

Obrasci suočavanja s neuspjehom u školi, konzumacija lakih droga i aktivnosti u slobodnom vremenu srednjoškolaca

Petra Anić, Ingrid Brdar

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci

Sažetak

Cilj je rada bio provjeriti klasifikaciju ispitanika u grupe s obzirom na različite obrasce suočavanja s akademskim stresom, a potom usporediti dobivene grupe prema nekim obilježjima (školski uspjeh, samopoštovanje i anksioznost, način provođenja slobodnog vremena i konzumacija nekih opojnih sredstava).

U ispitivanju je sudjelovalo 270 učenika (75 muških i 192 ženskih ispitanika) srednjih škola, prosječne dobi 17.19 godina. Učenici su klasificirani u četiri grupe ovisno o načinu suočavanja s akademskim stresom.

Prva grupa obuhvaća učenike koji su najviše skloni zaboravljanju kao načinu suočavanja sa stresom. Oni najviše konzumiraju alkohol, iako je razlika značajna samo u odnosu na grupu Problem i podrška, a loša je ocjena za njih manje stresna nego za većinu učenika. Učenici iz druge grupe u stresnoj su situaciji usmjereni na rješavanje problema i traženje socijalne podrške. Oni imaju najviše samopoštovanje, najmanje konzumiraju alkohol i lake droge, a više slobodnog vremena posvećuju aktivnostima vezanim uz kulturu ili druženju s braćom i sestrama. Treća grupa obuhvaća učenike koji malo koriste bilo koju strategiju suočavanja sa stresom. Njima loša ocjena nije jako stresna, nemaju visoku anksioznost i imaju dosta visoko samopoštovanje. U slobodno se vrijeme najviše bave sportom, najmanje izlaze i malo vremena posvećuju kulturi. Za učenike u četvrtoj grupi, koji najviše koriste emocijama usmjereno suočavanje i traže podršku, dobivanje je loše ocjene najviše stresno. Imaju najvišu anksioznost i najmanje samopoštovanje, najviše konzumiraju lake droge i dosta puše. U slobodno vrijeme više izlaze od ostalih učenika.

Ključne riječi: suočavanje sa stresom, lake droge, aktivnosti u slobodnom vremenu, srednjoškolci (adolescenti)

✉ Ingrid Brdar, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci, Omladinska 14, 51000 Rijeka. E-mail: ibrdar@ffri.hr

Prikazani rezultati su prikupljeni u okviru znanstvenog projekta *Odrednice optimalnog razvoja i psihološke dobrobiti adolescenata* (009-0342618-2193), provedenog uz potporu Ministarstva znanosti, obrazovanja i športa Republike Hrvatske

UVOD

Adolescencija je razdoblje života u kojem se osoba suočava s nizom razvojnih zadataka. Uz normativne zadatke (razvoj identiteta, postizanje neovisnosti od obitelji i prelazak iz djetinjstva u odraslu dob), adolescenti moraju ostvariti svoje socijalne uloge u odnosima s vršnjacima i osobama suprotnog spola, završiti školovanje i donijeti odluke vezane uz buduću karijeru (Frydenberg i Lewis, 1993). Svaki od navedenih zadataka može predstavljati izvor stresa.

Compas i sur. (2001) definiraju suočavanje kao "svjesno i namjerno ulaganje napora kako bi se regulirale emocije, kognicije, ponašanje, fiziologija i okolina u odgovaranju na stresne događaje ili okolnosti" (str. 89). Navedeni regulacijski procesi ovise o biološkom, kognitivnom, socijalnom i emocionalnom razvoju osobe. Zajedno s promjenama u kognitivnom funkcioniranju mijenjaju se i strategije suočavanja, a ovise i o različitim životnim zahtjevima i socijalnoj podršci (Williams i McGillicuddy-De Lisi, 2000). Stariji adolescenti raspolažu većim brojem strategija suočavanja sa stresom nego mladi. U funkciji dobi povećava se izbor učinkovitih, ali i neučinkovitih strategija, poput smanjenja napetosti konzumiranjem alkohola i droga (Frydenberg i Lewis, 1993).

Neuspjeh u školi predstavlja specifičan izvor stresa kod školske populacije, a prema nekim autorima radi se o najčešćem izvoru stresa kod adolescenata (Halstead, Johnson i Cunningham, 1993). Kod srednjoškolaca je najčešći izvor stresa briga za budućnost (očekivanja od buduće karijere, planovi za budućnost), a slijede stres vezan uz školu, pritisak od strane roditelja za preuzimanje odgovornosti i neslaganje s roditeljima (DeAnda i sur., 2000).

Velik je broj istraživanja ispitivao spolne razlike u suočavanju sa stresom kod adolescenata, ali dobiveni rezultati nisu konzistentni. Neki autori navode da djevojke češće koriste emocijama usmjereno suočavanje i izbjegavanje (Windle i Windle, 1996), afektivno rasterećenje (DeAnda i sur., 2000), pa čak i konzumaciju droga (Frydenberg i Lewis, 1993). Pokazalo se da su djevojke sklonije neadaptivnim strategijama suočavanja, poput izbjegavanja problema (Seiffge-Krenke i Shulman, 1990) i rezignacije (Donaldson i sur., 2000). Druga su istraživanja dobila suprotne rezultate: djevojke više koriste rješavanje problema, a mladići suočavanje usmjereno na emocije ili pak nastoje zaboraviti problem (Brdar i Rijavec, 1997) i više konzumiraju opojna sredstva u suočavanju sa stresom (DeAnda i sur., 2000).

Jedan se od uzroka ovako nekonzistentnih rezultata može tražiti u različitom određivanju suočavanja: neka su se istraživanja usmjerila na suočavanje sa stresom općenito, dok su druga obuhvatila suočavanje sa specifičnim izvorom stresa, na primjer suočavanje s lošom ocjenom ili suočavanje sa stresom u interpersonalnim odnosima. Navedena su istraživanja također različito klasificirala strategije suočavanja.

Način suočavanja sa stresom bitno utječe na ishode suočavanja. Učenici koji upotrebljavaju pozitivne strategije suočavanja sa stresom intrinzično su motivirani za učenje, a neuspjeh, atribuiran nestabilnim faktorima, prati manje negativnih emocija. Ovi učenici smatraju se kompetentnijima pri izvršavanju školskih obaveza i imaju viši osjećaj vlastite vrijednosti (samopoštovanje) (Mantzicopoulos, 1997). Suočavanje usmjereno na problem pozitivno je povezano sa školskim uspjehom, a negativno s emocionalnim problemima i problemima u ponašanju (Windle i Windle, 1996). Emocijama usmjereno suočavanje vrlo je dobar prediktor depresivnog raspoloženja, ali je slab prediktor konzumacije alkohola i akademskog funkcioniranja. Izbjegavanje kao način suočavanja negativno je povezano s prosječnim uspjehom i depresijom, a pozitivno s problemima konzumacije alkohola.

Istraživanja pokazuju da je neuroticizam jedna od ključnih dimenzija za izbor strategije suočavanja. Neuroticizam vodi većem izlaganju i reaktivnosti na dnevne stresore (Bolger i Schilling, 1991). Aktivno je suočavanje povezano s nižom anksioznošću (Carver, Scheier i Weintraub, 1989), dok je nezrelo suočavanje (McCrae i Costa, 1986) povezano s neuroticizmom (neprijateljsko ponašanje, maštanje o bijegu, samookrivljavanje, uzimanje sredstava za smirenje i povlačenje). Anksiozni učenici češće emocionalno reaguju, traže socijalnu podršku i skloni su samookrivljavanju (Brdar i Rijavec, 1997).

