Osobine ličnosti i subjektivna dobrobit

Ćosić, Monika

Undergraduate thesis / Završni rad

2015

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:605281

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-28**

FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek

zir.nsk.hr

SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Monika Ćosić

Osobine ličnosti i subjektivna dobrobit

Završni rad

Mentor: doc.dr.sc. Silvija Ručević

Osijek, 2015.

SADRŽAJ

1. UVOD 1

2. SUBJEKTIVNA DOBROBIT 2

2.1. Komponente subjektivne dobrobiti 2

2.2. Pristupi istraživanjima subjektivne dobrobiti 3

2.2.1. Objektivni i subjektivni pristup 3

2.2.2. Hedonistički i samorealizacijski pristup 4

2.3. Uloga genetskih čimbenika u subjektivnoj dobrobiti 4

3. OSOBINE LIČNOSTI 6

3.1. Petofaktorski model 7

4. INDIVIDUALNE RAZLIKE, OSOBINE LIČNOSTI I SUBJEKTIVNA DOBROBIT 10

4.1. Modeli izravnih i neizravnih učinaka osobina ličnosti na subjektivnu dobrobit 13

4.2. Mogući učinci subjektivne dobrobiti na osobine ličnosti 15

4.3. Pogled na odnos osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti iz različitih perspektiva 16

5. ZAKLJUČAK 17

LITERATURA 18

SAŽETAK

Subjektivna dobrobit je višedimenzionalni konstrukt koji obuhvaća zadovoljstvo životom, veću učestalost ugodnih afekata te manju neugodnih afekata. Može se razmatrati u kontekstu hedonističkog i eudamonijskog gledišta, odnosno kroz težnju ugodi i izbjegavanju neugode ili kroz osobni rast i razvoj. Psihologija ličnosti ima poseban utjecaj u kontekstu razmatranja individualnih razlika u istraživanjima subjektivne dobrobiti. Osobe s različitim osobinama ličnosti, kao relativno stabilnom i trajnom organizacijom karaktera i temperamenta koja određuje prilagodbu pojedinca vlastitoj okolini, često doživljavaju različite stupnjeve subjektivne dobrobiti. Međusobne veze subjektivne dobrobiti i osobina ličnosti mogu poslužiti kao osnova u osmišljavanju strategija povećanja razine subjektivne dobrobiti ili njegovanja manifestacija poželjnih osobina. U terminima Velikih Pet osobina ličnosti - ekstraverzije, ugodnosti, savjesnosti, neuroticizma i otvorenosti k iskustvu, pojedinci koji su ekstravertiraniji, ugodniji, savjesniji i emocionalno stabilniji u prosjeku doživljavaju veće zadovoljstvo životom, češće doživljavaju ugodne afekte i rjeđe doživljavaju neugodne afekte. Istraživanja su pokazala da osobine ličnosti mogu biti značajni prediktori promjena razine subjektivne dobrobiti te da određene razine subjektivne dobrobiti predviđaju promjene u crtama ličnosti. Utvrđeni efekti određenog obrasca osobina ličnosti na subjektivnu dobrobit impliciraju da ljudi koji su početno ekstravertiraniji, ugodniji, savjesniji i emocionalno stabilniji su skloniji povećanju životnog zadovoljstva, ugodnih afekata i smanjenju neugodnih afekata. S druge strane, oni koji su inicijalno doživljavali višu dobrobit skloniji su postati ugodnijima, savjesnijima, emocionalno stabilnijima i ekstrovertiranijima. Nalazi značajno unapređuju razumijevanje međusobnog utjecaja osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti, pokazujući da se procjena njihove povezanosti temelji na njihovom recipročnom utjecaju.

Ključne riječi: Osobine ličnosti, petofaktorski model, subjektivna dobrobit, zadovoljstvo životom, ugodni i neugodni afekti

1. UVOD

Psihologijska istraživanja koja se bave nepovoljnim stanjima kod ljudi zastupljenija su od onih koja istražuju povoljna stanja (Seligman, Parks i Steen, 2004). Stoga, kao reakcija na dugotrajnu usredotočenost na psihopatologiju i negativna stanja proizašao je interes za "pozitivnom psihologijom" i istraživanjem subjektivne dobrobiti. Koncepcija mentalnog zdravlja proširila se s puke odsutnosti psihopatologije na prisutnost sreće i zadovoljstva životom. U prilog tome ide činjenica da veći dio populacije nije iskusio ozbiljnu psihopatologiju, ali to ne podrazumijeva nedostatak nesretnosti kod tih pojedinaca. Stoga je važno ispitivati i ljudske snage, vrline, uključenost, optimizam i druge konstrukte, čija se važnost posebno naglašava u okviru pozitivne psihologije, kako bi te spoznaje pomogle ljudima da dostignu određenu razinu sreće, tj. subjektivne dobrobiti i da ona traje što je moguće duže (Seligman i sur., 2004). Zašto je važno ispitivanje subjektivne dobrobiti? Subjektivna dobrobit često se dovodi u vezu s poželjnim i kvalitetnim socijalnim odnosima, promicanjem kreativnosti i stvaralaštva te naposlijetku, uspješnošću u obogaćivanju života pojedinca i jačanja njegovih resursa (Tadić, 2010). Subjektivna dobrobit prožima širok raspon komponenti, a proteže se od specifičnih i konkretnih do globalnih i apstraktnijih odrednica: od trenutnih doživljaja naprama općenitim procjenama ljudi o njihovim životima (Diener, Lyubomirsky i King, 2005). Ono što uključuje istraživanje subjektivne dobrobiti je način na koji ljudi procjenjuju svoj život – i trenutačnu situaciju i na duže staze. Takve procjene mogu biti afektivne (podrazumijevaju raspoloženja i emocionalne reakcije na događaje i situacije) i kognitivne (podrazumijevaju evaluaciju općeg zadovoljstva životom te zadovoljstva pojedinim područjima života) (Diener, Oishi i Lucas, 2003). Pojam je subjektivne dobrobiti složen, a može se prikazati kao višedimenzionalan konstrukt koji obuhvaća hedonističke (ugoda i izbjegavanje neugode) i eudamoničke aspekte (osobni rast i razvoj) (Brdar, 2006). U kontekstu razmatranja individualnih razlika čini se kako osobit utjecaj na istraživanja subjektivne dobrobiti ima upravo psihologija ličnosti (Lucas, 2007). Prema Eysencku (1953, prema Fulgosi, 1981) ličnost je više ili manje stabilna i trajna organizacija karaktera, temperamenta, intelekta i fizičke konstitucije neke osobe koja određuje njegovu prilagodbu vlastitoj okolini. Razna istraživanja pokazala su da osobe s različitim osobinama ličnosti doživljavaju različite stupnjeve subjektivne dobrobiti (Soto, 2015). Međusobna povezanost subjektivne dobrobiti i osobina ličnosti može nam ukazati na načine kako povećati razinu

