvije subskale, odlučeno da će se faktorska struktura provjeriti eksploratornom faktorskom analizom.

U prvoj verziji eksploratorne faktorske analize bile su uključene sve čestice na subskalama *osobne kontrole*, *kontrole od strane drugih ljudi*, *izazova*, *prijetnje*, *štete/gubitka* i *koristi*. Bartlettov test sfericiteta ( $\chi^2(378) = 2427.31$ ,  $p < .001$ ) i Keiser-Meyer-Olkin mjera prikladnosti uzorkovanja ( $KMO = .87$ ) ukazale su na prikladnost matrice korelacija među česticama za provođenje faktorske analize. Ovaj pristup rezultirao je rješenjem s 5 faktora, te se objasnilo niskih 41% varijance početnog seta čestica na kojima je analiza provedena. U idućim koracima početni set čestica je reduciran na način da su iz analiza isključivane čestice s niskim zasićenjima i one čestice koje su imale visoka unakrsna zasićenja s dva ili više faktora istovremeno. Nakon svakog isključivanja čestice provedena je eksploratorna faktorska analiza te je provjerena faktorska struktura, zasićenja čestica, unakrsna zasićenja i postotak objašnjene varijance faktorsko-analičkim rješenjem. Navedeno rješenje prikazano je u Tablici 3.

Na ovaj način iz početnog seta čestica je zbog niskog zasićenja isključena čestica 19, a zbog remećenja kriterija jednostavne strukture isključene su čestice: 4, 8, 15, 17, 22, 23, 34, 35, 36. Nakon isključivanja navedenih čestica faktorsko rješenje imalo je jednostavnu strukturu, sve čestice su imale faktorska zasićenja  $>.32$ , a rješenje je objašnjavalo 50% varijance među česticama.

Prvi izlučeni faktor interpretiran je kao *gubitak* (čestice 39, 28, 29, 37, 20, 33, 5, 31, 11), drugi izlučeni faktor interpretiran je kao *kontrola* (čestice 14, 25, 12, 32 i 30), a treći izlučeni faktor interpretiran je kao *dobitak* (čestice 40, 38, 7 i 10).

Među faktorima *gubitak* i *kontrola* utvrđena je povezanost  $r = -.55$ , među faktorima *gubitak* i *dobitak* utvrđena je povezanost  $r = -.19$ , a među faktorima *dobitak* i *kontrola* utvrđena je povezanost  $r = .33$ . Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile:  $.81$  za *dobitak*,  $.85$  za *gubitak* i  $.86$  za *kontrolu*.

Tablica 3. Faktorsko rješenje Upitnika procjene stresora zadržanih u završnom modelu

čestica	gubitak	kontrola	dobitak
39. Morao/la sam puno toga žrtvovati zbog tog stresora.	.74		
28. Smatrao/la sam da će ta situacija imati negativan utjecaj na mene.	.71		
29. Nisam bio/bila u mogućnosti napraviti ono što sam želio/željela zbog tog stresora.	.70		
37. Smatrao/la sam da sam na gubitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.	.66		
20. Tu situaciju smatrao/la sam prijetećom i očekivao/la sam da neće završiti dobro.	.53		
33. Bio/Bila sam pod stresom jer sam želio/željela postupiti/reagirati bolje.	.53		
5. Brinuo/la sam se što će se dogoditi.	.53		
31. Smatrao/la sam da nisam toliko dobar/dobra kao što sam mislio/mislila da ću biti.	.43		
11. Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor biti negativan.	.39		
14. Smatrao/la sam da imam ono što je potrebno da se dobro nosim s tom situacijom.		.80	
25. Smatrao/la sam da imam potrebne vještine koje mi mogu pomoći da postignem uspješan ishod te situacije.		.77	
12. Smatrao/la sam da imam sposobnosti da se dobro snađem u toj situaciji.		.76	
32. Smatrao/la sam da se dobro nosim s tim stresorom/tom situacijom.		.76	
30. Pokazivao/la sam da imam resurse koji mi omogućavaju da se uspješno nosim s tom situacijom.		.59	
40. Smatrao/la sam da sam na dobitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.			.82
38. Smatrao/la sam da imam koristi od te situacije.			.76
7. Smatrao/la sam da će situacija vezana uz navedeni stresor imati pozitivan utjecaj na mene.			.63
10. Smatrao/la sam da mogu postati snažnija osoba zbog tog problema.			.61

Uvidom u sadržaj čestica svakog od faktora može se zaključiti da su se pod faktorom *gubitka* smjestile sve četiri čestice koje u originalnoj *Mjeri procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) spadaju pod subskalu *prijetnje* te pet od šest novih čestica koje su za potrebe ovog

istraživanja prilagođene za mjerenje subskale *štete/gubitka*. Nadalje, pod faktorom *kontrole* smjestile su se tri od četiri čestice subskale *osobne kontrole* iz originalne *Mjere procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990), uz dodatak još dvije čestice u sklopu subskale *koristi* koja je prilagođena za potrebe ovog istraživanja. Međutim, uvidom u sadržaj tih dviju čestica („*Pokazivao/la sam da imam resurse koji mi omogućavaju da se uspješno nosim s tom situacijom*” i “*Smatrao/la sam da se dobro nosim s tim stresorom/tom situacijom*”) vidljivo je da sadržajno one zaista odgovaraju faktoru *kontrole* te su ih sudionici tako i doživjeli. Naposljetku, pod faktorom *dobitka* smjestile su se dvije od četiri čestice iz subskale *izazova* originalne *Mjere procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990), te dvije čestice iz subskale *koristi* koja je prilagođena za potrebe ovog istraživanja. Ova podjela na procjenu *dobitaka* i *gubitaka* u skladu je s prijedlogom Lazarusa (2000) koji je procjene *izazova* i *koristi* kategorizirao kao *dobitke*, dok je procjene *štete/gubitka* i *prijetnje* kategorizirao kao *gubitke*. Pritom su procjene *koristi* i *štete/gubitaka* povezane s prošlošću, dok su procjene *izazova* i *prijetnje* usmjerene na budućnost tj. razlikuje ih temporalna dimenzija. S obzirom na to da su u našem predistraživanju roditelji zamoljeni da se prisjete stresora s kojim su se suočili kao roditelji sportaša bez jasno označenog vremenskog perioda u kojem se stresor trebao dogoditi, moguće je da su se oni prisjećali stresora koje su doživjeli u prošlosti, ali i onih koji trenutno traju. S obzirom na to da su daljnje upitnike, između ostalog i *Upitnik procjene stresora*, ispunjavali za stresore kojih su se prisjetili možemo pretpostaviti da su neki roditelji procjenu stresora bazirali na posljedicama koje su se već dogodile dok su neki roditelji procjenjivali stresore koji još traju te su se stoga čestice kod faktorske analize grupirale na kategorije višeg reda kako ih je predvidio Lazarus (2000). Iako niti jedno istraživanje do sad nije uključilo sve četiri primarne procjene stresora (*prijetnja*, *izazov*, *korist*, *šteta/gubitak*), prijašnja istraživanja koja su koristila *Mjeru procjena stresa* (Peacock i Wong, 1990) dobila su modele različite od originala: model s pet faktora (*izazov*, *prijetnja*, *osobna kontrola*, *kontrola od strane drugih ljudi*, *nedostatak kontrole*; Durak i Senol-Durak, 2013), četiri faktora (*izazov*, *prijetnja*, *centralnost* i *resursi*; Roesch i Rowley, 2005) i tri faktora (*izazov*, *prijetnja* i *resursi*; Rowley i sur. 2005). Naši rezultati govore u prilog trofaktorskom rješenju, pri čemu treba prepoznati da svi modeli izlučuju faktore *izazova* i *prijetnje*, dok se kontrola često prepoznata kao zaseban faktor, ali se katkad dijeli u potkategorije dok je u našem istraživanju ona objedinjena u jednom faktoru.

### 3.4.2. Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša

Deskriptivni parametri svih čestica korištenih za ispitivanje suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša prikazani su u Tablici 4.

Tablica 4. Deskriptivni parametri Upitnika strategija suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša

	M	SD	IA	IS
1. Pokušao/la sam riješiti problem zajedno sa svojim djetetom.	4.13	1.26	-1.39	0.79
2. Kroz razgovor s djetetom pokušao/la sam mu/joj osigurati savjet i podršku.	4.73	0.73	-3.39	12.36
3. Uključio/la sam dijete u donošenje odluka.*	4.32	1.05	-1.63	2.00
4. Tražio/la sam savjet od drugih ljudi.*	3.42	1.42	-0.45	-1.11
5. Razgovarao/la sam s drugim ljudima kako bi saznao/la više o situaciji.	3.71	1.30	-0.70	-0.62
6. Razgovarao/la sam s ljudima koji bi mogli poduzeti nešto konkretno da se riješi taj problem.*	3.40	1.49	-0.36	-1.32
7. Planirao/la sam vrijeme i obaveze.	4.26	1.12	-1.61	1.89
8. Dijelio/la sam svoje obaveze s drugima.	3.30	1.39	-0.36	-1.07
9. Planirao/la sam financije.	3.95	1.30	-1.14	0.22
10. Selektivno sam planirao/la odlazak na natjecanja.*	2.99	1.61	-0.06	-1.59
11. Planirao/la sam i poticao/la djetetove pauze od sporta.	2.69	1.58	0.28	-1.49
12. Mijenjao/la sam djetetovog trenera/klub.*	1.58	1.23	1.98	2.48
13. Osigurao/la sam djetetu stručnu pomoć.	2.45	1.59	0.56	-1.27
14. Prikrivao/la sam svoje emocije.	2.51	1.34	0.34	-1.06
15. Mijenjao/la sam svoje ponašanje.	2.39	1.26	0.52	-0.69
16. Pokušao/la sam pronaći način da promijenim situaciju.	3.63	1.41	-0.68	-0.85
17. Poduzeo/la sam konkretne korake kako bi riješio/riješila taj problem.	3.73	1.37	-0.79	-0.62
18. Pokušao/la sam smanjiti negativan utjecaj drugih na moje dijete.*	4.14	1.10	-1.35	1.22
19. Analizirao/la sam svoja ponašanja u sličnim situacijama u prošlosti i pokušao/la iskoristiti to iskustvo da se bolje suočim s ovom situacijom.	3.94	1.20	-1.06	0.29
20. Analizirao/la sam zahtjeve situacije i pokušao/la pronaći rješenje.	4.21	1.04	-1.46	1.72
21. Pobrinuo/la sam se da dijete dobro balansira sport, školu i druge hobije.	4.64	0.61	-2.08	6.82
22. Razmišljao/la sam o koracima koje trebam napraviti da riješim taj problem.	4.26	1.06	-1.65	2.25

	M	SD	IA	IS
23. Napravio/la sam plan i slijedio/la ga.*	3.62	1.23	-0.59	-0.58
24. Pokušao/la sam situaciju staviti u perspektivu i vidjeti širu sliku.	4.16	1.07	-1.44	1.69
25. Pokušavao/la sam doživjeti situaciju na pozitivan način.	4.03	1.09	-1.06	0.53
26. Fokusirao/la sam se na pozitivne strane djetetovog sudjelovanja u sportu.*	4.71	0.59	-2.03	3.76
27. Mijenjao/la sam vlastita očekivanja od djetetovog sudjelovanja u sportu.*	3.29	1.44	-0.33	-1.21
28. Govorio/la sam si da su takva iskustva normalna i da ih i drugi ljudi doživljavaju.	3.92	1.26	-1.00	-0.05
29. Uspoređivao/la sam svoja iskustva s iskustvima drugih roditelja u sportu.	3.53	1.31	-0.55	-0.77
30. Pomagao/la sam djetetu da se smiri i svoja iskustva stavi u perspektivu.	4.33	0.94	-1.75	3.28
31. Razmišljao/la sam o svom iskustvu i pokušao/la naučiti nešto iz njega.	4.08	1.11	-1.11	0.50
32. Pokušavao/la sam promijeniti svoj način razmišljanja o situaciji.*	3.51	1.33	-0.63	-0.68
33. Razgovarao/la sam s drugim ljudima o tome kako se osjećam.	3.34	1.33	-0.38	-0.99
34. Tražio/la sam utjehu, podršku i razumijevanje od drugih ljudi.	2.86	1.41	0.03	-1.32
35. Tražio/la sam informacije od drugih ljudi.	3.56	1.30	-0.58	-0.73
36. Privremeno sam se udaljio/la iz situacije.	1.98	1.24	0.99	-0.20
37. Privremeno sam se udaljio/la od drugih ljudi.	1.62	1.09	1.85	2.54
38. Oslanjao/la sam se na djetetovu sposobnost da se samo suoči sa situacijom.	2.76	1.32	0.06	-1.11
39. Povukao/la sam se negdje gdje mogu lakše razmišljati.*	1.88	1.19	1.12	0.17
40. Pokušao/la sam ostati smiren/a.	4.19	1.03	-1.48	2.01
41. Pokušavao/la sam pronaći način da kontroliram svoje emocije.	4.01	1.05	-1.18	1.12
42. Bavio/la sam se nečim drugim da odvratim misli sa situacije.	2.41	1.39	0.51	-1.06
43. Izbjegavao/la sam razmišljati o situaciji.	2.21	1.31	0.73	-0.66
44. Ponašao/la sam se kao da se ništa nije dogodilo.	1.90	1.12	1.06	0.19
45. Nisam dozvoljavao/la da to utječe na mene.*	3.17	1.26	-0.08	-0.84
46. Prihvatio/la sam situaciju takvu kakva jest.	3.41	1.40	-0.38	-1.11
47. Pomirio/la sam se s time da se ništa ne može poduzeti u vezi s tom situacijom.	2.36	1.39	0.56	-0.98
48. Pokušavao/la sam zadržati svoje osjećaje za sebe.	2.77	1.25	0.09	-0.96

	M	SD	IA	IS
49. Pokušao/la sam sagledati situaciju iz tuđe perspektive.*	3.14	1.31	-0.26	-0.86
50. U potpunosti sam se maknuo/maknula iz situacije.	1.81	1.13	1.24	0.52
51. Uopće nisam htio/htjela gledati natjecanja i treninge.*	1.32	0.80	2.79	7.77
52. Natjerao/la sam dijete da se prestane baviti sportom.*	1.05	0.26	5.81	35.72
53. U potpunosti sam prestao/la sam odlaziti na određene događaje.	1.32	0.83	2.83	7.97
54. Dozvolio/la sam si da se osjećam beznadno i obeshrabreno.*	1.29	0.74	3.02	9.44
55. Prestao/la sam vjerovati u svoje sposobnosti da se uspješno nosim s tom situacijom.*	1.29	0.73	2.91	8.99
56. Želio/Željela sam da situacija nestane ili da se završi.*	2.77	1.55	0.19	-1.44
57. Žalio/la sam se.	1.94	1.22	1.03	-0.12
58. Vikao/la sam.	1.60	1.04	1.78	2.41
59. Plakao/la sam.*	1.57	1.12	1.91	2.49
60. Pokazivao/la sam svoju frustraciju.	2.14	1.32	0.87	-0.44
61. Postao/la sam uzrujan/a i drugima sam jasno dao/dala do znanja da se tako osjećam.	2.09	1.29	1.00	-0.10
62. Pokazivao/la sam svoje emocije.*	2.77	1.34	0.19	-1.09
63. Odustao/la sam od pokušaja da se s tim suočim.	1.45	0.86	1.97	3.37
64. Okrivljavao/la sam sebe.*	1.44	0.87	2.15	4.15

\*čestice izbačene prije analiza u predistraživanju; M-aritmetička sredina; SD-standardna devijacija; IA-indeks asimetrije; IS-indeks spljoštenosti

Prva verzija upitnika sastojala se od 64 pitanja. Nakon provedenog predistraživanja zaključeno je da je generirano više čestica nego što to uzorak dopušta te je naknadno isključena još 21 čestica na temelju facijalne valjanosti. Naime, isključene su one čestice koje su bile slične već postojećima te one za koje se u kvalitativnim istraživanjima pokazalo da ih roditelji nisu često koristili. Naposljetku je u analizama korištena verzija koja se sastojala od 43 čestice koje su odgovarale rezultatima dosadašnjih kvalitativnih istraživanja s posebnim naglaskom na istraživanje Harwooda i suradnika (2019) i na kategorije višeg i nižeg reda koje su u njemu korištene.

Sukladno tome, u prvoj verziji eksploratorne faktorske analize bile su uključene 43 čestice, a Bartlettov test sfericiteta ( $\chi^2(903) = 3613.26$ ,  $p < .001$ ) i Keiser-Meyer-Olkin mjera prikladnosti uzorkovanja ( $KMO = .78$ ) ukazale su na prikladnost matrice korelacija među

česticama za provođenje faktorske analize. Ovaj pristup rezultirao je rješenjem s 5 faktora, te je objasnilo niskih 41% varijance početnog seta čestica na kojima je analiza provedena. U idućim koracima početni set čestica je reduciran na način da su iz analiza isključivane čestice s niskim zasićenjima i one čestice koje su imale visoka unakrsna zasićenja s dva ili više faktora istovremeno. Nakon svakog isključivanja čestice provedena je eksploratorna faktorska analiza te je provjerena faktorska struktura, zasićenja čestica, unakrsna zasićenja i postotak objašnjene varijance faktorsko-analitičkim rješenjem. Na ovaj način iz početnog seta čestica su zbog niskih zasićenja isključene čestice: 11, 13, 15, 21, 25, 34, 38, 41, 53, 57, 63; a zbog remećenja kriterija jednostavne strukture isključene su čestice: 5, 19, 20, 24, 29, 30, 35, 46. Nakon isključivanja navedenih čestica faktorsko rješenje je imalo jednostavnu strukturu, a sve čestice su imale faktorska zasićenja  $>.32$ , no rješenje je objašnjavalo niskih 42% varijance među česticama. Zbog toga su u idućim koracima iz seta čestica isključivane čestice s najnižim zasićenjima, dok nije postignuto faktorsko rješenje koje objašnjava minimalno 60% varijance među česticama. Na ovaj način isključene su čestice: 1, 2, 8, 14, 28, 33, 37, 40, 44, 47, 48 i 50. Nakon opisanih koraka, faktorsko rješenje je sadržavalo 4 faktora, no jedan od njih uključivao je samo dvije čestice (7 i 9), te su i te dvije čestice bile isključene iz analize. Završno faktorsko rješenje, uključivalo je ukupno 9 čestica, grupiranih oko tri faktora, imalo je jednostavnu i teorijski interpretabilnu strukturu, te su utvrđene korelacije među faktorima bile niske. Prvi izlučeni faktor interpretiran je kao *ventiliranje emocija* (čestice 58, 60 i 61), drugi izlučeni faktor interpretiran je kao *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* (čestice 36, 42 i 43), a treći izlučeni faktor interpretiran je kao *rješavanje problema* (čestice 16, 17 i 22). Među faktorima *ventiliranje emocija* i *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* utvrđena je niska korelacija ( $r = .16$ ), isto kao i među faktorima *ventiliranje emocija* i *rješavanje problema* ( $r = .27$ ), dok među faktorima *ventiliranje emocija* i *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* nije utvrđena povezanost ( $r = .03$ ). Završno faktorsko rješenje prikazano je u Tablici 5. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .87 za *ventiliranje emocija*, .76 za *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* i .74 za *rješavanje problema*. Faktorsko rješenje čestica *Upitnika suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša zadržanih u završnom modelu* nalazi se u Tablici 5.

Tablica 5. Faktorsko rješenje čestica Upitnika suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša zadržanih u završnom modelu

čestica	ventiliranje emocija	izbjegavanje situacije i traženje distrakcije	rješavanje problema
60. Pokazivao/la sam svoju frustraciju.	.94		
61. Postao/la sam uzrujan/a i drugima sam jasno dao/dala do znanja da se tako osjećam.	.87		
58. Vikao/la sam.	.67		
42. Bavio/la sam se nečim drugim da odvratim misli sa situacije.		.86	
43. Izbjegavao/la sam razmišljati o situaciji.		.72	
36. Privremeno sam se udaljio/la iz situacije.		.56	
17. Poduzeo/la sam konkretne korake kako bi riješio/riješila taj problem.			.89
16. Pokušao/la sam pronaći način da promijenim situaciju.			.65
22. Razmišljao/la sam o koracima koje trebam napraviti da riješim taj problem.			.57
% objašnjene varijance	24.17	18.13	17.33
kumulativni % objašnjene varijance	24.17	42.30	59.63

Kao što je ranije navedeno, detaljnijim uvidom u svako od istraživanja na kojima je temeljena klasifikacija strategija suočavanja Nichollsa i suradnika (2016) vidljive su određene nekonzistentnosti u strategijama suočavanja koje su korištene kao faktori niže razine u sklopu dimenzija (odnosno faktora višeg reda) koje su kodirane u klasifikaciju. Te nedosljednosti primijećene su u istraživanjima koja su koristila CICS upitnik (Gaudreau i Blondin, 2002; 2004), a određene poteškoće stvara i činjenica da su u meta-analizu uključena i istraživanja koja su koristila različite upitnike za mjerenje strategija suočavanja. Prema tome važno je primijetiti da, iako su Harwood i suradnici (2019) u svom istraživanju stresa roditelja sportaša slijedili ideju Nichollsa i suradnika (2016), u istraživanjima na kojima su Nicholls i suradnici (2016) temeljili svoju klasifikaciju postoje nedosljednosti u strategijama nižeg reda koje spadaju pod pojedine strategije višeg reda. Zbog toga je bilo izuzetno teško zaključiti koje točno strategije suočavanja spadaju unutar dimenzija savladavanja, internalne regulacije i povlačenja što je predstavljalo svojevrstan izazov za izradu upitnika koji bi mjerio navedene dimenzije.

Uvidom u rezultate našeg predistraživanja mogu se vidjeti 3 faktora koja djelomično odgovaraju ideji o podjeli strategija suočavanja koju su predložili Nicholls i suradnici (2016). Naime, faktor *rješavanje problema* odgovara dimenziji savladavanja, *ventiliranje emocija*



sadržajno spada u dimenziju povlačenja, dok *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* oboje predstavljaju kategorije nižeg reda koje su se u prijašnjim istraživanjima, iako ne sasvim konzistentno, smještale u kategoriju internalne regulacije. Dapače, naša podjela ide u smjeru u kojem su krenuli i Nicholls i suradnici (2016) te Harwood i suradnici (2019) kada su strategiju izbjegavanja smjestili pod dimenziju internalne regulacije, u koju je spadala i strategija traženja distrakcije koje su se u našem predistraživanju spojile u jedan faktor. Također, podjela strategija suočavanja dobivena u ovom istraživanju u skladu je s dimenzijama suočavanja koje su predložili Gaudreau i Blondin (2002, 2004) u svom CICS upitniku kreiranom za mjerenje suočavanja sportaša. Tako se njihovo suočavanje usmjereno na zadatak koje uključuje pokušaje da se svlada stresna situacija sadržajno preklapa s *rješavanjem problema* dobivenim u ovom istraživanju. Njihovo suočavanje usmjereno na isključivanje predstavlja odustajanje od pokušaja da se ostvare ciljevi, a faktor nižeg reda unutar te vrste suočavanja je i *ventiliranje emocija* što je faktor dobiven u našem istraživanju. Naposljetku, njihovo suočavanje usmjereno na pronalaženje distrakcije sadržajno odgovara našoj subskali sličnog imena, a uključuje traženje distrakcije i distanciranje iz situacije jednako kao i u našem slučaju. Također se može zaključiti i da je podjela strategija suočavanja dobivena u ovom istraživanju u skladu sa strategijama suočavanja Folkmana i Lazarusa (1984) koju su opisali u sklopu *Transakcijske teorije stresa*. Posebno je važno naglasiti da je uvidom u same čestice upitnika dobivenog u ovom istraživanju vidljivo da one nisu specifične samo za roditelje djece sportaša nego se izjave mogu primijeniti za mjerenje suočavanja općenito u bilo kojem kontekstu i to ne samo na roditeljima nego i na ostalim populacijama. Kada se u obzir uzme i kratkoća samog upitnika navedeno ga čini vrijednim instrumentom u području istraživanja stresa općenito. Međutim, zbog svih navedenih nedosljednosti dobivenih u ranijim istraživanjima odlučili smo u glavnom istraživanju koristiti ponovno dulju verziju od 43 čestice *Upitnika suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša* kako bismo još jednom mogli provesti analize i usporediti novo faktorsko rješenje s onim dobivenim u sklopu predistraživanja.

### 3.4.3. Upitnik emocija u sportu

Deskriptivni parametri svih čestica *Upitnika emocija u sportu* prikazani su u Tablici 6. Prije provođenja analize provjerena je multivarijatna normalnost distribucije čestica koje su indikatori emocija u sportu, te je utvrđeno da kriterij multivarijatne normalnosti nije zadovoljen (Mardia spljoštenost = 15.48,  $p < .001$ ), stoga su parametri modela procijenjeni pomoću robusne metode najveće vjerojatnosti.

Tablica 6. Deskriptivni parametri Upitnika emocija u sportu

	M	SD	IA	IS
1. Zabrinuto	3.38	1.30	-0.38	-0.89
2. Uznemireno	3.05	1.35	-0.09	-1.08
3. Ushićeno	2.91	1.56	0.02	-1.50
4. Razdraženo	2.56	1.29	0.40	-0.82
5. Zadovoljno	3.16	1.64	-0.18	-1.58
6. Napeto	3.80	1.22	-0.84	-0.20
7. Tužno	2.78	1.43	0.20	-1.27
8. Uzbuđeno	3.34	1.57	-0.34	-1.42
9. Bijesno	2.15	1.32	0.82	-0.58
10. Radosno	3.12	1.69	-0.15	-1.65
11. Nervozno	3.29	1.33	-0.32	-0.97
12. Nesretno	2.38	1.39	0.63	-0.90
13. Entuzijastično	3.00	1.57	-0.10	-1.54
14. Iznervirano	2.63	1.35	0.33	-1.06
15. Veselo	3.05	1.68	-0.09	-1.66
16. Prestrašeno	2.27	1.32	0.75	-0.54
17. Razočarano	2.40	1.39	0.62	-0.89
18. Energično	2.94	1.42	-0.07	-1.25
19. Ljuto	2.32	1.35	0.64	-0.82
20. Sretno	3.07	1.70	-0.10	-1.69
21. Tjeskobno	2.25	1.26	0.66	-0.60
22. Utučeno	2.01	1.21	0.95	-0.14

M-aritmetička sredina; SD-standardna devijacija; IA-indeks asimetrije; IS-indeks spljoštenosti

U prvom koraku konfirmatorne faktorske analize model je specificiran prema završnom modelu kojega su prezentirali Jones i suradnici (2005). Prema tom modelu 22 pridjeva koji imenuju emocije indikatori su 5 latentnih varijabli koje predstavljaju različite emocije u sportu: *anksioznost* (čestice 1, 6, 11, 16 i 21), *uzbuđenje* (čestice 3, 8, 13 i 18), *ljutnja* (čestice 4, 9, 14 i 19), *sreća* (čestice 5, 10, 15 i 20) i *utučenost* (čestice, 2, 7, 12, 17 i 22). Testirani model nije pokazao dobro pristajanje podacima, ali treba napomenuti da su izračunati indeksi relativno blizu prihvatljivim vrijednostima ( $\chi^2(198) = 445.79$ ,  $p < .001$ ,  $RMSEA = .083$ ,  $90\% CI [.074, .093]$ ,  $p_{RMSEA} < .001$ ,  $SRMR = .07$ ,  $CFI = .93$ ,  $TLI = .92$ ). S obzirom na navedeno model je modificiran kako bi odražavao bolju prikladnost podacima. Prvo, provjerena su standardizirana faktorska zasićenja, te je utvrđeno da čestica 2 ima nisko ( $\lambda = .17$ ) zasićenje faktorom

*utučenosti*, kojem teorijski pripada. Pored toga, izračunati su modifikacijski indeksi, kako bi se provjerilo koje čestice imaju najveće unakrsno zasićenje s više faktora. Na taj način utvrđeno je da čestica 21 ima visoka zasićenja s faktorima *anksioznost*, *utučenost* i *ljutnja*. S obzirom na navedeno, u idućem koraku model je specificiran bez čestica 2 i 21, te je ovaj model pokazao dobre indekse prikladnosti ( $\chi^2(160) = 296.93$ ,  $p < .001$ ,  $RMSEA = .07$ ,  $90\% CI [.06, .08]$ ,  $PRMSEA = .004$ ,  $SRMR = .06$ ,  $CFI = .96$ ,  $TLI = .95$ ). Faktorska zasićenja opisanog modela nalaze se u Tablici 7. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .80 za *anksioznost*, .90 za *uzbuđenje*, .88 za *ljutnju*, .98 za *sreću* i .89 za *utučenost*.

Tablica 7. Faktorska zasićenja Upitnika emocija u sportu zadržanih u završnom modelu

faktor	čestica	nestandardizirano zasićenje	SE	standardizirano zasićenje	p
anksioznost	1. Zabrinuto	0.85	0.08	.66	< .001
	6. Napeto	0.88	0.08	.72	< .001
	11. Nervozno	1.06	0.08	.80	< .001
	16. Prestrašeno	0.85	0.09	0.64	< .001
uzbuđenje	3. Ushićeno	1.41	0.06	.90	< .001
	8. Uzbuđeno	1.31	0.07	.84	< .001
	13. Entuzijastično	1.30	0.07	.83	< .001
	18. Energično	1.70	0.08	.76	< .001
ljutnja	4. Razdraženo	0.84	0.09	.66	< .001
	9. Bijesno	1.19	0.07	.91	< .001
	14. Iznervirano	1.07	0.08	.79	< .001
	19. Ljuto	1.17	0.07	.87	< .001
sreća	5. Zadovoljno	1.53	0.05	.94	< .001
	10. Radosno	1.64	0.04	.97	< .001
	15. Veselo	1.63	0.04	.97	< .001
	20. Sretno	1.65	0.04	.97	< .001
utučenost	7. Tužno	1.19	0.06	.84	< .001
	12. Nesretno	1.29	0.06	.93	< .001
	17. Razočarano	1.01	0.09	.73	< .001
	22. Utučeno	0.93	0.08	.77	< .001

Faktorska struktura dobivena u našem predistraživanju odgovara onoj dobivenoj u originalnom istraživanju (Jones i sur., 2005) osim u slučaju jedne čestice na subskali

*anksioznosti* koja je uklonjena zbog niskog zasićenja (čestica: tjeskobno) i jedne čestice na subskali *utučenosti* koja je uklonjena zbog unakrsnog zasićenja (čestica: uznemireno). U originalnom istraživanju (Jones i sur., 2005) pouzdanosti su se kretale između .81 i .88 što je u skladu s rezultatima dobivenim u ovom predistraživanju. Važno je napomenuti da je *Upitnik emocija u sportu* originalno kreiran i validiran za mjerenje emocija sportaša vezanih za konkretno natjecanje te zamišljen da se ispunjava neposredno prije njega. Međutim, u nekim se istraživanjima stresa sportaša ovaj upitnik već koristio i neposredno nakon natjecanja (Britton i sur., 2019) ili unutar 1 sata od početka natjecanja (Nicholls, Polman i Levy, 2012). Uz to, ovaj je upitnik validiran je i kontekstu prisjećanja emocija koje su sportaši doživljavali u zadnjih mjesec dana vezano uz svoje organizacijsko okruženje (Arnold i Fletcher, 2015) u kojem je potvrđena originalna faktorska struktura i odgovarajuća pouzdanost subskala te invarijantnost s obzirom na spol, vrstu sporta i sportsko iskustvo.

Zaključno, na temelju predistraživanja utvrđeno je da obje prevedene skale imaju zadovoljavajuću pouzdanost te odgovarajuću faktorsku strukturu te da se mogu koristiti u sklopu glavnog istraživanja. Skala suočavanja sa stresom kreirana za potrebe ovog istraživanja također je pokazala zadovoljavajuće metrijske karakteristike za koje je odlučeno da će se još jednom provjeriti u sklopu glavnog istraživanja kako bi se provjerile na još jednom uzorku sudionika.

## 4. GLAVNO ISTRAŽIVANJE

### 4.1. Postupak

Postupak prikupljanja podataka u glavnom istraživanju trajao je od veljače do lipnja 2022. godine. Prije početka prikupljanja podataka u glavnom dijelu istraživanja kontaktirani su klubovi registrirani u Hrvatskom judo savezu, Hrvatskom karate savezu, Hrvatskom taekwondo savezu i Hrvatskom hrvačkom savezu. Ukupno je poslano preko 500 mailova na e-mail adrese klubova i trenera. Trenerima je ukratko objašnjena svrha istraživanja nakon čega su zamoljeni da link na on-line upitnik prosljede roditeljima svojih sportaša. Roditelji su upitnik ispunjavali on-line, a pristanak za sudjelovanje u istraživanju davali su samim ispunjavanjem on-line upitnika. Informacije za roditelje nalaze se u Prilogu 1. U slučaju da u istraživanju sudjeluju i otac i majka istog djeteta roditelji su zamoljeni da upišu zajedničku „šifru“. Ukoliko roditelji imaju više djece koja su aktivno uključena u bavljenje borilačkim sportom bili su zamoljeni da prilikom ispunjavanja upitnika odaberu samo jedno dijete za koje će ga ispunjavati. Kako bi se motiviralo roditelje za sudjelovanje u istraživanju te trenere da roditelje potaknu na sudjelovanje, ponuđena je mogućnost sudjelovanja u radionici za roditelje.

U ovom istraživanju kvalitativni i kvantitativni podaci prikupljeni su istovremeno kako bi se u okviru jedne studije odgovorilo na više istraživačkih pitanja. Kvalitativni podaci koristili su se za identifikaciju stresora što je u skladu s metodom korištenom u istraživanju Harwooda i suradnika (2019), dok su kvantitativni elementi uključivali mjerenje: (1) procjena stresora, (2) strategija suočavanja i (3) emocija.

Od roditelja su najprije zatraženi demografski podaci, te podaci o njihovoj uključenosti u sport djeteta i djetetovoj razini natjecanja (Prilog 1). U glavnom dijelu upitnika od roditelja se putem jednog pitanja otvorenog tipa tražilo da napišu i što detaljnije opišu stresor koji doživljavaju kao roditelji sportaša. U sklopu glavnog istraživanja sudionici su imali mogućnost ispuniti upitnik do 3 puta, za do 3 različita stresora. Za svaki od tih stresora ispunjavali su sve daljnje upitnike. Sudionicima je ponuđena mogućnost da nakon ispunjavanja upitnika za svaki stresor predaju upitnik ili nastave popunjavati upitnik za sljedeći stresor. Nakon toga su ispunjavali *Upitnik procjene stresora*, *Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša* te *Upitnik emocija u sportu* vezano za to koji su bili intenziteti ponuđenih emocija koje su se javljale uz navedeni stresor nakon suočavanja s njime.

## 4.2. Upitnici

*Upitnik procjene stresora* sastojao se od subskala *osobne kontrole*, *kontrole od strane drugih ljudi*, *izazova* i *prijetnje* iz Mjere procjena stresa (Peacock i Wong, 1990) te subskala *štete/gubitka* i *koristi* kreirane sukladno upitniku i metodologiji korištenim u istraživanju Thompsona i suradnika (2020). Pri tome su subskale iz Mjere procjena stresa mjerene svaka s 4 čestice, dok su subskale *štete/gubitka* i *koristi* mjerene svaka s po 6 čestica. Ukupno je upitnik sadržavao 28 čestica. Sudionici su odgovarali na pitanja putem skale Likertovog tipa od 5 stupnjeva. U sklopu glavnog istraživanja provjerena je faktorska struktura upitnika. Testirano je finalno rješenje dobiveno u predistraživanju koje je pokazalo dobru prikladnost modela podacima te je isto korišteno u daljnjim koracima obrade podataka. U Prilogu 2 nalaze se rezultati analize i faktorska zasićenja čestica *Upitnika procjene stresora* korištenih u glavnom istraživanju. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .74 za *dobitak*, .81 za *gubitak* i .89 za *kontrolu*.

*Upitnik strategija suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša* konstruiran je za potrebe ovog istraživanja te prvi puta korišten u sklopu predistraživanja. Rezultati predistraživanja ukazali su na trofaktorsko rješenje pri čemu je prvi izlučeni faktor nazvan *ventiliranje emocija* drugi izlučeni faktor nazvan *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*, a treći izlučeni faktor nazvan je *rješavanje problema*. Međutim, zbog nekonzistentnosti nalaza drugih istraživanja, malog uzorka u predistraživanju te zbog činjenice da je riječ o konstrukciji skale odlučeno je ponoviti postupak u glavnom istraživanju u kojem je ponovno korištena verzija upitnika od 43 čestice. U sklopu glavnog istraživanja provjerena je faktorska struktura upitnika. Testirano je finalno rješenje dobiveno u predistraživanju koje je pokazalo dobru prikladnost modela podacima te je isto korišteno u daljnjim koracima obrade podataka. U Prilogu 2 nalaze se rezultati analize i faktorska zasićenja čestica *Upitnika strategija suočavanja roditelja djece sportaša*. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .77 za *ventiliranje emocija*, .64 za *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* i .77 za *rješavanje problema*.

*Upitnik emocija u sportu* (Jones i sur., 2005) mjeri izraženost 5 emocija: 2 ugodne (*uzbuđenje* i *sreća*) i 3 neugodne (*anksioznost*, *utučenost* i *ljutnja*). U sklopu glavnog dijela istraživanja korištena je originalna verzija upitnika koja sadrži 22 pitanja, po 5 za skale *anksioznosti* i *utučenosti* te po 4 za skale *uzbuđenja*, *ljutnje* i *sreće*. Sudionici svoje odgovore daju na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva. U sklopu ovog istraživanja ponovno je provjerena

faktorska struktura upitnika. Testirano je finalno rješenje dobiveno u predistraživanju koje je pokazalo dobru prikladnost modela podacima te je isto korišteno u daljnjim koracima obrade podataka. U Prilogu 2 nalaze se rezultati analize i faktorska zasićenja čestica *Upitnika emocija u sportu*. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .79 za *anksioznost*, .92 za *uzbuđenje*, .90 za *ljutnju*, .98 za *sreću* i .87 za *utučenost*.

### 4.3. Uzorak

U sklopu glavnog istraživanja upitnik je ispunilo 226 sudionika. Nakon početnog pregleda rezultata iz uzorka je uklonjeno 27 sudionika: (a) 1 sudionik je uklonjen iz razloga što je prvi unos u upitnik predstavljao probni pokušaj ispunjavanja upitnika kako bi se ustanovilo da svi dijelovi funkcioniraju kako je zamišljeno; (b) 1 sudionik je uklonjen jer je odgovorio NE na kontrolno pitanje „*Je li Vaše dijete aktivno uključeno u bavljenje sportom?*“; (c) 1 sudionik je uklonjen jer je odgovorio NE na kontrolno pitanje „*Bavi li se Vaše dijete borilačkim sportom?*“; (d) 2 sudionika su uklonjena jer su upisali da im dijete ima više od 18 godina (20 i 28 godina); (e) 1 sudionik uklonjen je iz istraživanja jer je naveo da mu se dijete bavi thai boxingom te je stoga bio jedini sudionik iz tog sporta; (f) 19 sudionika je kao odgovor na pitanje otvorenog tipa o stresoru kojeg doživljavaju kao roditelji sportaša napisalo neku verziju odgovora „nema stresa“ ili „ništa“ te su stoga ti sudionici uklonjeni iz daljnjih analiza jer se svi daljnji upitnici odnose na stresor kojeg su trebali opisati u sklopu tog pitanja; (g) 2 sudionika uklonjena su iz analize jer su pod stresorima opisali stresore vezane uz timske sportove.