Samopoštovanje može predstavljati odbojnik stresa, moderator, medijator ili ishod (Lacković-Grgin, 2000). Aktivno suočavanje, planiranje, pozitivna reinterpretacija i osobni rast pozitivno su povezani s visokim samopoštovanjem (Carver i sur., 1989). Adolescenti koji imaju više samopoštovanje češće koriste problemu usmjereno suočavanje, a manje emocijama usmjereno suočavanje, kada ih se uspoređi s adolescentima nižeg samopoštovanja (Mullis i Chapman, 2000). Neadaptivne strategije suočavanja, poput bihevioralnog dezangažmana i samookrivljavanja, povezuju se s niskim samopoštovanjem (Lane, Jones i Stevens, 2002).

Suočavanje izbjegavanjem, emocionalno suočavanje putem ljutnje i druženje s vršnjacima često je povezano s češćim konzumiranjem alkohola i opojnih tvari, dok je suočavanje usmjereno na rješavanje problema negativno povezano s konzumacijom alkoholnih pića i pušenjem (Wagner, Myers i McIninch, 1999). Veća izloženost stresnim životnim događajima povećava rizik za konzumaciju opojnih sredstava (Wills i sur., 2001). Kod adolescentne populacije stres doživljen u školskoj okolini može pridonijeti devijantnom ponašanju, poput konzumacije kanabisa (Cumsille i Darling, 2001, Butters, 2002).

Iako adolescenti dosta vremena posvećuju učenju i školi te izvršavanju raznih obaveza, velik se dio ukupnog vremena koje provode budni odnosi na slobodno vrijeme. Neka istraživanja kažu da se radi o 40% do 50% vremena (Larson i Verma, 1999). Slobodne se aktivnosti definiraju kao aktivnosti kojima se ljudi bave onda kada ne rade, dragovoljne su, intrinzično motivirane, a

zahtijevaju više inicijative, organizacije i regulacije nego aktivnosti koje određuju drugi (Larson i Verma, 1999).

Slobodno se vrijeme često povezuje sa stresom. Nedostatak slobodnog vremena i prevelik broj obaveza mogu predstavljati izvor stresa (Shaw i sur., 1996). Zbog toga je važno upravljanje vremenom, jer postavljanje ciljeva i definiranje prioriteta smanjuje bihevioralne reakcije na stres, a povećava kognitivne strategije usmjerene na rješavanje tih situacija (Misra i McKean, 2000). Dosada i loše organizirano slobodno vrijeme također mogu biti značajan izvor stresa (Shaw i Caldwell, 1996; Caldwell i sur., 1999), posebice kod mladih ljudi koji konstantno traže određenu razinu stimulacije (Frydenberg, 1997). Dosada u slobodno vrijeme povezana je s uključenošću u devijantne aktivnosti, posebice upotrebu opojnih sredstava i delinkvenciju (Iso-Ahola i Crowley, 1991), što je vrlo važno uzme li se u obzir da 30% srednjoškolaca govori o dosadi tijekom vremena provedenog izvan škole (Shaw i sur., 1996).

Suočavanje povezano sa slobodnim vremenom važan je prediktor neposrednih ishoda suočavanja, mentalnog zdravlja i psihološke dobrobiti (Iwasaki, 2001). Budući da slobodne aktivnosti pojedinac bira sam, one mu pružaju osjećaj slobode i osobne kontrole mnogo više nego druge aktivnosti, kao što su škola ili posao, stoga omogućavaju orijentiranje ka samoodređenju. Takva orijentacija pruža osjećaj kontrole i u stresnoj situaciji, što pak pomaže učinkovitom suočavanju sa stresorima. Na primjer, studenti koji se bave sportom naveli su da im sport pruža osjećaj samoodređenja, kontrole i kompetencije, ne samo u području sporta kojim se bave, što im olakšava suočavanje s različitim stresorima (Kimball i Freysinger, 2003). Prijateljstvo koje se razvija tijekom bavljenja slobodnim aktivnostima može biti važan izvor suočavanja: omogućava emocionalnu podršku kada osoba ima problema s drugim emocionalnim vezama, podršku samopouzdanju kada je ono narušeno neuspjehom, ili pak omogućava dobivanje novih informacija (Kimball i Freysinger, 2003). No, previše socijalne podrške tijekom slobodnih aktivnosti može imati i negativan utjecaj: pojedinac može izgubiti osjećaj slobode u donošenju odluka jer mu bliska osoba neprestano želi pomagati (Coleman i Iso-Ahola, 1993). Međutim, intenzivno bavljenje nekom slobodnom aktivnošću, primjerice sportom, zahtijeva dosta vremena pa može premalo vremena ostati za prijateljstva s vršnjacima, a posljedica može biti manja mogućnost dobivanja socijalne podrške. Ukratko, potrebno je kontinuirano procjenjivanje i balansiranje između dobiti i gubitaka koje donosi bavljenje sportom (Kimball i Freysinger, 2003).

Aktivnosti u slobodnom vremenu izazivaju pozitivne emocije (Hills i Argyle, 1989) pa mogu imati samozaštitnu funkciju i ublažavati efekte negativnih događaja i služiti kao distrakcija od stresa (Kleiber, Hutchinson i Williams, 2002). Način provođenja slobodnog vremena može se promatrati kao jedan od načina suočavanja sa stresom (Iwasaki, MacTavish i MacKay, 2005). Suočavanje putem aktivnosti u slobodnom vremenu smanjuje negativne efekte stresa na zdravlje, a taj je efekt jači što je veći intenzitet stresa (Iwasaki, 2006). Aktivno provođenje slobodnog

vremena omogućava odmor od situacija i misli koje izazivaju stres i omogućava emocionalni, psihološki i fizički oporavak koji povećava otpornost i sposobnost proaktivnog suočavanja. Seligman i Peterson (2003) ističu da najbolji terapeuti ne smanjuju štetu nego pomažu ljudima prepoznati i izgraditi vlastite snage. "Izgradnja snaga vjerojatno je ključni element u prevenciji kliničkih poremećaja" (str. 314).

Većina istraživanja proučava pojedinačne strategije suočavanja i njihovu učinkovitost. Međutim, pojedinac u stresnoj situaciji može istovremeno primijenjivati više strategija. Zbog toga je zanimljivo utvrditi različite obrasce suočavanja učenika, a zatim usporediti učenike s različitim obrascima kako bi se utvrdilo u čemu se oni razlikuju.

Cilj je ovog rada bio istražiti odnos između suočavanja sa stresom i načina provođenja slobodnog vremena. Željeli smo ispitati mogu li se ispitanici klasificirati u grupe s različitim obrascem suočavanja s lošom ocjenom, te usporediti ove grupe prema nekim obilježjima (školski uspjeh, samopoštovanje i anksioznost, način provođenja slobodnog vremena i konzumacija nekih opojnih sredstava).

U istraživanju smo krenuli od pretpostavke da će grupe koje se bolje suočavaju sa stresom imati bolji školski uspjeh, više samopoštovanje i nižu anksioznost, da će manje konzumirati opojna sredstva od učenika koji se lošije suočavaju sa stresom, te da će aktivnije provoditi svoje slobodno vrijeme.

METODA

Ispitanici i postupak

U ispitivanju je sudjelovalo 270 učenika (75 muških i 192 ženskih ispitanika) iz jedne gimnazije i dviju strukovnih škola. U svakoj je školi sudjelovao po jedan prvi, drugi, treći i četvrti razred, a obuhvaćeni su različiti smjerovi. Ukupno je bilo 77 učenika iz prvog razreda, 71 iz drugog, 59 iz trećeg i 63 iz četvrtog razreda. Prosječna je dob učenika 17.19 godina.

Ispitivanje je provedeno grupno, za vrijeme redovite nastave na kraju školske godine. Učenici su ispunjavali upitnike tijekom jednoga školskog sata.