subjektivne dobrobiti ili osobina koje pridonose optimalnom funkcioniranju. Osnovni cilj ovoga rada jest upoznati se sa subjektivnom dobrobiti i osobinama ličnosti; pružiti pregled pristupa subjektivnoj dobrobiti i pregled komponenata subjektivne dobrobiti te osobina ličnosti u kontekstu petofaktorskog modela. U radu su, nadalje, navedeni glavni nalazi o povezanosti osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti te prikazani modeli kojima se nastoje objasniti mehanizmi u podlozi povezanosti navedenih konstrukata.

2. SUBJEKTIVNA DOBROBIT

Subjektivna dobrobit je višedimenzionalni konstrukt koji obuhvaća zadovoljstvo životom, učestalu prisutnost ugodnih afekata te rjeđu prisutnost neugodnih afekata. S obzirom na složenost svake komponente i njihovo pojedinačni doprinos razinama subjektivne dobrobiti, važno je razdijeliti i dodatno objasniti spomenute komponente, pristupe subjektivnoj dobrobiti te nasljednost tipične razine subjektivne dobrobiti.

2.1. Komponente subjektivne dobrobiti

Subjektivna dobrobit uključuje kognitivnu i afektivnu komponentu. Kognitivna komponenta podrazumijeva konstrukt zadovoljstva životom, odnosno kognitivnu procjenu vlastita života i/ili domena života (Albuquerque, Figueiredo, Lima i Matos, 2013). Afektivna komponenta odnosi se na kontinuiranu procjenu vlastitog stanja, a odražava se na raspoloženja i emocije (Russell, 2003). Viša razina subjektivne dobrobiti očituje se kao visoko zadovoljstvo životom, učestala prisutnost ugodnih uz rijetku prisutnost neugodnih raspoloženja i emocija (Lyubomirsky i Sheldon, 2006). Istraživanja pokazuju da su ta tri konstrukta, zadovoljstvo životom, učestalost ugodnih i neugodnih emocija, umjereno povezana i relativno nezavisna (Albuquerque i sur., 2013). Točnije, pokazalo se da su ugodni i neugodni afekti dva nezavisna faktora te da često pokazuju slabu do umjerenu negativnu povezanost (Diener i sur., 2005). Drugim riječima, učestalost ugodnih afekata slabo do umjereno predviđa učestalost neugodnih afekata, odnosno učestalost jedne vrste emocija ne mora nužno isključivati učestalost drugih emocija. Štoviše, potpuna bi odsutnost neugodnih emocija bila disfunkcionalna jer bi to odražavalo odsutnost prepoznavanja i reagiranja na prijeteće situacije, gubitak ili druge nepovoljne životne događaje i situacije. Također, kognitivna komponenta, odnosno konstrukt zadovoljstva životom, kao evaluacijski proces u kojem osoba procjenjuje svoj život prema vlastitom jedinstvenom skupu

kriterija i vrijednosti, razlikuje se od ugodnog afekta. Pokazalo se da su i zadovoljstvo i ugodni afekti različiti, ali povezani konstrukti koji međusobno umjereno koreliraju (Tadić, 2010).

2.2. Pristupi istraživanjima subjektivne dobrobiti

Pristupe istraživanjima subjektivne dobrobiti možemo razlikovati prema vrsti indikatora koja je u središtu istraživanja, na pristup koji naglašava objektivne, vanjske indikatore i pristup zasnovan na subjektivnim elementima dobrobiti. Osim toga, istraživanja subjektivne dobrobiti mogu se svrstati i prema konceptualnom polazištu, unutar čega razlikujemo hedonistički i eudamonijski, to jest samorealizacijski pristup (Tadić, 2010).