Iako je inicijalno planirano u istraživanje uključiti samo roditelje čija djeca imaju između 6 i 18 godina, zbog veličine uzorka odlučeno je u istraživanju ostaviti sudionike koji su označili da im dijete koje se aktivno bavi borilačkim sportom ima manje od 6 godina (5 sudionika). Nadalje, iako je inicijalno zamišljeno da u istraživanju sudjeluju roditelji čija se djeca bave hrvanjem, karateom, judom i taekwondo, odlučeno je da će u daljnjim analizama biti zadržani i roditelji čija se djeca bave kickboxingom (5 sudionika). Naposljetku, iako je inicijalno zamišljeno da će u istraživanje biti uključeni roditelji sportaša čija su djeca sudjelovala najmanje na 3 službena natjecanja, zbog situacije s Covid-19 pandemijom i epidemiološkim mjerama koje su bile na snazi neposredno prije i za vrijeme prikupljanja podataka, odlučeno je da se sudionici neće isključivati na temelju odgovora na to pitanje. Naposljetku, iako je roditeljima omogućeno da upišu zajedničku šifru ukoliko upitnik ispunjavaju otac i majka istog djeteta, uvidom u podatke ustanovljeno je da nije bilo unosa zajedničkih šifri u ovom uzorku.

Nakon svih navedenih odluka i intervencija u uzorku je ostalo ukupno 199 sudionika, od čega je bilo 61 (30.7%) muškaraca i 138 (69.3%) žena. Prosječna dob roditelja bila je 42.7 (SD = 5.76) godina. U istraživanju su se roditelji referirali na 122 (61.3%) dječaka i 77 (38.7%) djevojčica. Prosječna dob djece bila je 11.8 (SD = 3.27) godina, pri čemu je dob dječaka bila 11.7 (SD = 3.24), a dob djevojčica 11.9 (SD = 3.33) godine. S obzirom na to da su roditelji mogli do tri puta ispuniti dio upitnika koji se odnosio na stresore ustanovljeno je da se u završnom uzorku 199 odgovora odnosio na prvi stresor, 33 odgovora na drugi stresor te 9 odgovora na treći stresor što zajedno čini 241 odgovor.

Roditelji su izvijestili da se njihova djeca bave sljedećim sportovima: judo (N=125; 62.8%), taekwondo (N=33; 16.6%), karate (N=30; 15.1%), hrvanje (N=6; 3%) i kickboxing (N=5; 2.5%). Prema odgovorima roditelja, djeca se borilačkim sportom u koji su trenutno aktivno uključeni u prosjeku bave 5.68 (SD = 3.22) godina te taj konkretan sport u prosjeku treniraju 5.26 (SD = 3.29) sati tjedno. Nadalje, kada gledamo ukupno bavljenje svim sportovima kojima su se do sada djeca bavila, roditelji su izvijestili da su se njihova djeca ukupno bavila sportom u prosjeku 6.23 (SD = 3.21) godine.

Vezano uz najvišu razinu natjecanja na kojima je nastupilo njihovo dijete, roditelji su izvijestili da je 1.5% djece (N=3) nastupilo na svjetskom prvenstvu, 5% djece (N=10) nastupilo na europskom prvenstvu, 6% (N=12) djece nastupilo na A turnirima, svjetskim i europskim kupovima, 16.6% (N=33) nastupilo na klupskim natjecanjima na internacionalnoj razini (izvan RH), 36.2% djece (N=72) nastupilo je na natjecanjima na nacionalnoj razini (unutar RH) te 34.7% djece (N=69) nastupilo je na klupskim natjecanjima.

U Tablici 8. prikazani su deskriptivni podaci za pitanja vezana uz uključenost roditelja u sportske aktivnosti djeteta. Iz navedenih podataka može se zaključiti da roditelji koji su sudjelovali u ovom istraživanju gledaju većinu djetetovih natjecanja (više od 85%), umjereno često ih prate i na treninzima, gotovo uvijek razgovaraju s djetetom o njegovom sportu, a često razgovaraju i s djetetovim trenerom. Uz to, roditelji su izjavili da često odlaze i na roditeljske sastanke i sudjeluju u klupskim akcijama pa je iz svega navedenog moguće zaključiti da roditelji koji su sudjelovali u ovom istraživanju aktivno prate svoje dijete u njegovom sudjelovanju u sportu. Navedeni podaci služili su isključivo za opis uzorka te nisu korišteni u daljnjim obradama.



Tablica 8. Deskriptivni podaci za pitanja o uključenosti roditelja u sportske aktivnosti djeteta

čestica	teorijski raspon	M	SD
pratim dijete na treninzima	1-4	2.63	1.05
pratim dijete na natjecanjima	1-4	3.46	0.78
razgovaram s djetetom o sportu	1-4	3.69	0.52
razgovaram s trenerom	1-4	2.96	0.84
odlazim na roditeljske sastanke i klupske akcije	1-4	3.28	0.84
% djetetovih natjecanja koje roditelji gledaju	0-100%	86.12	23.56

#### 4.4. Analitička strategija

Prilikom analize kvalitativnih odgovora sudionika slijedile su se upute za provođenje kvalitativnih istraživanja Sparkesa i Smitha (2014), a za analizu je korištena hijerarhijska analiza sadržaja (eng. *hierarchical content analysis*) koja je korištena i u ranijim istraživanjima stresora roditelja sportaša (npr. Harwood i sur., 2019; Harwood i sur., 2010).

Postupak smještanja stresora u kategorije tekao je u skladu s preporukama koje su predložili Sparkes i Smith (2014). Nakon detaljnog upoznavanja sa sirovim podacima kroz nekoliko čitanja odgovora sudionika sirovi podaci najprije su poredani kronološki te su iz njih izrađene kategorije nižeg reda. Nakon toga, kategorije nižeg reda koje reprezentiraju iste ili slične ideje smještene su zajedno. Pojmovi koji su predstavljali prirodu svake od kategorija nižeg reda u cjelini nazvani su kategorija višeg reda. Naposljetku, svi odgovori poredani su po kategorijama višeg reda koje su zatim smještene u odgovarajuću generalnu dimenziju.

Procedura analize stresora započela je s analizom 20 % (N=50) nasumično odabranih odgovora sudionika koju su provela dva nezavisna istraživača paralelno. Navedena analiza generirala je kategorije nižeg reda, kategorije višeg reda i generalne dimenzije za tih 50 stresora. Nezavisno izrađene kategorije nižeg i višeg reda te generalne dimenzije stresora zatim su uspoređene kako bi se ispitalo slaganje među istraživačima koje je nakon prve analize iznosilo 68 % posto za kategorije nižeg reda, 76 % posto za kategorije višeg reda i 88 % posto za generalne dimenzije stresora. Potom su raspravljena sva neslaganja sve dok slaganje između dva istraživača za tih 50 stresora nije iznosilo 100 % na svim analiziranim razinama. Nakon toga jedan je istraživač nezavisno analizirao preostale stresore. Nakon analize svih stresora drugi istraživač ponovno je uključen u analizu te je njegov zadatak bio pažljivo pregledati sve

kategorije te zabilježiti eventualna neslaganja, pitanja ili potrebe za dodatnim pojašnjenjem. Pri tom procesu zabilježeno je 7 pitanja/neslaganja na razini kategorije nižeg reda i 1 neslaganje na razini kategorije višeg reda. Nakon što su uklonjene sve nesuglasice i nakon što je postignuto 100 % slaganja između dva istraživača završna tablica stresora sa svim kategorijama i dimenzijama te originalnim odgovorima ispitanika dana je na uvid i analizu jednom roditelju sportaša i jednom sportskom treneru. Svi uključeni u analizu naposljetku su se složili da finalna tematska hijerarhija stresora predstavlja prikladnu i autentičnu reprezentaciju stresora roditelja sportaša iz borilačkih sportova. S obzirom na to da postoje prijašnja kvalitativna istraživanja koja su koristila sličnu metodologiju (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019; Harwood i Knight, 2009a,b) te da postoji prijašnje empirijsko znanje o stresorima roditelja sportaša, navedene su informacije služile kao referentna točka u početnim fazama analize te za razjašnjenje svih neslaganja između osoba koje su bile uključene u analizu stresora. Također, prijašnja su se istraživanja konzultirala i u svrhu usklađivanja korištene terminologije za nazive kategorija stresora. Međutim, važno je napomenuti da je prilikom samog smještanja stresora u kategorije naglasak stavljen na podatke i na induktivnu analizu vođenu podacima dobivenim u istraživanju, osobito stoga što niti jedno dosadašnje istraživanje nije provedeno na roditeljima sportaša iz borilačkih sportova te što dosadašnja istraživanja nisu provedena u periodu nakon Covid-19 pandemije. Stoga je analiza stresora dominantno bila vođena podacima prilikom čega su izrađene kategorije stresora za koje se tijekom samog postupka uvidjelo da se djelomično poklapaju s onima dobivenim u prijašnjim istraživanjima, osobito na razini smještanja stresora u generalne dimenzije (natjecateljski, organizacijski i razvojni stresori). Takva metodologija korištena je u ranijim istraživanjima stresa roditelja sportaša (Harwood i sur., 2019) s idejom poticanja razvoja novih ideja (induktivna logika) dok se istovremeno u obzir uzimaju teorijski okviri i rezultati postojećih istraživanja (deduktivna logika).

Kvantitativni podaci prikupljeni u istraživanju analizirani su pomoću programskog jezika za statističku obradu podataka *R* v.4.1.2 (R Core Team, 2021), te paketa *lme4* v.1.1-30 (Bates i sur., 2015) i *lmerTest* v.3.1-3 (Kuznetsova i sur., 2017).

Hipoteza H1, u kojoj se provjeravaju rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša provjerena je uz pomoć tri multivarijatne analize varijance (MANOVA). S obzirom na razlike u broju sudionika koji su dali procjene za prvi, drugi ili treći stresor, odlučeno je da će se analiza provoditi samo za odgovore dane za prvi stresor. U svakoj analizi rod roditelja uvršten je kao nezavisna varijabla,

dok su domene procjene stresora, načina suočavanja i doživljenih emocija uvrštene kao zavisne varijable. Prije provođenja svake analize proveden je Boxov test homogenosti kovarijanci matrica, te s obzirom na to da ni jedan od Boxovih testova nije uputio na statistički značajno odstupanje od kriterija homogenosti MANOVA je interpretirana pomoću Wilksovog lambda indeksa ( $\lambda$ ). U slučaju statistički značajnih razlika u zavisnim varijablama, nakon MANOVA-e su primijenjene jednosmjerne analize varijanci (ANOVA) u kojima je rod sudionika uvršten kao nezavisna varijabla, a pojedina proučavana domena kao zavisna varijabla.

Hipoteze H2 – H5 usmjerene su na provjeravanje prediktivnosti različitih skupova prediktora za suočavanje sa stresom i emocije roditelja sportaša. Tipično, ovakve bi hipoteze bile testirane uz pomoć modela linearne regresije. Međutim, u slučaju ovih podataka, narušen je jedan od preduvjeta linearne regresije, odnosno zabilježeni podaci nisu neovisni jedni od drugih, s obzirom na to da su pojedini sudionici procjenjivali više od jednog stresora. Prema tome za očekivati je da su procjene istog sudionika međusobno povezane, dok to nije za očekivati u slučaju procjena koje dolaze od različitih sudionika. Ovakva struktura podataka koja uključuje više procjena istog sudionika naziva se višerazinska ili hijerarhijska struktura podataka. Svaka razina u ovoj hijerarhiji zapravo opisuje na koji način se podaci sustavno grupiraju (Meteyard i Davies, 2020). Klasični primjer hijerarhijske strukture podataka nalazimo u istraživanjima u školstvu. Ukoliko se provodi istraživanje u kojemu se ispituju učenici iz različitih škola, trebamo biti svjesni da su učenici grupirani u razrede, a razredi grupirani u škole. Obilježja razreda, kao i obilježja škola, mogu utjecati na pojedine odgovore učenika, stoga je ovu organizaciju bitno adresirati i prilikom statističkog modeliranja. Jednaku logiku zaključivanja možemo primijeniti i na ovom istraživačkom nacrtu: s obzirom na to da su sudionici mogli procjenjivati više od jednog stresora, možemo očekivati da će obilježja sudionika djelovati na pojedine procjene, što će dovesti do korelacije među njima.

Kako bi se adresirala ovakva struktura podataka, odnosno grupiranje pojedinih procjena unutar sudionika istraživanja, za početak je provjereno je li višerazinska regresijska analiza prikladna za analizu ovih podataka. Višerazinski regresijski model predstavlja proširenje modela linearne regresije unutar kojega je dopušteno da pojedini parametri modela variraju na više od jedne razine. S obzirom na to da se očekuje da su procjene davane od strane istog sudionika međusobno povezane, ovaj analitički pristup dopušta adresiranje ovakve strukture prilikom postavljanja modela. U ovom slučaju kao jedinica analize definirane su procjene sudionika koje se odnose na pojedini stresor. S obzirom na to da su sudionici mogli davati

procjene za jedan ili više stresora, procjene koje se odnose na različite stresore ugniježdene su unutar istog sudionika. U terminima postavljenog modela, višerazinska struktura podataka odražava se prilikom definiranja pogreške procijenjenog parametra, pri čemu se pogreška procjene prvo procjenjuje na svakoj hijerarhijskoj razini organizacije podataka (u ovom slučaju na razini pojedinog sudionika), na temelju čega se procjenjuje pogreška parametra na razini cijelog modela. Navedeno dovodi do manjih procijenjenih pogrešaka u odnosu na slučajeve u kojima ignoriramo hijerarhijsku organizaciju podataka. Stoga se obilježja koja se odnose na pojedini stresor nalaze na prvoj razini, dok se obilježja sudionika nalaze na drugoj razini grupiranja podataka. Unutar višerazinskih modela procjenjuju se fiksni i nasumični učinci. Fiksni učinci interpretiraju se jednako kao i parametri (standardizirani ili nestandardizirani regresijski koeficijenti) u modelu linearne regresije. Nasumični učinci opisuju varijancu koja proizlazi iz grupiranja rezultata u hijerarhijsku organizaciju. U ovom slučaju, nasumični učinci procijenjeni u modelu pokazivat će kolika je varijanca u procijenjenim parametrima (standardizirani ili nestandardizirani regresijski koeficijenti) koja proizlazi iz grupiranja procjena unutar sudionika. Drugim riječima, u ovom modelu dopušta se da regresijski parametri budu procijenjeni na razini svakog sudionika, te se na temelju toga može izračunati varijanca parametra koji je procijenjen na razini cijelog uzorka istraživanja.

Prije provjere prikladnosti korištenja višerazinskih modela, podaci su transformirani kako bi bili prikladni ovim analizama. S obzirom na to da je u ovom modelu jedinica analize procjena sudionika vezana uz pojedini stresor, podaci su transformirani u tzv. „dugački“ format. Pri tome je svaki redak tablice sadržavao podatke koji odražavaju procjene vezane uz pojedini stresor te je kreirana nova varijabla koja je služila kao identifikator sudionika koji su davali pojedine procjene. Na ovaj način, podaci su obuhvaćali ukupno 241 procjenu vezanu uz stresore, koje su dolazile od 199 sudionika.

Kako bi se provjerila prikladnost korištenja višerazinskih modela napravljene su dvije provjere. Prvo, formiran je model koji uključuje samo procjenu odsječka regresijskog modela, te su definirani nasumični odsječci sa sudionicima kao varijablom koja definira hijerarhijsku organizaciju. Na temelju ovog modela izračunat je koeficijent intraklasne korelacije (eng. *intraclass correlation coefficient*, ICC). ICC u ovom slučaju pokazuje udio ukupne varijance zavisne varijable kojega je moguće pripisati grupiranjem podataka u hijerarhijsku strukturu. Ukoliko su vrijednosti ovog koeficijenta niske, smatra se da nije opravdano koristiti višerazinsko modeliranje, već je prikladno koristiti jednostavnije postupke. Drugo, proveden

je test omjera vjerodostojnosti (eng. *likelihood-ratio test*, LRT), kako bi se statistički provjerila opravdanost definiranja nasumičnih faktora. Ovaj test uspoređuje vjerodostojnost dva ugniježđena modela: jednog u kojemu su definirani nasumični faktori i jednog u kojem nisu, a statistički značajan test ukazuje na prikladnost korištenja kompleksnijeg modela s definiranim nasumičnim faktorima. S obzirom na to da su svi ispitani ICC koeficijenti bili relativno visoki (.35 - .69), te da su svi LRT upućivali da su kompleksniji modeli statistički značajno bolji, u svim analizama korišteni su modeli višerazinske regresijske analize. U svim modelima definirani su nasumični odsječci regresijskih pravaca s obzirom na sudionika istraživanja.

Hipoteze su provjerene u dva koraka. Prilikom testiranja hipoteza H2 i H3 kao zavisne varijable u modele su uvrštene vrijednosti strategija suočavanja. U prvom modelu kao prediktori su uvrštene kategorije stresora i procjene stresora, a zatim su u drugom modelu njima pridodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta. Prilikom testiranja H4 i H5 kao zavisne varijable uključene su procjene emocija u sportu. U prvom modelu kao prediktori su uključene kategorije stresa, procjene stresora i strategije suočavanja sa stresom, dok su u drugom modelu njima pridodane demografske varijable rod roditelja, godine bavljenja sportom djeteta i dob djeteta. S obzirom na to da je varijabla kategorija stresa kategorijalna varijabla s više od dvije razine, ona je prije provođenja analiza dihotomizirana, pri čemu je kategorija organizacijskog stresa određena kao referentna kategorija na koju će se odnositi odsječak regresijskog pravca u svim testiranim modelima.

Nadalje, statistička značajnost prediktora ispitana je pomoću inspekcije 95-postotnih intervala pouzdanosti nestandardiziranih i standardiziranih regresijskih koeficijenata, te p-vrijednosti uz korištenje Satterthwaitove aproksimacije iz paketa *lmerTest*. Prediktivna vrijednost modela interpretirana je pomoću marginalnog  $R^2$  i kondicionalnog  $R^2$ . Marginalni  $R^2$  prikazuje proporciju varijance zavisne varijable koju je moguće objasniti pomoću fiksnih efekata modela, dok kondicionalni  $R^2$  prikazuje proporciju varijance koju je moguće objasniti pomoću cijelog modela, odnosno fiksnih i nasumičnih efekata zajedno. Drugim riječima, marginalni  $R^2$  ima jednaku interpretaciju kao i  $R^2$  izračunat kod modela linearne regresije. Kondicionalni  $R^2$  pokazuje udio varijance kriterija koji je moguće objasniti zajedničkim doprinosom fiksnih učinaka i nasumičnih učinaka. S obzirom na to, kondicionalni  $R^2$  mora biti veći ili jednak marginalnom  $R^2$ , a razlika među njima upućuje na to koliko bi još varijance zavisne varijable moglo biti objašnjeno dodatnim obilježjima sudionika.

## 5. REZULTATI

### 5.1. Stresori roditelja čija se djeca bave borilačkim sportovima

Analiza odgovora sudionika na pitanje otvorenog tipa o stresorima koje doživljavaju kao roditelji sportaša generirala je tri generalne dimenzije stresora: (1) organizacijski, (2) natjecateljski i (3) razvojni. Navedene tri generalne dimenzije sastoje se od ukupno 30 tema višeg reda i 130 tema nižeg reda. Ukupno je analizirano 241 odgovora sudionika, od kojih 7 odgovora nije bilo moguće smjestiti u navedene tri generalne dimenzije niti u teme višeg i nižeg reda zbog nerelevantnosti, općenitosti ili nejasne prirode stresora koji su sudionici naveli. Generalne dimenzije, kategorije višeg i kategorije nižeg reda za sve stresore prikazane su u Tablici 9.

#### 5.1.1 Organizacijski stresori

15 tema višeg reda, 66 tema nižeg reda (Tablica 9) i 134 (55.60 %) odgovora sudionika povezano je s organizacijskim stresorima. Konkretno, tema višeg reda *ozljeda* (N=62; 25.73%) bila je najčešće spomenuti izvor stresa, nakon čega slijede *elementi sporta* (N=17; 7.05%), *vrijeme* (N=13; 5.39%) i *natjecanja* (N=12; 4.98%) kao najčešće spomenuti.

U sklopu teme višeg reda *ozljeda* sudionici su najčešće kao odgovor napisali samo riječ *ozljeda* ili naveli neku konkretnu ozljedu stoga je ta tema nižeg reda nazvana *ozljeda* (N=34; 14.11%) nakon čega slijedi *strah od ozljede* (N=19; 7.88%) kao najčešće spomenuta tema nižeg reda. Sljedeća tema nižeg reda je *mogućnost ozljede* (N=2; 0.83%) nakon čega slijedi 7 tema nižeg reda koje su spomenute samo jednom (npr. *strah od posljedica ozljede, vraćanje u sport nakon ozljede*) (N=1; 0.41%). Neki od primjera odgovora ispitanika vezanih uz ozljede bili su: „Ozljeda koljena“ (sudionik 119 i sudionik 151), „Ozljede na natjecanjima, slomio je mali prst no viđao sam i teže ozljede kod drugih natjecatelja“ (sudionik 104).

Sljedeća najčešće spomenuta tema višeg reda nazvana je *elementi sporta* (N=17; 7.05%) u sklopu koje su najčešće spomenute teme nižeg reda *udarci/padovi/gušenja* (N=6; 2.49%) te *borba* (N=4; 1.66%). Tako na primjer, roditelji navode „Udarci koje bi dijete dobilo“ (sudionik 91) i „Udarac u glavu“ (sudionik 201) kao izvore stresa koje doživljavaju kao roditelji sportaša. Vezano uz borbu djeteta, primjer odgovora roditelja sportaša je: „Svaka borba u početku bila mi je stres. S vremenom sam se opustila i navikla“ (sudionik 73). Nakon toga slijedi 7 tema nižeg reda koje su spomenute samo jednom (npr. *protivnik baca dijete tijekom borbe, bacanje na pod, prvi samostalni odlazak djeteta s klubom izvan grada*).

Temu višeg reda *vrijeme* kao izvor stresa roditelji su spomenuli 13 puta (5.39%) dok su organizacijski stresori vezani uz *natjecanja* bili spomenuti 12 puta (4.98%). Najčešće teme nižeg reda koje spadaju pod *vrijeme* bile su *balans posla i prijevoza na treninge* (N=3; 1.24%; primjer: „Prijevozi djeteta na treninge radi poslovne satnice“; sudionik 34), *nedostatak vremena* (N=2; 0.83%, primjer: „Uvijek sam u stisci s vremenom da bi mogla sve obveze odraditi na vrijeme“; sudionik 38) i *promjena termina treninga* (N=2; 0.83%, primjer: „Nenajavljeno mijenjanje termina treninga“; sudionik 52) nakon čega slijedi 6 tema nižeg reda koje su spomenute samo jednom (npr. *kašnjenje na trening, previše obaveza i posla, rano buđenje djeteta za natjecanje*).

Pod temu višeg reda *natjecanja* spada 12 tema nižeg reda koje su sve spomenute jednom (npr. *loša organizacija natjecanja, naknadne prijave na natjecanja, poteškoće u pronalaženju dvorane za natjecanje*). Primjer odgovora koje u ovoj temi višeg reda davali sudionici je: „Gužva i čekanje na natjecanjima. Kašnjenja organizatora u odnosu na agendu“ (sudionik 114).

Sljedeća tema višeg reda nazvana je *korona*, a sudionici su je spomenuli 6 puta (2.49%), a svaki od tih odgovora kategoriziran je kao jedna tema nižeg reda. Tako su sudionici spominjali *okupljanje većeg broja ljudi za vrijeme epidemioloških mjera, pozitivan test prije velikog natjecanja i nemogućnost sudjelovanja roditelja u sportu djeteta zbog korone* kao neke od stresora vezanih uz koronu s kojima su se susretali. Sljedeći odgovor sudionika možda najbolje ilustrira na koji je način i u kojoj mjeri korona predstavljala stresor: „Dijete je dan prije odlaska na Europsko prvenstvo bilo pozitivno na koronu... te su dvije godine pravilne prehrane i intenzivnih treninga pale u vodu te je nakon toga počeo odustajati pomalo od sporta...“ (sudionik 125).

*Treninzi* su predstavljali temu višeg reda koja je spomenuta u 5 odgovora sudionika (2.07%), a ovdje su spadale teme nižeg reda vezane uz *grubo ponašanje vršnjaka na treningu* (N=2; 0.83%; primjer: „Dijete se žali na grubosti koje doživljava od jednog dječaka na redovnom treningu, kaže da ju grubo baca i da ju ozljeđuje, u vježbama gubi od njega, a nakon treninga jako plače i pokazuje gdje ju sve boli, po nekoliko dana se žali na ozlijeđena mjesta, površinski se na koži ništa ne vidi...“ sudionik 138) te *povećani broj treninga, poteškoće s praćenjem rasporeda zbog promjena termina i lokacija treninga i pretjerana upotreba sile na treninzima* kao teme nižeg reda spomenute svaka po jednom.

Nadalje, četiri teme višeg reda *sportske organizacije, treneri, bolest i prijevoz* spomenute su svaka po tri puta (1.24%), a unutar njih je svaka tema nižeg reda spomenuta po jednom. Primjer teme nižeg reda povezane sa *sportskim organizacijama* je *nepravda u klubu i neprepoznavanje uspjeha djeteta* („Dijete je bilo najbolji sportaš u klubu, a kad bi trebalo dobiti nagradu od Županije ili sličnih nagrada uvijek bi netko drugi bio izabran od strane kluba da predstavlja klub... to je trajalo nekoliko godina za redom i onda mi je puko film i meni i djetetu.. i odvela sam dijete u drugi klub“; sudionik 125). U sklopu teme višeg reda *treneri* smješteni su odgovori vezani uz *nedostatak znanja i neorganizaciju trenera, propust trenera na natjecanju te neprisustvovanje trenera na natjecanju*. Kao što je to opisao jedan od sudionika: „Na zadnjem natjecanju se nije borio zbog propusta trenerice, nisu čuli da su ga prozvali, jako sam se uzrujala kada sam shvatila da je dijete 5 sati čekalo svoj red i na kraju došao doma u suzama.“ (sudionik 150). Pod temu višeg reda *bolest* smješteni su odgovori vezani uz *bolest i nemogućnost treniranja, dulji izostanak djeteta s treninga zbog bolesti* te *bolest* općenito (primjer: „Bolest i nemogućnost treniranja kao posljedica bolesti.“; sudionik 93). Naposljetku, pod temu višeg reda *prijevoz* smještene su teme nižeg reda *vožnja na natjecanje i treninge, vožnja na trening i organizacija prijevoza*.

Teme višeg reda nazvane *drugi roditelji i odnos djeteta s drugom djecom* spomenute su svaka po dva puta (0.83%). Vezano uz *druge roditelje*, teme nižeg reda bile su *ponašanje drugih roditelja i ponašanje drugih roditelja prema svojoj djeci* (primjer: „Suludi roditelji koji preozbiljno shvaćaju treninge i misle da je njihov potomak idući prvak svijeta i višestruki olimpijski osvajač zlatne medalje i spremni su to podijeliti sa svima prisutnima istovremeno vršeći enormni psihički pritisak na svog potomka i skoro da pa uvjetuju svoju ljubav sportskim uspjesima, da bi se na kraju to malo siroče sportom bavilo više iz straha od roditelja nego zato što mu je to zabavno.... treba li nastaviti?“; sudionik 17), a pod temu višeg reda *odnos djeteta s drugom djecom* spadale su teme nižeg reda *druga djeca ne prihvaćaju dijete te maltretiranje djeteta od strane druge djece* (primjer: „Neprihvaćenost djeteta od vlastite grupe djece“; sudionik 139).

Naposljetku, još su tri teme višeg reda spomenute samo jednom: *peglanje kimona, kupnja opreme te prijevoz i financijski izdaci*.



### 5.1.2. Natjecateljski stresori

7 tema višeg reda, 46 tema nižeg reda (Tablica 9) i 79 (32.78%) odgovora sudionika povezano je s natjecateljskim stresorima. Konkretno, tema višeg reda *ishod natjecanja* (N=33; 13.69%) bila je najčešće spomenuti izvor stresa u ovoj generalnoj dimenziji, nakon čega slijedi *gledanje borbe djeteta i praćenje natjecanja* (N=18; 7.47%), *psihološka spremnost djeteta za natjecanje* (N=11; 4.56%), *natjecanje* (N=8; 3.32%), *loše sudačke odluke* (N=5; 2.07%), *protivnik* (N=2; 0.83%) i *drugi roditelji/treneri* (N=2; 0.83%).

U sklopu teme višeg reda *ishod natjecanja* sudionici su najčešće spominjali *poraz* (N=10; 4.15%) nakon čega slijede *emocionalne reakcije djeteta na poraz* (N=5; 2.07%) kao najčešće spomenute teme nižeg reda. Kao što su roditelji naveli, „Teško podnošenje poraza na natjecanju. Dijete nakon poraza bude bijesno i ljuto baca kimono. Ne želi smireno razgovarati i bježi sam na tribine“ (sudionik 193). Sljedeća tema nižeg reda je *komunikacija s djetetom nakon poraza na natjecanju* (N=3; 1.24%; primjer: „Objasniti poraz nakon natjecanja“; sudionik 159) nakon čega slijede dvije teme nižeg reda koje su spomenute po dva puta: *emocionalne reakcije djeteta zbog lošeg rezultata* (N=2; 0.83%; primjer: „Nezadovoljstvo kćeri zbog lošeg rezultata na natjecanjima.“; sudionik 205) i *uspjeh* (N=2; 0.83%; primjer: „Ne znam, iznenađen vrhunskim nastupom, osvajanje zlatne medalje, ugodni stres, nazovimo ga tako, a ovo drugo sve pet“; sudionik 83). Naposljetku, 11 tema nižeg reda spomenuto je po jedan put (N=1; 0.41%) (npr. *strah od poraza*, *strah od reakcije djeteta na poraz*, *iščekivanje reakcije djeteta nakon poraza*).

U sklopu teme višeg reda *gledanje borbe djeteta i praćenje natjecanja* sudionici su najčešće spominjali *osjećaj straha, stresa, napetosti i uznemirenosti pred natjecanje* (N=4; 1.66%; primjer: „Stres pred natjecanje-znam koliko je to njemu važno, pa imam strašan stres kada stane na strunjaču“; sudionik 3) nakon čega slijedi *osjećaj nemoći dok roditelj gleda borbu/ kad dijete gubi borbu* (N=3; 1.24%; primjer: „Osjećaj bespomoćnosti kada je moje dijete gubilo u borbi s jačim protivnikom“; sudionik 226) kao najčešće spomenute teme nižeg reda. Teme nižeg reda *kontrola vlastitih emocija za vrijeme natjecanja* i *gledanje kako se dijete bori s jačim protivnikom* spomenute su svaka po dva puta (N=2; 0.83%) nakon čega slijedi 7 tema nižeg reda koje su spomenute svaka po jednom (N=1; 0.41%) (npr. *neizvjesnost borbe*, *početak prve borbe*). Kao što je jedan od sudionika naveo: „Stresno je gledati kako netko navlači tvoje dijete i “baca” ga po podu. Samim time treba se suzdržati od suza (prevelika

količina emocija i uzbuđenje) i ne pokazati svom djetetu da brineš jer time njima isto otežavam situaciju“ (sudionik 189; tema nižeg reda *kontrola vlastitih emocija za vrijeme natjecanja*).

U sklopu teme višeg reda *psihološka spremnost djeteta za natjecanje* sudionici su najčešće spominjali *strah djeteta pred borbu/prije natjecanja* (N=4; 1.66%; primjer: „Djetetov strah pred natjecanje“; sudionik 218) nakon čega slijedi *djetetova trema prije natjecanja i odbijanje sudjelovanja* (N=3; 1.24%; primjer: „Dijete ima stres/ tremu i prije natjecanja odustaje - ne želi se boriti“; sudionik 207) i *nervoza i trema djeteta zbog natjecanja* (N=2; 0.83%; primjer: „Nervoza i trema djeteta zbog natjecanja“; sudionik 194) kao najčešće spomenute teme nižeg reda. Teme nižeg reda *nisko samopouzdanje djeteta i pritisak koji dijete osjeća prije velikih natjecanja* spomenute su svaka po jedan put (N=1; 0.41%). Kao što je jedan od sudionika naveo: „Pritisak koje dijete sportaš ne savladava prije velikih, kriterijskih natjecatelja i time ne pokazuje vlastitim potencijal te ostaje bez prilika za daljnji razvoj pod kapom reprezentacije (dok istovremeno na natjecanjima koja nisu kriterijska postiže lijepe borbe i pokazuje paletu znanja i spremnosti i to tjedan prije, tjedan poslije s istim protivnicama). Dijete nakon takvih kriterijskih natjecanja na kojima blokira osjeća veliku tugu, žal i bol (psihičku i fizičku) svjesno da nije savladalo prepreku pritiska i tu se osjećam u potpunosti nemoćno i beskorisno“ (sudionik 110).

Nadalje, u sklopu teme višeg reda nazvane *natjecanje* sudionici su najčešće napisali samo riječ *natjecanje* (N=4; 1.66%) nakon čega slijede četiri teme nižeg reda koje su svaka spomenuta po jednom (N=1; 0.41%): *nastup djeteta na natjecanju, prvi odlazak na natjecanje, odlazak na natjecanje i prvo državno natjecanje*.

Tema višeg reda nazvana *loše sudačke odluke* (N=5; 2.07%) sastojala se od 5 tema nižeg reda koje su svaka spomenuta po jednom (N=1; 0.41%): *poraz zbog pristranog suđenja, nepravedne odluke sudaca i pristranost, nepravedno suđenje, loše sudačke odluke na situaciju u kojoj je dijete ozlijeđeno i nepropisni udarci na natjecanju koje suci dozvoljavaju*. Kao što je jedan od sudionika naveo: „Nepravde sudačkih odluka. Od manipuliranja ždrijebom, do pristranih, nepravednih odluka tijekom meča“ (sudionik 202).

Tema višeg reda *protivnik* (N=2; 0.83%) sastojala se od dvije teme nižeg reda: *agresivno ponašanje protivnika* (N=1; 0.41%) i *protivnik je veći i iskusniji* (N=1; 0.41%). Također, tema višeg reda *drugi roditelji/ treneri* (N=2; 0.83%) sastojala se od dvije teme nižeg reda: *loše ponašanje drugih roditelja prema tuđem djetetu nakon poraza* (N=1; 0.41%) i *loše*

*ponašanje drugih roditelja i trenera nakon poraza djece na natjecanju* (N=1; 0.41%). Naime, jedan od sudionika je naveo: „Na natjecanjima često roditelji i treneri viču na djecu kada izgube, to mi predstavlja jako veliki stres kada vidim jer je to protivno onome što bi djeca trebala dobiti iz sporta“ (sudionik 140).

### 5.1.3. Razvojni stresori

8 tema višeg reda, 18 tema nižeg reda (Tablica 9) i 21 (8.71%) odgovora sudionika povezano je s razvojnim stresorima. Konkretno, teme višeg reda *djetetov napredak u sportu* (N=5; 2.07%) i *odluke vezane uz ostanak u sportu* (N=5; 2.07%) bile su najčešće spomenuti izvor stresa u ovoj generalnoj dimenziji, nakon čega slijedi *obrazovanje djeteta* (N=3; 1.24%), *emocionalne reakcije djeteta* (N=3; 1.24%), *ponašanje djeteta* (N=2; 0.83%) te tri teme višeg reda spomenute svaka samo po jedan put (N=1; 0.41%): *strah od razočaranja koje će dijete doživjeti*, *strah djeteta prilikom ulaska u sport i prelazak u godište u kojem se kreću bodoviti udarci u glavu*.

U sklopu teme višeg reda *djetetov napredak u sportu* sudionici su spomenuli 5 tema nižeg reda, svaku po jednom (N=1; 0.41%) (npr. *nedostatak motivacije djeteta za treninge*, *nemogućnost izvođenja vježbe*). Primjer odgovora unutar ove teme višeg reda bio je: „Povremeni izostanak motivacije za bavljenje sportom“ (sudionik 74).

Nadalje, u sklopu teme višeg reda *odluke vezane uz ostanak u sportu* sudionici su također spomenuli 5 tema nižeg reda, svaku po jednom (N=1; 0.41%) (npr. *djetetovo odbijanje sudjelovanja*, *odustajanje od sporta*).

*Obrazovanje djeteta* kao tema višeg reda spomenuta je tri puta (N=3; 1.24%), s tri teme nižeg reda: *usmjeravanje u usklađivanju sportskih i školskih obveza*, *balans između sporta i drugih izvanškolskih aktivnosti* i *balans između sporta i drugih obaveza*. Primjer odgovora sudionika unutar ove teme bio je: „Moj sin ide na treninge pet puta tjedno, trenira dva različita sporta i folklor, često s nekog od treninga odlazi na folklor, petkom se vidno osjeti njegov umor, ali ne odustaje, a povremeno mora birati između klupskih natjecanja i kad su pojačane probe zbog folkloru uoči nastupa izostaje s nekog od treninga, sve ovisi kako probe diktiraju, moram napomenuti da su u folkloru strogi i kad dođe do toga on sam govori kako nema ništa od sporta i kako je folklor bitan, ali nije mu prioritet, teško mi je kod njega razlučiti u čemu je od toga svega najbolji jer je od malih nogu u gotovo svemu i na sve ide rado osim kad ga baš

jako umor savlada, a u školi ne zaostaje, sve obaveze svladava i jako je samostalan“ (sudionik 35).

Pod temu višeg reda *emocionalne reakcije djeteta* (N=3; 1.24%) smještene su tri teme nižeg reda: *strah djeteta vezan uz stvari izvan sporta, strah djeteta, plakanje za vrijeme treninga i natjecanja*. Primjer odgovora sudionika: „Bio mi je stres kada mi se dijete u početku plakalo na treningu ili natjecanju“ (sudionik 88).

Tema višeg reda ponašanje djeteta spomenuta je dva puta (N=2; 0.83%) s temama nižeg reda: *zaigranost i hiperaktivnost djeteta, agresivno ponašanje te agresivno ponašanje djeteta*. Primjer odgovora sudionika unutar ove teme je: „Pretjerana zaigranost i hiperaktivnost djeteta koje se očituje kroz agresivno ponašanje i nemir koji se unosi među obitelj“ (sudionik 81).

Naposljetku, tri teme višeg reda spomenute su svaka po jednom (*strah od razočaranja koje će dijete doživjeti, strah djeteta prilikom ulaska u sport i prelazak u godišće u kojem se kreću bodovati udarci u glavu*). Kao što je jedan od sudionika naveo: „Prelazak iz niže kategorije u višu kada su krenuli udarci u glavu i njihovo bodovanje“ (sudionik 174).

#### 5.1.4. Ostalo

Sedam odgovora sudionika smješteno je u generalnu kategoriju *ostalo*. U tu kategoriju smješteni su odgovori koji nisu bili dovoljno detaljni da bi se mogli smjestiti u neku od prijašnjih kategorija (npr. „napetost“; sudionik 172) ili za koje se nije moglo utvrditi na koga ili što se točno odnose (npr. „neozbiljnost na natjecanju“; sudionik 60). Također, tu su smješteni odgovori koji su sadržavali brojne stresore koji su se odnosili na više generalnih dimenzija, kao što je sljedeći odgovor: „Uzrok stresa je svako natjecanje. Strah od ozljeda i ova pandemija zbog koje su djeca najviše stradala. Manjak treninga nema natjecanja....šteta“ (sudionik 9).