Instrumenti

Upitnik o načinima provođenja slobodnog vremena (Brdar i Lončarić, 2004)

Učenici su trebali procijeniti koliko se često bave svakom od 52 navedene aktivnosti, zaokruživanjem broja na skali Likertova tipa, brojem od 1 (nikada) do 5

(jako često). Faktorska analiza na zajedničke faktore s oblimin-rotacijom pokazala je 7 faktora koji objašnjavaju 44.90% varijance upitnika. Tvrdnje koje su na pripadajućem faktoru imale zasićenje manje od 0.30 i tvrdnje sa zasićenjem na više faktora isključene su iz analize. Konačan oblik upitnika sadrži 36 aktivnosti u 7 podskala: izlasci, sport, kultura, vrijeme s braćom i sestrama, vrijeme provedeno uz kućne ljubimce, kompjutori i aktivno slobodno vrijeme. Izlasci se odnose na odlaske u kafiće, u disko, na zabave, koncerte i drugo. Podskala Kultura uključuje aktivnosti kao što su čitanje knjiga, odlazak u kazališta i na predavanja ili predstavljanja knjiga. Podskala Kućni ljubimci uključuje brigu, šetnju ili igru s kućnim ljubimcima. Aktivno slobodno vrijeme obuhvaća organizirane aktivnosti, kao što su gluma, ples, sviranje, crtanje i sl.

Pouzdanost pojedinih podskala (Cronbachov alfa) kretala se od 0.63 za Aktivno slobodno vrijeme do 0.87 za Kućne ljubimce.

Upitnik "Strategije suočavanja s neuspjehom u školi" (Brdar i Rijavec, 1997, Rijavec i Brdar, 1997)

Primijenjena je duža verzija upitnika sa 71 tvrdnjom, koje se odnose na različite načine suočavanja s neuspjehom u školi. Učenici su na skali Likertova tipa od 1 do 5 procijenili koliko navedene tvrdnje opisuju njihovo ponašanje kada dobiju negativnu ocjenu, ili manju ocjenu nego što su očekivali. Provedena je faktorska analiza na zajedničke faktore s oblimin-rotacijom. Iz analize su isključene tvrdnje s podjednakim opterećenjem na više faktora, kao i tvrdnje s opterećenjima manjim od 0.35 pa konačni oblik upitnika ima 47 tvrdnji. Pet faktora objašnjava 40.40% varijance: Socijalna podrška, Emocije, Zaboravljanje, Rješavanje problema i Obitelj. Dobivena je zadovoljavajuća pouzdanost – koeficijent Cronbachov alfa kretao se od 0.82 (Zaboravljanje i Obitelj) do 0.89 (Socijalna podrška).

Ljestvica samopoštovanja (Coopersmith, 1967; Lacković-Grgin i Bezinović, 2002)

Primijenjen je skraćeni oblik od 25 tvrdnji, koji su prilagodili Lacković-Grgin i Bezinović (2002). Zadatak je ispitanika bio da za svaku tvrdnju procijene je li točna ili netočna kada se primijeni na njih. Koeficijent pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije iznosi 0.83.

Ljestvica anksioznosti za djecu (Purić, 1992)

Ljestvica se sastoji od 27 tvrdnji generalizirane anksioznosti. Ispitanici su za svaku tvrdnju procijenili je li ona točna ili nije kada se primijeni na njih. Cronbachov alfa koeficijent na ovom uzorku iznosi 0.83.

Kognitivna procjena stresa

Učenici su procijenili koliko je za njih stresno dobivanje loše ocjene na skali od 1 (uopće nije stresno) do 5 (jako je stresno).

Konsumacija alkohola, cigareta i lakih droga

Ispitanici su procijeniti koliko dana u jednom mjesecu (prosječno) puše, piju alkoholna pića i konzumiraju lake droge (na skali od 0 do 30). Procjena se odnosi samo na učestalost konzumacije, a ne na količinu lakih droga.

REZULTATI

Formiranje grupa (klastera)

Klaster-analizom (K-means) je provjereno mogu li se učenici klasificirati prema različitim strategijama suočavanja s neuspjehom u školi. Dobivene su četiri grupe (tablica 1):

1. *Zaboravljanje* – grupa obuhvaća učenike koji nastoje zaboraviti dobivanje loše ocjene
2. *Rješavanje problema i traženje socijalne podrške* – u ovu su grupu izdvojeni učenici koji su skloni rješavanju problema i traženju pomoći i podrške od prijatelja i obitelji
3. *Niski rezultati* – uključuje učenike koji rijetko koriste bilo koju strategiju suočavanja
4. *Emocije i podrška* – obuhvaća učenike koji upotrebljavaju sve strategije suočavanja, a najviše emocijama usmjereno suočavanje.

Tablica 1. Grupe (klasteri) prema strategijama suočavanja (z-vrijednosti)

Strategije suočavanja	Zaboravljanje	Problem i podrška	Niski rezultati	Emocije i podrška
Socijalna podrška	-0.26	0.67	-0.91	0.76
Emocije	-0.23	-0.45	-0.37	1.47
Zaboravljanje	0.57	-0.35	-0.76	0.59
Problem	0.18	0.72	-1.02	0.11
Obitelj	-0.47	0.97	-0.69	0.38

Sastav grupa prema spolu i dobi

Sastav grupa dobivenih klaster-analizom prema spolu i dobi (razredu u školi) prikazan je u tablici 2. Grupe su se razlikovale prema spolu ($\chi^2 = 37.57$, $p < .01$), ali ne prema dobi ($\chi^2 = 6.75$, $p > .05$). Djevojke su podjednako zastupljene u svim grupama, pri čemu ih nešto više ima u grupi koja se odnosi na rješavanje problema i traženje pomoći i podrške (33.3%). Međutim, mladića ima najviše u grupi koja rijetko koristi bilo koju strategiju suočavanja (45.9%) i grupi koja je sklona zaboravljanju (37.8%). Usporedbom grupa s obzirom na spol, vidljivo je da u grupi „Zaboravljanje“ ima više mladića, no i djevojke su dosta zastupljene. Djevojke su najzastupljenije u grupi koja koristi rješavanje problema i traženje podrške, dok mladića upravo u toj grupi ima najmanje. Sličan, ali manje izražen odnos je i u grupi koja emocionalno reagira i traži podršku. U grupi koja rijetko koristi bilo koju od ponuđenih strategija ima najviše mladića, dok su djevojke najmanje zastupljene upravo u ovoj grupi.

Tablica 2. Sastav grupa s obzirom na razred i spol ispitanika (%)

		Zaboravljanje	Problem i podrška	Nisko	Emocije i podrška
Spol	Ženski	26.5	33.3	18.0	22.2
	Muški	37.8	6.8	45.9	9.5
Razred	1	27.6	25.0	31.6	15.8
	2	38.6	21.4	18.6	21.4
	3	25.9	25.9	27.6	20.7
	4	27.4	30.6	24.2	17.7
	N	80	68	68	50

Razlike u ispitanim varijablama obzirom na spol

Razlike između djevojaka i mladića u ispitanim varijablama provjerene su t-testom (tablica 3). Djevojke su anksioznije od mladića i više puše. Dobivanje loše ocjene za njih je značajno stresniji događaj. Slobodno vrijeme djevojke češće provode u izlascima, aktivnostima vezanim uz kulturu ili s kućnim ljujmcima, dok se mladići više bave sportom.