2.2.1. Objektivni i subjektivni pristup

Objektivni pristup usredotočen je na identifikaciju vanjskih uvjeta koji vode poboljšanju života. Razni događaji (npr. rastava braka), okolinski uvjeti (npr. BDP) i demografski čimbenici (npr. dob, spol, bračni status) mogu biti indikatori subjektivne dobrobiti. Pomoću ovog pristupa nastoji se zaključiti o subjektivnoj dobrobiti na temelju karakteristika pojedinca i uvjeta u kojima živi. Međutim, pokazalo se da sociodemografski čimbenici objašnjavaju relativno mali postotak varijance subjektivne dobrobiti (tipično se kreću između 8% i 20%). Stoga se može zaključiti da objektivni uvjeti sami za sebe nisu dovoljno dobri indikatori subjektivne dobrobiti (Diener i sur., 2003). Subjektivni pristup odnosi se na upotrebu subjektivnih indikatora doživljaja dobrobiti, pri čemu se najčešće radi o samoprocjeni komponenata subjektivne dobrobiti. Ovaj pristup je zastupljeniji, relevantniji, korisniji - temelji se na pretpostavci da pojedinac sam za sebe može najbolje procijeniti koliko je sretan i zadovoljan. Ta pretpostavka u skladu je s podacima koji pokazuju da su subjektivni indikatori bolji prediktori globalne procjene života od objektivnih pokazatelja (Tadić, 2010). Međutim, ovaj je pristup i metodološki složeniji. Poteškoće sa subjektivnim pristupom najviše se tiču mjerenja jer treba uzeti u obzir pristranosti vezane uz raspoloženja i kontekst tijekom procjene (Tadić, 2010). Samoprocjene subjektivne dobrobiti povezane su sa zdrastvenim stanjem osobe i neurološkim funkcioniranjem pojedinca. Također, procjena zadovoljstva životom je relativno stabilna, ali može biti pod utjecajem kratkoročnih promjena u trenutnim životnim okolnostima i u određenim životnim razdobljima (Kahneman i Krueger, 2006).

2.2.2. Hedonistički i samorealizacijski pristup

Hedonistički pristup podrazumijeva proučavanje onoga što iskustva u životu čini ugodnima, tj. neugodnima. Subjektivna dobrobit općenito se, prema ovom pristupu, definira u terminima ugode nasuprot neugodi (Ryan i Deci, 2001). Također, subjektivna dobrobit se temelji na zaključcima o elementima koji čine život dobrim, razmatra se u funkciji nastojanja ostvarivanja željenih ishoda. Stoga, hedonistički pristup ne govori o reduciranju konstrukta isključivo na fizički hedonizam, već se odnosi na doživljaj zadovoljstva životom te iskustvo ugodnih emocija i raspoloženja, koji proizlaze iz ostvarenih težnji pojedinca. Samorealizacijski (eudamonijski) pristup naglašava da želje, definirane kao ishodi kojima pojedinac teži, iako mogu biti ugodni, nisu nužno siguran put prema dobrobiti. Kod ovoga pristupa kao ključni aspekt dobrobiti promatra se proces samoaktualizacije (Conti, Schwartz i Waterman, 2008). Prema modelu Ryffa i Singera (1998, prema Tadić, 2010) operacionalizirano je šest aspekata psihološke dobrobiti: autonomija, osobni razvoj, samoprihvaćanje, smisao života, kompetencija i pozitivni odnosi. Prema teoriji samoodređenja (Ryan i Deci, 2000) za osobni rast i razvoj, integritet i dobrobit ključno je ispunjenje osnovnih psiholoških potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanosti s drugima. Teorija ujedno podrazumijeva da su zadovoljstvo životom i dominantnost ugodnog afekta nad neugodnim nužni, ali ne dovoljni indikatori dobrobiti (Ryan i Deci, 2000). Istraživanja upućuju na to da ostvarivanje vlastitih mogućnosti i ispunjena života može biti odvojeno od doživljaja zadovoljstva i sreće. Put do ostvarivanja nekog cilja koji vodi ispunjenom životu ne mora nužno biti povezan s ugodnim afektima. Često je u takve aktivnosti potrebno uložiti veći trud i napor. Međutim, prema konstruktu zanesenosti ili tzv. "očarajavuće obuzetosti" (eng. *flow*), koji je definiran kroz potpunu uronjenost u aktivnost i njeno izvođenje uz dovoljno izazovnih i nefrustrirajućih aspekata situacije, određeni pojedinci nalaze zadovoljstvo i ispunjenje u izvršavanju napornijih zadataka (Csikszentmihalyi i Hunter, 2003). Prema tome, dobrobit mogu karakterizirati dva faktora – jedan koji se može pripisati subjektivnoj dobrobiti u smislu ugodnog afekta i zadovoljstva te drugi, koji se može opisati značenjem i osobnim razvojem (Ryan i Deci, 2001).

2.3. Uloga genetskih čimbenika u subjektivnoj dobrobiti

Studije blizanaca općenito pokazuju da se genetskim čimbenicima može pripisati značajna količina individualnih varijacija u subjektivnoj dobrobiti (Tadić, 2010). Istraživanja su pokazala da jednojajčani blizanci koji su živjeli zajedno i jednojajčani blizanci koji su živjeli odvojeno,