Tablica 9. Generalne dimenzije, teme višeg i teme nižeg reda stresora (N=241) roditelja sportaša (N=199) s frekvencijama

Generalna dimenzija	Tema višeg reda	Tema nižeg reda	Frekvencija		
			N	%	
<u>Organizacijski stresor</u>			134	55.60	
	<i>Ozljeda</i>			62	25.73
		Ozljeda		34	14.11
		Strah od ozljede		19	7.88
		Mogućnost ozljede		2	0.83
		Strah od posljedica ozljede		1	0.41
		Strah od posljedica nakon pada na glavu		1	0.41
		Mogućnost ozljede i posljedice ozljede		1	0.41
		Bol nakon udarca		1	0.41
		Vraćanje u sport nakon ozljede		1	0.41
		Situacija nakon ozljede djeteta		1	0.41
		Briga zbog ozljeda		1	0.41
	<i>Elementi sporta</i>			17	7.05
		Udarci/padovi/gušenja		6	2.49
		Borba		4	1.66
		Protivnik baca dijete tijekom borbe		1	0.41
		Bacanje na pod		1	0.41
Odlazak na kamp			1	0.41	
Gledanje djeteta kako se tuče/bori			1	0.41	
Prve borbe djeteta			1	0.41	
Prvi samostalni odlazak djeteta s klubom izvan grada			1	0.41	
Strah kad se dijete bori s većim protivnicima			1	0.41	
<i>Vrijeme</i>			13	5.39	
	Balans posla i prijevoza na treninge		3	1.24	

		Nedostatak vremena	2	0.83
		Promjena termina treninga	2	0.83
		Organizacija vremena i prilagoda rasporeda sportskim obavezama	1	0.41
		Vrijeme	1	0.41
		Kašnjenje na trening	1	0.41
		Kašnjenje na turnir	1	0.41
		Rano buđenje djeteta za natjecanje	1	0.41
		Previše obaveza i posla	1	0.41
	<i>Natjecanja</i>		<i>12</i>	<i>4.98</i>
		Poteškoće s informacijama o ždrijebu	1	0.41
		Čekanje da se natjecanje održi i da dijete odradi borbe	1	0.41
		Loša organizacija natjecanja	1	0.41
		Putovanje na natjecanja	1	0.41
		Organizacija dolaska i odlaska djeteta na natjecanje i s natjecanja	1	0.41
		Dugotrajna natjecanja	1	0.41
		Neprolazak djeteta na vagi prije natjecanja	1	0.41
		Naknadne prijave na natjecanja	1	0.41
		Nemogućnost gledanja natjecanja	1	0.41
		Loša organizacija prijevoza i brige o sportašima na natjecanju	1	0.41
		Poteškoće u pronalaženju dvorane za natjecanje	1	0.41
		Skidanje kilograma prije natjecanja	1	0.41
	<i>Korona</i>		<i>6</i>	<i>2.49</i>
		Okupljanje većeg broja ljudi za vrijeme epidemioloških mjera	1	0.41
		Pozitivan test prije velikog natjecanja	1	0.41
		Nemogućnost sudjelovanja roditelja u sportu djeteta zbog korone	1	0.41
		Samoizolacija prije natjecanja	1	0.41
		Testiranja na koronu	1	0.41
		Korona	1	0.41

	<i>Treninzi</i>		5	2.07
		Grubo ponašanje vršnjaka na treningu	2	0.83
		Povećani broj treninga	1	0.41
		Poteškoće s praćenjem rasporeda zbog promjena termina i lokacija treninga	1	0.41
		Pretjerana upotreba sile na treninzima	1	0.41
	<i>Sportske organizacije</i>		3	1.24
		Nepravda u klubu i neprepoznavanje uspjeha djeteta	1	0.41
		Nepravda u savezima i nedostatak podrške	1	0.41
		Ponižavanje djeteta od strane kluba	1	0.41
	<i>Treneri</i>		3	1.24
		Nedostatak znanja i neorganizacija trenera	1	0.41
		Propust trenera na natjecanju	1	0.41
		Neprisustvovanje trenera na natjecanju	1	0.41
	<i>Bolest</i>		3	1.24
		Bolest i nemogućnost treniranja	1	0.41
		Dulji izostanak djeteta s treninga zbog bolesti	1	0.41
		Bolest	1	0.41
	<i>Prijevoz</i>		3	1.24
		Vožnja na najecanja i treninge	1	0.41
		Vožnja na trening	1	0.41
		Organizacija prijevoza	1	0.41

	<i>Drugi roditelji</i>		2	0.83
		Ponašanje drugih roditelja	1	0.41
		Ponašanje drugih roditelja prema svojoj djeci	1	0.41
	<i>Odnos djeteta s drugom djecom</i>		2	0.83
		Druga djeca ne prihvaćaju dijete	1	0.41
		Maltretiranje djeteta od strane druge djece	1	0.41
	<i>Peglanje kimona</i>		1	0.41
	<i>Kupnja opreme</i>		1	0.41
	<i>Prijevoz i financijski izdaci</i>		1	0.41
<u>Natjecateljski stresor</u>			<u>79</u>	<u>32.78</u>
	<i>Ishod natjecanja</i>		33	13.69
		Poraz	10	4.15
		Emocionalne reakcije djeteta na poraz	5	2.07
		Komunikacija s djetetom nakon poraza na natjecanju	3	1.24
		Emocionalne reakcije djeteta zbog lošeg rezultata	2	0.83
		Uspjeh	2	0.83
		Komunikacija s djetetom u slučaju neostvarenog željenog rezultata na natjecanju	1	0.41
		Reakcija djeteta na poraz	1	0.41
		Ispadanje djeteta u 1. krugu natjecanja	1	0.41
		Tuga radi izgubljene borbe	1	0.41
		Neuspjeh	1	0.41
		Loš rezultat	1	0.41
		Strah od poraza	1	0.41
		Djetetov strah od poraza	1	0.41
		Strah od reakcije djeteta na poraz	1	0.41



		Briga zbog reakcije djeteta na neuspjeh	1	0.41
		Iščekivanje reakcije djeteta nakon poraza	1	0.41
	<i>Gledanje borbe djeteta i praćenje natjecanja</i>		18	7.47
		Osjećaj straha, stresa, napetosti i uznemirenosti pred natjecanje	4	1.66
		Osjećaj nemoći dok roditelj gleda borbu/ kad dijete gubi borbu	3	1.24
		Kontrola vlastitih emocija za vrijeme natjecanja	2	0.83
		Gledanje kako se dijete bori s jačim protivnikom	2	0.83
		Brojna emocionalna stanja prije, za vrijeme i nakon natjecanja	1	0.41
		Strah od sljedećeg protivnika	1	0.41
		Prva borba djeteta na prvom natjecanju	1	0.41
		Početak prve borbe	1	0.41
		Neizvjesnost borbe	1	0.41
		Neizvesnost i iščekivanje za vrijeme trajanja borbe	1	0.41
		Gledanje borbi na natjecanjima	1	0.41
	<i>Psihološka spremnost djeteta za natjecanje</i>		11	4.56
		Strah djeteta pred borbu/ prije natjecanja	4	1.66
		Djetetova trema prije natjecanja i odbijanje sudjelovanja	3	1.24
		Nervoza i trema djeteta zbog natjecanja	2	0.83
		Nisko samopouzdanje djeteta	1	0.41
		Pritisak koji dijete osjeća prije velikih natjecanja	1	0.41
	<i>Natjecanje</i>		8	3.32
		Natjecanje	4	1.66
		Nastup djeteta na natjecanju	1	0.41
		Prvi odlazak na natjecanje	1	0.41
		Odlazak na natjecanje	1	0.41
		Prvo državno natjecanje	1	0.41

	<i>Loše sudačke odluke</i>		5	2.07
		Poraz zbog pristranog suđenja	1	0.41
		Nepravedne odluke sudaca i pristranost	1	0.41
		Nepravedno suđenje	1	0.41
		Loše sudačke odluke na situaciju u kojoj je dijete ozljeđeno	1	0.41
		Nepropisni udarci na natjecanju koje suci dozvoljavaju	1	0.41
	<i>Protivnik</i>		2	0.83
		Agresivno ponašanje protivnika	1	0.41
		Protivnik je veći i iskusniji	1	0.41
	<i>Drugi roditelji / treneri</i>		2	0.83
		Loše ponašanje drugih roditelja prema tuđem djetetu nakon poraza	1	0.41
		Loše ponašanje drugih roditelja i trenera nakon poraza djece na natjecanju	1	0.41
<u>Razvojni stresor</u>			<u>21</u>	<u>8.71</u>
	<i>Djetetov napredak u sportu</i>		5	2.07
		Nedostatak motivacije djeteta za treninge	1	0.41
		Nedostatak motivacije djeteta za sport	1	0.41
		Nemogućnost izvođenja vježbe	1	0.41
		Usporedba s tuđim rezultatima	1	0.41
		Emocionalne reakcije djeteta na nemogućnost savladavanja zadatka na treninzima	1	0.41
	<i>Odluke vezane uz ostanak u sportu</i>		5	2.07
		Djetetovo odbijanje sudjelovanja	1	0.41
		Odustajanje od sporta	1	0.41

		Pomoć djetetu prilikom nošenja sa nemogućnosti bavljenja sportom	1	0.41
		Prekid bavljenja sportom nakon odlaska trenera	1	0.41
		Želja djeteta za prestankom bavljenja sportom	1	0.41
	<i>Obrazovanje djeteta</i>		3	1.24
		Usmjeravanje u usklađivanju sportskih i školskih obveza	1	0.41
		Balans između sporta i drugih izvanškolskih aktivnosti	1	0.41
		Balans između sporta i drugih obaveza	1	0.41
	<i>Emocionalne reakcije djeteta</i>		3	1.24
		Strah djeteta vezan uz stvari izvan sporta	1	0.41
		Strah djeteta	1	0.41
		Plakanje za vrijeme treninga i natjecanja	1	0.41
	<i>Ponašanje djeteta</i>		2	0.83
		Zaigranost i hiperaktivnost djeteta, agresivno ponašanje	1	0.41
		Agresivno ponašanje djeteta	1	0.41
	<i>Strah od razočaranja koje će dijete doživjeti</i>		1	0.41
	<i>Strah djeteta prilikom ulaska u sport</i>		1	0.41
	<i>Prelazak u godište u kojem se kreću bodovati udarci u glavu</i>		1	0.41
<u>Ostalo</u>			<u>7</u>	<u>2.91</u>

## 5.2. Deskriptivni podaci i povezanost kvantitativnih varijabli korištenih u istraživanju

U Tablici 10. prikazani su deskriptivni podaci za domene procjena stresora, suočavanja sa stresom i emocija koje doživljavaju roditelji sportaša za sva tri stresora. Iz deskriptivnih podataka može se vidjeti da roditelji sportaša procjenjuju kako nad stresorima imaju značajnu razinu *kontrole* te ih malo do umjereno procjenjuju i kao *dobitak* i kao *gubitak*. Nadalje, roditelji izjavljuju da u najmanjoj mjeri koriste strategiju *ventiliranja emocija*, nakon čega slijedi *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* koju također malo koriste. Strategiju *rješavanja problema* koriste umjereno često. Emociju *anksioznosti* označili su kao najintenzivniju te izrazili da ju doživljavaju umjereno, nakon čega slijede emocije *sreće* i *uzbuđenja* za koje su također izjavili da ih u prosjeku doživljavaju malo do umjereno. Najniže prosječne vrijednosti dobivene su za emocije *utučenosti* i *ljutnje* za koje su sudionici izražavali da ih rijetko doživljavaju.

Tablica 10. Deskriptivni podaci za domene procjena stresora, suočavanja sa stresom i emocija koje doživljavaju roditelji sportaša

	1. stresor			2. stresor			3. stresor		
	N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD
Gubitak	199	2.45	0.81	33	2.50	0.81	9	2.41	0.94
Kontrola	199	3.95	0.82	33	3.78	0.97	9	4.02	1.08
Dobitak	199	2.70	1.04	33	2.55	1.26	9	2.61	1.43
Ventiliranje	199	1.99	1.01	33	1.88	1.05	9	1.63	0.54
Izbjegavanje	199	1.99	0.94	33	1.98	0.94	9	2.04	1.37
Rješavanje	199	3.56	1.14	33	3.71	1.11	9	4.07	1.29
Anksioznost	199	3.24	1.03	33	3.38	1.01	9	2.56	1.04
Uzbuđenje	199	3.09	1.35	33	2.58	1.47	9	2.50	1.44
Ljutnja	199	2.13	1.14	33	2.26	1.11	9	1.92	1.11
Sreća	199	3.15	1.62	33	2.43	1.58	9	2.42	1.66
Utuchenost	199	2.16	1.13	33	2.28	1.31	9	2.14	1.30

Korelacije između procjena stresora, strategija suočavanja i emocija vezanih uz prvi procjenjivani stresor prikazane su u Tablici 11. Rezultati upućuju na to da je procjena stresora kao gubitka negativno povezana s procjenom kontrole i srećom te pozitivno povezana s ventiliranjem emocija, izbjegavanjem situacije i traženjem distrakcije, anksioznosti, ljutnjom i

utučenosti. Procjena kontrole negativno je povezana s procjenom gubitaka, ventiliranjem emocija, anksioznosti, ljutnjom i utučenosti te pozitivno povezana s procjenom dobitaka. Procjena dobitaka pozitivno je povezana s procjenom kontrole, uzbuđenjem i srećom te negativno povezana s ljutnjom i utučenosti.

Ventiliranje emocija pozitivno je povezano s procjenom gubitaka, izbjegavanjem situacije i traženjem distrakcije, anksioznosti, ljutnjom i utučenosti te negativno povezana s procjenom kontrole. Strategija suočavanja izbjegavanje situacije i traženje distrakcije pozitivno je povezana s procjenom gubitka, anksioznosti, ljutnjom i utučenosti. Rješavanje problema negativno je povezano sa srećom.

Emocija anksioznosti pozitivno je povezana s procjenom gubitka, ventiliranjem emocija, izbjegavanjem situacije i traženjem distrakcije, ljutnjom i utučenosti te negativno povezana s procjenom kontrole. Emocija uzbuđenja pozitivno je povezana sa srećom i procjenom stresora kao dobitaka te negativno povezana s utučenosti. Emocija ljutnje pozitivno je povezana s utučenosti, gubitkom, ventiliranjem emocija, izbjegavanjem situacije i traženjem distrakcije te anksioznosti, a negativno povezana sa srećom, procjenom kontrole i procjenom dobitka. Emocija sreće pozitivno je povezana s procjenom dobitka i uzbuđenjem te negativno povezana s utučenosti, gubitkom, rješavanjem problema i ljutnjom. Naposljetku, emocija utučenosti pozitivno je povezana s procjenom gubitaka, ventiliranjem emocija, izbjegavanjem situacije i traženjem distrakcije, anksioznosti i ljutnjom te negativno povezana sa srećom, procjenom kontrole, procjenom dobitka i uzbuđenjem.

Dob djeteta negativno je povezana s procjenom kontrole i dobitaka, a pozitivno s emocijama anksioznosti i utučenosti. Bavljenje sportom djeteta pozitivno je povezano samo s dobi djeteta.

Tablica 11. Korelacije između procjena stresora, strategija suočavanja i emocija vezanih uz prvi procjenjivani stresor (n = 199)

	Gubitak	Kontrola	Dobitak	Ventiliranje	Izbjegavanje	Rješavanje	Anksioznost	Uzbuđenje	Ljutnja	Sreća	Utlučenost	Dob
Gubitak	—											
Kontrola	-0.45***	—										
Dobitak	-0.11	0.32***	—									
Ventiliranje	0.49***	-0.21**	0.02	—								
Izbjegavanje	0.41***	-0.06	0.08	0.33***	—							
Rješavanje	0.09	0.11	0.01	0.11	-0.04	—						
Anksioznost	0.51***	-0.29***	-0.13	0.39***	0.21**	-0.04	—					
Uzbuđenje	-0.12	0.12	0.29***	0.05	0.12	-0.11	0.13	—				
Ljutnja	0.49***	-0.22**	-0.14*	0.59***	0.30***	0.06	0.48***	-0.10	—			
Sreća	-0.19*	0.14	0.31***	-0.11	0.08	-0.14*	-0.06	0.87***	-0.26***	—		
Utlučenost	0.44***	-0.19**	-0.16*	0.36***	0.26***	0.06	0.49***	-0.25***	0.69***	-0.36***	—	
Dob djeteta	0.07	-0.15*	-0.17*	0.05	-0.11	0.02	0.23**	-0.06	0.12	-0.12	0.18*	—
Bavljenje sportom	0.06	-0.18	-0.19	0.13	-0.11	0.10	0.08	-0.11	0.17	-0.16	0.03	0.54***

\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

### 5.3. Rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša

U Tablicama 12., 13. i 14. prikazani su deskriptivni podaci domena procjena stresora, strategije suočavanja sa stresom i emocija roditelja s obzirom na rod roditelja. Podaci i daljnje analize vezane uz razlike s obzirom na rod roditelja odnose se samo na prvi stresor kojeg su roditelji sportaša opisali i za kojeg su ispunili sve daljnje upitnike.

Tablica 12. Deskriptivni podaci domena procjena stresora s obzirom na rod roditelja

	<b>Rod roditelja</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>IA</b>	<b>IS</b>
Gubitak	Muško	61	2.30	0.83	0.50	-0.15
	Žensko	138	2.51	0.80	0.60	0.07
Kontrola	Muško	61	4.02	0.75	-0.49	-0.27
	Žensko	138	3.92	0.85	-0.56	0.05
Dobitak	Muško	61	2.70	1.09	0.26	-0.90
	Žensko	138	2.70	1.02	0.17	-0.71

N – broj sudionika; M- aritmetička sredina; SD- standardna devijacija; IA- indeks asimetrije; IS- indeks spljoštenosti

Vezano uz procjenu stresora, Boxov test je uputio na homogenost kovarijanci domena procjena stresora ( $\chi^2(6) = 3.25$ ,  $p = .777$ ), no MANOVA nije pokazala da postoje statistički značajne rodne razlike u procjeni stresora među majkama i očevima djece sportaša (Wilks  $\lambda = 0.01$ ,  $F(3, 195) = 0.93$ ,  $p = .423$ ).

Tablica 13. Deskriptivni podaci domena strategija suočavanja s obzirom na rod roditelja

	<b>Rod roditelja</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>IA</b>	<b>IS</b>
Ventiliranje	Muško	61	1.74	0.90	1.18	0.63
	Žensko	138	2.10	1.04	0.87	-0.01
Izbjegavanje	Muško	61	1.77	0.84	1.29	1.58
	Žensko	138	2.09	0.97	0.68	-0.35
Rješavanje	Muško	61	3.58	1.12	-0.69	-0.48
	Žensko	138	3.55	1.15	-0.44	-0.70

N – broj sudionika; M- aritmetička sredina; SD- standardna devijacija; IA- indeks asimetrije; IS- indeks spljoštenosti

Vezano uz strategije suočavanja, Boxov test je uputio na homogenost kovarijanci domena strategija suočavanja ( $\chi^2(6) = 4.86$ ,  $p = .562$ ), no MANOVA nije pokazala da postoje

statistički značajne rodne razlike u strategijama suočavanja među majkama i očevima djece sportaša (Wilks  $\lambda = 0.96$ ,  $F(3, 195) = 2.63$ ,  $p = .052$ ).

Tablica 14. Deskriptivni podaci emocija s obzirom na rod roditelja

	<b>Rod roditelja</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>IA</b>	<b>IS</b>
Anksioznost	Muško	61	2.89	1.02	-0.01	-0.26
	Žensko	138	3.39	0.99	-0.19	-0.68
Uzbuđenje	Muško	61	2.80	1.29	-0.03	-1.15
	Žensko	138	3.22	1.36	-0.38	-1.13
Ljutnja	Muško	61	2.03	0.93	0.85	-0.17
	Žensko	138	2.18	1.22	0.85	-0.44
Sreća	Muško	61	2.78	1.59	0.18	-1.64
	Žensko	138	3.31	1.61	-0.38	-1.52
Utučenost	Muško	61	2.02	0.91	0.78	-0.12
	Žensko	138	2.22	1.21	0.84	-0.30

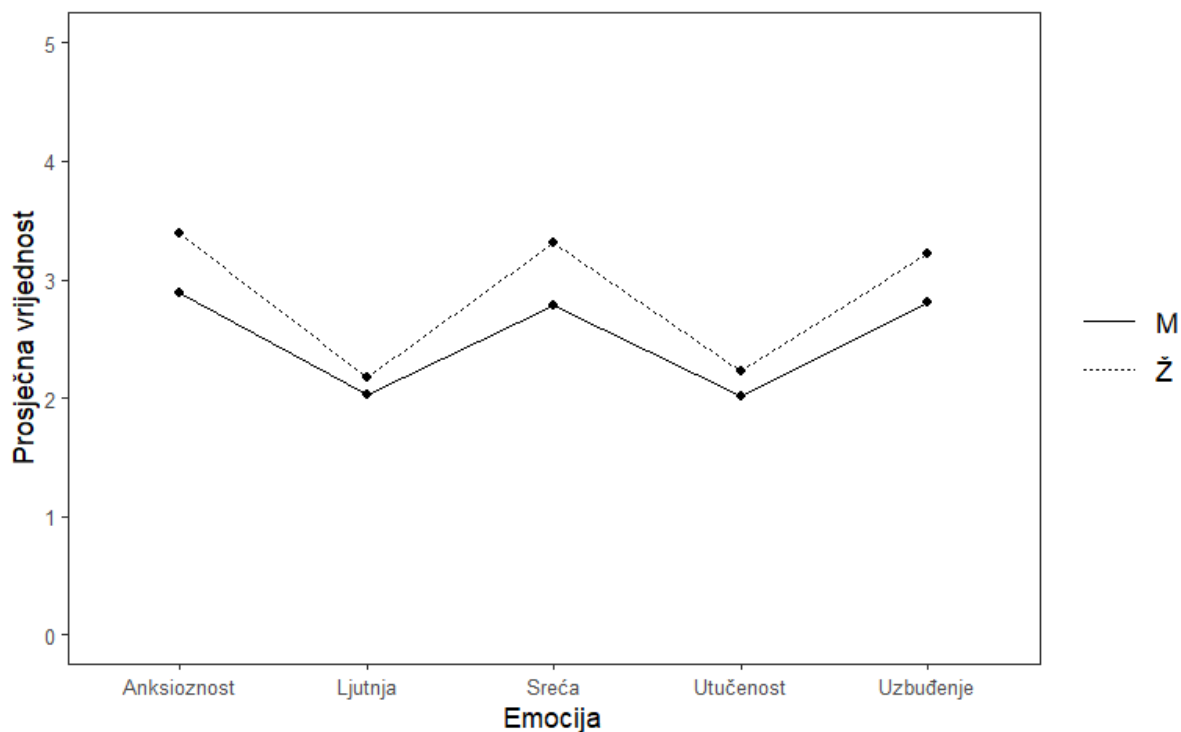
N – broj sudionika; M- aritmetička sredina; SD- standardna devijacija; IA- indeks asimetrije; IS- indeks spljoštenosti

Naposljetku, vezano uz emocije koje doživljavaju roditelji sportaša nakon suočavanja sa stresorima, Boxov test ukazao je na homogenost kovarijanci domena emocija u sportu ( $\chi^2(15) = 21.8$ ,  $p = .113$ ), a MANOVA je pokazala da se očevi i majke djece sportaša statistički značajno razlikuju u emocijama koje doživljavaju (Wilks  $\lambda = 0.91$ ,  $F(5, 193) = 3.62$ ,  $p = .004$ ). U Tablici 15. prikazani su rezultati jednosmjernih ANOVA, dok su na Slici 7 prikazane prosječne vrijednosti emocija u sportu očeva i majki djece sportaša. Pokazalo se da majke u odnosu na očeve statistički značajno više doživljavaju emocije *anksioznosti*, *uzbuđenja* i *sreće*, dok ne postoje statistički značajne razlike u intenzitetu doživljavanja emocija *ljutnje* i *utučenosti* s obzirom na rod roditelja djece sportaša.



Tablica 15. Rezultati jednosmjernih ANOVA vezanih uz razlike u emocijama roditelja sportaša s obzirom na rod roditelja

	Zavisna varijabla	Suma kvadrata	SS	Prosječni kvadrat	F	p
Rod roditelja	Anksioznost	10.98	1	10.99	10.93	0.001
	Uzbuđenje	7.45	1	7.45	4.15	0.043
	Ljutnja	0.94	1	0.94	0.72	0.398
	Sreća	11.83	1	11.83	4.61	0.033
	Utučenost	1.70	1	1.70	1.34	0.249
Reziduali	Anksioznost	198.05	197	1.01		
	Uzbuđenje	353.23	197	1.79		
	Ljutnja	257.04	197	1.31		
	Sreća	506.04	197	2.57		
	Utučenost	251.05	197	1.27		



Slika 7. Prosječne vrijednosti emocija u sportu očeva i majki djece sportaša

## 5.4. Prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša

### 5.4.1. Strategija suočavanja sa stresom: *rješavanje problema*

Prije provođenja višerazinske regresijske analize formuliran je model sa strategijom suočavanja *rješavanje problema* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 52% varijance procjena strategije suočavanja *rješavanje problema*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 17.2, p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena strategija suočavanja *rješavanje problema*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora i procjene stresora, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 16. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 46% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju niskih 6% varijance strategije suočavanja *rješavanje problema*. *Razvojni stresori* ( $B = 0.64, \beta = 0.56, p = .014$ ) te procjena stresora *kontrola* ( $B = 0.22, \beta = 0.17, p = .033$ ) i procjena stresora *gubitak* ( $B = 0.23, \beta = 0.16, p = .027$ ) pokazali su se kao značajni i pozitivni prediktori strategije suočavanja *rješavanje problema*. To konkretno znači da su sudionici koji su procjenjivali da imaju višu razinu *kontrole* nad situacijom i koji su procjenjivali stresnu situaciju u većoj mjeri kao *gubitak* više koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *rješavanje problema*. Također, navedeni rezultati upućuju na to da je strategija suočavanja *rješavanje problema* izraženija kod *razvojnih stresora* u odnosu na *organizacijske stresore*.

U idućem koraku u model su uvrštene demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti, no ni jedan od ovih prediktora nije se pokazao statistički značajnim.

Tablica 16. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje strategije suočavanja *rješavanje problema*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	2.10	-0.02	0.99 – 3.21	-0.19 – 0.15	< <b>0.001</b>	1.79	0.08	0.40 – 3.17	-0.19 – 0.34	<b>0.012</b>
Kategorija stresora [natjecateljski]	-0.13	-0.12	-0.45 – 0.18	-0.39 – 0.16	0.397	-0.13	-0.12	-0.45 – 0.18	-0.39 – 0.16	0.409
Kategorija stresora [razvojni]	0.64	0.56	0.13 – 1.14	0.11 – 1.00	<b>0.014</b>	0.68	0.59	0.16 – 1.19	0.14 – 1.05	<b>0.010</b>
Kategorija stresora [ostalo]	-0.34	-0.30	-1.19 – 0.50	-1.04 – 0.44	0.424	-0.45	-0.39	-1.32 – 0.42	-1.16 – 0.37	0.309
Procjena gubitak	0.23	0.16	0.03 – 0.43	0.02 – 0.31	<b>0.027</b>	0.24	0.17	0.03 – 0.45	0.02 – 0.32	<b>0.022</b>
Procjena kontrola	0.22	0.17	0.02 – 0.43	0.01 – 0.32	<b>0.033</b>	0.23	0.18	0.03 – 0.44	0.02 – 0.33	<b>0.027</b>
Procjena dobitak	0.02	0.02	-0.13 – 0.16	-0.12 – 0.16	0.792	0.03	0.03	-0.12 – 0.18	-0.11 – 0.17	0.701
Rod roditelja [žensko]						-0.15	-0.13	-0.48 – 0.19	-0.42 – 0.16	0.385
Ukupno bavljenje sportom						-0.01	-0.02	-0.10 – 0.09	-0.28 – 0.24	0.868
Dob djeteta						0.03	0.09	-0.06 – 0.12	-0.18 – 0.35	0.522
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.69					0.70				
$\tau_{00 ID}$	0.51					0.51				
ICC	0.43					0.42				
N <sub>ID</sub>	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna R <sup>2</sup> / Kondicionalna R <sup>2</sup>	0.06 / 0.46					0.07 / 0.46				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost

#### 5.4.2. Strategija suočavanja sa stresom: *ventiliranje emocija*

Za početak, formuliran je model sa strategijom suočavanja *ventiliranje emocija* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 43% varijance procjena strategije suočavanja *ventiliranje emocija*, a statistički značajan LRT (LRT (1) = 9.09,  $p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena strategija suočavanja *ventiliranje emocija*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora i procjene stresora, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 17. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 56% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju 24% varijance strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Kategorije stresora nisu se pokazale kao značajni prediktori, dok se procjena stresora *gubitak* jedina pokazala kao značajan i pozitivan prediktor ( $B = 0.58$ ,  $\beta = 0.47$ ,  $p < .001$ ) strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Konkretno, sudionici koji su procjenjivali stresore u većoj mjeri kao *gubitke* u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *ventiliranje emocija*.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 59 %, a fiksni faktori objasnili su 27 % varijance strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Procjena stresora *gubitak* ostao je značajan i pozitivan prediktor ( $B = 0.55$ ,  $\beta = 0.45$ ,  $p < .001$ ). Ukupno bavljenje sportom djeteta pokazalo se kao značajan pozitivni ( $B = 0.09$ ,  $\beta = 0.29$ ,  $p = .017$ ), a dob djeteta se pokazala kao značajni negativni ( $B = -0.08$ ,  $\beta = -0.24$ ,  $p = .047$ ) prediktor strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Ovdje se vjerojatno radi o supersiji.

Tablica 17. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje strategije suočavanja *ventiliranje emocija*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	0.65	-0.06	-0.25 – 1.54	-0.22 – 0.09	0.156	0.89	-0.24	-0.21 – 1.99	-0.48 – 0.01	0.113
Kategorija stresora [natjecateljski]	0.12	0.12	-0.13 – 0.38	-0.13 – 0.37	0.340	0.11	0.11	-0.14 – 0.36	-0.14 – 0.36	0.383
Kategorija stresora [razvojni]	0.20	0.20	-0.21 – 0.61	-0.21 – 0.61	0.329	0.20	0.20	-0.21 – 0.61	-0.21 – 0.61	0.331
Kategorija stresora [ostalo]	0.17	0.17	-0.51 – 0.86	-0.51 – 0.85	0.619	0.33	0.33	-0.36 – 1.03	-0.36 – 1.02	0.342
Procjena gubitak	0.58	0.47	0.42 – 0.74	0.34 – 0.60	<b>&lt;0.001</b>	0.55	0.45	0.39 – 0.71	0.31 – 0.58	<b>&lt;0.001</b>
Procjena kontrola	-0.09	-0.07	-0.25 – 0.08	-0.21 – 0.07	0.302	-0.10	-0.09	-0.27 – 0.06	-0.23 – 0.05	0.210
Procjena dobitak	0.06	0.07	-0.05 – 0.18	-0.06 – 0.19	0.291	0.08	0.08	-0.04 – 0.20	-0.04 – 0.21	0.195
Rod roditelja [žensko]						0.25	0.25	-0.02 – 0.52	-0.02 – 0.52	0.065
Ukupno bavljenje sportom						0.09	0.29	0.02 – 0.17	0.05 – 0.53	<b>0.017</b>
Dob djeteta						-0.08	-0.24	-0.15 – -0.00	-0.48 – -0.00	<b>0.047</b>
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.44					0.44				
$\tau_{00 ID}$	0.34					0.33				
ICC	0.44					0.43				
N <sub>ID</sub>	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna R <sup>2</sup> / Kondicionalna R <sup>2</sup>	0.24 / 0.57					0.27 / 0.59				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost

#### 5.4.3. Strategija suočavanja sa stresom: *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*

Za početak, formuliran je model sa strategijom suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 51% varijance procjena strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 17.7, p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena strategija suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora i procjene stresora, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 18. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 50% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju 19% varijance strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Kategorija stresora *ostalo* pokazala se kao značajan i pozitivan prediktor ( $B = 0.71, \beta = 0.74, p = .035$ ), što upućuje na to da je strategija suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* izraženija kod ovih stresora u odnosu na *organizacijske stresore*. Nadalje, procjene stresora *gubitak* ( $B = 0.54, \beta = 0.46, p < .001$ ) i *kontrola* ( $B = 0.19, \beta = 0.17, p = .020$ ) pokazale su se kao pozitivni prediktori strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Konkretno, sudionici koji su u većoj mjeri situaciju procjenjivali kao *gubitak* u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Također, sudionici koji su percipirali da nad stresnom situacijom imaju više *kontrole* u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*, ali je važno naglasiti da je moguće da se i ovdje radi o supresiji.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 52%, a fiksni faktori objasnili su 23% varijance strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Rod roditelja ( $B = 0.27, \beta = 0.29, p = .035$ ) pokazao se pozitivnim i značajnim prediktorom, što upućuje na to da je ova strategija izraženija kod majki u odnosu na očeve.

Nadalje, kategorija stresora *ostalo*, te procjene stresora *gubitak* i *kontrola* pokazali su se značajnim prediktorima jednakog smjera i veličine kao i u prethodnom modelu.

Tablica 18. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	-0.07	0.00	-0.93 – 0.79	-0.15 – 0.16	0.874	0.45	-0.20	-0.61 – 1.51	-0.44 – 0.05	0.406
Kategorija stresora [natjecateljski]	-0.04	-0.05	-0.29 – 0.20	-0.30 – 0.21	0.721	-0.05	-0.05	-0.29 – 0.19	-0.31 – 0.20	0.685
Kategorija stresora [razvojni]	-0.17	-0.18	-0.57 – 0.22	-0.60 – 0.23	0.385	-0.25	-0.26	-0.65 – 0.14	-0.68 – 0.15	0.210
Kategorija stresora [ostalo]	0.71	0.74	0.05 – 1.36	0.05 – 1.43	<b>0.035</b>	0.89	0.94	0.23 – 1.56	0.24 – 1.63	<b>0.008</b>
Procjena gubitak	0.54	0.46	0.38 – 0.70	0.32 – 0.59	<b>&lt;0.001</b>	0.52	0.44	0.36 – 0.68	0.31 – 0.58	<b>&lt;0.001</b>
Procjena kontrola	0.19	0.17	0.03 – 0.35	0.03 – 0.31	<b>0.020</b>	0.17	0.15	0.01 – 0.33	0.01 – 0.29	<b>0.036</b>
Procjena dobitak	0.00	0.00	-0.11 – 0.12	-0.13 – 0.13	0.968	-0.02	-0.02	-0.13 – 0.10	-0.15 – 0.11	0.772
Rod roditelja [žensko]						0.27	0.29	0.02 – 0.53	0.02 – 0.55	<b>0.035</b>
Ukupno bavljenje sportom						0.00	0.01	-0.07 – 0.08	-0.23 – 0.24	0.953
Dob djeteta						-0.05	-0.16	-0.12 – 0.03	-0.40 – 0.09	0.204
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.45					0.44				
$\tau_{00 ID}$	0.28					0.27				
ICC	0.38					0.38				
N <sub>ID</sub>	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna R <sup>2</sup> / Kondicionalna R <sup>2</sup>	0.19 / 0.50					0.23 / 0.52				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost



## 5.5. Prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece

### 5.5.1. Emocija: *uzbuđenje*

Prvo je formuliran model s procjenom emocije *uzbuđenje* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 66% varijance procjena emocije *uzbuđenje*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 29.3, p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena procjena emocije *uzbuđenje*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora, procjene stresora i strategije suočavanja sa stresom, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 19. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 66% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju 13% varijance emocije *uzbuđenje*. Kao jedini statistički značajan prediktor te pozitivan pokazala se procjena stresa *dobitak* ( $B = 0.33, \beta = 0.26, p < .001$ ). Konkretno, roditelji koji u većoj mjeri stresnu situaciju procjenjuju kao *dobitak* doživljavaju i više razine *uzbuđenja*.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 67%, a fiksni faktori objasnili su 14% varijance procjene emocije *uzbuđenje*, no ni jedan od novih prediktora nije se pokazao statistički značajnim.

Tablica 19. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje emocije *uzbuđenje*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	2.26	-0.03	0.94 – 3.58	-0.19 – 0.14	<b>0.001</b>	2.02	-0.23	0.40 – 3.64	-0.49 – 0.03	<b>0.015</b>
Kategorija stresora [natjecateljski]	0.24	0.17	-0.11 – 0.59	-0.08 – 0.43	0.179	0.24	0.17	-0.11 – 0.58	-0.08 – 0.42	0.184
Kategorija stresora [razvojni]	0.12	0.08	-0.46 – 0.69	-0.33 – 0.50	0.692	0.09	0.07	-0.49 – 0.67	-0.35 – 0.49	0.754
Kategorija stresora [ostalo]	0.02	0.01	-0.98 – 1.02	-0.71 – 0.74	0.968	0.21	0.15	-0.82 – 1.23	-0.60 – 0.89	0.694
Procjena gubitak	-0.21	-0.13	-0.49 – 0.06	-0.29 – 0.03	0.121	-0.22	-0.13	-0.49 – 0.05	-0.29 – 0.03	0.114
Procjena kontrola	0.05	0.03	-0.19 – 0.29	-0.12 – 0.18	0.670	0.05	0.03	-0.19 – 0.29	-0.12 – 0.18	0.665
Procjena dobitak	0.33	0.26	0.16 – 0.49	0.13 – 0.39	<b>&lt;0.001</b>	0.33	0.26	0.16 – 0.50	0.13 – 0.39	<b>&lt;0.001</b>
Suocavanje ventiliranje	0.15	0.11	-0.03 – 0.33	-0.02 – 0.24	0.106	0.13	0.10	-0.05 – 0.32	-0.04 – 0.23	0.156
Suocavanje izbjegavanje	0.12	0.09	-0.06 – 0.31	-0.04 – 0.22	0.193	0.11	0.07	-0.09 – 0.30	-0.06 – 0.21	0.281
Suocavanje rješavanje	-0.11	-0.09	-0.26 – 0.04	-0.21 – 0.03	0.139	-0.10	-0.09	-0.25 – 0.04	-0.21 – 0.04	0.164
Rod roditelja [žensko]						0.39	0.29	-0.01 – 0.80	-0.01 – 0.58	0.055
Ukupno bavljenje sportom						-0.00	-0.00	-0.11 – 0.11	-0.26 – 0.26	0.996
Dob djeteta						0.00	0.00	-0.11 – 0.11	-0.26 – 0.26	0.976
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.64					0.63				
$\tau_{00 ID}$	1.01					1.02				
ICC	0.61					0.62				
$N_{ID}$	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna $R^2$ / Kondicionalna $R^2$	0.13 / 0.66					0.14 / 0.67				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost

### 5.6.2. Emocija: *sreća*

Prvo je formuliran model s procjenom emocije *sreća* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 69% varijance procjena emocije *sreća*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 31.3, p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena procjena emocije *sreća*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora, procjene stresora i strategije suočavanja sa stresom, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 20. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 69% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavaanju 14% emocije *sreća*. Procjena stresa *dobitak* ( $B = 0.43, \beta = 0.28, p < .001$ ) pokazala se kao pozitivni prediktor, a procjena stresa *gubitak* ( $B = -0.37, \beta = 0.19, p = .021$ ) pokazala se kao negativni prediktor emocije *sreća*. Konkretno, roditelji koji u većoj mjeri situaciju procjenjuju kao *dobitak*, a u manjoj kao *gubitak* doživljavaju i više razine *sreće*.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 69%, a fiksni faktori objasnili su 15% varijance procjene emocije *sreća*. Pored procjene stresora *dobitak*, koji je ostao značajan prediktor kao i u prethodnom modelu, rod roditelja se pokazao kao jedini značajni i pozitivni prediktor emocije *sreće* ( $B = 0.51, \beta = 0.31, p = .035$ ), što upućuje na to da su majke izvještavale o višim razinama emocije *sreće* u odnosu na očeve.