Tablica 3. Usporedba djevojaka i mladića u ispitanim obilježjima

Varijabla	Djevojke	Mladići	t
Uspjeh	2.68	2.77	0.40
Stresnost	3.07	2.43	4.37**
Samopoštovanje	15.36	16.28	1.97
Anksioznost	10.10	8.06	2.88**
Pušenje	10.43	6.36	2.53*
Alkohol	5.92	7.84	1.80
Lake droge	0.92	1.28	0.58
Izlasci	3.45	3.08	3.77**
Sport	1.77	3.15	9.49**
Kultura	2.33	2.00	3.04**
Braća	2.81	2.80	0.08
Ljubimci	2.27	1.86	2.60**
Kompjutor	1.92	2.13	1.83
Aktivno s. v.	1.43	1.41	0.35

*p < .05 **p < .01

Usporedba grupa

Grupe s različitim obrascima suočavanja uspoređene su prema različitim obilježjima (tablica 4). Budući da se sastav grupa značajno razlikuje po spolu, uz analizu varijance dodatno je analizom kovarijance kontroliran efekt spola. Nakon kontrole spola dvije razlike više nisu bile značajne – vrijeme provedeno u izlascima i sportu. Ove se razlike mogu pripisati različitom načinu provođenja slobodnog vremena djevojaka i mladića, a ne različitim obrascu suočavanja sa stresom.

Tablica 4. Usporedba grupa učenika s različitim obrascem suočavanja

	Zaboravljanje	Problem i podrška	Nisko	Emocije i podrška	ANOVA	ANCOVA ¹
	1	2	3	4	F _{3,265}	F _{3,265}
Uspjeh	2.68	2.86	2.89	2.21	2.29	2.31
Stresnost	2.70 _{2,4}	3.12 _{1,3,4}	2.40 _{2,4}	3.56 _{1,2,3}	14.08**	9.34*
Samopoštovanje	15.91 ₄	16.41 ₄	16.22 ₄	12.98 _{1,2,3}	12.96**	11.79**
Anksioznost	8.61 ₄	8.93 ₄	7.98 ₄	13.92 _{1,2,3}	17.26**	14.14**
Pušenje	11.56	7.13	7.45	11.00	2.35	2.38
Alkohol	8.25 ₂	4.45 ₁	6.18	7.06	3.64**	2.89*
Lake droge	0.81 ₄	0.09 ₄	0.79 ₄	2.43 _{1,2,3}	2.92*	2.99*
Izlasci	3.43 ₃	3.40 ₃	3.10 _{1,2,4}	3.55 ₃	4.22**	2.29
Sport	2.16 ₃	1.93 ₃	2.56 _{1,2,4}	1.97 ₃	4.63**	0.91
Kultura	2.13 ₂	2.54 _{1,3}	2.01 ₂	2.30	5.80**	3.75**

Tablica 4. nastavak

	Zaboravljanje	Problem i podrška	Nisko	Emocije i podrška	ANOVA	ANCOVA ¹
	1	2	3	4	F _{3,265}	F _{3,265}
Braća	2.54 ₂	3.23 _{1,3,4}	2.70 ₂	2.83 ₂	6.40**	6.64**
Ljubimci	2.21	2.26	1.96	2.22	0.77	0.22
Kompjutor	1.94	2.01	1.89	2.11	0.89	2.43
Aktivno s. v.	1.41	1.42	1.41	1.46	0.17	0.10

* $p < .05$ ** $p < .01$; ¹ analiza kovarijance u kojoj je kontroliran spol; razlike između grupa prikazane su indeksiranim brojevima (Student-Newman-Keulsov test)

Učenici u grupi *Zaboravljanje* procjenjuju dobivanje loše ocjene manje stresnim od učenika iz grupa *Problem i podrška* i *Emocije i podrška*, te konzumiraju više alkoholnih pića od učenika iz grupe *Problem i podrška*.

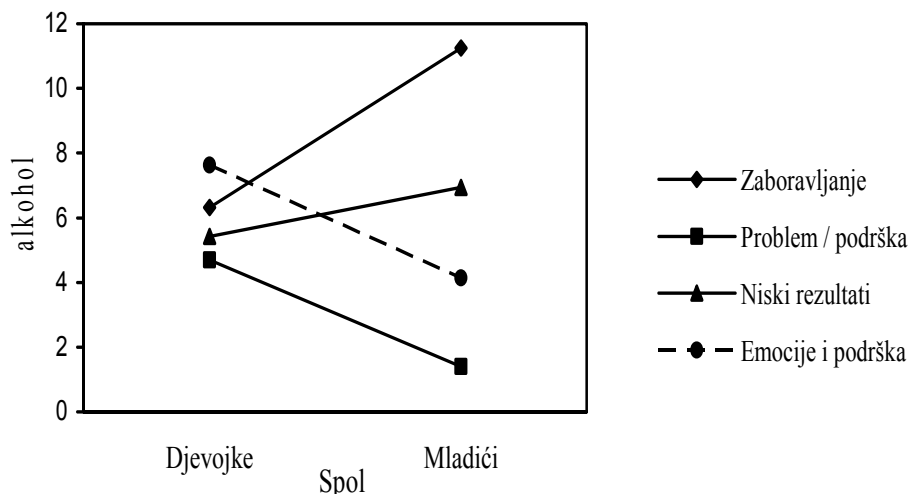
Učenici u grupi *Problem i podrška* procjenjuju dobivanje loše ocjene značajno stresnijim, te provode više slobodnog vremena družeći se s braćom i sestrama od učenika iz ostalih grupa. Učenici iz ove grupe više slobodnog vremena provode u aktivnostima vezanim uz kulturu od učenika iz grupa *Zaboravljanje* i *Nisko*.

Grupu *Niski rezultati* čine učenici koji se u slobodno vrijeme najviše bave sportom i najmanje izlaze. Ovi učenici procjenjuju dobivanje loše ocjene manje stresnim od učenika iz grupa *Problem i podrška* te *Emocije i podrška*.

Za učenike je u grupi *Emocije i podrška* dobivanje loše ocjene najviše stresno; imaju najvišu anksioznost, a najmanje samopoštovanje u odnosu na ostale grupe. Konzumiraju lake droge više od učenika iz grupa *Zaboravljanje* te *Problem i podrška*.

Dvosmjernom je analizom varijance provjereno postoji li značajna interakcija između obrazaca suočavanja i spola (slika 1). Jedina je značajna interakcija dobivena za konzumaciju alkohola ($F_{3,247} = 3.50$, $p < .05$). U grupama *Zaboravljanje* i *Niski rezultati* alkohol više piju mladići. U ostale dvije grupe alkohol više piju djevojke, ali u ovim je grupama broj mladića mnogo manji od broja djevojaka. Zbog toga razlike u konzumaciji alkohola unutar ovih grupa nisu značajne.

Slika 1. Konzumacija alkohola u odnosu na grupu i spol



RASPRAVA

Učenici su klasificirani u četiri grupe prema strategijama koje koriste prilikom suočavanja s lošom ocjenom. Ovi su rezultati slični klasterima suočavanja koje navode Rijavec i Brdar (1997) – u oba su se istraživanja izdvojile grupe za koje su karakteristični iznadprosječni i ispodprosječni rezultati na svim strategijama suočavanja. Jedina je razlika što grupa s iznadprosječnim rezultatima u ovom istraživanju ima na strategiji rješavanje problema samo prosječne rezultate. Preostale dvije grupe, problemu usmjereno suočavanje i emocijama usmjereno suočavanje, imaju slične obrasce suočavanja kao i druge dvije grupe iz ovog istraživanja. Lončarić (2005) je također klasificirao učenike prema strategijama suočavanja s akademskim stresom, ali je primijenio drugi upitnik s 14 različitih strategija suočavanja pa je izdvojeno više grupa. I u tom su istraživanju dobivene grupe s niskim i visokim rezultatima na svim strategijama, dok su se za emocijama i problemu usmjereno suočavanje izdvojile po dvije grupe.