imaju značajne sličnosti u načinima doživljavanja subjektivne dobrobiti. Stoga, nalazi navode na zaključak da je utjecaj gena na razinu subjektivne dobrobiti značajniji od utjecaja okoline te da je pozitivna afektivnost i raspon intenziteta emocionalnih reakcija nasljedna (Tadić, 2010). Pojam "tipične razine sreće" (eng. *set-point*) obuhvaća interpretaciju nalaza prema kojima svatko ima sebi svojstvenu, specifičnu razinu sreće, koja određuje životni stil osobe i prema kojoj pojedinac gravitira. Taj pojam često se povezuje s analogijom o tjelesnoj težini prema kojoj ljudi, neovisno o fluktuacijama u tjelesnoj težini, imaju određenu konstantnu težinu kroz duži životni period. Čini se da tipična razina sreće leži u osnovi povezanosti stabilnih crta ličnosti, životnih događaja i subjektivne dobrobiti. S obzirom na vlastitu razinu sreće pojedinci stvaraju određene životne stilove i prema tome se u određenoj mjeri uključuju na više ili manje posredan način u događaje i situacije koje mogu imati utjecaja na njihovu razinu subjektivne dobrobiti. Na to se nadovezuje teorija dinamičke ravnoteže (Headey i Wearing, 1989, prema Tadić, 2010), prema kojoj svaki čovjek ima uobičajeni obrazac životnih događaja (određene životne situacije imaju veću vjerojatnost događanja) i uravnoteženu razinu subjektivne dobrobiti, što se može predvidjeti na osnovi stabilnih osobina ličnosti. Zatim, u okviru ove teme često se spominje pojam "hedoničke pokretne trake" (eng. *headonic treadmill*) koji govori o različitim procesima adaptacije na životne događaje. Naime, emocionalni sustav oblikuje odgovore na životne okolnosti putem kratkotrajnih reakcija na specifične, nove, za osobu važne situacije, nakon čega se najčešće vraća na svoju uobičajenu razinu. Dugoročnu razinu sreće određuju stabilne osobine ličnosti, a životni događaji pomjeraju trenutnu razinu sreće, ali se osoba nakon nekog vremena vraća osnovnoj razini navikavajući se novim okolnostima, često na način da mijenja svoja očekivanja vezana za budućnost (Lyubomirsky i Sheldon, 2006). Ovim su se mehanizmima nastojali objasniti nalazi, prema kojima se osobe suočene s nekim velikim životnim događajem (npr. dobitnici lutrije ili osobe koje su doživjele invaliditet) vraćaju s vremenom na relativno stabilnu razinu sreće (Brickman, Coates i Janoff-Buman, 1979, prema Tadić, 2010). Međutim, malobrojna istraživanja koja su pokazala navedene nalaze imaju zamjetne nedostatke (npr. manjak longitudinalnih studija, pitanje operacionalizacije sreće te reprezentativnosti uzorka). Isto tako, dobitnici lutrije i osobe koje su doživjele tako velike nepovoljne promjene poput invaliditeta nisu reprezentativni primjeri za demonstraciju tendencije vraćanja na tipičnu razinu, zato što su procesi adaptacije na takve okolnosti uvjetovani različitim čimbenicima. Načini navikavanja na povoljne događaje te vrijeme tog procesa razlikuju se od onih na nepovoljne događaje zbog toga što različiti čimbenici

uvjetuju i uzrokuju povoljne (npr. dobitak posla), odnosno nepovoljne događaje (npr. gubitak posla). Iako uloga genetskih čimbenika na tipične razine subjektivne dobrobiti navodi na zaključak da sreća nije promjenjiva, isto tako, ne govori isključivo i da ne postoji mjesta za promjenu. Genetski čimbenici imaju veliku ulogu u determiniranju mnoštva karakteristika, no od velike važnosti pokazala se i uloga okoline, interakcija pojedinca i okoline, to jest aktivno ulaganje truda i volje te ostavljanje "traga" određenog pojedinca, odnosno vidljivi materijalni ili nematerijalni produkti tih ulaganja. Nalazi raznih istraživanja ukazuju na to da se ljudi razlikuju po adaptacijama na životne događaje koji mogu biti izuzetno stresni te promijeniti osnovnu razinu sreće (na primjer, razvod, smrt bližnje osobe, smrt djeteta) (Lucas, 2007). Isto tako, postoje nalazi koji upućuju na to da se ista ta osnovna razina sreće može unaprijediti različitim tehnikama, kao što su razvijanje navika i vještina koje su svojstvene sretnim ljudima (Seligman i sur, 2005). Subjektivna dobrobit vjerojatnije će se dugoročno mijenjati kod ljudi s višom razinom ekstraverzije, neuroticizma i/ili otvorenosti prema iskustvu (Sheldon i Lyubomirsky, 2005). Sumirani zaključci iz raznih istraživanja o tipičnoj razini subjektivne dobrobiti ukazuju na to da polazna točka subjektivne dobrobiti nije neutralna – većina je ljudi relativno sretna većinu vremena; da postoje individualne razlike u osnovnoj razini subjektivne dobrobiti – zbog razlika u osobnosti pojedinci se razlikuju u tipičnom intenzitetu i valenciji emocionalnih doživljaja; da postoji više tipičnih razina subjektivne dobrobiti – budući da se subjektivna dobrobit sastoji od više komponenata, može se pretpostaviti da svaka od komponenata subjektivne dobrobiti ima svoju tipičnu razinu; da se razine subjektivne dobrobiti mogu mijenjati – s obzirom na nalaze koji upućuju da se kod nekih osoba razine subjektivne dobrobiti mogu značajno povisiti ili sniziti tijekom života; te da postoje individualne razlike u adaptaciji na životne događaje koji uzrokuju emocionalne reakcije (Tadić, 2010).