Tablica 21. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje emocije *sreća*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	3.11	-0.02	1.58 – 4.65	-0.18 – 0.14	<b>&lt;0.001</b>	3.01	-0.24	1.13 – 4.90	-0.50 – 0.02	<b>0.002</b>
Kategorija stresora [natjecateljski]	0.19	0.12	-0.21 – 0.60	-0.13 – 0.37	0.353	0.19	0.11	-0.22 – 0.59	-0.13 – 0.36	0.360
Kategorija stresora [razvojni]	0.51	0.31	-0.15 – 1.18	-0.09 – 0.72	0.131	0.45	0.27	-0.22 – 1.12	-0.14 – 0.69	0.189
Kategorija stresora [ostalo]	-0.17	-0.10	-1.34 – 1.00	-0.82 – 0.62	0.778	0.10	0.06	-1.11 – 1.30	-0.68 – 0.80	0.875
Procjena gubitak	-0.37	-0.19	-0.69 – -0.06	-0.34 – -0.03	<b>0.021</b>	-0.37	-0.19	-0.69 – -0.06	-0.34 – -0.03	<b>0.021</b>
Procjena kontrola	-0.06	-0.03	-0.34 – 0.22	-0.18 – 0.11	0.678	-0.06	-0.03	-0.34 – 0.22	-0.18 – 0.12	0.690
Procjena dobitak	0.43	0.28	0.24 – 0.62	0.16 – 0.41	<b>&lt;0.001</b>	0.41	0.27	0.22 – 0.61	0.15 – 0.40	<b>&lt;0.001</b>
Suocavanje ventiliranje	0.01	0.00	-0.20 – 0.22	-0.13 – 0.14	0.941	-0.01	-0.00	-0.22 – 0.21	-0.14 – 0.13	0.955
Suocavanje izbjegavanje	0.17	0.10	-0.05 – 0.39	-0.03 – 0.23	0.124	0.13	0.08	-0.09 – 0.36	-0.05 – 0.21	0.234
Suocavanje rješavanje	-0.13	-0.09	-0.31 – 0.04	-0.21 – 0.03	0.130	-0.12	-0.09	-0.30 – 0.05	-0.21 – 0.03	0.157
Rod roditelja [žensko]						0.51	0.31	0.04 – 0.98	0.02 – 0.60	<b>0.035</b>
Ukupno bavljenje sportom						-0.03	-0.05	-0.16 – 0.11	-0.30 – 0.20	0.702
Dob djeteta						0.00	0.00	-0.13 – 0.13	-0.26 – 0.26	0.992
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.81					0.80				
$\tau_{00\text{ ID}}$	1.47					1.45				
ICC	0.64					0.64				
$N_{\text{ID}}$	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna $R^2$ / Kondicionalna $R^2$	0.14 / 0.69					0.16 / 0.70				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost

### 5.5.3. Emocija: *anksioznost*

Prvo je formuliran model s procjenom emocije *anksioznost* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 35% varijance procjena emocije *anksioznost*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 5.00, p = .025$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena procjena emocije *anksioznost*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora, procjene stresora i strategije suočavanja sa stresom, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 22. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 47% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju 32% varijance emocije *anksioznost*. Kategorija *razvojni stresor* pokazala se kao statistički značajan i negativan prediktor ( $B = -0.48, \beta = -0.46, p = .023$ ), što upućuje da su procjene *anksioznosti* bile niže kod roditelja koji su procjenjivali emocije vezane uz *razvojne stresore* u odnosu na roditelje koji su procjenjivali emocije vezane uz *organizacijske stresore*. Nadalje, procjena stresa *gubitak* ( $B = 0.53, \beta = 0.42, p < .001$ ) i suočavanje sa stresom putem *ventiliranja emocija* ( $B = 0.21, \beta = 0.21, p = .001$ ) pokazali su se kao statistički značajni i pozitivni prediktori procjena emocije *anksioznost*. Sudionici koji su situaciju u većoj mjeri procjenjivali kao *gubitak* te koji su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* doživljavali su više razine *anksioznosti*.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 51%, a fiksni faktori objasnili su 35% varijance procjene emocije *anksioznost*. Kategorija *razvojnog stresora*, procjena stresa *gubitak* i strategija suočavanja *ventiliranje emocija* ostali su statistički značajni i pozitivni prediktori podjednake veličine učinka. Rod roditelja se pokazao kao jedini značajni i pozitivni prediktor emocije *anksioznost* ( $B = 0.26, \beta = 0.25, p = .049$ ), što upućuje na to da su majke izvještavale o višim razinama *anksioznosti* u odnosu na očeve.

Tablica 22. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje emocije *anksioznost*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	2.20	0.05	1.30 – 3.10	-0.10 – 0.20	< <b>0.001</b>	1.50	-0.13	0.40 – 2.59	-0.36 – 0.10	<b>0.007</b>
Kategorija stresora [natjecateljski]	0.01	0.01	-0.24 – 0.26	-0.24 – 0.25	0.955	0.00	0.00	-0.25 – 0.25	-0.24 – 0.24	0.997
Kategorija stresora [razvojni]	-0.48	-0.46	-0.89 – -0.07	-0.86 – -0.06	<b>0.023</b>	-0.42	-0.41	-0.83 – -0.01	-0.81 – -0.01	<b>0.044</b>
Kategorija stresora [ostalo]	-0.31	-0.30	-0.98 – 0.36	-0.95 – 0.35	0.369	-0.25	-0.24	-0.93 – 0.43	-0.90 – 0.42	0.467
Procjena gubitak	0.53	0.42	0.34 – 0.72	0.27 – 0.57	< <b>0.001</b>	0.52	0.41	0.34 – 0.71	0.27 – 0.56	< <b>0.001</b>
Procjena kontrola	-0.04	-0.04	-0.21 – 0.12	-0.17 – 0.10	0.592	-0.03	-0.03	-0.20 – 0.13	-0.16 – 0.11	0.711
Procjena dobitak	-0.05	-0.05	-0.16 – 0.07	-0.17 – 0.07	0.421	-0.03	-0.03	-0.14 – 0.09	-0.15 – 0.09	0.664
Suocavanje ventiliranje	0.21	0.21	0.09 – 0.34	0.08 – 0.33	<b>0.001</b>	0.19	0.19	0.06 – 0.32	0.06 – 0.31	<b>0.004</b>
Suocavanje izbjegavanje	-0.06	-0.05	-0.19 – 0.08	-0.17 – 0.07	0.410	-0.05	-0.04	-0.18 – 0.09	-0.17 – 0.08	0.502
Suocavanje rješavanje	-0.06	-0.07	-0.17 – 0.04	-0.18 – 0.04	0.222	-0.06	-0.07	-0.16 – 0.04	-0.18 – 0.04	0.224
Rod roditelja [žensko]						0.26	0.25	0.00 – 0.52	0.00 – 0.50	<b>0.049</b>
Ukupno bavljenje sportom						0.02	0.06	-0.06 – 0.09	-0.17 – 0.28	0.615
Dob djeteta						0.03	0.09	-0.04 – 0.10	-0.14 – 0.31	0.451
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.58					0.54				
$\tau_{00 ID}$	0.16					0.18				
ICC	0.22					0.25				
$N_{ID}$	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna $R^2$ / Kondicionalna $R^2$	0.32 / 0.47					0.35 / 0.51				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost

#### 5.5.4. Emocija: *ljutnja*

Prvo je formuliran model s procjenom emocije *ljutnja* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 60% varijance procjena emocije *ljutnja*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 21.1, p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena procjena emocije *ljutnja*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora, procjene stresora i strategije suočavanja sa stresom, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 23. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 72% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju 41% varijance emocije *ljutnja*. Procjena stresora *gubitak* ( $B = 0.31, \beta = 0.22, p = .001$ ) i strategija suočavanja sa stresom *ventiliranje emocija* ( $B = 0.50, \beta = 0.44, p < .001$ ) pokazali su se kao statistički značajni i pozitivni prediktori procjene emocije *ljutnja*. S druge strane, procjena stresora *dobitak* pokazala se kao negativni prediktor ( $B = -0.14, \beta = -0.14, p < .001$ ) procjene emocije *ljutnja*. Sudionici koji su situaciju u većoj mjeri procjenjivali kao *gubitak* te koji su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* doživljavali su više razine *ljutnje*. Nadalje, sudionici koji su u većoj mjeri stresore procjenjivali kao *dobitak* u manjoj su mjeri doživljavali emociju *ljutnje*.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 72%, a fiksni faktori objasnili su 42% varijance procjene emocije *ljutnja*, a ni jedan od novih prediktora nije se pokazao statističkim značajnim prediktorom emocije *ljutnja*.

Tablica 23. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje emocije *ljutnja*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	0.54	0.04	-0.36 – 1.45	-0.10 – 0.17	0.239	0.50	0.10	-0.61 – 1.61	-0.11 – 0.32	0.379
Kategorija stresora [natjecateljski]	-0.10	-0.09	-0.35 – 0.14	-0.30 – 0.13	0.418	-0.10	-0.09	-0.34 – 0.14	-0.30 – 0.13	0.418
Kategorija stresora [razvojni]	-0.36	-0.31	-0.76 – 0.04	-0.67 – 0.04	0.081	-0.31	-0.27	-0.72 – 0.09	-0.63 – 0.08	0.132
Kategorija stresora [ostalo]	0.07	0.07	-0.60 – 0.75	-0.53 – 0.66	0.829	0.01	0.01	-0.68 – 0.71	-0.60 – 0.63	0.967
Procjena gubitak	0.31	0.22	0.12 – 0.50	0.09 – 0.36	<b>0.001</b>	0.30	0.22	0.12 – 0.49	0.08 – 0.35	<b>0.002</b>
Procjena kontrola	0.03	0.02	-0.13 – 0.20	-0.10 – 0.15	0.717	0.02	0.02	-0.14 – 0.19	-0.11 – 0.14	0.768
Procjena dobitak	-0.14	-0.14	-0.26 – -0.03	-0.25 – -0.03	<b>0.014</b>	-0.13	-0.12	-0.24 – -0.01	-0.23 – -0.01	<b>0.033</b>
Suocavanje ventiliranje	0.50	0.44	0.37 – 0.63	0.33 – 0.55	<b>&lt;0.001</b>	0.49	0.43	0.36 – 0.62	0.32 – 0.55	<b>&lt;0.001</b>
Suocavanje izbjegavanje	0.08	0.07	-0.05 – 0.21	-0.04 – 0.18	0.212	0.10	0.09	-0.03 – 0.24	-0.03 – 0.20	0.131
Suocavanje rješavanje	0.00	0.00	-0.10 – 0.10	-0.10 – 0.10	0.986	-0.00	-0.00	-0.10 – 0.10	-0.10 – 0.10	0.974
Rod roditelja [žensko]						-0.10	-0.09	-0.37 – 0.17	-0.33 – 0.15	0.470
Ukupno bavljenje sportom						0.05	0.13	-0.03 – 0.12	-0.08 – 0.34	0.227
Dob djeteta						-0.02	-0.05	-0.09 – 0.06	-0.26 – 0.16	0.650
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.36					0.36				
$\tau_{00 ID}$	0.40					0.40				
ICC	0.53					0.52				
$N_{ID}$	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna $R^2$ / Kondicionalna $R^2$	0.41 / 0.72					0.42 / 0.72				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost



### 5.5.5. Emocija: *utučenost*

Prvo je formuliran model s procjenom emocije *utučenost* kao zavisnom varijablom, te su procijenjeni nasumični efekti s obzirom na grupiranje procjena unutar sudionika. ICC je pokazao da grupiranje procjena unutar sudionika može objasniti 65% varijance procjena emocije *utučenost*, a statistički značajan LRT ( $LRT(1) = 32.7, p < .001$ ) ukazuje na opravdanost korištenja višerazinskog regresijskog modela u ovom slučaju.

U drugom koraku formuliran je višerazinski regresijski model u kojemu je kao zavisna varijabla uvrštena procjena emocije *utučenost*, kao fiksni efekti uključene su kategorije procjenjivanog stresora, procjene stresora i strategije suočavanja sa stresom, te su procijenjeni nasumični odsječci regresijskog pravca s obzirom na sudionika istraživanja. Rezultati ovog modela prikazani su u Tablici 24. Pokazalo se da cijeli model objašnjava 71% varijance, dok fiksni faktori doprinose objašnjavanju 28% varijance emocije *utučenost*. Procjena stresora *gubitak* ( $B = 0.44, \beta = 0.31, p < .001$ ) i strategija suočavanja sa stresom *ventiliranje emocija* ( $B = 0.26, \beta = 0.22, p < .001$ ) pokazali su se kao statistički značajni i pozitivni prediktori procjene emocije *utučenost*. S druge strane, procjena stresora *dobitak* pokazala se kao negativni prediktor ( $B = -0.18, \beta = -0.17, p = .005$ ) procjene emocije *utučenost*. Sudionici koji su situaciju u većoj mjeri procjenjivali kao *gubitak* te koji su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* doživljavali su više razine *utučenosti*. Nadalje, sudionici koji su u većoj mjeri stresore procjenjivali kao *dobitak* u manjoj su mjeri doživljavali emociju *utučenosti*.

U idućem koraku u model su dodane demografske varijable rod roditelja, ukupno bavljenje sportom djeteta i dob djeteta kao fiksni efekti. Cijeli model objasnio je 72%, a fiksni faktori objasnili su 30% varijance procjene emocije *utučenost*, a ni jedan od novih prediktora nije se pokazao statističkim značajnim prediktorom emocije *utučenost*.

Tablica 24. Prikaz rezultata višerazinske regresijske analize za predviđanje emocije *utučenost*

Prediktor	Model 1					Model 2				
	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p	B	$\beta$	95% CI B	95% CI $\beta$	p
(Odsječak)	0.52	-0.06	-0.48 – 1.52	-0.20 – 0.09	0.305	0.20	-0.06	-1.02 – 1.41	-0.29 – 0.17	0.750
Kategorija stresora [natjecateljski]	0.21	0.18	-0.06 – 0.47	-0.05 – 0.41	0.129	0.21	0.18	-0.06 – 0.47	-0.05 – 0.41	0.125
Kategorija stresora [razvojni]	-0.38	-0.32	-0.81 – 0.06	-0.70 – 0.05	0.091	-0.31	-0.27	-0.75 – 0.13	-0.64 – 0.11	0.167
Kategorija stresora [ostalo]	0.18	0.16	-0.57 – 0.94	-0.50 – 0.81	0.636	0.15	0.13	-0.62 – 0.92	-0.54 – 0.79	0.710
Procjena gubitak	0.44	0.31	0.23 – 0.64	0.16 – 0.45	<b>&lt;0.001</b>	0.43	0.30	0.22 – 0.63	0.16 – 0.44	<b>&lt;0.001</b>
Procjena kontrola	0.05	0.04	-0.13 – 0.23	-0.09 – 0.17	0.564	0.05	0.04	-0.13 – 0.23	-0.10 – 0.17	0.604
Procjena dobitak	-0.18	-0.17	-0.30 – -0.05	-0.29 – -0.05	<b>0.005</b>	-0.15	-0.14	-0.28 – -0.02	-0.26 – -0.02	<b>0.020</b>
Suocavanje ventiliranje	0.26	0.22	0.12 – 0.39	0.10 – 0.34	<b>&lt;0.001</b>	0.24	0.20	0.10 – 0.38	0.08 – 0.33	<b>0.001</b>
Suocavanje izbjegavanje	0.08	0.06	-0.07 – 0.22	-0.05 – 0.18	0.285	0.10	0.08	-0.04 – 0.25	-0.03 – 0.20	0.163
Suocavanje rješavanje	0.04	0.04	-0.08 – 0.15	-0.07 – 0.15	0.519	0.04	0.03	-0.08 – 0.15	-0.07 – 0.14	0.531
Rod roditelja [žensko]						0.01	0.01	-0.29 – 0.31	-0.25 – 0.27	0.953
Ukupno bavljenje sportom						0.07	0.18	-0.02 – 0.15	-0.05 – 0.41	0.116
Dob djeteta						-0.01	-0.04	-0.10 – 0.07	-0.27 – 0.20	0.765
Nasumični efekti										
$\sigma^2$	0.37					0.38				
$\tau_{00 \text{ ID}}$	0.57					0.55				
ICC	0.60					0.59				
N <sub>ID</sub>	199					199				
Broj opažanja	241					241				
Marginalna R <sup>2</sup> / Kondicionalna R <sup>2</sup>	0.28 / 0.71					0.30 / 0.72				

$\sigma^2$ - varijanca reziduala;  $\tau_{00}$ - varijanca nasumičnih odsječaka, ICC- koeficijent intraklasne korelacije; N- veličina uzorka; B- nestandardizirani regresijski koeficijent;  $\beta$ - standardizirani regresijski koeficijent; 95% CI B- 95%-tni interval pouzdanosti nestandardiziranog regresijskog koeficijenta; 95% CI  $\beta$  – 95%-tni interval pouzdanosti standardiziranog regresijskog koeficijenta; p- p-vrijednost

## 6. RASPRAVA

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati psihološki stres i strategije suočavanja roditelja djece koja se bave borilačkim sportovima. Ovim istraživanjem željeli smo proširiti postojeću literaturu u području vezanu uz istraživanja stresora koje roditelji sportaša doživljavaju (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2010; Harwood i sur., 2019), načine na koje roditelji sportaša procjenjuju stresore koje doživljavaju (Harwood i sur., 2019), kako se s njima suočavaju (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019) te koje emocije doživljavaju (Harwood i sur., 2019). U raspravi koja slijedi prikazani su rezultati u kontekstu postojeće literature i dosadašnjih istraživanja kako bi se istaknuo jedinstven znanstveni i praktični doprinos ovog istraživanja te pružili uvidi u način funkcioniranja roditelja sportaša kada se nađu u stresnim situacijama povezanim s borilačkim sportom kojim se bave njihova djeca.

### 6.1. Stresori roditelja djece sportaša koja se bave borilačkim sportovima

Prvi problem u ovom istraživanju bio je ispitati koje stresore doživljavaju roditelji djece koja se bave borilačkim sportovima vezano uz sportski razvoj svoje djece. Ispitivanjem stresora roditelja djece koja se bave borilačkim sportovima proširuje se postojeća literatura te se dosadašnja istraživanja provedena u kontekstu gimnastike (Burgess i sur., 2016), nogometa (Harwood i sur., 2010) i tenisa (Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019) nadograđuju novim informacijama vezanim uz sportove u kontekstu kojih ovakva istraživanja ranije nisu bila provedena. Također, ovo istraživanje je istraživanje s najvećim brojem sudionika (N=199) do sada koje je ispitivalo stresore roditelja sportaša. U skladu s rezultatima prijašnjih istraživanja (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019; Harwood i sur., 2010) rezultati našeg istraživanja potvrđuju da roditelji sportaša doživljavaju brojne natjecateljske, organizacijske i razvojne stresore. Ovim istraživanjem potvrđena je do sad ustanovljena konzistentnost sličnih nalaza u kontekstima različitih sportova.

Nalazi našeg istraživanja ukazuju na to da su izvori stresa roditelja sportaša borilačkih sportova slični onima koji se javljaju i kod roditelja sportaša u drugim sportovima (npr. ozljeda, gledanje natjecanja, financije, usklađivanje posla i obaveza vezanih uz sport djeteta) (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019). U skladu s *Transakcijskom teorijom stresa* (Lazarus i Folkman, 1984) i *Kognitivno-motivacijsko-relacijskom teorijom* (CMRT) (Lazarus, 1991,

1999, 2000) roditelji u našem istraživanju izvještavaju o različitim kontekstima u kojima doživljavaju stresore što potvrđuje ideju da stres predstavlja osobni doživljaj situacije koji uvelike ovisi o kontekstu u kojem se osoba našla (Lazarus, 1999). Ti konteksti uključuju neke stresore koji se javljaju na svakodnevnoj razini (npr. stresori vezani uz prijevoz, elemente sporta, vrijeme, treninge), dok se neki javljaju vezano uz konkretne događaje ili situacije (npr. natjecanja, kampove, bolesti, ozljede). S druge strane, roditelji su izvijestili i o različitim stresorima koje doživljavaju unutar istog događaja (npr. gledanje natjecanja, ishod natjecanja), ali navode i one koji su vezani uz druge ljude (npr. njihovu djecu, suce, trenere, druge roditelje). Uvidom u stresore koje doživljavaju roditelji sportaša vidljivo je preklapanje sa šest kompetencija poželjnih kod roditelja sportaša koje su istaknuli Harwood i Knight (2015). Ono što su Harwood i Knight (2015) nabrojali da bi roditelji sportaša trebali znati i moći kako bi pružili adekvatnu podršku svojoj djeci sportašima ustvari predstavlja neke od izvora stresora koje su naveli roditelji u našem (ali i prijašnjim) istraživanjima. Iako se navode kao svojevrsni „zahtjevi“ koji se postavljaju pred roditelje sportaša, osiguravanje odgovarajuće vrste podrške, snalaženje u emocionalnim zahtjevima natjecanja, održavanje kvalitetnih odnosa s drugim ljudima uključenim u sport djeteta te upravljanje organizacijskim i razvojnim zahtjevima sporta ustvari predstavljaju velike izazove i stresore za roditelje sportaša. Ako stres gledamo kroz definiciju Lazarusa i Folkmana (1984) možemo zaključiti da su ti zahtjevi koji se postavljaju pred roditelje s njihove strane procijenjeni kao zahtjevi koji dosežu ili čak prelaze njihove dostupne resurse te na neki način ugrožavaju njihovo blagostanje. Knight i suradnici (2009) predlažu da se upravo u stresorima koje doživljavaju roditelji sportaša pokuša pronaći razlog u pozadini neprikladnog i nepoželjnog ponašanja koje roditelji ponekad pokazuju u sportskom okruženju. Naime, dokazano je da neprikladna ponašanja roditelja sportaša mogu negativno utjecati na iskustva koja mladi sportaši doživljavaju u sportu (Gould i sur., 2008). Ta ponašanja najčešće su povezana s prevelikim očekivanjima koje roditelji stavljaju pred svoju djecu, pretjeranim kriticismom i općenito prevelikim pritiskom pod kojim se djeca natječu i sudjeluju u svojim sportskim aktivnostima (Gould i sur., 1996). Upravo iz tog razloga Harwood i Knight (2015) napominju da je izuzetno važno prvo razumjeti iskustva roditelja sportaša te njihove potrebe kako bi im se mogla osigurati odgovarajuća podrška i edukacija. Rezultati ovog istraživanja mogu pomoći dodatno objasniti izvore stresa kako bi se te edukacije prilagodile stvarnim potrebama roditelja.

Za razliku od prethodnih istraživanja (Harwood i sur., 2019) gdje su najčešće navedeni stresori bili oni natjecateljski, u našem je istraživanju generalna dimenzija organizacijskih stresora bila najčešće spominjana. Jedan od razloga tome može se tražiti u različitim uzorcima na kojima su provedena istraživanja. Naime, istraživanje koje su proveli Harwood i suradnici (2019) provedeno je na roditeljima tenisača, dok je naše istraživanje provedeno na roditeljima sportaša koji se bave borilačkim sportovima. Kao i u prijašnjim istraživanjima (Harwood i sur., 2019), i u našem istraživanju najrjeđe spominjana generalna dimenzija stresora bili su razvojni stresori. Izuzetno je važno napomenuti da je u našem istraživanju najčešće spominjana kategorija stresora višeg reda bila ozljeda koja je smještena u generalnu dimenziju organizacijskih stresora. Ovaj nalaz donekle se razlikuje od rezultata prijašnjih istraživanja u kojima su roditelji znatno manje spominjali ozljede kao izvor stresa. Tako je na primjer rizik od ozljeda spomenut u istraživanju koje su proveli Burgess i suradnici (2016) na roditeljima mladih gimnastičara. Nadalje, ozljede kao kategorija višeg reda u sklopu organizacijskih stresora pojavile su se i u istraživanju Harwooda i suradnika (2019) na roditeljima tenisača, ali u znatno manjem broju (oko 7%) nego u našem istraživanju gdje je više od 25% odgovora roditelja bilo povezano s ozljedama. Pri tome se 14% odgovora odnosilo na kategoriju nižeg reda ozljede, dok se ostatak odgovora (21%) odnosio na druge stresore povezane s ozljedama kao što su strah od ozljede (7.9%), mogućnost ozljede, strah od posljedica ozljede, vraćanje u sport nakon ozljede itd. Harwood i Knight (2009b) pod organizacijskim stresorima imaju navedenu ozljedu kao jednu od kategorija višeg reda, dok Harwood i suradnici (2010) ozljede smještaju u kategoriju stresora povezanih s djetetovom sudjelovanjem na natjecanjima što ukazuje na određene nekonzistentnosti u postojećoj literaturi. Dodatno zbunjuje i nalaz koji su dobili Harwood i Knight (2009a) gdje roditelji tenisača nisu uopće naveli ozljede kao jedan od stresora što je bilo neobično i samim autorima koji ističu važnost daljnjih istraživanja kako bi se rasvijetlila priroda ovih nekonzistentnosti. U ovom kontekstu zanimljivo je istaknuti da su se u prijašnjim istraživanjima ozljede pojavljivale kao tema i kod roditelja mladih nogometaša čija su djeca bila u ranim i kod roditelja čija su djeca bila u kasnim fazama razvojnog stadija specijalizacije (Harwood i sur., 2010). Međutim, strah od ozljede povećavao se kako se povećavala količina kontakata u igri kao i s fizičkim razvojem igrača (Harwood i sur., 2010) što nam može pomoći razjasniti rezultate našeg istraživanja kao i prijašnje nekonzistentnosti. Naime, borilački sportovi po svojoj su prirodi kontaktni te je kontakt između dva protivnika sastavni dio sporta te način na koji sportaši dolaze do bodova. Nogomet je također sport s većim brojem kontakata u odnosu na tenis. Nadalje, borilački sportovi koji su po svojoj prirodi

kontakti nose sa sobom i potencijalno veći rizik direktne ozljede koje mogu biti i praćene znakovima koji su „vidljiviji“ od onih u tenisu (npr. krv). Prema tome logično je da se roditelji, osobito oni čija su djeca mlađe dobi i koja tek ulaze u natjecateljski sport, boje potencijalnih ozljeda svog djeteta. Istraživanja pokazuju da je otprilike polovica ispitanih sportaša koji se bave borilačkim sportovima doživjelo ozljedu u periodu od godinu dana prije ispitivanja (Del Vecchio i sur., 2018). Slični rezultati dobiveni su i u sklopu istraživanja u kojem su sudjelovali sportaši iz Španjolske stariji od 10 godina gdje je 56% sportaša koji se bave judom izvijestilo o tome da su u periodu od 6 mjeseci imali ozljedu koja ih je udaljila s treninga ili natjecanja, dok je kod sportaša koji se bave karateom taj postotak bio nešto manji (36.7%) (Garcia-Isidoro i sur., 2021). Istraživanje u kojem su se ispitivale ozljede na Olimpijskim igrama u Pekingu 2008. ukazalo je na to da su sportovi s najvećim rizikom od ozljede na tom događaju bili nogomet, taekwondo, hokej na travi, rukomet, dizanje utega i boks, dok u sportove s najmanjim rizikom spadaju jedrenje, kajak/kanu, veslanje, sinkronizirano plivanje, ronjenje, mačevanje i plivanje (Junge i sur., 2009). U istom istraživanju dobiveno je da se za vrijeme tog događaja ozlijedilo 11% judaša, 27% sportaša iz taekwondoa i 9.4% sportaša iz hrvanja (Junge i sur., 2009). Vezano uz vrstu ozljeda, u sportovima gdje postoji borba za gard (judo) najčešće su ozljede zglobova, posebno ramena, laktova i koljena, dok su u sportovima u kojima postoje udarci češće prisutnije ozljede mišića, a mjesta na kojima se sportaši najčešće ozljeđuju obuhvaćaju donji dio noge, stopala i prste na nogama, prste na rukama i ruke općenito (Del Vecchio i sur., 2018; Garcia-Isidoro i sur., 2021).

Vezano uz organizacijske stresore, Harwood i Knight (2009a,b) ovu generalnu dimenziju stresora opisuju kao zahtjeve povezane s logistikom, osobnim žrtvama i okruženjima u kojima roditelji funkcioniraju, a koji su povezani s djetetovom uključenosti u sport. Prijašnja istraživanja koja su se bavila stresorima roditelja tenisača (Harwood i Knight, 2009a,b) odgovore sudionika uklopila su u model predložen od strane Hantona i Fletchera (2005). Oni su predložili pet dimenzija organizacijskih stresora u sportu: (1) faktori vezani uz sport; (2) uloge u sportskoj organizaciji; (3) odnosi u sportu i interpersonalni zahtjevi; (4) organizacijska struktura i klima; (5) karijera sportaša i poteškoće vezane uz izvedbu (Hanton i Fletcher, 2005). Faktori vezani uz sport kao što su npr. stresori vezani uz vrijeme, putovanja, trening, ozljede, raspored natjecanja i treninga dobiveni u našem istraživanju slični su onima spomenutima i u istraživanjima provedenim na roditeljima sportaša u kontekstu tenisa (Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019), što se uklapa u ideju koju su prezentirali Hanton i Fletcher

(2005). S druge strane, u istraživanju provedenom na roditeljima tenisača Harwood i Knight (2009a) zaključuju da je značajan izvor stresa roditelja mladih sportaša u tom sportu vezan uz financije što u našem istraživanju nije bio slučaj. Kao što je već ranije spomenuto, roditeljima sportaša u našem istraživanju najveći izvor stresa predstavljaju ozljede i strah od ozljeda, te elementi sporta kao što su prisutnost udaraca, padova i gušenja te borba općenito, nakon čega slijede stresori vezani uz vrijeme (npr. balans posla i prijevoza na treninge, nedostatak vremena) te organizacijsku stranu natjecanja (npr. dugotrajna natjecanja, poteškoće u pronalaženju dvorane, loša organizacija). Razliku u isticanju financija kao značajnog izvora stresa možemo potražiti u razlici s obzirom na vrstu sporta, ali i u činjenici da rezultate našeg istraživanja uspoređujemo s postojećim istraživanjima izvan RH gdje je organizacija sporta kao i financiranje značajno drugačije nego kod nas. To dodatno podcrtava važnost međukulturalnih istraživanja, odnosno uzimanja u obzir specifičnog konteksta u kojem se istraživanje odvija. Nadalje, Burgess i suradnici (2016) u svom su istraživanju dobili da su svi roditelji gimnastičara izvijestili o stresorima vezanim uz vrijeme, konkretno vrijeme provedeno s obitelji. U tom smjeru idu i druga istraživanja u kojima su se, uz konflikte uloga posao-sport te organizaciju, pod kategoriju višeg reda vrijeme smjestili stresori vezani uz nedostatak pažnje posvećene braći i sestrama sportaša uključujući i zamjeranje od strane braće i sestara te nedostatak vremena posvećenog obitelji i partneru (Harwood i Knight, 2009a,b). Tako nešto nije dobiveno u našem istraživanju gdje su kategorije nižeg reda vezane uz vrijeme dominantno bile povezane s balansiranjem posla i prijevoza, kašnjenjem i organizacijom vremena. Moguće je da u kontekstu borilačkih sportova roditelji doživljavaju manje izdvojenosti od ostalih članova obitelji što može biti rezultat razlika u organizaciji natjecanja i treninga gdje su djeca, a posljedično i roditelji koji ih prate, manje vremena odsutni od kuće i od drugih članova obitelji nego što su to roditelji nogometaša, gimnastičara ili tenisača u Velikoj Britaniji.

Nadalje, u našem istraživanju roditelji su također spomenuli i stresore vezane uz odnose u sportu koji su se odnosili na trenere i roditelje drugih sportaša, slično kao i u istraživanju koje su proveli Harwood i Knight (2009b) te Harwood i suradnici (2019), a u skladu s modelom organizacijskih stresora (Hanton i Fletcher, 2005). Također, sudionici našeg istraživanja spominjali su i stresore vezane uz sportske organizacije (Hanton i Fletcher, 2005) s posebnim naglaskom na doživljenu nepravdu na svim razinama, od klupske razine do razine saveza. Organizacijski stresori vezani uz probleme s klubom i organizacijama spomenuti su i u ranijim istraživanjima (Harwood i Knight, 2009a,b; Harwood i sur., 2019).

U kontekstu organizacijskih stresora važno je naglasiti da je jedinstveni doprinos ovog istraživanja to što je ono provedeno za vrijeme trajanja i neposredno nakon epidemije virusa Covid-19 što nam je omogućilo uvid i u stresore roditelja s kojima su se suočavali u tom periodu. Međutim, roditelji koji su sudjelovali u našem istraživanju relativno su rijetko u svojim odgovorima spominjali stresore vezane uz pandemiju Covid-19. Konkretno, ona je bila spomenuta u samo 6 odgovora sudionika što čini manje od 3% odgovora. Odgovori roditelja u tom kontekstu većinom su se kretali oko stresora vezanih uz samoizolaciju i pozitivne testove prije natjecanja koji su onemogućili djetetovo sudjelovanje na njima. Iako se u nekim dosadašnjim istraživanjima pokazalo da su roditelji izvještavali o općenito višoj razini stresa za vrijeme Covid-19 pandemije u odnosu na period prije nje (Calvano i sur., 2022) uslijed čega su doživljavali simptome pogoršanja mentalnog zdravlja (Johnson i sur., 2022), izgleda da specifičnost konteksta u kojem se odvijalo naše istraživanje nije u većoj mjeri utjecala na rezultate.

Naposljetku, iako su Hanton i Fletcher (2005) stresore vezane uz karijeru sportaša smatrali organizacijskim stresorima, u ranijim istraživanjima u kojima su sudjelovali roditelji sportaša ti su stresori izdvojeni kao razvojni stresori (Harwood i Knight, 2009b; Harwood i sur., 2019), što je praksa koju smo slijedili i u sklopu ovog istraživanja. Harwood i Knight (2009a,b) razvojne stresore definiraju kao stresore povezane s razvojem djeteta. U sklopu razvojnih stresora u našem istraživanju roditeljima su posebno stresne bile teme vezane uz djetetov napredak u sportu i odluke vezane uz ostanak u sportu, te obrazovanje djeteta, slično kao i u istraživanju Harwooda i suradnika (2019). U drugim istraživanjima također su spominjane teme vezane uz obrazovanje, buduće prilike u sportu, balans škole i sporta, te tranzicije u budućnosti (Burgess i sur., 2016; Harwood i Knight, 2009a; Harwood i sur., 2010).

Odmah nakon organizacijskih stresora, natjecateljski stresori bili su najčešće spominjani izvor stresa roditelja sportaša koji su sudjelovali u našem istraživanju. Harwood i Knight (2009a,b) natjecateljske stresore definiraju kao zahtjeve povezane s djetetovim sudjelovanjem na natjecanjima. Navođenje ove generalne dimenzije stresora kao druge najčešće kategorije izvora stresora s kojima se susreću roditelji sportaša nije iznenađujuće ako se uzme u obzir da djeca u sklopu sudjelovanja u borilačkim sportovima s natjecanjima počinju vrlo rano, praktički već od uključivanja u sport. Côtè i Hay (2002) ističu da je u fazi uključivanja u sport posebno važno naglasak staviti na usmjerenu igru i zabavu, nikako ne na natjecanja i usporedbu s drugima. Iako su ta natjecanja u početku prilagođena dobi djece te



nemaju sve elemente „seniorskog“ sporta (npr. nisu dozvoljena gušenja, poluge i udarci u glavu, borbe traju kraće, borilište je manje), ona svejedno sadrže većinu elemenata koje bi natjecanje potencijalno činilo stresnim i za dijete i za roditelja (npr. bodovanje, proglašavanje pobjednika, natjecanje pred publikom). Kao što je vidljivo iz naših rezultata, upravo je ishod natjecanja s naglaskom na poraze i emocionalne reakcije djeteta na poraze bio najčešće spominjani izvor stresa roditelja unutar generalne dimenzije natjecateljskih stresora. Ishod natjecanja kao kategorija višeg reda u sklopu natjecateljskih stresora dobiven je i u istraživanjima koje su proveli Harwood i suradnici (2019) te Harwood i Knight (2009b).

Prijašnja istraživanja dobila su da su upravo natjecateljski stresori bili najčešće spominjani stresori na uzorku roditelja mladih tenisača (Harwood i sur., 2019), a prijašnji nalazi ukazuju i na to da su upravo natjecateljski stresori posebno izazovni za roditelje djece u inicijalnim fazama sportskog sudjelovanja tj. u fazama kada se dijete tek uključuje u sport (Harwood i Knight, 2009b). Međutim, evidentno je da se ti stresori nastavljaju i u kasnijim fazama djetetovog razvoja kada prema teoriji (Côtè i Hay, 2002) sport djeteta sve više počinje uključivati odlaske na natjecanja. Ukoliko roditelji nisu razvili adekvatne mehanizme suočavanja sa stresorima vezanim uz natjecanja, ali i uz druge aspekte djetetovog sporta, stresori koje doživljavaju vjerojatno će se nastaviti kroz većinu djetetovog sudjelovanja u sportu. U skladu s time su i rezultati prijašnjih istraživanja (Harwood i Knight, 2009b) koji ukazuju na to da natjecateljski stresori vezani uz gledanje mečeva, ponašanje drugih roditelja te ponašanje protivnika, kao i ponašanje i stav djeteta predstavljaju izvore stresa koji ostaju konzistentni kroz različite faze djetetovog sportskog razvoja. Upravo su gledanje borbe djeteta i praćenje natjecanja te psihološka spremnost djeteta za natjecanje bile druga i treća najčešće spominjana tema višeg reda u sklopu natjecateljskih stresora u našem istraživanju, nakon ishoda natjecanja. Gledanje natjecanja te psihološka spremnost djeteta na natjecanje kategorije su višeg reda dobivene i u prijašnjim istraživanjima (Harwood i Knight, 2009b; Harwood i sur., 2019). S druge strane, ponašanja sudaca, protivnika te drugih roditelja i trenera na natjecanju u našem su istraživanju spomenuti u znatno manjem broju slučajeva. Naime, u prijašnjim istraživanjima djetetov protivnik (varanje, agresivno i neprikladno ponašanje protivnika), djetetovo ponašanje (negativan govor tijela, loše fizičko i verbalno ponašanje, loša kontrola emocija) te drugi roditelji (ometanje igre, loše ponašanje i stav) bili su spomenuti češće nego u našem istraživanju (Harwood i sur., 2019). Razlozi toga možda leže u razlikama između samih sportova na kojima su provedena istraživanja.

Kada usporedimo naše rezultate s rezultatima drugih istraživanja evidentna su ranije navedena brojna preklapanja, ali i određene razlike. Tako Burgess i suradnici (2016) u svom istraživanju u kojem su sudjelovali roditelji mladih gimnastičara pod natjecateljskim stresorima navode djetetovu anksioznost, trajanje natjecanja, gledanje djetetovog nastupa na natjecanju te ponašanje bračnog druga. Harwood i suradnici (2010) u svom istraživanju u kojem su sudjelovali roditelji mladih nogometaša u fazi specijalizacije nisu dobili generalnu dimenziju natjecateljskog stresora nego su koristili pojam stresori povezani s utakmicama u koji su spadale kategorije nižeg reda kao što su: razina izvedbe djeteta, iščekivanje i nošenje s djetetovim reakcijama na poraze, suzdržavanje od uplitanja u posao trenera, sistemi rotacije i odluke oko zamjena. Naposljetku, Harwood i Knight (2009a) u svom su istraživanju u kojem su sudjelovali roditelji tenisača kao jednu od 7 glavnih kategorija stresora imali natjecateljske stresore u koji su spadale 3 kategorije višeg reda: stresori doživljeni prije meča ili natjecanja, stresori doživljeni za vrijeme meča i stresori doživljeni nakon meča. Dakle, može se zaključiti da se kategorije stresora dobivene u dosadašnjim istraživanjima donekle razlikuju, osobito kada se radi o kategorijama nižeg reda. Razlog tome može se tražiti u različitim sportovima u kontekstu kojih su provedena ta istraživanja, ali ne treba isključiti mogućnost da se kategorije stresora možda razlikuju i ovisno o istraživaču. Pri tom je moguće da su neki stresori vezani uz više kategorija (npr. ozljede kao organizacijski, ali i natjecateljski stresor). Zbog toga bi bilo korisno provesti kvalitativno istraživanje kroz intervjuje i fokusne grupe s roditeljima sportaša kako bi se dobio bolji i detaljniji uvid u to kako doživljavaju stresore. Na temelju takvog istraživanja mogla bi se provesti analiza u sklopu koje bi bilo moguće dobiti pouzdaniji odgovor na pitanje gdje spadaju određeni stresori.