Grupe s različitim obrascem suočavanja razlikuju se po spolu, ali ne i prema dobi. Mladića ima najviše u grupi koja rijetko koristi bilo koju strategiju suočavanja te u grupi najviše sklonoj zaboravljanju. Veći broj djevojaka u grupi koja najviše primijenjuje rješavanje problema i socijalnu podršku, kao i veći broj mladića u grupi koja rijetko koristi strategije suočavanja, dobiven je i u drugim istraživanjima (Rijavec i Brdar, 1997; Lončarić, 2005). Rezultati istraživanja slažu se u nalazu da žene više traže socijalnu podršku u stresnoj situaciji (Ebata i Moos, 1994; Frydenberg i Lewis, 1993; Eschenbeck, Kohlmann i Lohaus, 2007; Patterson i McCubbin, 1987; Seiffge-Krenke i Shulman, 1990). Međutim, rezultati istraživanja

spolnih razlika u problemu usmjerenom suočavanju nisu konzistentni – neki potvrđuju da ga više koriste djevojke (Brdar i Rijavec, 1997; Brdar i Bakarčić, 2006; Eschenbeck, Kohlmann i Lohaus, 2007; Patterson i McCubbin, 1987; Rijavec i Brdar, 1997), a drugi su utvrdili da ga više primjenjuju mladići (Oláh, 1995). Vjerojatno djevojke pridaju veću važnost školskom uspjehu nego mladići pa zbog toga konstruktivnije reaguju na lošu ocjenu, što je u skladu s našim nalazom prema kojemu dobivanje loše ocjene predstavlja intenzivniji stres za djevojke. Veći broj mladića u grupi koja najviše koristi zaboravljanje u skladu je s podacima iz drugih istraživanja koja pokazuju da su mladići skloniji izbjegavanju problema te fizičkoj i pasivnoj distrakciji (Brdar i Rijavec, 1997; Copeland i Hess, 1995).

Zanimljivo je da se grupe ne razlikuju u školskom uspjehu. Druga su istraživanja pokazala da u školi imaju bolji uspjeh učenici koji primjenjuju problemu usmjerene strategije suočavanja (Mantzicopoulos, 1990; Rijavec i Brdar, 1997, 2002). Međutim, u navedenim istraživanjima većim su djelom sudjelovali učenici iz gimnazija, kojima je uspjeh važniji nego učenicima strukovnih škola. U ovom je ispitivanju samo trećina učenika iz gimnazija, a većina je iz strukovnih škola.

Grupa sklona rješavanju problema i socijalnoj podršci

Učenici s ovim obrascem suočavanja imaju najviše samopoštovanje, iako je razlika u samopoštovanju značajna samo u odnosu na grupu Emocije i podrška. Ovi učenici najmanje konzumiraju alkoholna pića, no razlika je značajna samo u odnosu na grupu Zaboravljanje, te najmanje konzumiraju lake droge, ali se značajno razlikuju samo od grupe Emocije i podrška. Samopoštovanje predstavlja osobni resurs koji je povezan s kognitivnim procjenama stresne situacije, s načinima suočavanja, ali i s njihovim ishodima (Lazarus i Folkman, 1987). Pojedinci uvjereni u vlastitu efikasnost skloni su aktivnom i ustrajnom suočavanju s izazovnim situacijama, što također može biti razlogom da adolescenti višeg samopoštovanja doživljavaju manje stresa (Timko i sur., 1993). Učenici koji primjenjuju pozitivne strategije suočavanja sebe opažaju kao kompetentne na području učenja i imaju više samopoštovanje (Brodzinsky i sur., 1992, Mantzicopoulos, 1990).

Problemom usmjereno suočavanje povezano je s više pozitivnih, a manje negativnih emocija (Folkman i Lazarus, 1988). Iako je za učenike u ovoj grupi dobivanje loše ocjene jako stresno, oni nemaju potrebu smanjivati negativne emocije konzumacijom alkohola ili lakih droga, nego se usmjeravaju na rješavanje problema. Aktivno suočavanje sa stresom također ima zaštitni učinak na buduću konzumaciju opojnih tvari (Wills, Sandy i Yaeger, 2002). Dobivanje loše ocjene je situacija koju učenik može kontrolirati i zna što mora poduzeti kako bi ocjenu ispravio.

U odnosu na ostale, učenici u ovoj grupi više slobodnog vremena posvećuju aktivnostima vezanim uz kulturu ili druženju s braćom i sestrama. Najveće se zanimanje učenika sklonih rješavanju problema za aktivnosti vezane uz kulturu pokazalo i u istraživanju Brdar i Lončarić (2004). Možda ova grupa ima veće zanimanje za kulturu jer se u njoj nalaze bolji učenici koji više čitaju knjige. U ovoj je grupi također više djevojaka, a njih više zanimaju kulturni sadržaji (Brdar i Lončarić, 2004; Gibbons, Lyn i Stiles, 1997).

Grupa sklona suočavanju emocijama i traženjem podrške

Ovi učenici imaju najniže samopoštovanje i najvišu anksioznost od svih učenika, a loša je ocjena za njih najstresnija situacija. Učenici u ovoj grupi nastoje smanjiti negativne emocije izazvane stresom nediskriminativnom primjenom većine strategija, od kojih najmanje upotrebljavaju rješavanje problema. Doživljavanje jakog stresa povezano je s većim korištenjem svih strategija suočavanja (Connor-Smith i sur., 2000).

Druga su istraživanja utvrdila da su anksiozni učenici skloni emocijama usmjerenom suočavanju, traženju socijalne podrške (Brdar i Rijavec, 1997; Causey i Dubow, 1992) i izbjegavanju (Oláh, 1995). Uz ove načine suočavanja učenici iz ove grupe pokušavaju također rješavati problem, ali u manjoj mjeri – podjednako kao svi ostali učenici. Intenzitet stresa koji doživljavaju pokazuje da im je škola važna. Školski je uspjeh ovih učenika najlošiji (postoji samo tendencija prema značajnosti razlika među grupama, $p = .08$) što pokazuje da oni češće dobivaju lošije ocjene. Ovi učenici imaju najniže samopoštovanje i najvišu anksioznost, i doživljavaju najintenzivniji stres kad dobiju lošu ocjenu. Zbog toga im je prvi cilj da se smire, a tek nakon toga mogu početi učiti kako bi ispravili ocjenu.

Adolescenti koji tijekom djetinjstva ne nauče regulirati emocije internalnim metodama najvjerojatnije će emocije pokušati regulirati neprimjerenim eksternalnim načinima kao što je pušenje cigareta i konzumiranje alkohola i drugih opojnih tvari. U stresnim se situacijama želimo odmah bolje osjećati i zato se prepuštamo iskušanjima, iako znamo da takvo ponašanje može štetiti našim dugoročnim ciljevima (Tice, Bratslavsky i Baumeister, 2001). Konzumacija alkohola može smanjiti stres ako unaprijed vjerujemo da će nam to pomoći (Thombs, 1999). Više je istraživanja potvrdilo da neki adolescenti piju alkohol da bi smanjili napetost (Yokoyama, Nishikitani i Araki, 1999) i brige zbog ispitivanja i učenja (Kieffer, Cronin i Gawet, 2006).

Dobiveni rezultati to potvrđuju – učenici u ovoj grupi često puše i piju alkohol, a najviše od svih učenika konzumiraju lake droge. Slobodno vrijeme najviše provode u izlascima, što povećava rizik za konzumiranje alkohola i droga, posebno ako su podložni utjecaju vršnjaka (Caldwell i Darling, 1999; Vicary i sur., 1998). Često doživljavanje stresa povezano je s većom konzumacijom opojnih tvari (Cumsille i Darling, 2001; Wills i sur., 1999). Jedno je istraživanje pokazalo da

preko 10% norveških studenata medicine smanjuje napetost konzumacijom alkohola, a nisko je samopoštovanje značajan prediktor takvog ponašanja (Tyssen i sur., 1998).