3. OSOBINE LIČNOSTI

Razni autori različito definiraju ličnost čovjeka te su te definicije mijenjane kroz ljudsku povijest. Postoji dugotrajno zanimanje za spomenutim konstruktom te mnoštvo istraživanja koja pokazuju važnost i utjecaj ličnosti na druge relevantne pojmove u psihologiji. Također, važnost ličnosti vidi se u njenoj prisutnosti u mnogim pojavama i fenomenima, stilu života i načinu suočavanja s problemima. Allport (1937, prema Fulgosi 1981) govori o ličnosti kao dinamičkoj organizaciji unutar pojedinca onih psihofizičkih sustava koji određuju njegove specifične prilagodbe okolini. Bronfenbrenner (1979, prema Fulgosi 1981) kaže da ličnost predstavlja jedan

sustav relativno trajnih dispozicija da se doživljavaju, razlikuju ili manipuliraju stvarni ili percipirani aspekti okoline pojedinca, uključujući i njega samog. Prema Eysencku (1953, prema Fulgosi 1981) ličnost je više ili manje stabilna i trajna organizacija karaktera, temperamenta, intelekta i fizičke konstitucije neke osobe koja određuje njegovu osobitu prilagodbu svojoj okolini. Prema Larsenu i Bussu (2008) ličnost je skup psihičkih osobina i mehanizama unutar pojedinca koji su organizirani i relativno trajni te utječu na interakcije i adaptacije pojedinca na intrapsihičku, fizičku i socijalnu okolinu. Ove definicije ličnosti, kao i druge, pokazuju da je za psihologiju ličnosti najvažniji aspekt i temeljni podatak ponašanje pojedinca u različitim situacijama (Fulgosi, 1981). Ličnost se može analizirati i tako da se ljudsko biće promatra kroz aspekte koji su zajednički sa svima drugima, zatim aspekte zajedničke s nekima drugima te ono što je kod osobe različito od svih drugih - čime se naglašavaju ljudska priroda, individualne i grupne razlike te individualna jedinstvenost (Larsen i Buss, 2008). Ličnost se može podijeliti i u šest različitih domena proučavanja ljudske prirode – dispozicijska domena, biološka domena, intrapsihička, kognitivno-iskustvena, socijalna i kulturalna te domena prilagodbe. U nastavku će biti riječ o dispozicijskoj domeni ličnosti koja se bavi razlikama među pojedincima u njihovim uobičajenim emocijama i po njihovom uobičajenom samopoimanju. Pretpostavlja se da su osobine, to jest crte ličnosti koje se nazivaju i dispozicijama relativno stabilne tijekom vremena i u različitim situacijama (Larsen i Buss, 2008). Ta pretpostavka bila je predmetom značajnih teorijskih rasprava i empirijskih istraživanja. Iz perspektive dispozicijske domene proučavanje i definiranje ličnosti ima nekoliko ciljeva: ličnost se mora eksplicitno definirati i precizno formulirati, odnosno konceptualizirati, presudno je da se identificiraju najvažniji načini prema kojima se pojedinci razlikuju, to jest da se identificiraju najvažnije crte, te da se ličnost formulira pomoću sveobuhvatne taksonomije (sheme) najvažnijih crta (Larsen i Buss, 2008). Ova domena naglašava važnost mjerenja; kvantitativne tehnike za ispitivanje i mjerenje ličnosti što je pridonijelo razvoju dobrih mjernih instrumenata za mjerenje crta ličnosti. Dispozicijska domena ima i široku primjenu (na primjer, za selekciju ljudi za određenu poslovnu karijeru) i ideja na kojoj se temelji jest da crte ličnosti mogu biti korisne za predikciju ishoda u različitim životnim situacijama, npr. odabir karijere (Larsen i Buss, 2008).

3.1. Petofaktorski model

U području istraživanja psihologije ličnosti, petofaktorski model je najraširenij među dominantnim modelima dispozicijske domene ličnosti. Njegova struktura proizlazi iz teorija

ličnosti i leksičkog pristupa, koji podrazumijeva da rječnici svakodnevnog jezika adekvatno odražavaju individualne razlike koje se odnose na socijalnu i psihološku stvarnost (Krapić, 2005). Riječi koje označavaju osobine ličnosti prenose informacije o individualnim razlikama koje su važne za našu dobrobit. One ujedno pomažu u predviđanju ponašanja nekog pojedinca u širokom rasponu društvenih situacija. Petofaktorski model koji je prvotno predložio Fiske (1949, prema Larsen i Buss, 2008) nastao je iz ponovljene analize Cattellovih 16 faktora. Fiske se spominje kao prva osoba koja je otkrila petofaktorski model, ali mu se ne pridaje zasluga za identificiranje precizne strukture tog modela. Nedugo nakon toga, Tupes i Christal (1961, Krapić, 2005) dali su veliki doprinos petofaktorskom modelu; precizirali su petofaktorsku strukturu te imenovali faktore. Kasnije je Norman (1963, prema Larsen i Buss, 2008) replicirao taj model. U petofaktorskom modelu koji su predložili Costa i McCrae (1979, prema Marinić i Pučić 2011) naknadno je dodana i crta otvorenosti te faktori savjesnosti i ugodnosti. Svaka je od pet širih dimenzija petofaktorskog modela sastavljena od više komponenti nižeg reda koje predstavljaju osnovna obilježja pojedinaca (Krapić, 2005). S obzirom na zastupljenost pojedinih crta, ličnost pojedinca određuje i broj pridjeva koji ga opisuju (Marinić i Pučić, 2011). Ekstraverziju karakterizira pozitivna emocionalnost, a kao komponente sadrži socijabilnost, poduzetnost, ambicioznost i asertivnost (Krapić, 2005). Visoki rezultat na skali ekstraverzije predstavljat će pojedinca koji aktivan, društven, govorljiv, orijentiran na sebe, srdačan, optimističan. S druge strane, nizak rezultat će predstavljati pojedince koji su zatvoreni, udaljeni, povučeni, tihi i orijentirani na zadatke (Marinić i Pučić, 2011). Ekstraverti se često uključuju u socijalnu interakciju te je socijalna pažnja ključno obilježje ove crte ličnosti. Ujedno imaju veći utjecaj na svoju okolinu, češće zauzimaju poziciju vođe. Prema tome se čini da će muškarci visoko na skali ekstraverzije hrabrije pristupati nepoznatim ženama, dok će oni nisko na skali esktraverzije biti bojažljiviji u istom ponašanju (Berry i Miler, 2001, prema Larsen i Buss, 2008). Neuroticizam ili emocionalna nestabilnost se odnosi na širok raspon neugodnih osjećanja, emocionalnu reaktivnost, iritabilnost i nesigurnost, uključujući anksioznost, tugu, razdražljivost i živčanu napetost (Krapić, 2005). Pojedinci s visokim rezultatom na crti neuroticizma su češće zabrinuti, nervozni, nesigurni i imaju osjećaj neadekvatnosti, za razliku od onih koji su nisko na skali neuroticizma, koji su češće mirni, opušteni, izdržljivi, sigurni i zadovoljni sobom. Stoga je obilježje emocionalne nestabilnosti varijabilitet raspoloženja tijekom vremena, što možda dovodi i do njihove veće iscrpljenosti i disocijacija, kao što su zaboravljanje važnih životnih događaja,