Kao što je već ranije navedeno, prijašnja istraživanja istaknula su potrebu za izradom edukacijskih programa koji će u obzir uzeti potrebe roditelja sportaša na brojnim razinama (socijalnoj, organizacijskoj, razvojnoj, intrapersonalnoj) (Thrower i sur., 2016). Međutim, obuhvatiti potrebe roditelja na razini razvoja te drugih socijalnih i organizacijskih faktora (npr. naglasak na rezultatu, troškovi sudjelovanja) predstavlja poseban izazov koji se teško može ostvariti samo kroz organizirane edukacije namijenjene isključivo roditeljima sportaša (Thrower i sur., 2016). S obzirom na to da su u našem istraživanju upravo organizacijski faktori predstavljali najčešće navođen izvor stresa roditelja sportaša svakako treba istaknuti kompleksnost izazova s kojima se suočavaju roditelji sportaša, a koji se teško mogu obuhvatiti samo izradom i provođenjem edukacija namijenjenih toj populaciji. Ono što bi zahtijevala

takva intervencija svakako je širi i sveobuhvatniji pristup koji treba uključivati i trenere, saveze, te osobe uključene u donošenje odluka i kreiranje strategija razvoja vezanih uz sport mladih. S druge strane, dio stresora koje roditelji sportaša doživljavaju na svakodnevnoj razini, posebno onih natjecateljskih, moguće je obuhvatiti u sklopu ciljanih edukacija namijenjenih roditeljima sportaša, ali i njihovim trenerima koji su nerijetko i sami (direktno ili indirektno) izvor stresa roditelja sportaša. Uz to, edukacija roditelja sportaša svakako bi trebala obuhvaćati sve aspekte stresne situacije koju doživljavaju te educirati roditelje sportaša o važnosti procjene stresora, kontroli emocionalnih reakcija te efikasnim načinima suočavanja sa stresom s kojim se susreću. Takve edukacije posebno bi bilo važno provesti već na početku djetetovog uključivanja u sport kako bi se roditeljima dale i informacije, ali i korisni alati za nošenje sa stresom koji se može javiti u kontekstu bavljenja sportom njihovog djeteta, ali i općenito. U literaturi već postoje detaljno opisane takve radionice u kontekstu drugih sportova provedene uživo (Thrower i sur., 2017), ali i on-line (Thrower i sur., 2018). Analize efikasnosti takvih intervencija ukazuju na pozitivne promjene u emocionalnim iskustvima roditelja, njihovoj ciljnoj orijentaciji te doživljaju efikasnosti i kao roditelja tenisača i kao roditelja općenito te na efikasnost u promjeni znanja, stavova, emocionalnih stanja i ponašanja u širokom spektru ciljeva učenja pokrivenih kroz navedene radionice (Thrower i sur., 2017, 2018). Međutim, važno je napomenuti da su navedena ispitivanja efikasnosti strategija uglavnom provedena na manjem broju sudionika zbog čega su ovi rezultati bazirani na kvalitativnoj metodologiji. Kada je korištena kvantitativna metodologija rezultati u gotovo svim mjeranim varijablama nisu dosegali razinu statističke značajnosti (Thrower i sur., 2018).

Ukupno gledano, nalazi ovog istraživanja u velikoj mjeri potvrđuju nalaze ranijih istraživanja provedenih u drugim zemljama i na drugim sportovima, uz neke manje iznimke. One su prvenstveno odraz specifičnosti borilačkih sportova (npr. izraženiji stresori vezani uz ozljede nego u prethodnim istraživanjima) te specifičnosti okruženja/konteksta u kojem se istraživanje provodi. Predlaže se provođenje sličnih istraživanja na roditeljima sportaša iz drugih sportova kako bi se ispitala stabilnost strukture kategorizacije stresora i u drugim sportskim okruženjima te provođenje detaljnih kvalitativnih istraživanja kako bi se dobile detaljnije informacije o prirodi i izvoru samih stresora.

## 6.2 Rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša

Drugi problem u ovom istraživanju bio je ispitati postoje li rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša. Na temelju literature i rezultata prijašnjih istraživanja postavljena je hipoteza da će majke (u odnosu na očeve) u većoj mjeri stresore procjenjivati kao gubitak, a u manjoj kao dobitak, smatrat će da nad njima imaju manje kontrole, izvještavat će o višoj razini neugodnih i nižoj razini ugodnih emocija te će u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije, a u manjoj strategije usmjerene na rješavanje problema.

U našem istraživanju nisu dobivene statistički značajne razlike između majki i očeva djece sportaša u načinima na koji procjenjuju stresore, kao ni u strategijama suočavanja koje koriste u suočavanju sa stresorima vezanim uz sport svoje djece čime nisu potvrđene postavljene hipoteze. Uvidom u deskriptivne podatke vidljivo je da majke i očevi sportaša malo do umjereno procjenjuju stresore s kojima se suočavaju kao *gubitak*, ali i kao *dobitak*. S druge strane, i majke i očevi u podjednako mjeri procjenjuju da imaju značajnu razinu *kontrole* nad stresorom s kojim se suočavaju. Vezano uz strategije suočavanja, uvidom u deskriptivnu statistiku vidljivo je da su majke i očevi u našem istraživanju u podjednako mjeri (malo) koristili strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* za suočavanje sa stresorima vezanim uz sport svoje djece kao i strategiju *izbjegavanja situacije i traženja distrakcije* za koju su također izvijestili da je koriste rijetko. U većoj mjeri su i majke i očevi koristili strategiju *rješavanja problema* (umjereno do značajno), ali su i to radili podjednako često te među njima nisu dobivene statistički značajne razlike.

S obzirom na to da ne postoje dosadašnja istraživanja koja bi ispitivala razlike u procjenama stresora i načinima suočavanja sa stresorima roditelja djece sportaša, dobiveni će se rezultati analizirati u kontekstu istraživanja provedenih na sportašicama i sportašima te istraživanjima izvan konteksta sporta.

Vezano uz strategije suočavanja sa stresom, uvidom u rezultate postojećih istraživanja u kojima su sudjelovale sportašice i sportaši, ali i u rezultate istraživanja provedenih izvan konteksta sporta, vidljiva je nekonzistentnost dosadašnjih nalaza. Neka istraživanja nisu pronašla rodne razlike u strategijama suočavanja sportaša (Bebetsos i Antoniou, 2003;

Pensgaard i sur., 1999) što je u skladu s podacima dobivenim i u ovom istraživanju, ali i rezultatima dobivenim u nekim istraživanjima izvan konteksta sporta gdje nisu dobivene rodne razlike na pojedinim dimenzijama strategija suočavanja (Folkman i Lazarus, 1980; Rosario i sur., 1988). Međutim, važno je napomenuti da ipak većina drugih rezultata prijašnjih istraživanja pokazuje da sportašice u većoj mjeri koriste suočavanje usmjereno na emocije i traženje socijalne podrške (Crocker i Graham, 1995; Goyen i Anshel, 1998; Hammermeister i Burton, 2004), a manje koriste strategije vezane uz rješavanje problema (Goyen i Anshel, 1998) od sportaša. Isto je potvrđeno i u istraživanjima izvan konteksta sporta (Matud, 2004; Ptacek i sur., 1992; Ptacek i sur., 1994). Međutim, Goyen i Anshel (1998) izvijestili su o tome da kod suočavanja s negativnim povratnim informacijama od strane trenera, i muškarci i žene preferiraju suočavanje usmjereno na problem, pri čemu su sportaši više nego sportašice koristili i suočavanje usmjereno na emocije. Nalaz tog istraživanja da sportašice i sportaši podjednako i u najvećoj mjeri preferiraju suočavanje usmjereno na problem u skladu je s rezultatima našeg istraživanja gdje su roditelji sportaša također u podjednakoj mjeri, ali i najizraženije u odnosu na druge strategije suočavanja, koristili strategiju *rješavanja problema*. S druge strane, postoje i neka istraživanja u kojima je dobiveno da sportašice češće koriste strategije suočavanja usmjerene na problem u odnosu na sportaše (Nicholls i sur., 2007). Ono što je moguće zaključiti iz dosadašnjih istraživanja unatoč nekonzistentnim rezultatima je da je važno u obzir uzeti kontekst stresora jer očito da nije svejedno o kojem se stresoru radi, kao i da se strategije suočavanja mogu mijenjati ovisno o stresoru (Goyen i Anshel, 1998). Zbog toga bi u budućim istraživanjima koja će se baviti proučavanjem rodni razlika u suočavanju sa stresom svakako u obzir trebalo uzeti kategoriju stresora s kojim se suočavaju roditelji sportaša te vidjeti postoje li razlike s obzirom na to s kojim se stresorom suočavaju očevi i majke. U istraživanjima se također dobivaju različiti rezultati kada se sudionike pita za suočavanje sa stresorom općenito u odnosu na suočavanje sa stresom vezanim uz konkretnu situaciju (Sigmon i sur., 1995). Navedeno bi svakako bilo vrijedno dodatno istražiti u kontekstu stresora roditelja sportaša te vidjeti javljaju li se razlike između majki i očeva u situacijama kada ih se pita za dispozicijsko suočavanje sa stresom kao i procjenu stresora kao dispozicijsku varijablu.

Naime, potencijalne razlike u korištenim strategijama suočavanja između sportašica i sportaša dobivene u prijašnjim istraživanjima možda su rezultat razlika u načinima na koji sudionici procjenjuju stresore (Kaiseler i sur., 2013). Njihovi rezultati ukazuju na to da žene procjenjuju životne događaje kao negativnije, neugodnije, više stresne i manje kontrolabilne u

odnosu na muškarce (Matud, 2004; Ptacek i sur., 1992; Sigmon i sur., 1995). Također, muškarci u odnosu na žene u većoj mjeri stresne događaje procjenjuju kao izazove, dok žene u većoj mjeri imaju tendenciju stresne događaje procjenjivati kao prijetnje i gubitke u odnosu na muškarce (Ptacek i sur., 1992; Sigmon i sur., 1995). Navedene nalaze nisu potvrdili rezultati našeg istraživanja u kojima nije dobivena razlika u procjenama stresora između majki i očeva mladih sportaša. Odnosno, u našem su istraživanju majke i očevi mladih sportaša u podjednakoj mjeri stresore procjenjivali kao *gubitak* i *dobitak* te su u podjednakoj mjeri procjenjivali da imaju *kontrolu* nad njima. S druge strane, naši rezultati u skladu su s onima koje su dobili Sigmon i suradnici (1995) koji zaključuju da se razlike između muškaraca i žena u procjenama stresora općenito ne potvrđuju kada se sudionike pita za procjenu konkretnog stresnog događaja. Uz to, naši su rezultati u skladu s istraživanjem koje su proveli Ptacek i suradnici (1994) gdje također nije dobivena razlika u procjenama stresora između muškaraca i žena. S obzirom na to da se u našem istraživanju od sudionika tražilo da procjenjuju konkretan stresor, a ne da navode kako općenito procjenjuju stresore, moguće je da zbog toga nije dobivena statistički značajna razlika. Navedeno bi upućivalo na to da se nekonzistentnosti u nalazima različitih istraživanja djelomično mogu pripisati i razlikama u tome traži li se od sudionika da procjenjuju neki konkretni stresor ili izvještavaju o tome kako generalno procjenjuju stresore s kojima se suočavaju npr. u kontekstu svakodnevnih životnih događaja.

S druge strane, u ovom je istraživanju dobivena razlika u emocijama koje doživljavaju majke i očevi mladih sportaša pri čemu su majke doživljavale više razine *anksioznosti*, *uzbuđenja* i *sreće* u odnosu na očeve. Ovaj rezultat djelomično je u skladu s postojećom hipotezom u sklopu koje je pretpostavljeno da će majke doživljavati više razine neugodnih emocija, ali i niže razine ugodnih emocija. Uvidom u podatke dobivene u sklopu ovog istraživanja može se zaključiti da očevi u prosjeku umjereno, a majke umjereno do značajno doživljavaju *anksioznost* nakon suočavanja sa stresorima koje doživljavaju kao roditelji sportaša pri čemu majke doživljavaju tu emociju u statistički značajno većoj mjeri nego očevi. Iako nisu provodili zasebnu analizu za majke i očeve, Harwood i suradnici (2019) također su dobili da roditelji općenito doživljavaju umjerene razine anksioznosti vezano uz stresore koje su naveli, što je u skladu s rezultatima dobivenim u ovom istraživanju. Nadalje, u našem su istraživanju emociju *ljutnje* i majke i očevi doživljavaju u jednakoj mjeri, pri čemu iskazuju da je doživljavaju malo. Isto je i s emocijom *utučenosti* gdje su vrijednosti aritmetičkih sredina slične onima kod *ljutnje* i kreću se u donjem dijelu raspona skale. Slično su dobili i Harwood i

suradnici (2019) u svojem istraživanju u kojem su sudjelovali roditelji tenisača. Međutim, neka prijašnja istraživanja ukazala su na to da se 2/3 roditelja ljuti za vrijeme natjecanja, pri čemu okidači za tu ljutnju mogu biti vrlo različiti (npr. sudac, trener, dijete, drugi roditelji) (Omli i LaVoi, 2012). Rezultati našeg istraživanja kao i istraživanja Harwooda i suradnika (2019) ukazuju na to da na uzorcima roditelja koji su sudjelovali u tim istraživanjima ljutnja nije jako izražena, barem ne vezano uz stresore koje doživljavaju kao roditelji sportaša. Bilo bi zanimljivo u budućim istraživanjima ispitati razlikuju li se intenziteti emocija s obzirom na vrstu stresora koje roditelji doživljavaju te je li npr. ljutnja više izražena kod natjecateljskih u odnosu na neke druge vrste stresora. Naime, prijašnja istraživanja provedena na roditeljima sportaša dobila su da je ljutnja bila izraženija kod natjecateljskih u odnosu na organizacijske i razvojne stresore (Harwood i sur., 2019). Ove bi rezultate svakako trebao ispitati i u kontekstima drugih sportova. Ovdje treba uzeti u obzir činjenicu da je u sklopu našeg istraživanja, kao i u sklopu istraživanja koje su proveli Harwood i suradnici (2019), od roditelja zatraženo da se emocija koje su doživljavali prisjete retrogradno, s odmakom koji nije izmjeren niti uzet u obzir prilikom analiza. Moguće je da roditelji retrogradno pamte da su bili npr. manje ljuti nego što su zaista bili u trenutku kada su se susreli sa stresorom. S obzirom na to da se u ovom istraživanju koristio samoiskaz u kombinaciji s prisjećanjem prošlih događaja potreban je određen oprez prilikom interpretacije dobivenih rezultata.

S druge strane, kod ugodnih emocija (*uzbuđenje* i *sreća*) u našem su istraživanju dobivene statistički značajne razlike između majki i očeva, pri čemu su majke kod obje te emocije izražavale da ih doživljavaju u većoj mjeri nego očevi. Kod obje te emocije prosječne vrijednosti majki i očeva kreću se oko sredine skale (umjereno) pri čemu su vrijednosti intenziteta emocija kod majki statistički značajno više od vrijednosti kod očeva. Harwood i suradnici (2019) dobili su da su roditelji izvještavali u niskim razinama uzbuđenja i sreće vezano uz stresore kojih su se prisjećali. Mogući razlozi ovakvih razlika mogu se tražiti i u nešto drugačijoj metodologiji gdje su u ovom istraživanju roditelji emocije procjenjivali za situaciju nakon suočavanja, dok je kod Harwooda i suradnika (2019) pitanje bilo usmjereno na emocije koje su se javljale u trenutku doživljavanja stresora. Moguće je da roditelji doživljavaju više razine ugodnih emocija nakon što već primjenjuju određene strategije suočavanja u odnosu na situaciju gdje su se tek su sreli sa stresorom. Navedeno bi svakako trebalo provjeriti u budućim istraživanjima. Naime, u sklopu ovog istraživanja emocije su

mjerene kao posljedica suočavanja te one u određenoj mjeri reflektiraju koliko je ono bilo efikasno.

Rezultati prijašnjih istraživanja (Crocker i Graham, 1995) ukazuju na to da sportašice izvještavaju o nižoj razini ugodnog afekta u odnosu na sportaše. Takav nalaz nije potvrđen u našem istraživanju u kojem su majke izvještavale o višim razinama ugodnog afekta u odnosu na očeve (*uzbuđenje, sreća*), ali i o višoj razini *anksioznosti*. Nalaz da žene doživljavaju više razine anksioznosti u odnosu na muškarce u skladu je s nalazima prijašnjih istraživanja u kojima je dobiveno da žene doživljavaju više razine neugodnih emocija kada se suočavaju s interpersonalnim stresorima povezanim s obitelji (Rudolph, 2002). Naime, u našem istraživanju sudionici su izvještavali o stresorima koje doživljavaju u sklopu uloge roditelja sportaša koja po svojoj prirodi ima interpersonalni karakter. Također, naši rezultati u potpunosti su u skladu s onima koje su dobili Fujita i suradnici (1991) gdje su žene izvještavale o višim rezultatima na neugodnim, ali i na ugodnim emocijama u odnosu na muškarce zbog čega su autori zaključili da su žene koje su sudjelovale u njihovom istraživanju općenito snažnije doživljavale emocije u odnosu na muškarce. Navedeno je potvrđeno i u drugim istraživanjima čiji rezultati ukazuju na to da žene izvještavaju o višim razinama i ugodnih i neugodnih emocija u odnosu na muškarce (Cameron, 1975). Isto se može reći i za sudionike našeg istraživanja u kojem se pokazalo da majke snažnije doživljavaju i ugodne i neugodne emocije vezane uz stresne situacije koje doživljavaju u sklopu sporta svoje djece. U pozadini možda djeluje intenzitet afektivnog odgovora koji predstavlja stabilne individualne razlike u razini u kojoj osoba doživljava emocije, a koja se generalizira kroz različite emocije. Tako osobe koje intenzivnije doživljavaju ugodne emocije također intenzivnije doživljavaju i neugodne emocije (Larsen i Deiner, 1987). Naime, čak i kada se ljudi izlože identičnim emocionalnim podražajima, neki ljudi konstantno izražavaju snažnije emocionalne reakcije (Larsen i sur., 1986). Razlog tome možda se može pronaći u istraživanju koje su proveli Larsen i suradnici (1987) čiji su rezultati ukazali na to da ljudi s visokim intenzitetom emocija koriste kognitivne operacije personalizacije, pretjeranog generaliziranja i selektivne apstrakcije predložene od strane Becka (1976). Ukratko, to bi značilo da ljudi koji imaju viši intenzitet i ugodnih i neugodnih emocija imaju tendenciju interpretirati događaje u odnosu na sebe te precjenjivati stupanj u kojem se događaji odnose na njih same, fokusiraju svoju pažnju na specifične aspekte situacije koji izazivaju emocije te imaju tendenciju izdvojeni događaj smatrati dokazom toga kako stvari općenito funkcioniraju. Međutim, svakako je važno uzeti u



obzir i utjecaj rodnih uloga te socijalizacije gdje se izražavanje emocija općenito smatra prikladnijim za žene u odnosu na muškarce od kojih se na neki način ipak očekuje da ostanu staloženi i ne pokazuju emocije. S obzirom na to da su u ovom istraživanju korišteni samoiskazi ove utjecaje svakako ne bi trebalo zanemariti.

### **6.3. Prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša**

Treći problem na koji smo željeli odgovoriti ovim istraživanjem bio je ispitati prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša. Na temelju literature i rezultata prijašnjih istraživanja postavljene su hipoteze: (1) pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na rješavanje problema bit će procjena dobitaka i razina percipirane kontrole, a negativan prediktor bit će procjena gubitaka; (2) pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na ventiliranje emocija i suočavanja usmjerenog na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije bit će procjena gubitaka, a negativan prediktor bit će razina percipirane kontrole i procjena dobitaka. Uvidom u rezultate može se zaključiti da su ove hipoteze djelomično potvrđene, uz neke rezultate koji su otišli u suprotnom smjeru od postavljene hipoteze. Naime, u skladu s očekivanjima potvrđeno je da je *kontrola* pozitivan prediktor strategije suočavanja usmjerene na *rješavanje problema*. Međutim, procjena *gubitaka* kod ove se strategije suočavanja pokazala kao pozitivan prediktor, a ne negativan kako je očekivano. Nadalje, potvrđeno je da je procjena *gubitaka* pozitivan prediktor strategije *ventiliranja emocija* te strategije usmjerene na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Međutim, suprotno od očekivanog pokazalo se da je *kontrola* pozitivan prediktor strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Navedene nalaze detaljnije ćemo objasniti u kontekstu teorije i dosadašnjih istraživanja.

Rezultati našeg istraživanja ukazuju na to da su procjena *kontrole* i procjena *gubitka* pozitivni prediktori strategije suočavanja *rješavanje problema*. To konkretno znači da su sudionici koji su procjenjivali da imaju višu razinu *kontrole* nad situacijom i koji su procjenjivali stresnu situaciju u većoj mjeri kao *gubitak* više koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *rješavanje problema*. Navedeni rezultati djelomično su u skladu s postavljenom hipotezom. Naime, očekivalo se da će razina percipirane *kontrole* biti pozitivan prediktor strategije suočavanja usmjerene na *rješavanje problema*. Navedeno je i potvrđeno u našem istraživanju što je u skladu s literaturom koja tvrdi da se suočavanje usmjereno na problem

smatra prikladnim u situacijama u kojima osoba percipira da ima kontrolu nad situacijom (Folkman, 1992). Moguće objašnjenje u pozadini tvrdnje na kojoj je temeljena hipoteza u ovom istraživanju krije se u ideji da situacije za koje osoba percipira da nad njima ima kontrolu u njoj bude osjećaj vjere da uloženi trud neće biti uzaludan (Pearlin i Schooler, 1978). S druge strane, smatra se da, što osoba više doživljava situaciju kao prijetnju, to suočavanje usmjereno na problem postaje sve više limitirano (Lazarus i Folkman, 1984) zbog čega je pretpostavljeno da će procjene gubitaka biti negativan prediktor ove strategije suočavanja. Navedena pretpostavka nije potvrđena u našem istraživanju. Konkretno, u našem smo istraživanju dobili upravo suprotno, odnosno majke i očevi koji su stresore vezane uz sport svog djeteta u većoj mjeri procjenjivali kao *gubitak* više su koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *rješavanje problema*. Taj kontradiktoran rezultat dobiven u našem istraživanju nije čest, ali također i ne predstavlja jedinstven slučaj u literaturi. Naime, postoje istraživanja provedena na sportašima u kojima je utvrđena pozitivna korelacija između procjene stresora kao prijetnje i suočavanja usmjerenog na zadatak (Nicholls, Polman i Levy, 2012). U principu se može zaključiti da roditelji koji su sudjelovali u našem istraživanju više koriste strategiju suočavanja usmjerenu na *rješavanje problema* što situaciju u većoj mjeri procjenjuju kao štetu ili prijetnju. Moguće je da zbog takve procjene imaju i veću potrebu suočavati se sa situacijom te posljedično i koristiti strategije suočavanja, u ovom slučaju *rješavanje problema*. Naposljetku, autori u području (Lazarus i Folkman, 1984) navode da kada osoba procijeni situaciju kao izazov postoji vjerojatnost da će u suočavanju sa stresnim situacijama osjećati samopouzdanje i biti manje preplavljena emocijama te stoga i sposobnija iskoristiti resurse za suočavanje pa će posljedično u stresnim situacijama i bolje funkcionirati. S obzirom na to da procjena izazova spada u kategoriju dobitaka pretpostavljeno je da će ta vrsta procjene biti pozitivan prediktor strategije suočavanja usmjerene na rješavanje problema. U našem istraživanju procjena stresora kao *dobitaka* nije se pokazala značajnim prediktorom strategije suočavanja *rješavanje problema*. Ovdje se postavlja pitanje kako su sudionici razumjeli gubitke i dobitke, te o kojim razinama percepcije gubitaka i dobitaka ustvari govorimo.

Nadalje, rezultati ovog istraživanja pokazali su da se procjena *gubitaka* jedina pokazala kao značajan i pozitivan prediktor strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Konkretno, sudionici koji su procjenjivali stresore u većoj mjeri kao *gubitke* u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *ventiliranje emocija*. Ovim nalazom potvrđen je dio

postavljene hipoteze u kojem se očekivalo da će pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na ventiliranje emocija biti procjena gubitaka.

Nadalje, potvrđena je i pretpostavka da će procjena gubitaka biti pozitivan prediktor strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Konkretno, sudionici koji su u većoj mjeri situaciju procjenjivali kao *gubitak* u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Literatura upućuje na to da što osoba više doživljava situaciju kao prijetnju to suočavanje usmjereno na emocije postaje sve više regresivno zbog smanjenog kapaciteta osobe da u takvim situacijama procesira informacije (Lazarus i Folkman, 1984). Istraživanja provedena u području sporta utvrdila su pozitivnu povezanost procjene stresora kao prijetnje sa suočavanjem usmjerenim na isključivanje i suočavanjem usmjerenim na pronalaženje distrakcije (Doron i Martinent, 2016). U tom smjeru idu i rezultati našeg istraživanja vezano uz strategije suočavanja *ventiliranje emocija* te *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. S druge strane, procjena stresora kao izazova u prijašnjim je istraživanjima bila negativno povezana sa suočavanjem usmjerenim na isključivanje (Doron i Martinent, 2016) te se stoga u ovom istraživanju očekivalo da će ona biti negativan prediktor strategija ventiliranja emocija i izbjegavanje situacije i traženje distrakcije. U našem istraživanju procjena stresora kao *dobitka* nije se pokazala značajnim prediktorom niti suočavanja usmjerenog na *ventiliranje emocija* niti suočavanja usmjerenog na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*.

Naposljetku, procjena *kontrole* pokazala se pozitivnim prediktorom strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Sudionici koji su percipirali da nad stresnom situacijom imaju više *kontrole* u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* što je suprotno od postavljene hipoteze. Nadalje, procjena *kontrole* nije se pokazala značajnim prediktorom strategije suočavanja *ventiliranje emocija* čime nije potvrđena postavljena hipoteza da će razina percipirane kontrole biti negativan prediktor kod ove dvije vrste suočavanja. Dosadašnja literatura u području ukazuje na to da se suočavanje usmjereno na emocije smatra prikladnim u situacijama kada osoba smatra da nema puno kontrole nad onim što se događa (Folkman, 1992). U prijašnjim istraživanjima provedenim na sportašima niže razine percipirane kontrole bile su povezane s višim razinama suočavanja usmjerenog na emocije, višim razinama suočavanja usmjerenog na isključivanje, višim razinama suočavanja usmjerenog na pronalaženje distrakcije i višom razinom korištenja strategija suočavanja usmjerenih na izbjegavanje (Anshel i Kaissidis, 1997;

Britton i sur., 2019; Doron i Martinent, 2015; Haney i Long, 1995; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Objašnjenje u pozadini takvih nalaza je u tome da niska razina percipirane kontrole povećava razinu emocionalne uznemirenosti zbog čega osoba ima tendenciju koristiti suočavanje usmjereno na emocije kako bi mogla nositi s tom uznemirenosti (Folkman i Lazarus, 1980). Međutim, to nije potvrđeno u našem istraživanju gdje su dobiveni suprotni nalazi kod strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Navedeno možda ukazuje na to da roditelji koji su sudjelovali u ovom istraživanju ovu strategiju suočavanja na neki način odabiru i u situacijama u kojima doživljavaju višu razinu kontrole jer im se u tom trenutku odlazak ili traženje distrakcije čini kao najbolje rješenje za njih i/ili njihovo dijete. Iako se prisutnost i uključenost roditelja u sport djeteta smatra važnim i poželjnim ponašanjem, moguće je da roditelji odabiru svojevrsno „micanje“ iz situacije čak i kada doživljavaju da imaju kontrolu nad situacijom. Postoji mogućnost da roditeljima udaljavanje iz situacije ne predstavlja bijeg kako bi se nosili s povećanom razinom emocionalne uznemirenosti uslijed percepcije nedostatka kontrole već ponašanje koje na neki način sami odabiru iako percipiraju da imaju kontrolu nad situacijom. Naime, u sportskom okruženju roditeljima se često govori da svoju „negativnu energiju“ mogu prenijeti na dijete te da to može djelovati kontraproduktivno za djetetovu izvedbu na natjecanju. U skladu s tim moguće je da roditelji koriste *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* svjesno, kao strategiju kojom djetetu pokušavaju pomoći što je posljedica njihovog izbora pri čemu se više usmjeravaju na ono što bi bilo korisno na dijete nego na bavljenje svojim emocijama. Kao što je ranije navedeno, procjena *kontrole* predstavljala je pozitivan prediktor i strategije suočavanja usmjerene na *rješavanje problema*. Navedeno bi moglo značiti da roditelji u našem istraživanju kada percipiraju da imaju više razine *kontrole* nad situacijom u većoj mjeri koriste i strategije suočavanja usmjerene na *rješavanje problema* i strategije suočavanja usmjerene na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Moguće je da odabiru jedno ili drugo ovisno o situaciji odnosno o stresoru s kojim su se susreli. Naime, ako se roditelj našao u situaciji koja ima veze s natjecanjem on može odabrati koristiti strategiju suočavanja usmjerenu na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* jer je u tom trenutku smatra prikladnom bez obzira na to što percipira da ima kontrolu nad situacijom. Tako na primjer, može odabrati da se sa svojim neugodnim emocijama za vrijeme trajanja natjecanja djeteta suočava tako da izbjegava situaciju ili traži distrakciju te da tu situaciju pri tom percipira kao situaciju nad kojom ima kontrolu. Moguće da takvo suočavanje pri tom smatra prikladnim jer bi neka druga vrsta suočavanja (npr. ono usmjereno na rješavanje problema) mogla ometati dijete ili na neki drugi

način negativno na njega utjecati (npr. ako bi roditelj želio o tome razgovarati s djetetom). Također, moguće je da roditelji biraju micati se iz situacije zato što dijete to traži, a takav izbor potvrđuje da roditelji zadržavaju kontrolu nad situacijom usprkos stresorima koje doživljavaju. U principu zanimljiv je nalaz da se roditelji ne „miču“ iz situacije zato što percipiraju da nad njom nemaju kontrolu, već sami odabiru takvo ponašanje kao možda najbolje rješenje u danoj situaciji. Moguće je da to rade zato što percipiraju da će tako biti lakše njima i/ili djetetu, ali je moguće i da to rade iz neznanja o tome koliko je važno da budu uključeni u sport svog djeteta i koja je točno njihova uloga te koja su ponašanja roditelja u određenim situacijama prikladna, poželjna i podržavajuća za dijete. S druge strane, važno je uzeti u obzir i činjenicu da sport djeteta roditelju predstavlja stresor u koji su na neki način posredno uključeni pri čemu je primaran naglasak na dijete, djetetova iskustva i djetetovo sudjelovanje. U takvim situacijama moguće je da roditelj ne stavlja sebe, svoje reakcije i strategije suočavanja koje će njemu osobno biti najkorisnije/ najefikasnije za nošenje sa stresnom situacijom na prvo mjesto nego gleda koje strategije suočavanja će biti korisne i primjerene u kontekstu pružanja adekvatne podrške djetetu. Uz to, dijete ima suigrače, trenera i druge osobe koje su uključene u njegov sport te roditelji možda odabiru ne uključivati se u situaciju ili biraju tražiti distrakciju prilikom nošenja s određenom situacijom jer smatraju da će neka druga osoba ili samo dijete efikasno riješiti situaciju. Prema tome oni percipiraju da je situacija pod kontrolom, ali da ona nužno ne zahtijeva njihovu uključenost u obliku rješavanja problema. Isto tako, moguće je da roditelji odabiru suočavanje usmjereno na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije kao svojevrsnu početnu strategiju prilikom suočavanja sa stresom nakon čega primjenjuju suočavanje usmjereno na rješavanje problema kada za to imaju priliku ili kada smatraju da je prikladno uzimajući u obzir i potrebe djeteta te činjenicu da je to u prvom redu djetetov sport koji kao izvor stresa na roditelja djeluje posredno. S druge strane, moguće da je ovakav nalaz dobiven zbog supresije. Navedeno bi svakako trebalo provjeriti u budućim istraživanjima.

Vezano uz vrste stresora, *razvojni stresori* pokazali su se kao značajni i pozitivni prediktori strategije suočavanja *rješavanje problema* dok se kategorija stresora *ostalo* pokazala kao značajan i pozitivan prediktor strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Ovi rezultati ukazuju na važnost uzimanja u obzir i kategorije stresora prilikom analize rezultata te na tendenciju roditelja da koriste različite strategije suočavanja prilikom suočavanja s različitim vrstama stresora. U budućim bi se istraživanjima svakako trebale dodatno analizirati ove razlike pri čemu se može koristiti upitnik u kojem roditelji navode po

jedan natjecateljski, organizacijski i razvojni stresor. Metodologija korištena u ovom istraživanju te broj sudionika ne dozvoljavaju nam takve detaljnije analize, ali rezultati koje smo dobili mogu služiti kao početna točka za daljnja istraživanja u ovom području.

Nadalje, u ovom se istraživanju pokazalo da je ukupno bavljenje sportom djeteta značajan pozitivni, a dob djeteta značajni negativni prediktor strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Iako rezultati dosadašnjih istraživanja (Dorsch i sur. 2009) sugeriraju da se zahtjevi i očekivanja od roditelja povećavaju s porastom dobi djeteta tj. prelascima u više rangove natjecanja, rezultati našeg istraživanja ukazuju na to da roditelji starije djece manje koriste strategiju *ventiliranja emocija*. Moguće je da, kroz odrastanje djeteta, roditelji iskustvom usvajaju adekvatnije strategije suočavanja te sve manje koriste strategije kao što su *ventiliranje emocija*. Međutim, donekle je zbunjujuć nalaz da se povećanjem duljine trajanja djetetovog sudjelovanja u sportu povećava razina korištenja strategije *ventiliranja emocija* njegovih roditelja. Ovdje je važno napomenuti da je ovakav rezultat vjerojatno dobiven zbog supresijskog efekta. Kao što je ranije navedeno, moguće je da s povećanjem dobi djeteta roditelji manje emocionalno reagiraju na događaje koje njihovo dijete, ali i oni sami, prolaze u sklopu sporta svog djeteta jer možda usvajaju neke druge, prikladnije strategije suočavanja. S druge strane, u dosadašnjim istraživanjima nije korištena varijabla djetetovog sudjelovanja u sportu. Naime, iako se na prvu čini logično da će s povećanjem dobi djeteta rasti i njegovo ukupno iskustvo u sportu, na razini uzorka to ne mora nužno biti tako jer se različita djeca i različitoj dobi uključuju u sport. Tako je moguće da neko dijete krene s 15 godina, dok neko drugo dijete s 15 godina već može imati 10 godina iskustva u bavljenju sportom. Međutim, formalne podjele faza razvoja djeteta uglavnom u obzir uzimaju djetetovu kronološku dob prilikom „smještanja“ djeteta u određene faze. Tako, na primjer, Côtè (1999) ističe kako se u fazi specijalizacije javljaju pojačani zahtjevi za uključenosti roditelja u sportske aktivnosti djece. Prema njegovoj podjeli, djeca se u fazi specijalizacije nalaze u dobi između 13. i 15. godine, ali ta dob može varirati s obzirom na vrstu sporta. Zbog toga je predloženo za smještanje djece u određene faze sportskog razvoja koristiti informacije o količini usmjerene igre i usmjerenog treninga. Ono što bi svakako koristilo u budućim istraživanjima je analizirati stresore roditelja sportaša, ali i sve druge aspekte modela stresa (procjene stresora, načine suočavanja, emocije) s obzirom na faze razvoja u kojima se nalaze sportaši. Važno je uzeti u obzir i da se roditelji s vremenom potencijalno sve bolje upoznaju sa sportom kojim se njihovo dijete bavi što može uzrokovati i promjene u načinima na koje doživljavaju stresore, ali ne

treba ni zanemariti promjene u količini natjecateljskih zahtjeva, očekivanja od djece te same ozbiljnosti natjecanja starijih uzrasta te činjenici da kroz bavljenje sportom dolazi do određene selekcije sportaša, a samo natjecanje s vremenom i duljinom bavljenja postaje i teži zadatak nego što je to bilo u mlađim uzrastima. To bi svakako trebalo dodatno istražiti te razinu uključenosti djeteta uzeti kao važnu i vrijednu varijablu u budućim istraživanjima. Postoje već istraživanja koja su u obzir uzela faze razvoja sportaša kada su se ispitivali stresori roditelja sportaša (Harwood i Knight, 2009b). Takva bi istraživanja svakako trebalo nadopuniti novim nalazima na različitim sportovima i na ostalim komponentama procesa stresa koje ranije nisu bile uključene.

Također, rod roditelja pokazao se pozitivnim i značajnim prediktorom kod strategije suočavanja usmjerene na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*, što upućuje na to da je strategija suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* izraženija kod majki u odnosu na očeve. Navedeno nije u skladu s rezultatima MANOVA-e koji ukazuju na to da nema razlike u strategijama suočavanja između majki i očeva. Međutim, treba uzeti u obzir da se radi o različitim analizama na različitim uzorcima jer je MANOVA provedena samo na rezultatima za prvi stresor, a višerazinska regresijska analiza provedena je na rezultatima za sva tri stresora. Međutim, nalaz da postoje razlike u suočavanju sa stresom između majki i očeva u skladu je s prijašnjim istraživanjima provedenima na sportašicama i sportašima u kojima je dobiveno da sportašice u većoj mjeri koriste suočavanje usmjereno na emocije (Crocker i Graham, 1995; Goyen i Anshel, 1998; Hammermeister i Burton, 2004). Konkretno, kada se suočavaju sa stresorima vezanim uz sport svog djeteta majke u većoj mjeri nego očevi imaju tendenciju izbjegavati situaciju i tražiti distrakciju. Dosadašnja literatura jasno pokazuje kako su roditelji jedne od najvažnijih osoba u sportu djeteta te da je njihova uloga i dalje važna čak i kada dijete dosegne razinu vrhunskog sporta (Gould i sur., 2002) te da djeca roditelja koji su umjereno uključeni s najvećim entuzijazmom sudjeluju u sportu (Power i Woolger, 1994). Uzevši to u obzir može se zaključiti da reakcija roditelja u obliku izbjegavanja situacije i/ili traženja distrakcije kako bi se roditelj nosio sa stresom koji doživljava možda nije najbolja za dijete. S druge strane, ne treba zanemariti ni mogućnost da je roditeljima to način da budu umjereno, a ne previše uključeni. Prilikom edukacije roditelja i naglašavanja važnosti roditeljevog sudjelovanja u sportu svakako je važno posebnu pažnju posvetiti majkama kada se naglašava vrijednost i važnost uključenosti roditelja u sport djeteta. S druge strane, s obzirom na ranije

spomenute nekonzistentne nalaze u ovom području, važno je dodatno istražiti rodne razlike u strategijama suočavanja.