Grupa sklona zaboravljanju

Za ove je učenike loša ocjena manje stresna nego za većinu učenika. Zanimljivo je da učenici u ovoj grupi nemaju nisko samopoštovanje niti visoku anksioznost, a dobivanje loše ocjene za njih nije posebno stresna situacija. Sve je ovo suprotno rezultatima drugih istraživanja. Na primjer, utvrđeno je da je suočavanje sa stresom zbog loše ocjene pomoću distanciranja povezano s nižim samopoštovanjem (Causey i Dubow, 1992) i da anksiozni adolescenti češće upotrebljavaju strategiju izbjegavanja (Atkinson i Violato, 1994; Oláh, 1995). Suočavanje izbjegavanjem ili udaljavanjem povezano je s manjom kompetentnošću, lošijom prilagodbom, a takvo je suočavanje rjeđe ako je razina stresa visoka (Compas i sur., 2001). Međutim, ispitivanje u kojem je primijenjena kraća verzija istog upitnika kao i u ovom istraživanju nije utvrdilo razlike u suočavanju zaboravljanjem između učenika s različitim samopoštovanjem i anksioznošću (Brdar i Rijavec, 1997). Možda su ove razlike u rezultatima istraživanja posljedica različitog sadržaja čestica koje mjere ovu strategiju suočavanja sa stresom, kulturalnih razlika ili razlika koje proizlaze iz spolnog sastava grupa.

Zaboravljanje je suočavanje izbjegavanjem i distrakcijom. Učenici ne žele razmišljati o problemu pa rade nešto što ih smiruje, opušta ili zabavlja. U našem istraživanju ova strategija uključuje i kognitivnu i bihevioralnu distrakciju. Ovakvo je suočavanje tipično kada procjenjujemo da nemamo kontrolu nad situacijom, što nije slučaj s lošim ocjenama. Međutim, izgleda da učenici u ovoj grupi ipak procjenjuju da nemaju potpunu kontrolu. Na to upućuju rezultati Lončarićeva (2005) istraživanja, u kojem se pokazalo da grupa učenika koja se s neuspjehom suočavala izbjegavanjem, odustajanjem i distrakcijom ima najniže procjene osobne kontrole nad dobivanjem loše ocjene i rješavanjem problema loše ocjene. Uz to procjenjuju da je situacija u kojoj dobivaju lošu ocjenu u velikoj mjeri pod kontrolom drugih osoba.

Učenici se u ovoj grupi ne ističu po načinu na koji provode slobodno vrijeme – u svim aktivnostima podjednako sudjeluju kao i ostali učenici. Međutim, najviše od svih učenika konzumiraju cigarete (razlika je značajna uz $p < .10$), dosta piju alkohol. Primjena negativnih strategija suočavanja češće izaziva negativne emocije kao što su strah, krivnja, razočaranje i ljutnja (Mantzicopoulos, 1997). Adolescenti koji su više usmjereni na suočavanje izbjegavanjem češće konzumiraju opojne tvari, uključujući alkohol, za razliku od adolescenata koji koriste strategije suočavanja usmjerene na rješavanje problema (Wagner i sur., 1999). Mnogi adolescenti izjavljuju da ih pušenje smiruje, smanjuje stres i stvara osjećaj

samokontrole (Lloyd i sur., 1998). Međutim, povremeno pušenje izaziva veći stres kod adolescenata, a redovito pušenje dalje povećava razinu stresa (Parrott, 1999). U ovoj grupi mladići značajno više konzumiraju alkohol od djevojaka. Djevojke rjeđe piju alkohol kako bi smanjile napetost i popravile raspoloženje (Kieffer, Cronin i Gawet, 2006).

Wills i Filer (1996) klasificiraju konzumaciju opojnih tvari kao oblik suočavanja izbjegavanjem. Autori su utvrdili da je konzumacija alkohola i cigareta povezana sa slabom upotrebom aktivnog suočavanja. S druge strane, pokazalo se da uspjeh u školi i drugi oblici kompetentnosti smanjuju inače visoku povezanost između stresa i konzumacije opojnih tvari.

Grupa s niskim rezultatima na svim strategijama

Učenici u ovoj grupi procjenjuju da im je loša ocjena najmanje stresna (podjednako kao i grupi sklonoj zaboravljanju), imaju nisku anksioznost i visoko samopoštovanje (kao i grupa sklona zaboravljanju te grupa koja rješava problem i traži podršku). U školi su podjednako uspješni kao i učenici iz grupe Rješavanje problema i socijalna podrška. Slične je rezultate kod učenika viših razreda osnovne škole dobio Lončarić (2005). Visoko se samopoštovanje učenika s takvim obrascem suočavanja pokazalo i u istraživanju Rijavec i Brdar (1997), ali je školski uspjeh ovih učenika bio nešto niži. U tom su istraživanju ispitane različite dimenzije samoreguliranog učenja. Pokazalo se da ovi učenici ne pridaju veću vrijednost školi i aktivnostima vezanim uz školu, da svoje sposobnosti procjenjuju visokima, ali u svladavanje školskih obaveza ne ulažu poseban napor. Autorice zaključuju da ovi učenici vjerojatno uspjeh u školi povezuju sa svojim većim sposobnostima, koje su stabilne i nepromjenjive. Oni vjeruju da učiti trebaju samo učenici koji imaju manje sposobnosti. Zbog toga ne žele aktivno rješavati problem kada dobiju lošu ocjenu, jer bi to moglo loše djelovati na njihovo samopoštovanje.

U slobodno se vrijeme najviše bave sportom, najmanje izlaze i malo vremena posvećuju kulturi. U ovoj grupi ima najviše mladića – skoro polovica njihova ukupnog broja nalazi se u ovoj grupi. Frydenberg i Lewis (1991) navode da dječaci češće kao strategiju suočavanja sa stresom upotrebljavaju fizičku rekreaciju, odnosno bavljenje sportom. Tjelesna vježba poboljšava raspoloženje i vraća energiju (Thayer i sur., 2006) pa može biti dobar način za reguliranje negativnih emocija i napetosti (Thayer, Newman i McClain, 1994).

Sudjelovanje u slobodnim aktivnostima omogućava ljudima da se odupru početnoj reakciji na stres, a kada je do nje već došlo, da se suoče sa stresom prije nego što on počne utjecati na zdravlje. Moguće objašnjenje je da se u slobodnim aktivnostima ostvaruju društvene veze koje pružaju socijalnu podršku. Drugo se objašnjenje odnosi na činjenicu da slobodne aktivnosti potiču osjećaj samoodređenja (koji uključuje osjećaj kompetentnosti i autonomije, odnosno

kontrole) što onda utječe na njihove reakcije na stresne događaje (Coleman i Iso-Ahola, 1993).

ZAKLJUČAK

Rezultati ovog istraživanja naglašavaju potrebu za daljnjim istraživanjem aktivnosti u slobodnom vremenu adolescenata. Način provođenja slobodnog vremena može predstavljati strategiju ili resurs za suočavanje sa stresom. Suočavanje predstavlja odgovor na stresor, ali ono je i pozitivan stil ponašanja usmjeren na prilagođavanje promjenama u životu adolescenata. Napori uloženi u suočavanje mogu djelovati kao zaštitni sustav i omogućiti bolje ishode u rizičnim situacijama. Ovo je istraživanje pokazalo da se neki adolescenti ne znaju uspješno suočavati sa stresom pa nediskriminativno primijenjuju većinu strategija ili pribjegavaju konzumaciji opojnih tvari kako bi smanjili negativne emocije. Njih bi trebalo uključiti u programe učenja primjerenih obrazaca suočavanja sa stresom.