osjećaja odvojenosti od života i drugih ljudi. Često kod interpersonalnih odnosa te poslovnih uspjeha imaju više uspona i padova. Skloniji su tzv. "samohendikepiranju", podcjenjivanju sebe te stvaranju prepreka za vlastito postignuće (Larsen i Buss, 2008). Ugodnost je najčešće konceptualizirana kroz specifične tendencije i ponašanja kao što su ljubaznost, kooperativnost i sklonost pomaganju. Osobe koji su visoko na skali ugodnosti opisuju se kao dobroćudne, povjerljive, uslužne, sklone opraštanju, iskrene i spremnije pokazivanju povjerenja, a one koje su nisko na skali ugodnosti češće se ponašaju grubo, osvetoljubljivo, bezobzirno (Marinić i Pučić, 2011). Jedan od važnih ciljeva ugodne osobe je harmonična socijalna interakcija i kooperativnost u obiteljskom životu. Osobe nisko na skali ugodnosti su češće agresivne i ulaze u mnogo sukoba (Larsen i Buss, 2008). Savjesnost obuhvaća komponente kao što su potreba za kontrolom, opreznost, organiziranost, pouzdanost, odgovornost, samodiscipliniranost, točnost, urednost i ambicioznost (Marinić i Pučić, 2011). Osobe koje su nisko na crti savjesnosti okarakterizirane su kao osobe koje nisu pouzdane, osobe koje brzo odustaju te su sklone rizičnim ponašanjima (Larsen i Buss, 2008). Savjesno ponašanje rezultira nizom povoljnih životnih ishoda kao što su viši prosjek ocjena, veće zadovoljstvo poslom, viša sigurnost posla te bolji socijalni odnosi. Niska savjesnost povezana je s nižim ocjenama u školi, neuspjehom na poslu, seksualno riskantnim ponašanjem i recidivizmom kod zatvorenika (Larsen i Buss, 2008). Naposljetku, otvorenost predstavlja intelekt u užem smislu (inteligencija, pronicljivost, kreativnost), otvorenost za iskustva (radoznalost, maštovitost, liberalnost) te neke aspekte kulture, osobnih stavova, sklonosti i orijentacija (umjetnički interesi, nekonformizam, progresivne i nekonvencionalne vrijednosti, potreba za raznolikošću iskustava). Osobe koje su nisko na skali otvorenosti bit će u većoj mjeri konvencionalne, realistične, užih interesa, manje izražene analitičnosti i slabijega zanimanja za umjetnost (Alburequequ i sur., 2013). Otvorenost je povezana s eksperimentiranjem s novom hranom, preferencijom novih iskustava i otvorenošću prema izvanbračnim vezama. Mogući uzrok otvorenosti leži u individualnim razlikama u procesiranju informacija. Pokazuje se da osobe visoko na ovoj dimenziji na drugačiji način reagiraju i procesiraju informacije iz okoline, to jest percepcija i procesiranje informacija tih osoba kao da su "široko otvorene" za podražaje iz različitih izvora. U različitim kulturama postoji određena nekonzistentnost u definiranju i provjeravanju dimenzije otvorenosti k iskustvu, odnosno različite kulture različito definiraju ovu crtu ličnosti (Larsen i Buss, 2008). No iz raznih nalaza proizlazi zaključak da su osobine ličnosti, operacionalizirane kroz petofaktorski model,

relativno konzistentne kroz vrijeme, odnosno relativno malo se mijenjaju od kraja adolescencije (16.-18. godina) do starije odrasle dobi (Krapić, 2005). Nadalje, ekstraverzija i neuroticizam su najstabilnije crte petofaktorskog modela. Visoko su stabilne i savjesnost i otvorenost za iskustva, a najnestabilnija je crta ugodnosti (Krapić, 2005). Također, postoje nalazi koji ukazuju da su Velikih Pet osobina ličnosti biološki ukorijenjene dispozicije kojima je okarakterizirana gotovo cijela ljudska vrsta (Alburequequ i sur., 2013). Upravo kombinacijom spomenutih pet faktora mogu se bolje predvidjeti mnogi životni ishodi nego na temelju pojedinačne osobine (Larsen i Buss, 2008).