Zaključno, rezultati ovog istraživanja upućuju na to da je procjena *gubitaka* značajan pozitivan prediktor sve tri strategije suočavanja sa stresom. Navedeno bi značilo da roditelji koji u većoj mjeri stresore procjenjuju kao *gubitke* u većoj mjeri koriste sve tri ispitivane strategije suočavanja (*ventiliranje emocija, rješavanje problema* te *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*). Također, roditelji koji u većoj mjeri procjenjuju da imaju *kontrolu* nad situacijom u većoj mjeri koriste strategije suočavanja usmjerene na *rješavanje problema*, ali i na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Na temelju ovih nalaza općenito se može vidjeti da je procjena *gubitaka* osobito važna za aktivaciju suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša. Nadalje, očito je da oni odabiru strategije *rješavanje problema* te *izbjegavanja situacije i traženje distrakcije* uz prisutnu percepciju *kontrole* nad situacijom. Posebno je zanimljivo to što više odabiru *izbjegavanje i traženje distrakcije* kada percipiraju više razine *kontrole* nad situacijom što po dosadašnjoj literaturi nije tipično za takve situacije nego se više očekuje korištenje strategije suočavanja usmjerenu na *rješavanje problema* tj. situacije koja je bila stresna. Očito je da roditelji u ovom istraživanju odabiru i *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije* čak i kada percipiraju da imaju kontrolu nad situacijom, ali možda smatraju da *rješavanje problema* odnosno izravno djelovanje na stresor u tim situacijama nije prikladno. Svakako je u budućim istraživanjima potrebno ispitati razlikuju li se ovi obrasci s obzirom na vrstu stresora s kojima se susreću roditelji sportaša jer se u ovom istraživanju vrsta stresora pokazala značajnom odrednicom *rješavanja problema* te *izbjegavanja situacije i traženja distrakcije*. Također, dob djeteta kao i godine bavljenja sportom pokazali su se kao značajan prediktor korištenja strategije suočavanja *ventiliranje emocija* što je potrebno detaljnije istražiti, kao i rod roditelja koji se pokazao značajnim prediktorom strategije suočavanja usmjerene na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*.

#### **6.4. Prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece**

Četvrti problem na koji smo željeli odgovoriti ovim istraživanjem bio je ispitati prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece. Na temelju literature i rezultata prijašnjih istraživanja postavljene su hipoteze: (1) pozitivan prediktor ugodnih



emocija bit će procjena dobitaka, procjena percipirane kontrole i strategija rješavanja problema prilikom suočavanja sa stresorom, a negativan prediktor procjena gubitaka; (2) pozitivan prediktor neugodnih emocija bit će procjena gubitaka i strategija ventiliranja emocija prilikom suočavanja, a negativan prediktor bit će procjena percipirane kontrole i procjena dobitaka. Uvidom u rezultate može se zaključiti da su ove hipoteze djelomično potvrđene. Potvrđeno je da je procjena *dobitaka* pozitivan prediktor ugodnih emocija (*uzbuđenje, sreća*), a procjena *gubitaka* pokazala se kao značajan negativan prediktor samo kod emocije *sreće*. Nadalje, potvrđeno je da su procjena *gubitaka* i strategija suočavanja usmjerena na *ventiliranje emocija* pozitivni prediktori neugodnih emocija (*anksioznosti, ljutnje i utučenosti*), dok se procjena *dobitaka* pokazala kao značajan negativan prediktor samo kod emocija *ljutnje i utučenosti*. Navedene nalaze potrebno je detaljnije objasniti u kontekstu teorije i dosadašnjih istraživanja što će se učiniti u nastavku.

Vezano uz ugodne emocije, rezultati našeg istraživanja ukazuju na to da je procjena stresora kao *dobitaka* pozitivan prediktor emocija *uzbuđenja i sreće*, te da je procjena stresora kao *gubitaka* negativan prediktor emocije *sreće*. To bi značilo da roditelji koji u većoj mjeri situaciju procjenjuju kao *dobitak*, a u manjoj kao *gubitak* doživljavaju i više razine ugodnih emocija. Ovi rezultati u skladu su s postavljenim hipotezama koje se odnose na ugodne emocije. Dosadašnja literatura u području ukazuje na to da su procjene događaja kao izazova praćene ugodnim emocijama (Doron i Martinent, 2016; Folkman, 2008; Lazarus i Folkman, 1984; Nicholls, Polman i Levy, 2012) što potvrđuju i rezultati našeg istraživanja. Konkretno, za procjenu situacije kao izazova smatra se da je karakterizirana emocijama kao što su uzbuđenje i ushićenje (Lazarus i Folkman, 1984). Rezultati našeg istraživanja također idu u tom smjeru, samo što se u ovom istraživanju uz *uzbuđenje* pokazalo da i emocija *sreće* dolazi uz višu razinu procjene situacije kao *dobitaka*. Vezano uz procjenu gubitaka, istraživanja provedena u području sporta utvrdila su na negativnu povezanost procjene gubitaka s ugodnim emocijama (Doron i Martinent, 2016) što je u skladu s rezultatima našeg istraživanja. Na kraju je važno istaknuti da je jedino istraživanje provedeno na roditeljima sportaša u ovom kontekstu dobilo da su procjene stresora kao izazova izazvale više razine ugodnih emocija (*uzbuđenje i sreća*) u usporedbi s procjenama stresora kao štete i kao prijetnje (Harwood i sur., 2019). Iako je korištena drugačija metodologija, naši rezultati idu u istom smjeru.

Međutim, očekivanja vezana uz procjenu kontrole te strategije suočavanja nisu se potvrdila odnosno oni se u ovom istraživanju nisu pokazali kao značajni prediktori ugodnih

emocija. Vezano uz procjenu kontrole, istraživanja provedena na sportašima ukazuju na to da je percepcija kontrole pozitivno povezana s ugodnim emocijama (Nicholls, Polman i Levy, 2012). Iako navedeno nije potvrđeno u našem istraživanju percepciju kontrole potrebno je uključiti i u budućim istraživanjima kako bi se detaljnije ispitala priroda ovakvih nekonzistentnih rezultata te mogući medijacijski efekti. Vezano uz strategije suočavanja, u prijašnjim istraživanjima provedenim na sportašima dobivena je pozitivna povezanost između suočavanja usmjerenog na problem (aktivno suočavanje, planiranje, ulaganje truda i supresija ostalih aktivnosti) te suočavanja usmjerenog na zadatak (aktivno suočavanje/planiranje, povećanje truda, pozitivna reinterpretacija, traženje socijalne podrške i supresija ostalih aktivnosti) i ugodnih emocija (Britton i sur., 2019; Crocker i Graham, 1995; Doron i Martinent, 2016; Gaudreau i sur., 2002; Nicholls, Polman i Levy, 2012; Nicholls i sur., 2014; Thompson i sur., 2020). Također, dobiveno je i da su ugodne emocije negativno povezane s razmišljanjem o željama/sanjarenjem i isključivanjem (Crocker i Graham, 1995). U našem istraživanju strategije suočavanja nisu se pokazale kao značajan prediktor ugodnih emocija, ali važno je napomenuti da nisu sva prijašnja istraživanja dala jednoznačne nalaze. Doron i Martinent (2016) u svom su istraživanju dobili da je suočavanje usmjereno na zadatak pozitivan prediktor ugodnih emocija. Ntoumanis i Biddle (1998) potvrdili su da je suočavanje usmjereno na problem (supresija ostalih aktivnosti i strategije usmjerene na ulaganje truda) pozitivan prediktor ugodnih emocija. Međutim, u njihovom je istraživanju dobiveno da je suočavanje usmjereno na emocije (bihevioralno isključivanje i ventiliranje emocija) bilo povezano s višim razinama neugodnih i nižim razinama ugodnih emocija, traženje socijalne podrške predstavljalo je pozitivan prediktor i ugodnih i neugodnih emocija, a suočavanje usmjereno na distanciranje bilo je negativan prediktor neugodnih emocija. Kada su u obzir uzeli odvojene analize za pobjede i poraze, Doron i Martinent (2015) zaključuju da je suočavanje usmjereno na problem negativno povezano s neugodnim emocijama, dok je suočavanje usmjereno na emocije pozitivno povezano s ugodnim emocijama u mečevima u kojima su sudionice pobijedile. S druge strane, kod poraza je dobivena pozitivna povezanost između suočavanja usmjerenog na emocije i neugodnih emocija te negativna povezanost između suočavanja usmjerenog na problem i neugodnih emocija. Svakako su potrebna daljnja istraživanja da se utvrdi priroda ovih nekonzistentnosti. Moguće da se radi o tome jesu li emocije ispitane prije ili nakon suočavanja. Naime, ako se sudionike pita za emocije koje su doživljavali nakon suočavanja one su u tom slučaju odraz toga koliko je suočavanje bilo uspješno, a ne toga kako su početno procijenili stresor.

Nadalje, vezano uz neugodne emocije, u ovom istraživanju procjena stresa *gubitak* i suočavanje sa stresom putem *ventiliranja emocija* pokazali su se kao statistički značajni i pozitivni prediktori procjena emocije *anksioznosti*, *ljutnje* i *utučenosti*. Sudionici koji su situaciju u većoj mjeri procjenjivali kao *gubitak* te koji su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* doživljavali su više razine neugodnih emocija (*anksioznosti*, *ljutnje* i *utučenosti*). Nadalje, procjena stresora *dobitak* pokazala se kao negativni prediktor procjene emocija *ljutnje* i *utučenosti*. Konkretno, sudionici koji su u većoj mjeri stresore procjenjivali kao *dobitak* u manjoj su mjeri doživljavali emocije *utučenosti* i *ljutnje*.

Dosadašnja literatura u području ukazuje na to da su procjene događaja kao prijetnje i štete praćene neugodnim emocijama (Folkman, 2008; Lazarus i Folkman, 1984). Konkretno, procjena stresora kao prijetnje karakterizirana je emocijama kao što su strah, anksioznost i ljutnja (Lazarus i Folkman, 1984). Za procjenu stresne situacije kao štete smatra se da je praćena emocijama tuge i ljutnje (Folkman, 2008). Navedeno je potvrđeno i u našem istraživanju. I druga istraživanja provedena u području sporta utvrdila su pozitivnu povezanost procjene stresora kao prijetnje s neugodnim emocijama (Doron i Martinent, 2016; Nicholls, Polman i Levy, 2012). S druge strane, za procjenu stresora kao izazova pokazalo se da je negativno povezana s neugodnim emocijama (Doron i Martinent, 2016). Međutim, postoje istraživanja u kojima je utvrđena pozitivna korelacija između procjene stresora kao izazova i neugodnih emocija (Nicholls, Polman i Levy, 2012). Na sličan nalaz ukazuje i istraživanje koje su proveli Nicholls i suradnici (2011) gdje je dobiveno da izazov i korist (procjene stresora kao dobitaka) generiraju i ugodne (sreća, olakšanje, uzbuđenje), ali i neugodne (anksioznost, ljutnja, sram) emocije, dok su procjene štete i prijetnje (procjene stresora kao gubitaka) generirale neugodne emocije (anksioznost, ljutnja, krivnja). Ovdje je važno napomenuti da je do sada jedino istraživanje provedeno na roditeljima sportaša u ovom kontekstu pokazalo da, kada su stresori procijenjeni kao šteta roditelji doživljavaju više razine neugodnih emocija (utučenosti i ljutnje) u usporedbi s procjenama stresora kao izazova (Harwood i sur., 2019). Iako u našem istraživanju odnosi između procjena stresora i emocija nisu ispitivani na ovakav način, rezultati koji su dobiveni u ovom istraživanju idu u istom smjeru.

Vezano uz procjenu kontrole, istraživanja provedena na sportašima ukazuju na to da je percepcija kontrole negativno povezana s neugodnim emocijama (Britton i sur., 2019; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Navedeno nije potvrđeno u našem istraživanju gdje procjena *kontrole* nije bila značajan prediktor niti jedne od ispitivanih neugodnih emocija.

Naposljetku, u prijašnjim istraživanjima provedenim na sportašima dobiveno je da je suočavanje usmjereno na emocije (razmišljanje o željama/sanjanje, samookrivljanje, isključivanje, iskaljivanje emocija, humor), suočavanje usmjereno na traženje socijalne podrške (instrumentalne i emocionalne), suočavanje usmjereno na isključivanje te suočavanje usmjereno na traženje distrakcije pozitivno povezano s neugodnim emocijama (Britton i sur., 2019; Crocker i Graham, 1995; Doron i Martinent, 2016; Gaudreau i sur., 2002; Nicholls, Polman i Levy, 2012; Nicholls i sur., 2014; Thompson i sur., 2020). Rezultati našeg istraživanja također idu u tom smjeru jer su roditelji koji su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* izvijestili o tome da doživljavaju i više razine neugodnih emocija (*anksioznosti, ljutnje i utučenosti*) nakon suočavanja sa stresorom vezanim uz sport svog djeteta. Doron i Martinent (2016) u svom su istraživanju na sportašima dobili da je suočavanje usmjereno na isključivanje bilo pozitivan prediktor neugodnih emocija. Ako se uzme u obzir da je ventiliranje emocija strategija suočavanja koja se smješta pod suočavanje usmjereno na isključivanje, naši nalazi potvrđuju te rezultate. Međutim, kada su u obzir uzeli odvojene analize za pobjede i poraze, Doron i Martinent (2015) zaključuju da je suočavanje usmjereno na problem negativno povezano s neugodnim emocijama, dok je suočavanje usmjereno na emocije pozitivno povezano s ugodnim emocijama u mečevima u kojima su sudionice pobijedile. S druge strane, kod poraza je dobivena pozitivna povezanost između suočavanja usmjerenog na emocije i neugodnih emocija te negativna povezanost između suočavanja usmjerenog na problem i neugodnih emocija. Navedeno ukazuje na potrebu za daljnjim istraživanjem odnosa između emocija i strategija suočavanja jer je moguće da se taj odnos razlikuje s obzirom na to pita li se roditelje za to kako se suočavaju s različitim vrstama stresorima vezanim uz sport svog djeteta. Naposljetku, u ovom je kontekstu važno istaknuti rezultate koji su dobiveni u sklopu istraživanja koje su proveli Harwood i suradnici (2019), a koje je jedino do sada proučavalo odnose između emocija i strategija suočavanja roditelja djece sportaša. U tom je istraživanju dobiveno da su strategije suočavanja usmjerene na savladavanje korištene kada su roditelji izvijestili o umjerenim razinama anksioznosti, niskim razinama utučenosti i ljutnje te vrlo niskim razinama uzbuđenja i sreće, strategija suočavanja internalna regulacija korištena je za suočavanje sa stresorima kada su roditelji doživljavali umjerene razine anksioznosti, niske razine ljutnje i utučenosti te vrlo niske razine uzbuđenja i sreće, dok su oni roditelji koji su koristili strategiju suočavanje usmjerenu na povlačenje doživljavali viske razine anksioznosti, umjerene razine ljutnje i utučenosti te vrlo niske razine uzbuđenja i sreće (Harwood i sur., 2019). S obzirom na to da su u tom istraživanju koristili drugačije metode

obrade podataka od onih korištenih u ovom istraživanju, moguće je samo zaključiti da rezultati našeg istraživanja idu u istom smjeru kada se radi o strategiji suočavanja *ventiliranje emocija*. Ostale strategije suočavanja nisu se pokazale kao značajan prediktor niti ugodnih niti neugodnih emocija. Navedeni rezultati sugeriraju da što u većoj mjeri roditelji koriste strategiju suočavanja *ventiliranje emocija* to više razine neugodnih emocija doživljavaju. U literaturi je opisano da niska razina percipirane kontrole povećava razinu emocionalne uznemirenosti zbog čega suočavanje usmjereno na problem postaje limitirano pa osoba koristi strategije suočavanja usmjerene na emocije kako bi se nosila s tom emocionalnom uznemirenošću (Folkman i Lazarus, 1980). Odnosno, iz dosadašnje literature zna se da ljudi koriste između ostalog i ventiliranje emocija kao strategiju onda kada su jako emocionalno uznemireni jer im ta emocionalna uznemirenost na neki način smanjuje kapacitete za fokusiranje na rješavanje problema pa se osoba prvo fokusira na smirivanje emocija. Recentna istraživanja koja se bave proučavanjem nošenja s neugodnim emocijama, konkretno ljutnjom, sugeriraju da ventiliranje zaista nije adekvatna strategija za nošenje s neugodnim emocionalnim stanjima već da korištenje distrakcije dovodi do manjeg osjećaja ljutnje (Bushman, 2002). Naime, ideja o tome da je ventiliranje ljutnje poželjan način suočavanja s tom emocijom postoji već dulje vrijeme i široko je rasprostranjena u laičkim preporukama za nošenje s ljutnjom te često vidljiva na sportskim terenima. Te preporuke bazirane su na teoriji katarze u sklopu koje se ventiliranje ljutnje dovodi u vezu s poboljšanjem psihološkog stanja nakon korištenja te strategije. Ovu ideju predlagali su još Freud i Breuer krajem 1890tih te 1950tih godina, ali ona se vrlo brzo pokazala netočnom čim je uključena u prva znanstvena istraživanja (Bushman, 2002). Tako su već Green i Quany (1977) u svom pregledu dotadašnjih istraživanja zaključili da ventiliranje ljutnje ne smanjuje agresiju nego čini ljude još agresivnijima. S druge strane, Teorija kognitivne neosocijacije (eng. *Cognitive neoassociation theory*; Berkowitz, 1993), predlaže da ventiliranje pojačava emociju ljutnje i agresivna ponašanja kroz održavanje tih emocija u pamćenju i reaktiviranja agresivnih misli spremljenih u pamćenju. Kao što je ranije navedeno, strategija distrakcije može koristiti za smanjenje osjećaja ljutnje, ali neće nužno dovesti do smanjenja agresivnog ponašanja ako se osoba u njega upusti. Naime, istraživanja su pokazala da je grupa sudionika koja je koristila distrakciju doživljavala nižu razinu emocije ljutnje od grupe koja je razmišljala o osobi koja ih je razljutila (Bushman, 2002). Međutim, važno je istaknuti da se te dvije grupe nisu razlikovale u stupnju agresivnosti kada je od njih zatraženo da udaraju vreću dok razmišljaju ili o osobi koja ih je razljutila (ruminacija) ili o tome kako će postati tjelesno fit (distrakcija). Najboljom se pokazala kontrolna grupa u kojoj sudionici nisu

radili ništa. Govoreći u terminima strategija suočavanja korištenih u ovom istraživanju, strategije distrakcije, izbjegavanja situacije ili rješavanja problema potencijalno mogu predstavljati bolju alternativu iako se one u našem istraživanju nisu pokazali kao prediktori niti ugodnih niti neugodnih emocija. Njihovu ulogu svakako je važno detaljnije ispitati u budućim istraživanjima uzimajući u obzir i medijacijske efekte, ali i vrijeme kada su emocije mjerene u odnosu na stresni događaj. U našem slučaju emocije su mjerene kao ishod koji se događa nakon korištenja strategija suočavanja. Možda bi višekratno mjerenje emocija za vrijeme trajanja samih stresnih događaja dalo više odgovora na pitanje koja strategija suočavanja će rezultirati povoljnijim ishodima. Međutim, *ventiliranje emocija* nameće se kao potencijalno najmanje adekvatna strategija suočavanja.

Sukladno navedenom preporučuje se educirati roditelje o potencijalnoj štetnosti korištenja ove strategije suočavanja ne samo za njih osobno nego posredno i za njihovu djecu i sve ostale uključene u sport djeteta. Uz to, bilo bi dobro educirati roditelje i o važnosti procjene situacije kao *dobitka* u smislu gledanja situacije kao izazova te gledanja na situacije kao nešto što će potencijalno donijeti neku korist u budućnosti. Naime, naše je istraživanje ukazalo na to da roditelji sportaša koji u većoj mjeri tako gledaju na situaciju ujedno doživljavaju i niže razine neugodnih emocija (*ljutnje* i *utučenosti*) te više razine ugodnih emocija (*uzbuđenja* i *sreće*). Za razliku od takvog načina procjene stresne situacije, gledanje na situaciju kao potencijalnu prijetnju ili traženje u njoj štete koja se već dogodila u većoj mjeri dovodi i do više razine neugodnih emocija (*anksioznosti*, *ljutnje* i *utučenosti*) te niže razine ugodnih emocija (*sreće*), čak i nakon suočavanja. Lazarus (1999) u sklopu svoje CMRT teorije tvrdi da su emocije i stres međuzavisni te da stres, suočavanje i emocije predstavljaju proces koji treba proučavati zajedno. Pri tom navodi kako procjene stresne situacije utječu na emocije pri čemu svakako ne treba zanemariti i strategije suočavanja kao bitan aspekt procesa emocija i emocionalnog života pojedinca (Lazarus, 1999). Navedeni odnosi potvrđeni su u sklopu ovog istraživanja.

Naposljetku, kategorija *razvojni stresor* pokazala se kao statistički značajan i negativan prediktor *anksioznosti* što upućuje na to da je razina emocije *anksioznost* bila niža kod roditelja koji su procjenjivali emocije vezane uz *razvojne stresore* u odnosu na roditelje koji su davali procjene koje su vezane uz *organizacijske stresore*. Navedeno ukazuje na važnost uključivanja vrste stresora u buduća istraživanja. Nadalje, rod roditelja se pokazao kao značajni i pozitivni prediktor emocije *sreće*, ali i *anksioznosti* što upućuje na to da su majke izvještavale o višim

razinama emocije *sreće* i emocije *anksioznosti* u odnosu na očeve. Navedeno je u skladu s razlikama dobivenim u sklopu prvog problema te samo potvrđuje dobivene nalaze.

Važno je napomenuti da je dio dosadašnjih istraživanja, uključujući i ono koje su Harwood i suradnici (2019) proveli na roditeljima mladih tenisača, emocije ispitivalo u kontekstu emocija koje su se roditeljima javile nakon što su se susreli sa stresorom, dok je u našem istraživanju od roditelja zatraženo da se prisjete emocija koje su doživjeli nakon suočavanja sa stresorom. Uz to, u njihovom su istraživanju roditelji prvo procjenjivali stresore, zatim ispunjavali upitnik emocija te nakon toga navodili strategije suočavanja. Navedena razlika u metodologiji javlja se i kod istraživanja u kojima su sudjelovali sportaši, a to djelomično može objasniti i ponekad kontradiktorne nalaze koji su opisani u postojećoj literaturi. Konkretno, u svom istraživanju provedenom na sportašima Nicholls, Polman i Levy (2012) sudionicima su dali da ispune upitnik suočavanja sa stresom neposredno prije samog natjecanja, kao i upitnik emocija kojim su mjerili emocije sportaša prije događaja, dok su upitnik suočavanja i upitnik zadovoljstva izvedbom ispunjavali neposredno nakon natjecanja. S druge strane, Britton i suradnici (2019) od sudionika su tražili da stresore procjenjuju prije natjecanja, dok su emocije i suočavanje sa stresom ispitivali neposredno nakon natjecanja te su tražili od sudionika da se retrospektivno prisjete što su osjećali tijekom samog događaja i kako su se s događajem suočavali. Potencijalno rješenje leži u višekratnom ispitivanju emocija roditelja sportaša prije, za vrijeme i nakon suočavanja sa stresom, ali i procjena stresora i načina suočavanja koje se mogu mijenjati kroz proces. U ovom istraživanju to nije bilo moguće zbog pandemijskih uvjeta tijekom kojih je istraživanje bilo provedeno, no svakako bi bilo važno usmjeriti se u budućnosti na provedbu longitudinalnih istraživanja koja bi mogla rasvijetliti neke kontradiktorne nalaze u ovom području.

Naposljetku, važno je istaknuti da je iz rezultata svih višerazinskih regresijskih analiza vidljivo da je u testiranim modelima objašnjen relativno mali postotak varijance te da su dobiveni  $\beta$  ponderi male do umjerene veličine. Pri tome je posebno važno naglasiti da su fiksni faktori korišteni u modelu objasnili mali dio ukupne varijance. Zbog toga je važno u budućim istraživanjima uključiti i ostala obilježja stresora te druge osobne faktore koji bi mogli doprinijeti većem postotku objašnjenja varijance nego što je to dobiveno u ovom istraživanju.

## 7. ZNANSTVENI DOPRINOS

Sudjelovanje djeteta u sportskim aktivnostima može biti značajan izvor stresa za njegove roditelje (Harwood i Knight, 2009a; 2009b; Harwood i sur., 2019). Bez obzira na to, tek se manji broj istraživanja bavio ispitivanjem stresa roditelja sportaša, a sva postojeća istraživanja provedena su samo u kontekstu tri sporta: tenis (Harwood i sur., 2019; Harwood i Knight, 2009a,b), gimnastika (Burgess i sur., 2016) i nogomet (Harwood i sur., 2010). Svih pet navedenih istraživanja provedeno je na području Velike Britanije i sva su za identifikaciju stresora koristila kvalitativne metode. Dva istraživanja za prikupljanje podataka koristila su upitnike (Harwood i Knight, 2009a; Harwood i sur., 2019) što je i metodologija koja se koristila u ovom istraživanju. Ovo istraživanje stoga predstavlja značajan korak naprijed u području istraživanja stresa roditelja sportaša jer predstavlja prvo takvo istraživanje provedeno u RH te svakako jedno od rijetkih provedenih izvan područja Velike Britanije. Također, ovo istraživanje prvo je istraživanje koje je ispitivalo stres s kojim se suočavaju roditelji djece koja se bave borilačkim sportovima i prvo koje je uključilo roditelje iz više sportova.

Važnost procjene stresora prepoznata je i opisana u teorijama (Lazarus, 1991, 1999, 2000; Lazarus i Folkman, 1984), te je predmet brojnih istraživanja (npr. Dugdale i sur., 2002; Gomes i sur., , 2013; Kessler, 1998; Peacock i Wong, 1990; Schneider, 2008) na temelju kojih je moguće zaključiti da postoje različiti načini mjerenja primarnih i sekundarnih procjena stresora te da još uvijek ne postoji konsenzus oko najprikladnijeg upitnika za korištenje u kontekstu sporta. Do sad je samo jedno istraživanje (Harwood i sur., 2019) ispitivalo procjene stresora roditelja sportaša, a ono se fokusiralo isključivo na primarne procjene. Pri tome je u navedenom istraživanju korišten kategorijalni pristup u kojem su sudionici birali jednu od 4 predložene kategorije. Kako bi se detaljnije istražilo ovo područje potrebno je provesti više istraživanja kojima bi se ispitivale primarne, ali i sekundarne procjene stresora roditelja sportaša iz različitih sportova. Zbog toga je ovo istraživanje u obzir uzelo kategorije primarne procjene stresora korištene u istraživanju Harwooda i suradnika (2019), ali i sekundarne procjene stresora te ih povezano s emocijama i strategijama suočavanja roditelja sportaša što je pristup koja do sada nije bio korišten ni u jednom istraživanju stresa roditelja sportaša, a koja je logična s obzirom na teorijske konstrukte u području (Lazarus, 1991, 1999, 2000; Lazarus i Folkman, 1984). Smatramo kako ovaj metodološki iskorak nudi bolji i potpuniji uvid u doživljaj stresa.



Nadalje, iz literature je evidentno da su do sada su provedena samo tri istraživanja koja su se bavila načinima suočavanja roditelja sportaša (Burgess i sur., 2016; Harwood i sur., 2019; Neely i sur., 2017). Sva tri provedena istraživanja su koristila kvalitativnu metodologiju: polustrukturirani intervju (Burgess i sur., 2016; Neely i sur., 2017) i pitanje otvorenog tipa (Harwood i sur., 2019). Iako postoje brojna istraživanja načina suočavanja drugih sudionika u sportskom kontekstu (npr. Britton i sur., 2019; Didymus, 2017; Nicholls i sur., 2005) metode koje se u njima koriste vrlo su različite te ne postoji konsenzus oko najprikladnije. Postoji više upitnika koji su osmišljeni za mjerenje načina suočavanja sa stresom, kako općenito tako i unutar sportskog konteksta, ali niti jedan od njih do sada nije korišten na uzorku roditelja sportaša. Zaključno, s obzirom na to da trenutno ne postoji upitnik koji bi bio prikladan za istraživanje stresa roditelja sportaša, a da novija istraživanja (Harwood i sur., 2019) koriste podjelu načina suočavanja predloženu od strane Nichollsa i suradnika (2016), sljedeći logični korak je konstruirati upitnik načina suočavanja temeljen na predloženoj podjeli te na načinima suočavanja dobivenim iz kvalitativnih podataka u dosadašnjim istraživanjima. Upravo to je učinjeno u sklopu ovog istraživanja te je dobiven upitnik suočavanja sa stresom stabilne faktorske strukture koji se potencijalno može koristiti i na drugim populacijama, ne samo na roditeljima sportaša. Naime, iako temeljen na dosadašnjim istraživanjima u kontekstu sporta, konačna verzija upitnika sadržajno mjeri općenito suočavanje sa stresom te vjerujemo da se može pokazati iznimno korisnim za istraživanje suočavanja sa stresom na općoj populaciji. Uz to, važno je naglasiti da faktorska struktura dobivenog upitnika odgovara osnovnim postulatima *Transakcijske teorije stresa* (Lazarus i Folkman, 1984) što ga uz njegovu kratku formu čini potencijalno vrijednim i praktičnim mjernim instrumentom. Također, u ovom su istraživanju prevedena i validirana dva upitnika koja do sad nisu bila korištena na hrvatskim sudionicima. Uz to, upitnici vezani za procjenu stresora prilagođeni su uzorku roditelja sportaša na kojem do sada takvi upitnici nisu bili primjenjivani.

Također, do sada je provedeno samo jedno istraživanje koje se bavilo emocijama koje doživljavaju roditelji sportaša u kontekstu različitih vrsta stresora i njihove procjene (Harwood i sur., 2019). Naše istraživanje prvo je takvo istraživanje na roditeljima sportaša koje je proučavalo odnose emocionalnog odgovora na stresnu situaciju, procjene stresora i načina suočavanja sa stresom, ali i prvo istraživanje uopće na roditeljima sportaša koje je u obzir uzelo sekundarnu procjenu stresora. Lazarus (1999) unutar svoje CMRT teorije emocija predstavlja ideju da stres, suočavanje i emocije predstavljaju cjelinu koju treba proučavati zajedno, kao

proces, pri čemu su način na koji procjenjujemo događaje i strategije suočavanja koje koristimo ključni u određivanju naših emocionalnih reakcija.

Nadalje, do sada se niti jedno istraživanje nije bavilo ispitivanjem rodni razlika u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresorima i emocijama koje se javljaju kao reakcija na stresne situacije kod roditelja sportaša iako su te razlike pronađene u nekim istraživanjima provedenim na sportašicama i sportašima (Crocker i Graham, 1995; Goyen i Anshel, 1998; Nicholls i sur., 2007). Ovo je istraživanje doprinijelo postojećoj literaturi u razumijevanju kako se proces procjene stresora, suočavanja i emocionalnih reakcija razlikuje s obzirom na rod roditelja sportaša.

Naposljetku, ovo je istraživanje prvo i za sada jedino provedeno u kontekstu Covid-19 pandemije, a koje se bavilo ispitivanjem stresa roditelja sportaša. Navedeno je omogućilo uvid u stresore roditelja s kojima su se suočavali u tom periodu. Važan je nalaz i spoznaja da pandemijski uvjeti nisu u većoj mjeri promijenili doživljaj stresa roditelja sportaša, odnosno da pandemija nije predstavljala značajan izvor stresa kada su razmišljali o svom djetetu u kontekstu sporta. Moguće je da su uobičajeni stresori vezani uz sport roditeljima „zasjenili“ te pandemijske stresore što govori o važnosti i izraženosti tih stresora općenito. Također, moguće je da su se roditelji dominantno prisjećali situacija i natjecanja od prije pandemije jer je treninga i natjecanja za vrijeme pandemije bilo manje te je u tim uvjetima roditeljima bio ograničen pristup sportskim događajima.

## 8. OGRANIČENJA ISTRAŽIVANJA I PREPORUKE ZA BUDUĆA ISTRAŽIVANJA

Provedeno istraživanje treba analizirati i kroz nekolicinu ograničenja koja bi trebalo razmotriti u kontekstu analize rezultata, ali i planiranja istraživanja u budućnosti. Najveće ograničenje postojećeg istraživanja predstavlja metoda u kojoj su podaci vezani uz stresore, procjene stresora, strategije suočavanja i emocije roditelja prikupljeni u istoj vremenskoj točki. S obzirom na to da su se stresori za koje su roditelji ispunjavali upitnike već dogodili ili se trenutno događaju, emocije, procjene i strategije suočavanja ispitani u jednoj točki mogu predstavljati kombinaciju različitih emocija, procjena i strategija koje su koristili. Buduća longitudinalna istraživanja u kojima bi se roditelje pratilo kroz dulji vremenski period ili kroz kraći vremenski period, ali tijekom samog natjecanja (npr. prije, za vrijeme i poslije natjecanja) pomogla bi prikazati jasniju sliku o međudnosu ovih varijabli u različitim točkama doživljavanja i suočavanja sa stresorom. Ograničenje ovog istraživanja predstavlja i manji broj sudionika, iako taj broj predstavlja jedan od najvećih u dosadašnjim istraživanjima provedenim na roditeljima sportaša. Tu svakako u obzir treba uzeti činjenicu da je broj stanovnika, a time i broj sportaša u RH manji nego u nekim drugim državama u kojima su provedena slična istraživanja (npr. Velika Britanija). Također, broj sportaša koji se bave tenisom ili nogometom u Velikoj Britaniji vjerojatno je veći od broja sportaša koji se u RH bave borilačkim sportovima. Drugim riječima, naše je istraživanje zahvatilo proporcionalno veći udio roditelja sportaša od svih dosadašnjih istraživanja u ovom području, no radi veće statističke snage potrebne za određene analize buduća bi istraživanja trebalo provesti na još većim uzorcima. Zbog toga se sugerira da se u budućim istraživanjima osmisli pristup koji bi motivirao i osigurao sudjelovanje većeg broja sudionika. Radionica koja je ponuđena u sklopu ovog istraživanja predstavlja korak u dobrom smjeru, ali nije predstavljala dovoljan motiv da se veći broj sudionika uključi u istraživanje. Razlog manjeg broja sudionika može se potražiti i u duljini upitnika te se svakako preporučuje u budućim istraživanjima koristiti kraće mjerne instrumente, što je ovim istraživanjem i omogućeno.

U sklopu ovog istraživanja prvi je puta primijenjen *Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša*, koji je i kreiran za potrebe ovog istraživanja. Također, prvi puta su ispitane metrijske karakteristike *Upitnika emocija u sportu* i *Upitnika suočavanja sa stresom*, koji je i modificiran za potrebe ovog istraživanja. Navedeno bi trebalo provjeriti i na drugim uzorcima te bi svakako trebalo dodatno ispitati valjanost *Upitnika suočavanja sa stresom*

*roditelja djece sportaša*. Iako faktorska struktura dobivena u sklopu ovog istraživanja ukazuje na tri strategije suočavanja mjerene svaka s po tri čestice te je ista dobivena na uzorku roditelja iz različitih sportova i kasnije potvrđena na uzorku roditelja borilačkih sportova, daljnja istraživanja potrebna su kako bi se utvrdila valjanost tog mjernog instrumenta.

Uz navedeno, buduća bi istraživanja u ovom području trebala dodatno pojasniti nekonzistentnosti koje se u literaturi javljaju vezano uz razlike u procjeni stresora, suočavanju sa stresom i emocijama koje pojedinci doživljavaju nakon što su se susreli sa stresorom. Tako se preporučuje u budućim istraživanjima u kojima bi sudjelovali roditelji sportaša u obzir uzeti i kategorije stresora na razini generalnih kategorija (npr. natjecateljski, razvojni i organizacijski), ali i na nižim razinama. Također, korisno bi bilo ispitati razlikuju li se procjene, emocije i strategije suočavanja majki i očeva kada ih se pita da procjenjuju konkretan stresor u odnosu na situaciju kada ih se pita da analiziraju stresore, načine suočavanja s njima i svoje emocionalne reakcije općenito kada se suočavaju sa stresorima.

Jedno od ograničenja ovog istraživanja je i uzorak koji čine samo roditelji sportaša koji se bave borilačkim sportovima u RH što onemogućava generalizaciju nalaza na roditelje ostalih sportaša i na roditelje izvan RH. Iako je takva praksa uobičajena u istraživanjima stresa roditelja sportaša, buduća istraživanja mogla bi se usmjeriti na uključivanje većeg broja sportova te roditelja iz različitih kultura. Svakako se preporučuje nastavak istraživanja izvan područja Velike Britanije kako bi se ispitivani fenomeni mogli istražiti i u kontekstima drugih kultura, ali i sportova budući da su dosadašnja istraživanja obuhvatila tek mali broj dominantno individualnih sportova. Bilo bi korisno u kontekstu strategija suočavanja ispitati i efikasnost suočavanja koja se već ranije ispitivala u kontekstu sporta (Nicholls i sur., 2015), ali i vezano uz strategije suočavanja roditelja sportaša (Harwood i sur., 2019). Naposljetku, najveći korak naprijed u ispitivanju odnosa između svih elemenata procesa stresa i suočavanja s njim bilo bi istraživanje koje bi se provodilo za vrijeme samog događaja, kao što je to već ranije ispitivano na uzorku sportaša (npr. Britton i sur., 2019; Nicholls, Polman i Levy, 2012). Jedno takvo istraživanje već je provedeno na jednom paru roditelja sportaša (Prosoli i sur., 2021) te se sugerira da se ta metoda u budućim istraživanjima primijeni na većem uzorku roditelja sportaša. Za stresore koji nisu povezani s natjecanjima korisno bi bilo roditelje pratiti kroz dulji vremenski period te od njih tražiti da ispunjavaju dnevnik stresora, kao što je to već ranije ispitivano na uzorku sportaša (npr. Didymus i Fletcher, 2012; Hanton i sur., 2012).

Također, u buduća istraživanja bilo bi korisno uključiti ne samo roditelje nego i djecu te njihove trenere kako bi se ispitala percepcija svih uključenih strana i tema zahvatila iz različitih perspektiva. Uz to, bilo bi korisno ispitati dijadno suočavanje na relaciji dijete-roditelj, ali i roditelj-trener što još do sad nije bilo istraženo u kontekstu sporta. Kako su sportska okruženja vrlo specifična, ne samo kada govorimo o individualnim i grupnim sportovima nego i o svakom sportu pojedinačno, potrebno je u istraživanja roditelja djece sportaša uključiti sudionike iz različitih sportova te izraditi upute i smjernice za specifična sportska okruženja koje bi se odnosile na sport u Hrvatskoj i uzimali u obzir specifičnosti razvojnih faza u kojima se sportaši nalaze. Naime, prijašnja su istraživanja ukazala na to da roditelji sportaša doživljavaju donekle različite stresore s obzirom na to u kojoj se fazi sportskog razvoja nalaze njihova djeca (Harwood i Knight, 2009b). Zbog toga bi u budućim istraživanjima svakako u obzir trebalo uzeti i ovu varijablu. Osim toga, korisno bi bilo ispitati i kako se stresori, njihova procjena, načini suočavanja te emocije koje roditelji doživljavaju razlikuju s obzirom na spol djeteta što nije ispitano u sklopu ovog istraživanja.

Literatura u području već neko vrijeme sugerira kako roditeljima treba omogućiti edukaciju i podršku vezanu uz sport kojim se njihovo dijete bavi (Thrower i sur., 2016, 2017, 2018), a sve s ciljem poboljšanja iskustava i omogućavanja njihove adekvatne uključenosti. Prema tome, bilo bi izuzetno korisno u budućim istraživanjima detaljnije ispitati postoji li potreba za edukacijom roditelja hrvatskih sportaša u borilačkim sportovima te, ukoliko postoji, u kojim konkretnim područjima i kako se ona mijenja s obzirom na razvoj djeteta sportaša. Iz navedenog istraživanja dalje bi se mogle kreirati konkretne smjernice koje bi uključivale različite sportske kontekste (treninzi, prije natjecanja, za vrijeme natjecanja, poslije natjecanja) i razvojne faze sportaša. Istraživači u području čak sugeriraju i da se ovakva istraživanja provode u kontekstu jednog konkretnog sporta (Thrower i sur., 2016) kako bi se što detaljnije ispitala specifične potrebe za edukacijom.