Vrijeme prelaska iz osnovne u srednju školu zahtijeva bolje planiranje i samoregulaciju, kako bi učenici stekli bolju kontrolu nad svojim učenjem i slobodnim vremenom. Bolja je samokontrola povezana s boljim školskim uspjehom, boljom prilagodbom, manjom konzumacijom alkohola i boljim odnosima s drugim ljudima (Tangney, Baumeister i Boone, 2004). Smanjivanje napetosti konzumacijom alkohola u srednjoj školi povećava vjerojatnost da će se nastaviti s konzumacijom alkohola i nakon završetka škole, a neki će adolescenti kasnije imati probleme vezane uz konzumaciju alkohola (Perkins, 1999). Programi koji bi adolescentima pomogli u učenju vještina samoregulacije i uspješnog suočavanja sa stresom bili bi korisni u prevenciji problematičnog ponašanja.

Također treba naglasiti važnost slobodnih aktivnosti u prevenciji rizičnih ponašanja, jer je sudjelovanja u organiziranim slobodnim aktivnostima povezano s manje rizičnih ponašanja. Povećanjem broja i kvalitete aktivnosti koje se nude djeci i adolescentima povećalo bi se i njihovo zanimanje za te aktivnosti.

Ograničenja istraživanja

Jedno se od ograničenja ovog istraživanja odnosi na veličinu i reprezentativnost uzorka. Da bi se dobila bolja slika o aktivnostima u slobodnom vremenu učenika, u buduća istraživanja trebalo uključiti veći i heterogeniji uzorak, uravnotežen po spolu. Trebalo bi također utvrditi obuhvaća li Upitnik o načinima provođenja slobodnog vremena sve aktivnosti u slobodnom vremenu srednjoškolaca. Ovaj je upitnik do sada primijenjen u nekoliko istraživanja učenika riječkih srednjih škola, a nije obuhvatio učenike iz manjih mjesta. Oni vjerojatno slobodno vrijeme različito provode nego adolescenti koji žive u većim gradovima. Veći bi uzorak također omogućio detaljniju analizu organiziranih slobodnih aktivnosti. U budućim bi istraživanjima također bilo dobro detaljnije ispitati intenzitet i trajanje angažmana u pojedinim slobodnim aktivnostima.

LITERATURA

- Atkinson M. i Violato, C. (1994). Neuroticism and coping with anger: The trans-situational consistency of coping responses. *Personal and Individual Differences*, 17 (6), 769-782.
- Bolger, N. i Schilling, E. A. (1991). Personality and the Problems of Everyday Life: The Role of Neuroticism in Exposure and Reactivity to Daily Stressors. *Journal of Personality* 59, 355-386.
- Brdar, I. i Bakarčić, S. (2006). Suočavanje s neuspjehom u školi: koliko su važni emocionalna kompetentnost, osobine ličnosti i ciljna orijentaciju u učenju? *Psihologijske teme*, 15 (1), 129-149.
- Brdar, I. i Lončarić, D. (2004). Suočavanje s akademskim stresom i aktivnosti u slobodnom vremenu učenika. *Društvena istraživanja*, 74, 967-988.
- Brdar, I. i Rijavec, M. (1997). Suočavanja sa stresom zbog loše ocjene - konstrukcija upitnika. *Društvena istraživanja*, 6 (4-5), 599-617.
- Brodzinsky, D. M., Elias, M. J., Steiger, C., Simon, J., Gill, M. i Hitt, J. C. (1992). Coping scale for children and youth: Scale development and validation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 13, 195-214.
- Butters, J. E. (2002). Family stressors and adolescent cannabis use: a pathway to problem use. *Journal of Adolescence*, 25, 645-654.
- Caldwell, L. L. i Darling, N. (1999). Leisure context, parental control, and resistance to peer pressure as predictors of adolescent partying and substance use: An ecological perspective. *Journal of Leisure Research*, 31 (1), 57-77.
- Caldwell, L. L., Darling, N., Payne, L. L., Dowdy, B. (1999). "Why are you bored?": An examination of psychological and social control causes of boredom among adolescents. *Journal of Leisure Research*, 21, 103-121.
- 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, 267-283.
- Causey, D. L., Dubow, E. F. (1992). Development of a self-report coping measure for elementary school children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 47-59.
- Coleman, D. i Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: the role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 25 (2), 111-128.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Harding Thomsen, A. i Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127 (1), 87-127.
- 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, 976-992.

- Copeland, E. P. i Hess, R. H. (1995). Differences in young adolescents' coping based on gender and ethnicity. *Journal of Early Adolescence*, 15, 203-219.
- DeAnda, D., Baroni, S., Boskin, L., Buchwald, L., Morgan, J., Ow, J., Siegel Gold, J. i Weiss, R. (2000). Stress, Stressors and Coping among High School Students. *Children and Youth Service Review*, 22 (6), 441-463.
- Donaldson, D., Prinstein, M. J., Danovsky, M. i Spirito, A. (2000). Patterns of Children's Coping With Life Stress: Implications for Clinicians. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70, 351-359.
- Dubow, E. F., Schmidt, D., McBride, J. M., Edwards, S., Merk, L. (1993). Teaching children to cope with stressful experiences: Initial implementation and evaluation of a primary prevention program. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22, 428-440.
- Ebata, A. T. i Moos, R. H. (1994). Personal, situational, and contextual correlates of coping in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 4, 99-125.
- Eschenbeck, H., Kohlmann, C. W. i Lohaus, A. (2007). Gender differences in coping strategies in children and adolescents. *Journal of Individual Differences*, 28 (1), 18-26.
- Folkman, S. i Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.
- Frydenberg, E. i Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16, 253-266.
- Gibbons, J. L., Lyn, M. i Stiles, D. A. (1997). Cross-national gender differences in adolescent's preferences for free-time activities. *Cross-Cultural Research*, 31 (1), 55-69.
- Halstead, M., Johnson, S. B., Cunningham, W. (1993). Measuring coping in adolescents: An application of the ways of coping checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22, 337-344.
- Hills, P. i Argyle, M. (1998). Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25, 523-535.
- Iso-Ahola, S. E. i Crowley, E. D. (1991). Adolescent substance abuse and leisure boredom. *Journal of Leisure Research*, 23 (3), 260-271.
- Iwasaki, Y. (2001). Contributions of Leisure to Coping with Daily Hassles in University Students' Lives. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 33 (2), 128-141.
- Iwasaki, Y. (2006). Counteracting stress through leisure coping: A prospective health study. *Psychology, Health and Medicine*, 11 (2), 209 – 220.
- Iwasaki, Y., MacTavish, J. i MacKay, K. (2005). Building on strengths and resilience: leisure as a stress survival strategy. *British Journal of Guidance & Counselling*, 33, 81-100.
- Kieffer, K. M., Cronin, C. i Gawet, D. L. (2006). Test and study worry and emotionality in the prediction of college students' reasons for drinking: An exploratory investigation. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 50 (1), 57-51.