4. INDIVIDUALNE RAZLIKE, OSOBINE LIČNOSTI I SUBJEKTIVNA DOBROBIT

Osobe s različitim osobinama ličnosti doživljavaju različite stupnjeve subjektivne dobrobiti (Soto, 2013). U terminima Velikih Pet osobina ličnosti – ekstraverzije, ugodnosti, savjesnosti, neuroticizma (emocionalne nestabilnosti) i otvorenosti k iskustvu – pojedinci koji su ekstravertiraniji, ugodniji, savjesniji i emocionalno stabilniji češće doživljavaju veće zadovoljstvo životom, učestalije doživljavaju ugodne, a rjeđe neugodne afekte (Soto, 2013). Na temelju nalaza istraživanja povezanosti osobina ličnosti i razine subjektivne dobrobiti, Costa i McCrae (1980, prema Larsen i Buss, 2008) su zaključili da 10 do 15 % varijance sreće objašnjavaju demografske varijable (spol, dob, prihodi, etnička pripadnost) što nije objasnilo veći dio varijance dobrobiti. Pretpostavili su da bi ličnost mogla imati veze s disponiranošću pojedinaca da budu sretni. Prijašnja istraživanja su pokazala da su sretni ljudi otvoreni i društveni (Smith, 1979, prema Larsen i Buss, 2008), emocionalno stabilni, odnosno niski na neuroticizmu (Wessman i Ricks, 1966, prema Larsen i Buss, 2008). Te su informacije Costa i McCrae upotrijebili u svojoj pretpostavci da postoje dvije osobine ličnosti koje utječu na sreću: ekstraverzija i neuroticizam. Njihova ideja predviđala je točno određen utjecaj ekstraverzije i neuroticizma na sreću. Definiciju sreće objasnili su kao prisutnost relativno visokih razina ugodnog afekta i relativno niskih razina neugodnog afekta u životu osobe tijekom vremena. Smatrali su da ekstraverzija utječe na doživljavanje ugodnih afekata osobe, dok neuroticizam determinira doživljavanje neugodnih afekata osobe. Svoje ideje potvrdili su daljnim istraživanjima koja su pokazala da osobine ekstraverzije i neuroticizma objašnjavaju

interindividualne razlike u osjećaju sreće otprilike tri puta više od svih uobičajenih demografskih varijabli zajedno. Posjedovanje određene kombinacije osobina ličnosti (izražene ekstraverzije i niskog neuroticizma) može značajnije pridonijeti sreći nego spol, etnička pripadnost, dob i ostale demografske karakteristike (Larsen i Buss, 2008).

Koja osobina od Velikih Pet najviše utječe na subjektivnu dobrobit? Razna istraživanja potvrđuju (McCrae i Costa, 1991, prema Bratko i Sabol, 2006; Rusting i Larsen 1988, prema Larsen i Buss, 2008) već spomenutu pozitivnu povezanost ekstraverzije i negativnu povezanost neuroticizma sa zadovoljstvom životom. Osim jasnog utjecaja ekstraverzije i neuroticizma, istraživanje Bratka i Sabol (2006) pokazalo je i pozitivnu povezanost savjesnosti s procjenom zadovoljstva životom. Rezultati u vezi s faktorima ugodnosti i intelekta nešto su manje uvjerljivi (Costa i McCrae, 1980, prema Bratko i Sabol, 2008). Iako navedeni čimbenici značajno koreliraju sa samoprocjenama zadovoljstva životom, oni nemaju jedinstven doprinos u predikciji zadovoljstva životom. Istraživanja vođena modelima utjecaja osobina ličnosti na subjektivnu dobrobit pokazala su da je crta ličnosti ugodnost povezana s češćim doživljavanjem ugodnih afekata te da savjesnost, budući da je povezana s aktivnim planiranjem, disciplinom i dosljednošću u ponašanju, može biti povezana sa subjektivnom dobrobiti, preko smanjenja stresa koji nose nedovršeni zadaci (Albuquerque i sur., 2013). Nalazi istraživanja za petu dimenziju, bilo da se ona konceptualizira kao intelekt ili kao otvorenost prema iskustvu, nisu toliko jednoznačni kao za ostala četiri faktora. Iako originalan model koji su predložili Costa i McCrae (1980, prema Bratko i Sabol, 2006) te njegova nadopuna (McCrae i Costa, 1991, prema Bratko i Sabol, 2006), ne potvrđuju pretpostavku da postoji povezanost otvorenosti i subjektivne dobrobiti, određena istraživanja (Allik i Realo, 1997, prema Bratko i Sabol 2006; van den Berg i Pitoriu, 2005, prema Bratko i Sabol, 2006) takvu povezanost nalaze između otvorenosti i globalne procjene zadovoljstva životom ili između otvorenosti i pojedinih komponenti subjektivne dobrobiti; zadovoljstva životom, učestale prisutnosti ugodnih i neugodnih afekata.

Albuquerque i suradnici (2013) pokazali su da sve dimenzije Velikih Pet izravno ili neizravno utječu na tri komponente subjektivne dobrobiti. Iako su prijašnja istraživanja naglašavala važnost najsnažnijih prediktora subjektivne dobrobiti Albuquerque i suradnici (2013) izdvojili su i ostale tri karakteristike značajnim prediktorima subjektivne dobrobiti. S obzirom na dobivene nalaze o povezanostima subjektivne dobrobiti i savjesnosti, ugodnosti,

ekstraverzije i neuroticizma, Soto (2013) navodi da bi izostavljanje jedne od pet crta ličnosti otežalo razumijevanje i dubinsko ispitivanje subjektivne dobrobiti. Dakle, naglašava se potreba uzimanja barem četiri od Velikih Pet u bilo koju opsežnu teoriju ili empirijsko ispitivanje povezanosti osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti (Soto, 2013).