U ovom kontekstu važno je naglasiti da su prijašnja istraživanja ukazala na razlike u roditeljskim stilovima i ponašanjima oca i majke, te ukazala na prisutnost određene nedosljednosti u ponašanjima roditelja u različitim situacijama (Holt i sur., 2009). Prema tome, može se zaključiti kako nije svejedno kojeg se roditelja ispituje, jesu li oba roditelja usklađena u stilu roditeljstva te tko ima veći autoritet kod djeteta, ali i veću povezanost s djetetom i količinu angažmana u djetetovom sportu. U našem istraživanju parovi majka-otac nisu uzeti u obzir te je svaki sudionik u analizu uključen zasebno. Preporučuje se u budućim istraživanjima

uključiti i majku i oca istog djeteta te ispitati njihove stilove roditeljstva u kontekstu njihovih reakcija na stresnu situaciju s kojom se susreću u sportu svog djeteta. Također, prijašnja istraživanja ukazala su na to da roditelji počinju koristiti više podržavajući stil roditeljstva nakon što dijete pokaže da preuzima odgovornost za svoje ponašanje (Holt i sur., 2009). Prema tome se može zaključiti da nije svejedno u kojoj je dijete fazi sportskog razvoja jer će možda sazrijevanjem i preuzimanjem odgovornosti i roditelji odabrati prikladniji stil te sukladno tome i mijenjati svoja ponašanja. Uz to, rezultati prijašnjih istraživanja (Dorsch i sur., 2009) ukazuju na to da se zahtjevi i očekivanja od roditelja povećavaju s porastom dobi djeteta tj. prelascima u više rangove natjecanja, da roditelji s malo ili nimalo sportskog iskustva doživljavaju veće promjene, da postoje razlike u promjenama koje su roditelji doživjeli ovisno o temperamentu djeteta te da su promjene koje doživljavaju manje u većim zajednicama koje su više usmjerene na sport. Navedene varijable bilo bi korisno uključiti u buduća istraživanja.

Naposljetku, važno je napomenuti da su dobiveni beta koeficijenti u ovom istraživanju mali do srednji te da bi u budućim istraživanjima svakako trebalo uključiti i ostale varijable koje nisu uključene u ovo istraživanje kao što su npr. ličnost, situacijski aspekti vezani uz stresore itd.

## 9. ZAKLJUČAK

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati psihološki stres i strategije suočavanja roditelja djece koja se bave borilačkim sportovima. U okviru prvog istraživačkog problema ispitani su stresori koje doživljavaju roditelji djece koja se bave borilačkim sportovima vezano uz sportski razvoj svoje djece. Dobiveni rezultati potvrđuju nalaze dosadašnjih istraživanja u području da roditelji sportaša doživljavaju brojne natjecateljske, organizacijske i razvojne stresore. Ovim istraživanjem potvrđena je do sad ustanovljena konzistentnost sličnih nalaza u kontekstima različitih sportova. Najčešće spominjana generalna dimenzija stresora bili su organizacijski stresori, u sklopu kojih je najčešće spominjana kategorija višeg reda bila ozljeda. Naime, više od 25 posto odgovora sudionika bilo je na neki način povezano s ozljedama što je jedinstven nalaz u dosadašnjoj literaturi u području, a vjerojatno je posljedica odabira uzorka i sportova koji su obuhvaćeni ovim istraživanjem.

U okviru drugog istraživačkog problema ispitane su rodne razlike u procjenama stresora, načinima suočavanja sa stresom i doživljenim emocijama roditelja sportaša. U ovom istraživanju nisu dobivene statistički značajne razlike između majki i očeva djece sportaša u načinima na koji procjenjuju stresore, kao ni u strategijama suočavanja koje koriste u suočavanju sa stresorima vezanim uz sport svoje djece čime nisu potvrđene postavljene hipoteze. S druge strane, u ovom je istraživanju dobivena razlika u emocijama koje doživljavaju majke i očevi mladih sportaša nakon suočavanja sa stresorom pri čemu su majke doživljavale više razine *anksioznosti*, *uzbuđenja* i *sreće* u odnosu na očeve. Ovaj rezultat djelomično je u skladu s postojećom hipotezom u sklopu koje je pretpostavljeno da će majke doživljavati više razine neugodnih emocija, ali i niže razine ugodnih emocijama.

U okviru trećeg istraživačkog problema ispitana je prediktivnost procjena stresora za načine suočavanja sa stresorima koje koriste roditelji sportaša. Rezultati ovog istraživanja ukazuju na to da su procjena *kontrole* i procjena *gubitka* pozitivni prediktori strategije suočavanja *rješavanje problema*. Sudionici koji su procjenjivali da imaju višu razinu kontrole nad situacijom i koji su procjenjivali stresnu situaciju u većoj mjeri kao gubitak više su koristili strategiju suočavanja usmjerenu na rješavanje problema. Navedeni rezultati djelomično su u skladu s postavljenom hipotezom. Nadalje, rezultati ovog istraživanja pokazali su da se procjena *gubitaka* jedina pokazala kao značajan i pozitivan prediktor strategije suočavanja *ventiliranje emocija*. Konkretno, sudionici koji su procjenjivali stresore u većoj mjeri kao gubitke u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na ventiliranje emocija. Ovim

nalazom potvrđen je dio postavljene hipoteze u kojoj se očekivalo da će pozitivan prediktor suočavanja usmjerenog na ventiliranje emocija biti procjena gubitaka. Nadalje, potvrđena je i pretpostavka da će procjena *gubitaka* biti pozitivan prediktor strategije suočavanja usmjerene na *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Konkretno, sudionici koji su u većoj mjeri situaciju procjenjivali kao gubitak u većoj su mjeri koristili strategiju suočavanja usmjerenu na izbjegavanje situacije i traženje distrakcije. Naposljetku, procjene *kontrole* pokazale su se kao pozitivan prediktor strategije suočavanja *izbjegavanje situacije i traženje distrakcije*. Sudionici koji su percipirali da nad stresnom situacijom imaju više kontrole ujedno su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja izbjegavanje situacije i traženje distrakcije što je suprotno od postavljene hipoteze. Nadalje, procjena *kontrole* nije se pokazala kao značajan prediktor strategije suočavanja *ventiliranje emocija* čime nije potvrđena postavljena hipoteza da će razina percipirane kontrole biti negativan prediktor ove dvije vrste suočavanja.

U okviru četvrtog problema ispitana je prediktivnost procjena stresora i načina suočavanja za ugodne i neugodne emocije koje roditelji sportaša doživljavaju kao reakciju na stresore vezane za sport svoje djece. Vezano uz ugodne emocije, rezultati našeg istraživanja ukazuju na to da je procjena stresora kao *dobitaka* pozitivan prediktor emocija *uzbuđenja* i *sreće*, te da je procjena stresora kao gubitaka negativan prediktor emocije *sreće*. Ovi rezultati u skladu su s postavljenim hipotezama koje se odnose na ugodne emocije. Međutim, očekivanja vezana uz procjenu kontrole te strategije suočavanja nisu se potvrdila odnosno oni se u ovom istraživanju nisu pokazali kao značajni prediktori ugodnih emocija. Nadalje, vezano uz neugodne emocije, procjena stresa *gubitak* i suočavanje sa stresom putem *ventiliranja emocija* pokazali su se kao statistički značajni i pozitivni prediktori procjena emocije *anksioznosti*, *ljutnje* i *utučenosti*. Sudionici koji su situaciju u većoj mjeri procjenjivali kao gubitak te koji su u većoj mjeri koristili strategiju suočavanja ventiliranje emocija doživljavali su više razine neugodnih emocija (anksioznosti, ljutnje i utučenosti). Nadalje, procjena stresora *dobitak* pokazala se kao negativni prediktor procjene emocija *ljutnje* i *utučenosti*. Konkretno, sudionici koji su u većoj mjeri stresore procjenjivali kao dobitak u manjoj su mjeri doživljavali emocije utučenosti i ljutnje. Procjena *kontrole* nije bila značajan prediktor niti jedne od ispitivanih neugodnih emocija.



## 10. LITERATURA

- Almeida, D. M. i Kessler, R. C. (1998). Everyday stressors and gender differences in daily distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 670–680. doi:10.1037/0022-3514.75.3.670
- Amiot, C. E., Gaudreau, P. i Blanchard, C. M. (2004). Self-determination, coping, and goal attainment in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(3), 396–411. doi:10.1123/jsep.26.3.396
- Anshel, M. H. i Kaissidis, A. N. (1997). Coping style and situational appraisals as predictors of coping strategies following stressful events in sport as a function of gender and skill level. *British Journal of Psychology*, 88(2), 263–276. doi: 10.1111/j.2044-8295.1997.tb02634.x
- Arnold, R. i Fletcher, D. (2015). Confirmatory factor analysis of the sport emotion questionnaire in organisational environments. *Journal of Sports Sciences*, 33(2), 169–179. doi:10.1080/02640414.2014.955520
- Ayers, T. S., Sandier, I. N., West, S. G. i Roosa, M. W. (1996). A dispositional and situational assessment of children's coping: testing alternative models of coping. *Journal of Personality*, 64(4), 923–958. doi:10.1111/j.1467-6494.1996.tb00949.x
- Averill, P. M. i Power, T. G. (1995). Parental attitudes and children's experiences in soccer: Correlates of effort and enjoyment. *International Journal of Behavioral Development*, 18(2), 263–276. doi:10.1177/016502549501800205
- Balyi, I., Way, R. i Higgs, C. (2013). *Long-term athlete development*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bates, D., Maechler, M., Bolker, B. i Walker, S. (2015). Fitting linear mixed-effects models using lme4. *Journal of Statistical Software*, 67, 1–48. doi:10.18637/jss.v067.i01
- Bebetsos, E. i Antoniou, P. (2003). Psychological skills of Greek badminton athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 97(3), 1289–1296. doi:10.2466/pms.2003.97.3f.1289
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Ben-Zur, H. i Zeidner, M. (1996). Gender differences in coping reactions under community crisis and daily routine conditions. *Personality and Individual Differences*, 20(3), 331–340. doi:10.1016/0191-8869(95)00173-5
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238–246. doi:10.1037/0033-2909.107.2.238
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: its causes, consequences and control*. New York: McGraw-Hill.
- Bloom, B.S. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine Books.

- Brdar, I. i Anić, P. (2010). Životni ciljevi, orijentacije prema sreći i psihološke potrebe adolescenata: Koji je najbolji put do sreće? *Psihologijske teme*, 19(1), 169-187.
- Britton, D. M., Kavanagh, E. J. i Polman, R. C. J. (2019). A path analysis of adolescent athletes' perceived stress reactivity, competition appraisals, emotions, coping, and performance satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 10. doi: 10.3389/fpsyg.2019.01151
- Byrne, A. (1993). Sport: it's a family affair. U M. Lee (Ur.), *Coaching children in sport* (str. 39–47). London: E & FN SPON.
- Burgess, N. S., Knight, C. J. i Mellalieu, S. D. (2016). Parental stress and coping in elite youth gymnastics: An interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 8(3), 237–256. doi: 10.1080/2159676X.2015.1134633
- Bushman, B. J. (2002). Does venting anger feed or extinguish the flame? Catharsis, rumination, distraction, anger, and aggressive responding. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(6), 724-731. doi: 10.1177/014616720228900
- Calvano, C., Engelke, L., Di Bella, J., Kindermann, J., Renneberg, B. i Winter, S. M. (2022). Families in the COVID-19 pandemic: Parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences—results of a representative survey in Germany. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 31, 1043-1055. doi: 10.1007/s00787-021-01739-0
- Cameron, P. (1975). Mood as an indicant of happiness: Age, sex, social class, and situational differences. *Journal of Gerontology*, 30(2), 216- 224. doi:10.1093/geronj/30.2.216
- Campbell, E. i Jones, G. (2002). Cognitive appraisal of sources of stress experienced by elite male wheelchair basketball players. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(1), 100–108. doi: 10.1123/apaq.19.1.100
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol' 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
- Connor-Smith, J. K., Compas, B. E., Wadsworth, M. E., Thomsen, A. H. i Saltzman, H. (2000). Responses to stress in adolescence: Measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(6), 976-992. doi:10.1037/0022-006x.68.6.976
- Côtè, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13, 395–417. doi: 10.1123/tsp.13.4.395
- Côtè, J. i Hay, J. (2002). Children's involvement in sport: A developmental perspective. U J. M. Silva i D. E. Stevens (Ur.), *Psychological foundations of sport* (str. 484–502). Boston, MA: Allyn and Bacon.

- Crawford, J. R. i Henry, J. D. (2004). The positive and negative affect schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(3), 245–265. doi:10.1348/0144665031752934
- Crocker, P. R. E. i Graham, T. R. (1995). Coping by competitive athletes with performance stress: Gender differences and relationships with affect. *The Sport Psychologist*, 9(3), 325–338. doi: 10.1123/tsp.9.3.325
- Darling, N. i Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. doi:10.1037/0033-2909.113.3.487
- Deci, E. L. i Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Del Vecchio, F. B., Farias, C. B., De Leon, R. C., Rocha, A. C. C. A., Galliano, L. M. i Coswig, V. S. (2018). Injuries in martial arts and combat sports: prevalence, characteristics and mechanisms. *Science and Sports*, 33(3), 158-163. doi: 10.1016/j.scispo.2018.02.003
- Didymus, F. F. (2017). Olympic and international level sports coaches' experiences of stressors, appraisals, and coping. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(2), 214–232. doi: 10.1080/2159676X.2016.1261364
- Didymus, F. F. i Fletcher, D. (2012). Getting to the heart of the matter: A diary study of swimmers' appraisals of organisational stressors. *Journal of Sports Sciences*, 30(13), 1375–1385. doi:10.1080/02640414.2012.709263
- Doron, J. i Gaudreau, P. (2014). A point-by-point analysis of performance in a fencing match: Psychological processes associated with winning and losing streaks. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(1), 3–13. doi:10.1123/jsep.2013-0043
- Doron, J. i Martinent, G. (2015). Trajectories of psychological states of women elite fencers during the final stages of international matches. *Journal of Sports Sciences*, 34(9), 836–842. doi: 10.1080/02640414.2015.1075056
- Doron, J. i Martinent, G. (2016). Appraisal, coping, emotion, and performance during elite fencing matches: A random coefficient regression model approach. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 27(9), 1015–1025. doi: 10.1111/sms.12711
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., i McDonough, M. H. (2009). Parents' perceptions of child-to-parent socialization in organized youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(4), 444-468. doi: 10.1123/jsep.31.4.444
- Dugdale, J. R., Eklund, R. C. i Gordon, S. (2002). Expected and unexpected stressors in major international competition: Appraisal, coping, and performance. *The Sport Psychologist*, 16(1), 20–33. doi: 10.1123/tsp.16.1.20
- Durak, M. i Senol-Durak, E. (2013). The development and psychometric properties of the Turkish version of the Stress appraisal measure. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(1), 64-71. doi: 10.1027/1015-5759/a000079

- Ericsson, K. A., Krampe, R. T. i Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, *100*(3), 363–406. doi: 10.1037/0033-295X.100.3.363
- Evans, M. B., Hoar, S. D., Gebotys, R. J. i Marchesin, C. A. (2013). Endurance athletes' coping function use during competitive suffering episodes. *European Journal of Sport Science*, *14*(4), 368–375. doi:10.1080/17461391.2013.832803
- Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. *Anxiety, Stress, and Coping: An International Journal*, *21*(1), 3-14. doi: 10.1080/10615800701740457
- Folkman, S. (1992). Making the case for coping. U B. N. Carpenter (Ur.), *Personal coping: Theory, research and application* (str. 31-46). Westport, CT: Praeger.
- Folkman, S. i Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, *21*(3), 219-239. doi:10.2307/2136617
- Folkman, S. i Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, *48*(1), 150–170. doi:10.1037/0022-3514.48.1.150
- Folkman, S. i Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(3), 466–475. doi: 10.1037/0022-3514.54.3.466
- 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
- Fujita, F., Diener, E. i Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(3), 427–434. doi:10.1037/0022-3514.61.3.427
- García-Fernández, L., Romero-Ferreiro, V., Padilla, S., David López-Roldán, P., Monzó-García, M. i Rodriguez-Jimenez, R. (2021). Gender differences in emotional response to the COVID-19 outbreak in Spain. *Brain and behavior*, *11*(1), e01934. doi: 10.1002/brb3.1934
- Gaudreau, P. i Antl, S. (2008). Athletes' broad dimensions of dispositional perfectionism: Examining changes in life satisfaction and the mediating role of sport-related motivation and coping. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *30*(3), 356–382. doi: 10.1123/jsep.30.3.356
- Gaudreau, P. i Blondin, J.-P. (2002). Development of a questionnaire for the assessment of coping strategies employed by athletes in competitive sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, *3*(1), 1–34. doi: 10.1016/S1469-0292(01)00017-6
- Gaudreau, P. i Blondin, J.-P. (2004). Different athletes cope differently during a sport competition: A cluster analysis of coping. *Personality and Individual Differences*, *36*(8), 1865-1877. doi: 10.1016/j.paid.2003.08.017

- Gaudreau, P., Blondin, J.-P. i Lapierre, A.-M. (2002). Athletes coping during a competition: Relationship of coping strategies with positive affect, negative affect, and performance-goal discrepancy. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 125–150. doi: 10.1016/S1469-0292(01)00015-2
- Gaudreau, P., Nicholls, A. R. i Levy, A. R. (2010). The ups and downs of sports performance: An episodic process analysis of within-person associations. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 298–311. doi: 10.1123/jsep.32.3.298
- Garcia-Isidoro, S., Miguel-Tobal, F., Martin-Escudero, P., Gutierrez-Ortega, C. i Castellanos-Sanchez, V. (2021). Martial arts injuries: A longitudinal study about judo, karate and wushu carried out in community of Madrid, Spain. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 61(2), 244-251. doi: 10.23736/S0022-4707.20.11216-7
- Gomes, A. R., Faria, S. i Gonçalves, A. M. (2013). Cognitive appraisal as a mediator in the relationship between stress and burnout. *Work and Stress*, 27(4), 351–367. doi: 10.1080/02678373.2013.840341
- Gomes, A. R. i Teixeira, P. M. (2014). Stress, cognitive appraisal and psychological health: Testing instruments for health professionals. *Stress and Health*, 32(2), 167-172. doi:10.1002/smi.2583
- Gottlieb, B. H. i Rooney, J. A. (2004). Coping effectiveness: Determinants and relevance to the mental health and affect of family caregivers of persons with dementia. *Aging and Mental Health*, 8(4), 364–373. doi: 10.1080/13607860410001709719
- Gould, D., Dieffenbach, K. i Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172–204. doi: 10.1080/10413200290103482
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C. i Pennisi, N. (2006). Understanding the role parents play in tennis success: A national survey of junior tennis coaches. *British Journal of Sports Medicine*, 40(7), 632-636. doi: 10.1136/bjism.2005.024927
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C. i Pennisi, N. (2008). The role of parents in tennis success: Focus group interviews with junior coaches. *The Sport Psychologist*, 22(1), 18-37. doi: 10.1123/tsp.22.1.18
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, E. i Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: II. Qualitative analysis. *The Sport Psychologist*, 10(4), 341-366. doi: 10.1123/tsp.10.4.341
- Goyen, M. J. i Anshel, M. H. (1998). Sources of acute competitive stress and use of coping strategies as a function of age and gender. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 19(3), 469–486. doi:10.1016/s0193-3973(99)80051-3
- Green, B. C. i Chalip, L. (1998). Antecedents and consequences of parental purchase decision involvement in youth sport. *Leisure Sciences*, 20(2), 95–109. doi:10.1080/01490409809512268

- Geen, R. G. i Quany, M. B. (1977). The catharsis of aggression: An evaluation of a hypothesis. U L. Berkowitz (Ur.), *Advances in experimental social psychology* (str. 1-37). New York: Academic Press.
- Grolnick, W .S. (2003). *Psychology of parenting control: How well-meant parenting backfires*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Grolnick, W. S. i Ryan, R. M. (1989). Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of Educational Psychology*, 81(2), 143–154. doi: 10.1037/0022-0663.81.2.143
- Hair, J. F., Black, B., Black, W. C., Babin, B. J. i Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis*. Pearson Education.
- Hammermeister, J. i Burton, D. (2004). Gender differences in coping with endurance sport stress: Are men from Mars and women from Venus? *Journal of Sport Behavior*, 27(2), 148-164.
- Haney, C. J. i Long, B. C. (1995). Coping effectiveness: A path analysis of self-efficacy, control, coping, and performance in sport competitions. *Journal of Applied Social Psychology*, 25(19), 1726-1746. doi: 10.1111/j.1559-1816.1995.tb01815.x
- Hanin, J. L. (2010). From anxiety to performance-related emotions in top-level sport. *Kalokagathia*, 2, 59-76.
- Hanton, S. i Fletcher, D. (2005). Organizational stress in competitive sport: More than we bargained for? *International Journal of Sport Psychology*, 36(4), 273–283.
- Hanton, S., Neil, R., Mellalieu, S. D. i Fletcher, D. (2008). Competitive experience and performance status: an investigation into multidimensional anxiety and coping. *European Journal of Sport Science*, 8(3), 143–152. doi: 10.1080/17461390801987984
- Hanton, S., Wagstaff, C. i Fletcher, D. (2012). Cognitive appraisals of stressors encountered in sport organizations. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(4), 276–289. doi:10.1080/1612197X.2012.682376
- Harwood, C. G., Drew, A. i Knight, C. J. (2010). Parental stressors in professional youth football academies: A qualitative investigation of specializing stage parents. *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 2(1), 39–55. doi: 10.1080/19398440903510152
- Harwood, C. G. i Knight, C. J. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 24–35. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.03.001
- Harwood, C. i Knight, C. (2009a). Understanding parental stressors: An investigation of British tennis parents. *Journal of Sports Sciences*, 27, 339-351. doi: 10.1080/02640410802603871

- Harwood, C. i Knight, C. (2009b). Stress in youth sport: A developmental investigation of tennis parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 447-456. doi: 10.1016/j.psychsport.2009.01.005
- Harwood C. G. , Thrower S. N., Slater M. J., Didymus F. F. i Frearson L. (2019). Advancing our understanding of psychological stress and coping among parents in organized youth sport. *Frontiers in Psychology*, 10, 1600. doi: 10.3389/fpsyg.2019.01600
- Hatzigeorgiadis, A. (2006). Approach and avoidance coping during task performance in young men: The role of goal attainment expectancies. *Journal of Sport Sciences*, 24, 299–307. doi: 10.1080/17461390500188645
- Hellstedt, J.C. (1987). The coach/parent/athlete relationships. *Sports Psychologist*, 1(2), 151–60. doi: 10.1123/tsp.1.2.151
- Holt, N. L., Berg, K.-J. i Tamminen, K. A. (2007). Tales of the unexpected: Coping among female collegiate volleyball players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(2), 117–132. doi: 10.1080/02701367.2007.10599409
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Mandigo, J. L. i Fox, K. R. (2009). Youth sport parenting styles and practices. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 37-59. doi: 10.1123/jsep.31.1.37
- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*, 30(2), 179-185. doi: doi.org/10.1007/BF02289447
- Howard, D. R. i Madrigal, R. (1990). Who makes the decision: The parent or the child? The perceived influence of parents and children on the purchase of recreation services. *Journal of Leisure Research*, 22(3), 244–258. doi:10.1080/00222216.1990.11969828
- Hu, L. T. i Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3(4), 424 - 435. doi: doi.org/10.1037/1082-989X.3.4.424
- Jones, M. V., Lane, A. M., Bray, S. R., Uphill, M. i Catlin, J. (2005). Development and validation of the Sport emotion questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(4), 407–431. doi: doi.org/10.1123/jsep.27.4.407
- Johnson, M. S., Skjerdingsstad, N., Ebrahimi, O. V., Hoffart, A. i Johnson, S. U. (2022). Parenting in a pandemic: Parental stress, anxiety and depression among parents during the government-initiated physical distancing measures following the first wave of COVID-19. *Stress and Health*, 38(4), 637-652. doi: 10.1002/smi.3120
- Jowett, S. i Timson-Katchis, M. (2005). Social networks in sport: Parental influence on the coach-athlete relationship. *The Sport Psychologist*, 19(3), 267–287. doi: 10.1123/tsp.19.3.267
- Junge, A., Engebresten, L., Mountjoy, M. L., Alonso, J. M., Renstrom, P., Aubry, M. J. i Dvorak, J. (2009). Sports injuries during the summer olympic games 2008. *The American Journal of Sports Medicine*, 37(11), 2165-2172. doi: 10.1177/036354650933935

- Kaiseler, M., Polman, R. C. J. i Nicholls, A. R. (2013). Gender differences in stress, appraisal, and coping during golf putting. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *11*(3), 258–272. doi:10.1080/1612197x.2013.749004
- Kaiseler, M., Polman, R. C. J. i Nicholls, A. R. (2012). Gender differences in appraisal and coping: An examination of the situational and dispositional hypothesis. *International Journal of Sport Psychology*, *43*(1), 1-14.
- Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, *24*(2), 285–308. doi: 10.2307/2392498
- Kaye, M. P., Firth, A. i Vosloo, J. (2014). Dyadic anxiety in youth sport: The Relationship of achievement goals with anxiety in young athletes and their parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, *27*(2), 171-185. doi: 10.1080/10413200.2014.970717
- Kessler, T. A. (1998). The cognitive appraisal of health scale: Development and psychometric evaluation. *Research in Nursing and Health*, *21*(1), 73–82. doi: 10.1002/(sici)1098-240x(199802)21:1<73::aid-nur8>3.0.co;2-q
- Kim, M.-S. i Duda, J. L. (2003). The coping process: Cognitive appraisals of stress, coping strategies, and coping effectiveness. *The Sport Psychologist*, *17*(4), 406–425. doi: 10.1123/tsp.17.4.406
- Knight, C. J., Boden, C. M. i Holt, N. L. (2010). Junior tennis players' preferences for parental behaviors at tournaments. *Journal of Applied Sport Psychology*, *22*(4), 377-391. doi: 10.1080/10413200.2010.495324
- Knight, C. J., Holt, N. L. i Tamminen, K. A. (2009). Stress and coping among youth sport parents, U C. H. Chang (Ur.), *Handbook of sports psychology* (str. 347–359). Hauppauge, NY: Nova Science.
- Knight, C. J., Neely, K. C. i Holt, N. L. (2011). Parental behaviors in team sports: How do female athletes want parents to behave? *Journal of Applied Sport Psychology*, *23*(1), 76-92. doi: 10.1080/10413200.2010.525589
- Kowalski, K. C. i Crocker, P. R. E. (2001). Development and Validation of the Coping Function Questionnaire for Adolescents in Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *23*(2), 136–155. doi:10.1123/jsep.23.2.136
- Kuiper, N. A., McKenzie, S. D. i Belanger, K. A. (1995). Cognitive appraisals and individual differences in sense of humor: Motivational and affective implications. *Personality and Individual Differences*, *19*(3), 359–372. doi: 10.1016/0191-8869(95)00072-E
- Kuznetsova, A., Brockhoff, P. B. i Christensen, R. H. B. (2017). lmerTest Package: Tests in Linear Mixed Effects Models. *Journal of Statistical Software*, *82*(13), 1-26. doi:10.18637/jss.v082.i13



- Laborde, S., Dosseville, F., Guillén, F. i Chávez, E. (2014). Validity of the trait emotional intelligence questionnaire in sports and its links with performance satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, *15*, 481–490. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.05.001
- Laborde, S., Dosseville, F. i Kinrade, N. P. (2014). Decision-specific reinvestment scale: An exploration of its construct validity, and association with stress and coping appraisals. *Psychology of Sport and Exercise*, *15*, 238–246. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.01.004
- Lally, P. i Kerr, G. (2008). The effects of athlete retirement on parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, *20*(1), 42–56. doi: 10.1080/10413200701788172
- Larsen, R. J. i Diener, E. (1987). Affect intensity as an individual difference characteristic: A review. *Journal of Research in Personality*, *21*(1), 1–39. doi:10.1016/0092-6566(87)90023-7
- Larsen, R. J., Diener, E. i Cropanzano, R. S. (1987). Cognitive operations associated with individual differences in affect intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*(4), 767–774. doi:10.1037/0022-3514.53.4.767
- Larsen, R. J., Diener, E. i Emmons, R. A. (1986). Affect intensity and reactions to daily life events. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*(4), 803–814. doi:10.1037/0022-3514.51.4.803
- Lauer, L., Gould, D., Roman, N. i Pierce, M. (2010). Parental behaviors that affect junior tennis player development. *Psychology of Sport and Exercise*, *11*(6), 487–496. doi: 10.1016/j.psychsport.2010.06.008
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York, NY: Oxford University Press.
- Lazarus, R.S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York, NY: Springer.
- Lazarus, R.S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *Sport Psychologist*, *14*(3), 229–252. doi: 10.1123/tsp.14.3.229
- Lazarus, R. S. i Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Levy, A. R., Nicholls, A. R. i Polman, R. C. J. (2011). Pre-competitive confidence, coping, and subjective performance in sport. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, *21*(5), 721–729. doi:10.1111/j.1600-0838.2009.01075.x
- Levy, A., Nicholls, A., Marchant, D. i Polman, R. (2009). Organisational stressors, coping, and coping effectiveness: A longitudinal study with an elite coach. *International Journal of Sports Science and Coaching*, *4*(1), 31–45. doi: 10.1260/1747-9541.4.1.31
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L. i Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *Journal of Social and Personal Relationships*, *15*(5), 579–605. doi:10.1177/0265407598155001

- Maccoby, E. E. i Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. U E. M. Hetherington (Ur.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality and social development* (str.1-101). New York: Wiley.
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and individual differences*, 37(7), 1401-1415. doi: 10.1016/j.paid.2004.01.010
- Meteyard, L. i Davies, R. A. (2020). Best practice guidance for linear mixed-effects models in psychological science. *Journal of Memory and Language*, 112, 104092. doi: 10.1016/j.jml.2020.104092
- McAuley, E., Duncan, T. E. i Russell, D. W. (1992). Measuring causal attributions: The revised causal dimension scale (CDSII). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(5), 566-573. doi: 10.1177/0146167292185006
- McDonough, P. i Walters, V. (2001). Gender and health: Reassessing patterns and explanations. *Social Science and Medicine*, 52(4), 547–559. doi:10.1016/s0277-9536(00)00159-3
- McNair, D. M., Lorr, M. i Droppleman, L. F. (1971). *Manual for the profile of mood states (POMS)*. San Diego: Educational and Industrial Testing Service.
- Neely, K. C., McHugh, T.-L. F., Dunn, J. G. H. i Holt, N. L. (2017). Athletes and parents coping with deselection in competitive youth sport: A communal coping perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 30, 1–9. doi: 10.1016/j.psychsport.2017.01.004
- Nicholls, A. R., Holt, N. L., Polman, R. C. J. i James, D. W. G. (2005). Stress and coping among international adolescent golfers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(4), 333–340. doi: 10.1111/j.1600-0838.2009.00894.x
- Nicholls, A. R., Levy, A. R., Jones, L., Rengamani, M. i Polman, R. C. J. (2011). An exploration of the two factor schematization of relation meaning and emotions among professional rugby union players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 78-91. doi: 10.1080/1612197X.2011.563128
- Nicholls, A. R., Levy, A. R. i Perry, J. L. (2015). Emotional maturity, dispositional coping, and coping effectiveness among adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 17, 32–39. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.11.004
- Nicholls, A. R., Perry, J. L. i Camleiro, L. (2014). Precompetitive achievement goals, stress appraisals, emotions, and coping among athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(5), 433-445. doi: 10.1123/jsep.2013-0266
- Nicholls, A. R. i Polman, R. C. J. (2008). Think aloud: Acute stress and coping strategies during golf performances. *Anxiety, Stress and Coping*, 21(3), 283–294. doi: 10.1080/10615800701609207
- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J. i Levy, A. R. (2012). A path analysis of stress appraisals, emotions, coping, and performance satisfaction among athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(3), 263–270. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.12.003

- Nicholls, A. R., Polman, R., Levy i Hulleman, J. (2012). An explanation for the fallacy of facilitative anxiety: Stress, emotions, coping and subjective performance in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 43(4), 273–293. doi: 10.7352/IJSP.2012.43.273
- Nicholls, A. R., Polman, R., Levy, A. R., Taylor, J. i Copley, S. (2007). Stressors, coping, and coping effectiveness: Gender, type of sport, and skill differences. *Journal of Sports Sciences*, 25(13), 1521–1530. doi:10.1080/02640410701230479
- Nicholls, A. R., Taylor, N. J., Carroll, S. i Perry, J. L. (2016). The development of a new sport-specific classification of coping and a meta-analysis of the relationship between different coping strategies and moderators on sporting outcomes. *Frontiers in Psychology*, 7. doi:10.3389/fpsyg.2016.01674
- Nicolas, M., Gadureau, P. i Franche, V. (2011). Perception of coaching behaviors, coping, and achievement in a sport competition *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33, 460–468. doi: 10.1123/jsep.33.3.460
- Ntoumanis, N. i Biddle, S. J. H. (1998). The relationship of coping and its perceived effectiveness to positive and negative affect in sport. *Personality and Individual Differences*, 24(6), 773–788. doi: 10.1016/S0191-8869(97)00240-7
- Omlı, J. i LaVoi, N. M. (2009). Background anger in youth sport: A perfect storm. *Journal of Sport Behavior*, 32(2), 242-260.
- Omlı, J. i LaVoi, N. M. (2012). Emotional experiences of youth sport parents I: Anger. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(1), 10–25. doi: 10.1080/10413200.2011.578102
- Omlı, J. i Wiese-Bjornstal (2011). Kids speak: Preferred parental behavior at youth sport events. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 702-711. doi: 10.1080/02701367.2011.10599807
- Peacock, E. J. i Wong, P. T. P. (1990). The stress appraisal measure (SAM): A multidimensional approach to cognitive appraisal. *Stress Medicine*, 6(3), 227–236. doi: 10.1002/smi.2460060308
- Pearlin, L. I. i Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19(1), 2-21. doi:10.2307/2136319
- Pensgaard, A. M., Roberts, G. C. i Ursin, H. (1999). Motivational factors and coping strategies of Norwegian paralympic and olympic winter sport athletes. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16(3), 238–250. doi:10.1123/apaq.16.3.238
- Power, T. G. i Woolger, C. (1994). Parenting practices and age-group swimming: A correlational study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(1), 59–66. doi:10.1080/02701367.1994.10762208
- Prosoli, R., Lochbaum, M. i Barić, R. (2021). Parents at the sport competition: How they react, feel and cope with the event. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 25(2), 114-124. <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.020>

- Ptacek, J. T., Smith, R. E. i Dodge, K. L. (1994). Gender differences in coping with stress: When stressor and appraisals do not differ. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(4), 421–430. doi:10.1177/0146167294204009
- Ptacek, J. T., Smith, R. E. i Zanas, J. (1992). Gender, appraisal, and coping: A longitudinal analysis. *Journal of Personality*, 60(4), 747–770. doi:10.1111/j.1467-6494.1992.tb00272.x
- R Core Team (2021). *R: A language and environment for statistical computing*. R Foundation for Statistical Computing. Preuzeto s: <https://www.R-project.org/>
- Revelle, W. (2020). *psych: Procedures for personality and psychological research*. Northwestern University, Evanston, Illinois, USA. Preuzeto s: <https://CRAN.R-project.org/package=psych>.
- Roesch, S. C. i Rowley, A. A. (2005). Evaluating and developing a multidimensional, dispositional measure of appraisal. *Journal of Personality Assessment*, 85(2), 188–196. doi: 10.1207/s15327752jpa8502\_11.
- Rosario, M., Shinn, M., Mørch, H. i Huckabee, C. B. (1988). Gender differences in coping and social supports: Testing socialization and role constraint theories. *Journal of Community Psychology*, 16(1), 55–69. doi:10.1002/1520-6629(198801)16:1<55::aid-jcop2290160108>3.0.co;2-u
- Rosseel, Y. (2012). Lavaan: An R package for structural equation modeling and more. Version 0.5–12 (BETA). *Journal of Statistical Software*, 48(2), 1–36. doi: 10.18637/jss.v048.i02
- Roth, S. i Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41(7), 813–819. doi: 10.1037/0003-066X.41.7.813
- Rowley, A. A., Roesch, S. C., Jurica, B. i Vaughn, A. A. (2005). Developing and validating a stress appraisal measure for minority adolescents. *Journal of Adolescence*, 28(4), 547–557. doi: 10.1016/j.adolescence.2004.10.010
- Rudolph, K. D. (2002). Gender differences in emotional responses to interpersonal stress during adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 30(4), 3–13. doi:10.1016/s1054-139x(01)00383-4
- Sapieja, K. M., Dunn, J. G. H. i Holt, N. L. (2011). Perfectionism and perceptions of parenting styles in male youth soccer. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(1), 20–39. doi: 10.1123/jsep.33.1.20
- Satorra, A. i Bentler, P. M. (2001). A scaled difference chi-square test statistic for moment structure analysis. *Psychometrika*, 66(4), 507–514. doi: 10.1007/BF02296192
- Schellenberg, B. J., Gaudreau, P. i Crocker, P. R. E. (2013). Passion and coping: Relationships with changes in burnout and goal attainment in collegiate volleyball players. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35, 270–280. doi: 10.1123/jsep.35.3.270

- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. i Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schneider, T. R. (2004). The role of neuroticism on psychological and physiological stress responses. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40(6), 795-804. doi: 10.1016/j.jesp.2004.04.005
- Schneider, T. R. (2008). Evaluations of stressful transactions: What's in an appraisal? *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 24(2), 151-158. doi: 10.1002/smi.1176
- Sigmon, S. T., Stanton, A. L. i Snyder, C. R. (1995). Gender differences in coping: A further test of socialization and role constraint theories. *Sex Roles*, 33(9-10), 565–587. doi:10.1007/bf01547718
- Smith, R. E. i Christensen, D. S. (1995). Psychological skills as predictors of performance and survival in professional baseball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 399–415
- Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L. i Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 379-398. doi: 10.1123/JSEP.17.4.399
- Sparkes, A. C. i Smith, B. (2014). *Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product*. London: Routledge.
- Steiger, J. H. (1990) Structural model evaluation and modification: An interval estimation approach. *Multivariate Behavioral Research*, 25(2), 173–180. [https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2502\\_4](https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2502_4)
- Stein, G. L., Raedeke, T. D. i Glenn, S. D. (1999). Children's perceptions of parent sport involvement: It's not how much, but to what degree that's important. *Journal of Sport Behavior*, 22(4), 591–601.
- Stoeber, J. i Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319. doi: 10.1207/s15327957pspr1004\_2
- Tamres, L. K., Janicki, D. i Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2–30. doi:10.1207/s15327957pspr0601\_1
- Tabachnick, B. G. i Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Thatcher, J. i Day, M. C. (2008). Re-appraising stress appraisals: The underlying properties of stress in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(3), 318–335. doi: 10.1016/j.psychsport.2007.04.005

- Thompson, M. A., Toner, J., Perry, J. L., Burke, R. i Nicholls, A. R. (2020). Stress appraisals influence athletic performance and psychophysiological response during 16.1 km cycling time trials. *Psychology of Sport and Exercise*, 49, 101682. doi:10.1016/j.psychsport.2020.101682
- Tomaka, J., Blascovich, J., Kelsey, R. M. i Leitten, C. L. (1993). Subjective, physiological, and behavioral effects of threat and challenge appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 248-260. doi: 10.1037/0022-3514.65.2.248
- Thrower, S. N., Harwood, C. G. i Spray, C. M. (2018). Educating and supporting tennis parents using web-based delivery methods: A novel online education program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1–21. doi:10.1080/10413200.2018.1433250
- Thrower, S. N., Harwood, C. G. i Spray, C. M. (2017). Educating and supporting tennis parents: An action research study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(5), 600–618. doi:10.1080/2159676x.2017.1341947
- Thrower, S. N., Harwood, C. G. i Spray, C. M. (2016). Educating and supporting tennis parents: A grounded theory of parents’ needs during childhood and early adolescence. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 107–124. doi:10.1037/spy0000054
- Thomas, P. R., Murphy, S. M. i Hardy, L. (1999). Test of performance strategies: Development and preliminary validation of a comprehensive measure of athletes’ psychological skills. *Journal of Sports Sciences*, 17(9), 697 – 711. doi: 10.1080/026404199365560
- Tucker, L. R. i Lewis, C. (1973). A reliability coefficient for maximum likelihood factor analysis. *Psychometrika*, 38, 1–10. doi:10.1007/BF02291170
- Van Yperen, N. W. (2009). Why some make it and others do not: Identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *The Sport Psychologist*, 23, 317–329. doi: 10.1123/tsp.23.3.317
- Vealey, R. i Chase, M. (2015). *Best practice for youth sport: Science and strategies for positive athlete experiences*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Walker, L. S., Smith, C. A., Garber, J. i Van Slyke, D. A. (1997). Development and validation of the pain response inventory for children. *Psychological Assessment*, 9(4), 392–405. doi:10.1037/1040-3590.9.4.392
- Watson, D., Clark, L. A. i Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. doi: 10.1037//0022-3514.54.6.1063
- Wiersma, L. D. i Fifer, A. M. (2008). “The schedule has been tough but we think it’s worth it”: The joys, challenges, and recommendations of youth sport parents. *Journal of Leisure Research*, 40(4), 505–530. doi: 10.1080/00222216.2008.11950150
- Wolfenden, L. E. i Holt, N. L. (2005). Talent development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents, and coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(2), 108–126. doi: 10.1080/10413200590932416

- Wylleman, P. i Lavalée, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. U M. R. Weiss (Ur.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (str. 503–523). Fitness Information Technology.
- Wuerth, S., Lee, M. i Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 21–33. doi: 10.1016/S1469-0292(02)00047-X

## 11. PRILOZI

### PRILOG 1. Upitnik korišten u sklopu glavnog istraživanja

**Naziv istraživanja:** Stres i suočavanje sa stresom roditelja djece sportaša

**Istraživači:** Rebeka Prosoli, mag.psych., 095/196 9165; [rebeka.prosoli@kif.unizg.hr](mailto:rebeka.prosoli@kif.unizg.hr)

**Mentorice:** prof. dr.sc. Margareta Jelić, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Zagrebu, [mjelic@ffzg.hr](mailto:mjelic@ffzg.hr) i prof.dr.sc. Renata Barić, Kineziološki fakultet, Sveučilište u Zagrebu, [renata.baric@kif.unizg.hr](mailto:renata.baric@kif.unizg.hr)

**Svrha istraživanja:** Hvala što ste se odazvali pozivu na sudjelovanje u ovom istraživanju. Ono je namijenjeno roditeljima sportašakoji se bave borilačkim sportovima, a provodi se s ciljem boljeg razumijevanja iskustava koje doživljavaju. Istraživanje se provodi u svrhu izrade doktorskog rada Rebeke Prosoli na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu, pod mentorstvom prof.dr.sc. Margarete Jelić (Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Zagrebu) i prof.dr.sc. Renate Barić (Kineziološki fakultet, Sveučilište u Zagrebu). Za moguća dodatna pitanja vezana uz ovo istraživanje ili prikaze grupnih istraživačkih nalaza po njegovom završetku možete se javiti na [rebeka.prosoli@kif.unizg.hr](mailto:rebeka.prosoli@kif.unizg.hr)

**Uvjeti za sudjelovanje u istraživanju:** Upitniku mogu pristupiti roditelji djece koja se bave borilačkim sportovima (judo, karate, taekwondo, hrvanje) imaju između 6 i 18 godina. Uvjet za sudjelovanje je da dijete aktivno uključeno u bavljenje sportom. Predviđeno trajanje ispunjavanja upitnika je 15-20 minuta. Molimo Vas da upitnik ispunjavate samo za jedno dijete koje je aktivno uključeno u bavljenje borilačkim sportom. Ukoliko imate više djece koja su aktivno uključena u bavljenje borilačkim sportom molimo Vas da odaberete samo jedno dijete za koje ćete ispunjavati upitnik. Ukoliko upitnik ispunjavaju i majka i otac istog djeteta molimo Vas da prije ispunjavanja upitnika dogovorite zajedničku šifru kako bismo mogli povezati Vaše odgovore, a da pri tom oni i dalje ostanu anonimni. Šifru ćete moći upisati kasnije u upitniku.