- Kimball, A. i Freysinger, V. J. (2003). Leisure, Stress and Coping: The Sport Participation of Collegiate Student-Athletes. *Leisure Sciences*, 25, 115-141.
- Kleiber, D. A., Hutchinson, S. L. i Williams, R. (2002). Leisure as a resource in transcending negative life events: self-protection, self-restoration, and personal transformation. *Leisure Sciences*, 24, 219-235.
- Lacković-Grgin, K. (2000). Stres u djece i adolescenata. Jastrebarsko, Naklada Slap.
- Lane, A. M., Jones, L. i Stevens, M. J. (2002). Coping with failure: The effects of self-esteem, and coping on changes in self-efficacy. *Journal of Sport Behavior*, 25, 331-345.
- Larson, R. W. i Verma, S. (1999). How children and adolescents spend time across the world: Work, play, and developmental opportunities. *Psychological Bulletin*, 125 (6), 701-736.
- Lazarus, R. S. i Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 141-169.
- Lloyd, B., Lucas, K., Holland, J., McGrellis, S. i Arnold, S. (1998). *Smoking in Adolescence: Images and Identities*. London: Routledge.
- Lončarić, D. (2005). Strategije suočavanja s akademskim i socijalnim stresom kod učenika. Magistarski rad. Zagreb: Filozofski fakultet.
- Mantzicopoulos, P. (1997). How do children cope with school failure? A study of social/emotional factors related to children's coping strategies. *Psychology in the Schools*, 34 (3), 229-237.
- McCrae, R. R. i Costa, P. T., Jr. (1986). Personality, coping and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of Personality*, 54, 385-405.
- Misra, R. i McKean, M. (2000). College Students' Academic Stress and its Relation to Their Anxiety, Time Management and Leisure Satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16 (1), 41-51.
- Mullis, R. L. i Chapman, P. (2000). Age, gender and self-esteem differences in adolescent coping styles. *The Journal of Social Psychology*, 140, 539-541.
- Oláh, A. (1995). Coping strategies among adolescents: A cross-cultural study. *Journal of Adolescence*, 18, 491-512.
- Parrott, A. C. (1999). Does cigarette smoking cause stress? *American Psychologist*, 54 (10), 817-820.
- Patten, M. D. (1983). Relationship between self-esteem, anxiety and achievement in young learning disabled students. *Journal of Learning Disabilities*, 6 (1), 43-45.
- Patterson, J. M. i McCubbin, H. I. (1987). Adolescent coping style and behaviors: conceptualisation and measurement. *Journal of Adolescence*, 10, 163 - 186.
- Rijavec, M. i Brdar, I. (1997). Coping with school failure and self regulated-learning. *European Journal of Psychology of Education*, 17 (2), 177-194.

- Seiffge-Krenke, I. i Shulman, S. (1990). Coping style in adolescence: A cross-cultural study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21, 351-377.
- Seligman, M. i Peterson, C. (2003). Positive clinical psychology. U L. Aspinwall i U. Staudinger (Ur.), A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology (str. 305-317). Washington: American Psychological Association.
- Shaw, S. M., Caldwell, L. K. i Kleiber, D. A. (1996). Boredom, stress and social control in daily activities of adolescents. *Journal of Leisure Research*, 28 (4), 274-292.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. i Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324.
- Thayer, R. E., Jennings, A., Willis, A., Shipper, A., Angquico, V. i Verma, A. (2006). The influence of walking on mood, diet, and sleep. Neobjavljen rukopis. Association for Psychological Science, California State University, Long Beach, New York.
- Thayer, R. E., Newman, J. R. i McClain, T. M. (1994). Self-regulation of mood: Strategies for changing a bad mood, raising energy, and reducing tension. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 910-925.
- Thombs, D. L. (1999). *Introduction to addictive behaviors*. New York: Guilford Press.
- Tice, D. M., Bratslavsky, E., & Baumeister, R. F. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: If you feel bad, do it! *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 53-67.
- Timko, C., Moos, R. H. i Michelson, D. J. (1993). The contexts of adolescents' chronic life stressors. *American Journal of Community Psychology*, 21, 397-420.
- Tysen, R., Vaglum, P., Aasland, N. T., Grønvold, N. T. i Ekeberg, Ø. (1998). Use of alcohol to cope with tension, and its relation to gender, years in medical school and hazardous drinking: A study of two nation-wide Norwegian samples of medical students. *Addiction*, 93 (9), 1341-1349.
- Vicary, J. R., Smith, E., Caldwell, L. i Swisher, J. D. (1998). Relationship of Changes in Adolescents' Leisure Activities to Alcohol Use. *American Journal of Health Behavior*, 22 (4), 276-282.
- Wagner, E. F., Myers, M. M. i McIninch, J. L. (1999). Stress-coping and temptation-comping as predictors of adolescent substance use. *Addictive Behaviors*, 24 (6), 769-779.
- Wijndaele, K., Matton, L., Duvinneaud, N., Lefevre, J., DeBourdeaudhuij, Duquet, W., Thomis, M. i Philippaerts, R. M. (2007). Association between leisure time physical activity and stress, social support and coping: A cluster-analytical approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 425-440.
- Williams, K. i McGillicuddy-De Lisi, A. (2000). Coping strategies in adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 20 (4), 537-549.

- Wills, T. A. i Filer, M. (1996). Stress-coping model of adolescent substance use. U: T. H. Ollendick i R. J. Prinz (Ur.). *Advances in Clinical Child Psychology*, Vol. 20 (str. 91-132). New York: Plenum.
- Wills, T. A., Sandy, J. M., Yaeger, A. M., Cleary, S. D. i Shinar, O. (2001). Coping dimensions, life stress, and adolescent substance use: A latent growth analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 110 (2), 309-323.
- Wills, T. A., Sandy, J. M., Shinar, O. i Yaeger, A. (1999). Contributions of positive and negative affect to adolescent substance use: Test of a bidimensional model in a longitudinal study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 13, 327-338.
- Wills, T. A., Sandy, J. M. i Yaeger, A. M. (2002). Moderators of the relation between substance use level and problems: Test of a self-regulation model in middle adolescence. *Journal of Abnormal Psychology*, 111, 3-21.
- Wills, T. A., Windle, M. i Cleary, S. D. (1998). Temperament and novelty seeking in adolescent substance use: Convergence of dimensions of temperament with constructs from Cloninger's theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 387-406.
- Windle, M. i Windle, R.C. (1996). Coping strategies, drinking motives, and stressful life events among middle adolescents: Associations with emotional and behavioral problems and with academic functioning. *Journal of Abnormal Psychology*, 105 (4), 551-560.
- Yokoyama, K., Nishikitani, M. i Araki, S. (1999). Reasons for drinking in relation to problem drinking behavior in a sample of Japanese high school students. *International Journal of Behavioral Medicine*, 6 (2), 135-149.
- Zeijl, E., Du Bois-Reymond, M. i Te Poel, Y. (2001). Young adolescents' leisure patterns. *Society and Leisure*, 24 (2), 379-402.

School failure coping patterns, light drugs consumption and extracurricular activities of high school students

Abstract

The aim of this study was to examine classification of subjects into groups considering different coping patterns when confronted with poor school grade, and to compare those groups in some characteristics (school success, self-esteem, anxiety, extracurricular activities and consumption of some drugs).

270 high school students (75 males and 192 females) participated in this study, with mean age of 17.19 years. Students were classified in 4 groups considering the way they cope with school failure. Groups are labelled: Forgetting, Problem and support, Low and Emotion and support.

First group consists of students prone to the use of forgetting as a way of coping. They consume more alcohol drinks than other groups, but this difference is significant only when compared to the group labelled "Problem and support". In "Forgetting" group bad grade is appraised as less stressful than in any other group. Second group students are directed to solve the problem and to search for social support in stress situations. They have high self-esteem; rarely consume alcohol drinks and soft drugs. Also, they spend more free time in cultural activities and with their siblings. Third group students (labelled "Low") rarely use any of the given strategies; bad grade is not considered so stressful, their self-esteem is high, and anxiety is low. This group is mostly preoccupied with the sports; they are outdoors the least and spend small amounts of time in cultural activities. For students in the fourth group, who mostly use emotions and support, acquiring a bad grade is considerably more stressful than for students in any other group. They have the highest anxiety rate, the lowest self-esteem, and their consumption of soft drugs is higher than in the other groups. They also smoke a lot and spend their time outdoors with their friends, with no defined activities.

Key words: coping with stress, light drugs, extracurricular (free time) activities, adolescents

Primljeno: 31. 05. 2007.