**Postupak istraživanja:** Tijekom istraživačkog postupka od Vas će se tražiti da ispunite upitnik koji sadrži pitanja o iskustvima koje doživljavate kao roditelji sportaša. Detaljne upute i način odgovaranja nalaze se u upitniku. U upitnik su uključena i neka pitanja o Vašim općim demografskim podacima, međutim podatak o Vašem imenu se u upitniku od Vas nigdje ne traži. Molim Vas da na pitanja odgovarate što spontanije i što iskrenije možete. Vaši će se odgovori koristiti isključivo u znanstveno-istraživačke svrhe uz poštivanje svih pravila profesionalne etike psihologa. Analiza i prezentacija podataka bit će provedene isključivo na grupnoj razini, pri čemu se Vaši odgovori ni na koji način neće moći povezati s Vama osobno. Sudjelovanje u istraživanju anonimno je i dobrovoljno, te se provodi uz odobrenje Etičkog povjerenstva Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

**Rizici, stres i neugoda:** Razina stresa i/ili neugode u ovom istraživanju nije veća od one koju doživljavate u vrlo uobičajenim svakodnevnim situacijama. U ovom istraživanju nećete biti izloženi nikakvom specifičnom riziku.

**Besplatna on-line radionica za sudionike istraživanja:** Lijepo Vas molimo da odvojite vrijeme za sudjelovanje u istraživanju jer nam je svaki sudionik izuzetno važan. Kako bismo



Vam se zahvalili na sudjelovanju, za svaki klub iz kojeg sudjeluje najmanje 30 roditelja organizirat ćemo besplatnu interaktivnu on-line radionicu za roditelje sportaša koju će održati Rebeka Prosoli, magistra psihologije i sportska psihologinja zaposlena na Kineziološkom fakultetu u Zagrebu, koja će podijeliti znanstvene spoznaje, ali i svoje iskustvo u radu sa sportašima, trenerima i roditeljima. Broj roditelja iz pojedinog kluba evidentirat će se putem posebnog pitanja unutar upitnika koje se neće povezivati s odgovorima roditelja unutar samog upitnika.

**Ostale informacije:** Ako imate neke pritužbe na provedeni istraživački postupak, molimo Vas obratite se Etičkom povjerenstvu Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu na etikapsi@ffzg.hr.

Odabirom tipke "Dalje" ili "Next", potvrđujete da ste pročitali informacije o istraživanju i da želite dalje sudjelovati u njemu.

## KONTROLNA PITANJA

Molimo Vas da označavanjem odgovora DA ili NE odgovorite na pitanja u nastavku:

- 1) Je li Vaše dijete aktivno uključeno u bavljenje sportom?  
DA NE

*[Odgovor DA vodi do sljedećeg pitanja]*

*Odgovor NE vodi do ovog teskta: Vaš odgovor ne uklapa se u uzorak koji želimo zahvatiti ovim istraživanjem. Zahvaljujemo Vam na sudjelovanju!]*

- 2) Bavi li se Vaše dijete borilačkim sportom?  
DA NE

*[Odgovor DA vodi do sljedećeg pitanja]*

*Odgovor NE vodi do ovog teskta: Vaš odgovor ne uklapa se u uzorak koji želimo zahvatiti ovim istraživanjem. Zahvaljujemo Vam na sudjelovanju!]*

- 3) Ima li Vaše dijete između 6 i 18 godina?  
DA NE

*[Odgovor DA vodi do sljedećeg pitanja]*

*Odgovor NE isto vodi do sljedećeg pitanja.]*

- 4) Je li Vaše dijete sudjelovalo na najmanje 3 službena sportska natjecanja u sportu kojim se trenutno bavi?  
DA NE

*[Odgovor DA vodi do sljedećeg pitanja]*

*Odgovor NE isto vodi do sljedećeg pitanja (ako treba isključit ćemo ih naknadno) ]*

Molimo Vas da:

- upitnik ispunjavate samo za jedno dijete
- odaberete samo jedan sport za koji ćete ispunjavati upitnik (ukoliko je Vaše dijete trenutno uključeno u više sportova)

Ukoliko upitnik ispunjavaju i majka i otac istog djeteta molimo Vas da

- oboje odaberete isto dijete za koje ćete ispunjavati upitnik
- dogovorite zajedničku šifru kako bismo mogli povezati Vaše odgovore

Šifru je potrebno upisati samo ako upitnik ispunjavaju oba roditelja za isto dijete.

Ostali roditelji mogu preskočiti ovo pitanje i samo kliknuti "dalje" ili "next" na dnu stranice kako bi nastavili dalje s ispunjavanjem upitnika

Šifru možete upisati ovdje (samo ako upitnik ispunjavaju i majka i otac istog djeteta)\_\_\_\_\_

## DEMOGRAFSKI PODACI

1. Vaš spol:        muško                žensko
2. Vaša dob: (upišite broj) \_\_\_\_\_ godina
3. Spol djeteta:    muško                žensko
4. Dob djeteta: (upišite broj) \_\_\_\_\_ godina
5. Sport kojim se dijete bavi (molimo Vas da upišete samo jedan sport za koji ćete ispunjavati upitnik): \_\_\_\_\_
6. Koliko se dugo Vaše dijete bavi tim sportom? (u godinama)  
\_\_\_\_\_
7. Ukoliko se Vaše dijete prije bavilo nekim drugim sportom, molimo Vas da napišete koliko je dugo Vaše dijete uključeno u bavljenje sportom uzimajući u obzir sve sportove kojima se bavilo \_\_\_\_\_
8. Klub u kojem Vaše dijete trenutno trenira (odgovor na ovo pitanje nije obavezan, a koristit će se isključivo za evidenciju broja sudionika iz pojedinog kluba radi organizacije radionice za roditelje) \_\_\_\_\_
9. Koliko sati tjedno dijete provodi trenirajući sport koji ste naveli (ne uključujući vrijeme provedeno na natjecanjima)? \_\_\_\_\_
10. Koja je najviša razina natjecanja na kojoj se Vaše dijete natječe (odaberite jedan odgovor):
  - (a) klupska natjecanja
  - (b) natjecanja na nacionalnoj razini (unutar RH)
  - (c) klupska natjecanja na internacionalnoj razini (izvan RH)
  - (d) A turniri, svjetski i europski kupovi
  - (e) europska prvenstva
  - (f) svjetska prvenstva
  - (g) olimpijske igre

U pitanjima koja slijede tražit ćemo da označite koliko ste Vi kao roditelj uključeni u sportske aktivnosti Vašeg djeteta.

Molimo Vas da na skali od 1 (nikad) do 4 (uvijek) označite u kojoj ste mjeri Vi uključeni u sport Vašeg djeteta odgovorom na pitanja u nastavku:

- 1-nikad
- 2-rijetko
- 3-često
- 4-uvijek

1. Pratim svoje dijete na treninzima (nikad, rijetko, često, uvijek)
2. Pratim svoje dijete na natjecanjima (nikad, rijetko, često, uvijek)
3. Razgovaram s djetetom o njegovom/njenom sportu (nikad, rijetko, često, uvijek);
4. Razgovaram s trenerom o djetetovom sportu (nikad, rijetko, često, uvijek)
5. Odlazim na roditeljske sastanke i aktivno sudjelujem u akcijama koje organizira klub (nikad, rijetko, često, uvijek).
6. Koliki postotak djetetovih natjecanja gledate (uzmite u obzir natjecanja na koja ste mogli ići kao gledatelji, prije situacije s pandemijom)\_\_\_\_\_

Pitanja koja slijede odnose se na stresne situacije s kojima ste se suočili kao roditelj djeteta koje se bavi sportskom aktivnošću. Upitnik u nastavku moći ćete ispuniti do 3 puta za do 3 različita stresora koja ste doživjeli ili trenutno doživljavate kao roditelj djeteta sportaša. Upitnik možete predati nakon što ste ga ispunili za prvi stresor, ali Vas od srca lijepo molim da odvojite vrijeme i ispunite ga za dva ili tri stresora. Vaše ispunjavanje za veći broj stresora izuzetno doprinosi veličini uzorka te kvaliteti daljnjih analiza.

#### STRESOR 1

1. Molimo Vas da što detaljnije opišete jedan uzrok stresa (stresor) koji ste doživjeli kao roditelj sportaša

Stresor predstavlja situaciju koja je od Vas zahtijevala određenu prilagodbu

---

Pitanja koja slijede odnose se na Vaše misli o raznim aspektima uzroka stresa (stresora) koji ste ranije naveli. Na pitanja odgovarate uzimajući u obzir kako ste doživljavali navedeni uzrok stresa (stresor) kada ste se s njime susreli. Ne postoje točni i netočni odgovori.

Molimo Vas da označite stupanj u kojem se svaka tvrdnja odnosi na Vas koristeći sljedeću skalu:

- 1-uopće ne
- 2-malo
- 3-umjereno
- 4-značajno
- 5-u potpunosti

#### Kada sam se susreo/susrela s navedenim uzrokom stresa (stresorom)

- 1) Smatrao/la sam da postoji netko ili nešto kome se mogu obratiti za pomoć ukoliko mi je potrebna.
- 2) Brinuo/la sam se što će se dogoditi.
- 3) Smatrao/la sam da će situacija vezana uz navedeni stresor imati pozitivan utjecaj na mene.
- 4) Bio sam motiviran/motivirana riješiti taj problem.
- 5) Smatrao/la sam da mogu postati snažnija osoba zbog tog problema.
- 6) Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor biti negativan.
- 7) Smatrao/la sam da imam sposobnosti da se dobro snađem u toj situaciji.

- 8) Smatrao/la sam da imam ono što je potrebno da se dobro nosim s tom situacijom.
- 9) Bila mi je dostupna pomoć za suočavanje s tim problemom.
- 10) Bili su mi dostupni dovoljni resursi koji su mi pomagali nositi se s tom situacijom.
- 11) Bio/la sam uzbuđen/a sam kada sam razmišljao/la o ishodu te situacije.
- 12) Tu situaciju smatrao/la sam prijetećom i očekivao/la sam da neće završiti dobro.
- 13) Smatrao/la sam da sam u mogućnosti nadvladati taj problem.
- 14) Postojao je netko tko mi je mogao pomoći nositi se s tim problemom.
- 15) Smatrao/la sam da imam potrebne vještine koje mi mogu pomoći da postignem uspješan ishod te situacije.
- 16) Smatrao/la sam da će ta situacija imati negativan utjecaj na mene.
- 17) Nisam bio/bila u mogućnosti napraviti ono što sam želio/željela zbog tog stresora.
- 18) Pokazivao/la sam da imam resurse koji mi omogućavaju da se uspješno nosim s tom situacijom.
- 19) Smatrao/la sam da nisam toliko dobar/dobra kao što sam mislio/mislila da ću biti.
- 20) Smatrao/la sam da se dobro nosim s tim stresorom/tom situacijom.
- 21) Bio/Bila sam pod stresom jer sam želio/željela postupiti/reagirati bolje.
- 22) Pokazivao/la sam da sam sposoban/sposobna nositi se s tom situacijom/takvim situacijama.
- 23) Osjećao/la sam razočaranje zbog svog ponašanja/reakcija.
- 24) Smatrao/la sam da sam bolji/bolja nego što sam očekivao/la.
- 25) Smatrao/la sam da sam na gubitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.
- 26) Smatrao/la sam da sam da imam koristi od te situacije
- 27) Morao/la sam puno toga žrtvovati zbog tog stresora.
- 28) Smatrao/la sam da sam na dobitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.

Pitanja koja slijede odnose se Vaše suočavanje s uzrokom stresa (stresorom) koji ste ranije naveli.

Molimo Vas da pažljivo pročitate svaku izjavu i označite u kojoj ste se mjeri ponašali /u kojoj ste mjeri razmišljali na opisan način na skali od 1 (uopće ne) do 5 (u potpunosti) u svrhu suočavanja s konkretnom situacijom koju ste ranije opisali. Ne postoje točni i netočni odgovori.

Molimo Vas da označite kako ste se zaista ponašali /kako ste zaista razmišljali, a ne kako biste željeli da ste se ponašali/razmišljali ili što mislite da je netko drugi od Vas očekivao.

- 1- uopće ne
- 2- malo
- 3- umjereno
- 4- značajno
- 5- u potpunosti

- 1) Pokušao/la sam riješiti problem zajedno sa svojim djetetom.
- 2) Razgovarao/la sam s drugim ljudima kako bi saznao/la više o situaciji.
- 3) Planirao/la sam vrijeme i obaveze.
- 4) Planirao/la sam i poticao/la djetetove pauze od sporta.
- 5) Prikrivao/la sam svoje emocije.
- 6) Pokušao/la sam pronaći način da promijenim situaciju.
- 7) Pokušao/la sam situaciju staviti u perspektivu i vidjeti širu sliku.
- 8) Privremeno sam se udaljio/la iz situacije.
- 9) Pokušao/la sam ostati smiren/a.
- 10) Ponašao/la sam se kao da se ništa nije dogodilo.
- 11) U potpunosti sam se maknuo/maknula iz situacije.

- 12) Žalio/la sam se.
- 13) Kroz razgovor s djetetom pokušao/la sam mu/joj osigurati savjet i podršku.
- 14) Tražio/la sam informacije od drugih ljudi.
- 15) Dijelio/la sam svoje obaveze s drugima.
- 16) Osigurao/la sam djetetu stručnu pomoć.
- 17) Mijenjao/la sam svoje ponašanje.
- 18) Poduzeo/la sam konkretne korake kako bi riješio/riješila taj problem.
- 19) Pokušavao/la sam doživjeti situaciju na pozitivan način.
- 20) Privremeno sam se udaljio/la od drugih ljudi.
- 21) Pokušavao/la sam pronaći način da kontroliram svoje emocije.
- 22) Prihvatio/la sam situaciju takvu kakva jest.
- 23) U potpunosti sam prestao/la sam odlaziti na određene događaje.
- 24) Vikao/la sam.
- 25) Pomagao/la sam djetetu da se smiri i svoja iskustva stavi u perspektivu.
- 26) Razgovarao/la sam s drugim ljudima o tome kako se osjećam.
- 27) Planirao/la sam financije.
- 28) Pobrinuo/la sam se da dijete dobro balansira sport, školu i druge hobije.
- 29) Oslanjao/la sam se na djetetovu sposobnost da se samo suoči sa situacijom.
- 30) Analizirao/la sam svoja ponašanja u sličnim situacijama u prošlosti i pokušao/la iskoristiti to iskustvo da se bolje suočim s ovom situacijom.
- 31) Govorio/la sam si da su takva iskustva normalna i da ih i drugi ljudi doživljavaju.
- 32) Bavio/la sam se nečim drugim da odvratim misli sa situacije.
- 33) Pokušavao/la sam zadržati svoje osjećaje za sebe.
- 34) Pomirio/la sam se s time da se ništa ne može poduzeti u vezi s tom situacijom.
- 35) Odustao/la sam od pokušaja da se s tim suočim.
- 36) Pokazivao/la sam svoju frustraciju.
- 37) Tražio/la sam utjehu, podršku i razumijevanje od drugih ljudi.
- 38) Analizirao/la sam zahtjeve situacije i pokušao/la pronaći rješenje.
- 39) Uspoređivao/la sam svoja iskustva s iskustvima drugih roditelja u sportu.
- 40) Izbjegavao/la sam razmišljati o situaciji.
- 41) Postao/la sam uzrujan/a i drugima sam jasno dao/dala do znanja da se tako osjećam.
- 42) Razmišljao/la sam o koracima koje trebam napraviti da riješim taj problem.
- 43) Razmišljao/la sam o svom iskustvu i pokušao/la naučiti nešto iz njega.

U nastavku se nalazi lista riječi koje opisuju različite emocije koje roditelji sportaša mogu doživljavati u nekoj stresnoj situaciji vezanoj za sport kojim se dijete bavi. Molimo Vas da svaku emociju pažljivo pročitate i na skali do 1 (uopće ne) do 5 (u potpunosti) pored svake emocije označite razinu u kojoj ste doživjeli navedenu emociju **kao reakciju (odgovor) na navedeni uzrok stresa (stresor) nakon suočavanja s tom situacijom**. Ne postoji točan ili netočan odgovor.

- 1- uopće ne
- 2- malo
- 3- umjeren
- 4- značajno
- 5- u potpunosti

- 1) Zabrinuto
- 2) Uznemireno
- 3) Ushićeno

- 4) Razdraženo
- 5) Zadovoljno
- 6) Napeto
- 7) Tužno
- 8) Uzbuđeno
- 9) Bijesno
- 10) Radosno
- 11) Nervozno
- 12) Nesretno
- 13) Entuzijastično
- 14) Iznervirano
- 15) Veselo
- 16) Prestrašeno
- 17) Razočarano
- 18) Energično
- 19) Ljuto
- 20) Sretno
- 21) Tjeskobno
- 22) Utučeno

Ispunili ste sve upitnike za prvi stresor. U ovom trenutku možete završiti ispunjavanje upitnika i predati svoje odgovore ili nastaviti dalje na drugi stresor.

Ukoliko odlučite nastaviti s ispunjavanjem svoje odgovore moći ćete predati nakon ispunjavanja upitnika za drugi stresor te ponovno nakon ispunjavanja upitnika za treći stresor.

Lijepo Vas molim da, ukoliko je moguće, nastavite s ispunjavanjem upitnika za sva tri stresora.

U ovom trenutku želim:

Predati upitnik i završiti s ispunjavanjem

Nastaviti dalje na drugi stresor

*[Upitnik od stresora na dalje se ponavlja još dva puta. Nakon svakog imaju priliku predati ili nastaviti dalje.]*

## Prilog 2. Faktorska struktura upitnika korištenih u glavnom istraživanju

### Upitnik procjene stresora

Utvrđeno je odstupanje od multivarijatne normalnosti (Mardia spljoštenost = 16.87,  $p < .001$ ) stoga su modeli konfirmatorne faktorske analize procijenjeni pomoću robusne metode najveće vjerojatnosti. U sklopu ove analize testirano je finalno rješenje dobiveno u predistraživanju koje je pokazalo dobru prikladnost modela podacima ( $\chi^2(115) = 188.18$ ,  $p = 0.001$ , RMSEA = 0.05, 90% CI [0.03, 0.06],  $p_{close} = 0.64$ , CFI = 0.95, TLI = 0.94, SRMR = 0.06). U Tablici 25. nalaze se faktorska zasićenja čestica *Upitnika procjene stresora*. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .74 za *dobitak*, .81 za *gubitak* i .89 za *kontrolu*.

Korelacije među faktorima iznosile su: gubitak – kontrola ( $r = -0.54$ ,  $p < .001$ ), gubitak – dobitak ( $r = -0.18$ ,  $p = .08$ ), kontrola – dobitak ( $r = 0.40$ ,  $p < .001$ )

Tablica 25. Faktorska zasićenja čestica Upitnika procjene stresora

faktor	čestica	nestandardizirano zasićenje	SE	standardizirano zasićenje	p
gubitak	27. Morao/la sam puno toga žrtvovati zbog tog stresora.	0.69	0.10	0.56	< .001
	16. Smatrao/la sam da će ta situacija imati negativan utjecaj na mene.	0.92	0.07	0.77	< .001
	17. Nisam bio/bila u mogućnosti napraviti ono što sam želio/željela zbog tog stresora.	0.84	0.08	0.63	< .001
	25. Smatrao/la sam da sam na gubitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.	0.82	0.09	0.65	< .001
	12. Tu situaciju smatrao/la sam prijetećom i očekivao/la sam da neće završiti dobro.	1.00	0.07	0.76	< .001
	21. Bio/Bila sam pod stresom jer sam želio/željela postupiti/reagirati bolje.	0.56	0.10	0.42	< .001
	2. Brinuo/la sam se što će se dogoditi.	0.42	0.09	0.33	< .001
	19. Smatrao/la sam da nisam toliko dobar/dobra kao što sam mislio/mislila da ću biti.	0.70	0.08	0.61	< .001
	6. Smatrao/la sam da će ishod situacije vezane uz navedeni stresor biti negativan.	0.64	0.09	0.51	< .001



kontrola	8. Smatrao/la sam da imam ono što je potrebno da se dobro nosim s tom situacijom.	0.79	0.05	0.91	< .001
	15. Smatrao/la sam da imam potrebne vještine koje mi mogu pomoći da postignem uspješan ishod te situacije.	0.79	0.06	0.78	< .001
	7. Smatrao/la sam da imam sposobnosti da se dobro snađem u toj situaciji.	0.79	0.06	0.87	< .001
	20. Smatrao/la sam da se dobro nosim s tim stresorom/tom situacijom.	0.75	0.06	0.73	< .001
	18. Pokazivao/la sam da imam resurse koji mi omogućavaju da se uspješno nosim s tom situacijom.	0.72	0.08	0.66	< .001
dobitak	28. Smatrao/la sam da sam na dobitku samim time što sam se našao/našla u takvoj situaciji.	0.69	0.11	0.50	< .001
	26. Smatrao/la sam da imam koristi od te situacije	0.72	0.13	0.48	< .001
	3. Smatrao/la sam da će situacija vezana uz navedeni stresor imati pozitivan utjecaj na mene.	0.89	0.11	0.68	< .001
	5. Smatrao/la sam da mogu postati snažnija osoba zbog tog problema.	0.97	0.11	0.71	< .001

#### Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša

Utvrđeno je odstupanje od multivarijatne normalnosti (Mardia spljoštenost = 13.03,  $p < .001$ ) stoga su modeli konfirmatorne faktorske analize procijenjeni pomoću robusne metode najveće vjerojatnosti. U sklopu ove analize testirano je finalno rješenje dobiveno u predistraživanju koje je pokazalo dobru prikladnost modela podacima ( $\chi^2(24) = 27.87$ ,  $p = 0.27$ , RMSEA = 0.03, 90% CI [0.00, 0.07],  $p_{close} = 0.79$ , CFI = 0.99, TLI = 0.98, SRMR = 0.05). U Tablici 26. prikazana su faktorska zasićenja čestica *Upitnika suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša*. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .77 za ventiliranje emocija, .64 za izbjegavanje situacije i traženje distrakcije i .77 za rješavanje problema. Korelacije među faktorima iznosile su: ventiliranje emocija – izbjegavanje situacije i traženje distrakcije ( $r = 0.48$ ,  $p < .001$ ), ventiliranje emocija – rješavanje problema ( $r = 0.16$ ,  $p = .061$ ), izbjegavanje situacije i traženje distrakcije – rješavanje problema ( $r = -0.06$ ,  $p = .548$ )

Tablica 26. Faktorska zasićenja čestica Upitnika suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša

Faktor	čestica	nestandardizirano zasićenje	SE	standardizirano zasićenje	p
ventiliranje	36. Pokazivao/la sam svoju frustraciju.	0.96	0.09	0.84	< .001
	41. Postao/la sam uzrujan/a i drugima sam jasno dao/dala do znanja da se tako osjećam	0.94	0.09	0.75	< .001
	24. Vikao/la sam.	0.76	0.10	0.62	< .001
izbjegavanje	32. Bavio/la sam se nečim drugim da odvratim misli sa situacije.	0.89	0.11	0.87	< .001
	40. Izbjegavao/la sam razmišljati o situaciji.	0.71	0.10	0.65	< .001
	8. Privremeno sam se udaljio/la iz situacije.	0.66	0.12	0.52	< .001
rješavanje	18. Poduzeo/la sam konkretne korake kako bi riješio/riješila taj problem.	0.94	0.11	0.65	< .001
	6. Pokušao/la sam pronaći način da promijenim situaciju.	1.01	0.10	0.73	< .001
	42. Razmišljao/la sam o koracima koje trebam napraviti da riješim taj problem.	1.04	0.09	0.83	< .001

#### Upitnik emocija u sportu

Utvrđeno je odstupanje od multivarijatne normalnosti (Mardia spljoštenost = 19.93,  $p < .001$ ) stoga su modeli konfirmatorne faktorske analize procijenjeni pomoću robusne metode najveće vjerojatnosti. U sklopu ove analize testirano je finalno rješenje dobiveno u predistraživanju koje je pokazalo dobru prikladnost modela podacima ( $\chi^2(160) = 270.53$ ,  $p < 0.001$ , RMSEA = 0.06, 90% CI [0.05, 0.07],  $p_{close} = 0.095$ , CFI = 0.97, TLI = 0.96, SRMR = 0.06). U Tablici 27. prikazana su faktorska zasićenja čestica *Upitnika emocija u sportu*. Pouzdanosti dobivenih faktora izmjerene su pomoću Cronbachove  $\alpha$  te su iznosile: .79 za *anksioznost*, .92 za *uzbuđenje*, .90 za *ljutnju*, .98 za *sreću* i .87 za *utučenost*. Korelacije među faktorima iznosile su: *anksioznost* – *uzbuđenje* ( $r = 0.21$ ,  $p = .012$ ), *anksioznost* – *ljutnja* ( $r = 0.57$ ,  $p < .001$ ), *anksioznost* – *sreća* ( $r = -.01$ ,  $p = .93$ ), *anksioznost* – *utučenost* ( $r = .54$ ,  $p < .001$ ), *uzbuđenje* – *ljutnja* ( $r = -.15$ ,  $p = .08$ ), *uzbuđenje* – *sreća* ( $r = .92$ ,  $p < .001$ ), *uzbuđenje* – *utučenost* ( $r = -.29$ ,  $p < .001$ ), *ljutnja* – *sreća* ( $r = -.30$ ,  $p < .001$ ), *ljutnja* – *utučenost* ( $r = -.29$ ,  $p < .001$ ), *sreća* – *utučenost* ( $r = -.39$ ,  $p < .001$ ).

Tablica 27. Faktorska zasićenja čestica Upitnika emocija u sportu

<b>Faktor</b>	<b>čestica</b>	<b>nestandardizirano zasićenje</b>	<b>SE</b>	<b>standardizirano zasićenje</b>	<b>p</b>
Anksioznost	1.Zabrinuto	0.72	0.08	0.58	< .001
	6. Napeto	0.97	0.07	0.79	< .001
	11.Nervozno	1.06	0.07	0.79	< .001
	16.Prestrašeno	0.88	0.08	0.62	< .001
Uzbuđenje	3. Ushićeno	1.43	0.05	0.91	< .001
	8. Uzbuđeno	1.33	0.06	0.88	< .001
	13.Entuzijastično	1.23	0.07	0.82	< .001
	18. Energično	1.15	0.07	0.81	< .001
Ljutnja	4. Razdraženo	0.96	0.08	0.71	< .001
	9. Bijesno	1.08	0.08	0.86	< .001
	14. Iznervirano	1.19	0.07	0.87	< .001
	19. Ljuto	1.08	0.08	0.89	< .001
Sreća	5. Zadovoljno	1.52	0.05	0.93	< .001
	10. Radosno	1.64	0.04	0.97	< .001
	15. Veselo	1.61	0.04	0.97	< .001
	20. Sretno	1.61	0.05	0.96	< .001
Utučenost	7. Tužno	1.16	0.06	0.78	< .001
	12. Nesretno	1.14	0.07	0.84	< .001
	17. Razočarano	1.04	0.09	0.82	< .001
	22. Utučeno	0.87	0.09	0.73	< .001

## 12. ŽIVOTOPIS

Rebeka Prosoli (rođ. Tandarić) rođena je u Zagrebu 1988. godine. U Samoboru je završila osnovnu školu i opću gimnaziju. Diplomirala je na *Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu* 2014. godine. Vježbenički staž odradila je na *Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu* nakon čega 2015. godine polaže stručni ispit te stječe *Osnovnu dopusnicu Hrvatske psihološke komore* za samostalno obavljanje psihološke djelatnosti. 2016. godine pri *Centru za obrazovanje nastavnika Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu* završava dopunsku pedagoško-psihološko-didaktičko-metodičku izobrazbu nastavnika (60 ECTS). 2017. godine završava jednogodišnju *Edukaciju za stjecanje posebne dopusnice iz psihologije sporta* te postaje licencirani sportski psiholog u RH (specijalnost u području psihologije sporta). Poslijediplomski doktorski studij psihologije na *Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu* upisala je 2017. godine.

Od 2012. godine angažirana je kao Sport Psychology Advisor u *Judospace Co.* (Bath, Engleska). Od 2014. godine angažirana je kao vanjski suradnik na *Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu* na kojem se zapošljava 2016. godine kao asistent na predmetima *Elementi psihologije* i *Psihologija sporta i tjelesnog vježbanja*. Izvodi nastavu i na predmetu *Odabrana poglavlja zdravstvene psihologije*, izbornom predmetu *Djeca u sportu* te na predmetu *Psihologija sporta* na stručnom studiju za izobrazbu trenera. Tajnica je *Sekcije za psihologiju sporta i tjelesnog vježbanja Hrvatskog psihološkog društva* od 2015. godine. Od 2016. do 2018. godine bila je Country Representative pri *European Network of Young Specialists in Sport Psychology* (ENYSSP).

Judom se bavila više od 20 godina, a od 2009. do 2019. godine radila je kao trener juda u *judo klubu „Samobor“*. Nositeljica je crnog pojasa 3. dan i bivša članica reprezentacije. Od 2010. do 2012. godine pohađala je edukaciju za trenera juda *Hrvatske olimpijske akademije* čijim završetkom postaje trener juda te stječe *EJU Level 3 Performance Judo Coaching Award* (trenerska edukacija Europske judo federacije, Cambridge, Engleska). Od 2017. godine bavi se praktičnim radom vezanim uz psihološku pripremu sportaša te je do sada imala priliku raditi sa sportašima, trenerima i roditeljima iz 15-ak različitih sportova na svim razinama natjecanja.

Do sada je u koautorstvu objavila devet znanstvenih radova u časopisima, šest znanstvenih i stručnih radova u zbornicima znanstvenih skupova, jedno stručno poglavlje u knjizi te tridesetak znanstvenih i stručnih sažetaka u zbornicima skupova. Bila je suradnica u

organizaciji te članica programskog i organizacijskog odbora 2., 3. i 4. međunarodnog simpozija i jednodnevne edukacije iz psihologije sporta u Zagrebu. Sudjelovala je na nekolicini višednevnih edukacija: *Certificate in Sport Psychology for Athletes Development* (Barca Innovation Hub; 4 mjeseca), *8-tjedni tečaj mindfulnessa zasnovan na programu kognitivne terapije pune svjesnosti* (voditeljica: prof. Dragica Barbarić; 8 tjedana), *Intensive Course in Sport and Exercise Psychology* (organizator: Liepzig University; 7 dana), *Intensive Course of the European Master in Sport and Exercise Psychology* (Organizator: University of Thessaly; 6 dana) te nekolicini jednodnevnih edukacija od kojih su najznačajnije: *Mindfulness in Sport* (voditelji: prof.dr.sc Renata Barić i Adam Kocian), *Intervention Techniques for 21<sup>st</sup> Century Sport and Exercise Psychologist* (voditelj: dr. Costas Karageorghis), *Competences in Applied Sport Psychology* (voditelj: dr. Paul Wylleman), *Integrating the 5Cs Approach in Your Professional Consulting Services* (voditelj: dr. Chris Harwood) i *Wartegg test crteža* (voditeljice: mr.sc. Andreja Kostelić- Martić i prof.dr.sc. Nataša Jokić-Begić). Trenutno pohađa 2. stupanj edukacije iz kognitivno-biheviornalne terapije pri Hrvatskom udruženju za biheviornalno-kognitivne terapije (HUBIKOT).

## **Bibliografija:**

### **Znanstveni radovi:**

- Prosoli, R., Banai, B., Barić, R., Lochbaum, M., Cooper, S. i Jelić, M. (2021). Causal attributions for success and failure among athletes: Validation of the Croatian version of the revised Causal dimension scale (CDS-II). *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 25(4), 241-249.
- Prosoli, R., Lochbaum, M. i Barić, R. (2021). Parents at the sport competition: How they react, feel and cope with the event. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 25(2), 114-124. doi:10.15561/26649837.2021.0206
- Prosoli, R., Lochbaum, M. i Barić, R. (2021). Emotional reactions of parents watching their child compete. U S. Šalaj i D. Škegro (Ur.), *9th International Scientific Conference on Kinesiology- Proceedings* (str. 621-625). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Prosoli, R., Barić, R., Krnjeta Ivanović, S. i Karlović, M. (2020). Tko je kriv? Razlozi u pozadini sportskog uspjeha i neuspjeha. U L. Milanović, V. Wertheimer i I. Jukić (Ur.), *18. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša 2020-Zbornik radova* (str. 287-290). Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.

- Samuel, R., Basevitch, I., Wildikan, L., Prosoli, R. i McDonald, K. (2020). Please stop changing the rules! The modifications of judo regulations as a change-event in judokas' and coaches' careers. *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics*, 23(4), 774-794. doi:10.1080/17430437.2019.1669911
- Lochbaum, M., Prosoli, R. i Barić, R. (2017). Cardiovascular and Energy Requirements of Parents Watching Their Child Compete: A Pilot Mixed-Methods Investigation. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 21(6), 279-284.
- Trajković, N., Šančić, J., Scruton, A., Prosoli, R., Štefan, L., Sporiš, G. i Madić, D. (2017). Active recovery vs sodium bicarbonate: impact on lactic acid removal following a specific judo effort. *Archives of Budo*, 13, 10-19.
- Štefan, L., Juranko, D., Prosoli, R., Barić, R. i Sporiš, G. (2017). Self-Reported Sleep Duration and Self-Rated Health in Young Adults. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 13(7), 899-904. doi:10.5664/jcsm.6662
- Novak, D., Štefan, L., Prosoli, R., Emeljanovas, A., Mieziene, B., Milanović, I. i Radisavljević-Janić, S. (2017). Mediterranean diet and its correlates among adolescents in non-Mediterranean European countries: a population-based study. *Nutrients*, 9(2), 177. doi: 10.3390/nu9020177
- Starčević, N., Prosoli, R. i Baić, M. (2017). Assessment of trait anxiety levels on elite junior and U23 Croatian wrestlers. U D. Milanović, G. Sporiš, S. Šalaj i D. Škegro (Ur.), *Proceedings Book of 8th International Scientific Conference on Kinesiology*. (str. 563-566). Zagreb, Faculty of Kinesiology, University of Zagreb, Croatia.
- Prosoli, R., Barić, R. i Jurković, M. (2017). Why? A question behind every outcome finally answered. U D. Milanović, G. Sporiš, S. Šalaj i D. Škegro (Ur.), *Proceedings Book of 8th International Scientific Conference on Kinesiology* (str. 542-546). Zagreb, Faculty of Kinesiology, University of Zagreb, Croatia.
- Štefan, L., Prosoli, R., Juranko, D., Čule, M., Milinović, I., Novak, D. i Sporiš, G. (2017). The Reliability of the Mediterranean Diet Quality Index (KIDMED) Questionnaire. *Nutrients*, 9(4), 419. doi:10.3390/nu9040419.
- Prosoli, R., Štefan, L., Barić, R. i Sporiš, G. (2015). Physical, physiological and psychological fitness of independent active and non-active older female adults. *Baltic Journal of Sport & Health Sciences*, 99(4), 46-53.

### **Stručni radovi:**

- Prosoli, R. i Barić, R. (2022). From "you can't" to paralympic games and how sport psychology helps. U R. Barić (Ur.), *4th International Sport Psychology Symposium "Reach your full potential with sport psychology"* (str. 58-61). Zagreb, Hrvatska, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Prosoli, R., Karlović Vragolov, M. i Barić R. (2022). Kako trener može poticati i razvijati suradnički odnos s roditeljima mladih sportaša? U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić i I. Krakani (Ur.), *Zbornik radova 20. međunarodna online konferencija "Kondicijska priprema sportaša 2022"* (str. 381-384). Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.

Barić, R. i Prosoli, R. (2018). Psychological preparation program for young judo players, their coaches and parents. U H. Sertić, S. Čorak i I. Segedi (Ur.), *5th European Judo Research and Science Symposium & 4th Scientific and Professional Conference: "Applicable Research in Judo"- Proceedings Book* (str. 45-48). Zagreb, University of Zagreb Faculty of Kinesiology, Croatia.

***Poglavlja u knjigama:***

Prosoli, R. i Barić, R. (2018). Psychological preparation for the judoka. U Callan, M. (Ur.), *Science of judo* (str. 130-141). New York, Routledge.