Istraživanja su pokazala da osobine ličnosti predviđaju promjene u razinama subjektivne dobrobiti (Charles, Reynolds i Gatz, 2001; Griffin, Mroczek i Spiro, 2006, prema Soto, 2013), ali i da razine subjektivne dobrobiti predviđaju promjene u osobnosti (Specht, Egloff i Schmulke, 2013, prema Soto, 2013). Specifičnije, dosadašnji nalazi o efektima određenog obrasca osobina na subjektivnu dobrobit impliciraju da se kod ljudi koji su početno više ekstravertirani, ugodni, savjesni i emocionalno stabilni, s vremenom povećava razina životnog zadovoljstva i ugodnih afekata, a smanjuje razina neugodnih afekata. S druge strane, kod osoba koje su inicijalno doživljavale višu dobrobit s vremenom su uočene promjene prema većim razinama ugodnosti, savjesnosti, emocionalne stabilnosti i ekstraverzije. Ovi nalazi snažno unapređuju razumijevanje međusobnog utjecaja osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti. Pokazalo se da se procjena povezanosti ovih dvaju konstrukta temelji na njihovom recipročnom utjecaju (Soto, 2013).

Koliko su važne osobine ličnosti u predviđanju subjektivne dobrobiti? Koliko je važna subjektivna dobrobit u predviđanju promjena u osobnosti? Na prvi pogled čini se da je taj utjecaj umjeren. Prema Sotou (2013) pokazano je da je veličina međusobnog učinka subjektivne dobrobiti i osobina ličnosti manja od 0.15, što je vrlo mali učinak. Međutim, ove veličine učinka bi trebale biti interpretirane uzimajući u obzir da se veličine učinka smatraju konzervativnim načinom provjeravanja prospektivnog učinka, odnosno učinka subjektivne dobrobiti na duže staze. Utjecaj koji su osobine ličnosti imale na dobrobit ili utjecaj koji su aspekti dobrobiti imali na osobine u većini starijih istraživanja, pokazivao je trenutačnu razinu subjektivne dobrobiti, ali ne i na onu na duže staze. Prospektivni utjecaji (utjecaji na duže staze) mogu biti kumulativni tijekom vremena. Na primjer, uzmimo dvije djevojke. Obje su dvadesetogodišnjakinje i doživljavaju prosječni stupanj zadovoljstva životom, ali jedna je prilično savjesna, a druga prilično nesavjesna. Savjesnost predviđa životno zadovoljstvo (Soto, 2013) tako da će u istoj dobi, oko 24. godine, savjesnija djevojka biti zadovoljnija od nesavjesnije. Ako će početna razlika u savjesnosti tih dviju djevojaka biti konzistentna tijekom vremena, u 40.-oj godini ona koja je savjesnija bit će znatno zadovoljnija od druge koja nije savjesna. Prospektivni učinak osobina na dobrobit može biti umjeren, prateći ga u rasponu od par godina, ali može postati

većim ako se akumulira tijekom dužih intervala u životu pojedinca. Također, osobine ličnosti i subjektivna dobrobit iznimno su važne osobne karakteristike; osobine utječu na interakcije i adaptacije pojedinca na intrapsihičku, fizičku i socijalnu okolinu, a razine subjektivne dobrobiti određuju generalno zadovoljstvo životom i učestalost određenih emocionalnih reakcija na životne događaje. Stoga, i male promjene u njihovim razinama mogu biti značajne. Subjektivna dobrobit predstavlja jedan of temeljnih faktora psihološkog funkcioniranja svake osobe neovisno o tome koja je razina te subjektivne dobrobiti, odnosno je li zadovoljna ili ne vlastitim životom i doživljava li češće ugodne ili neugodne emocionalne reakcije. Nadalje, oba konstrukta pokazala su se značajnim prediktorima mnogih drugih ishoda, od fizičkog zdravlja, dugovječnosti, kvalitete odnosa, stabilnosti radnih izbora te postupaka i težnji koje vode prema mentalnom zdravlju ili psihopatologiji (Soto, 2013). Prema tome, i manja variranja u karakteristikama osobina ličnosti i razinama subjektivne dobrobiti mogu imati važne posljedice za određeni period u životu. Istraživanja su pokazala da je, generalno, utjecaj osobina na subjektivnu dobrobit jači od utjecaja subjektivne dobrobiti na osobine ličnosti, ali su oba utjecaja važna i prožimajuća (Soto, 2013).

4.1. Modeli izravnih i neizravnih učinaka osobina ličnosti na subjektivnu dobrobit

Nalazi izvornog istraživanja Coste i McCraea (1980, Larsen i Buss, 2008), da su osobine ličnosti, ekstraverzija i neuroticizam, snažni korelati dobrobiti, replicirani su u brojnim studijama (npr. McCrae i Costa, 1991; Rusting i Larsen 1998, prema Larsen i Buss, 2008). Međutim, većina istraživanja bila su korelacijska, što je isključilo mogućnost kauzalne interpretacije odnosa između ličnosti i dobrobiti, odnosno utrđivanja može li ličnost uzrokovati određeni životni stil kod osobe te može li određeni životni stil uzrokovati više razine subjektivne dobrobiti (Larsen i Buss, 2008). U nastojanju da se razjasne moguće poveznice između ovih konstrukata, predloženo je nekoliko modela odnosa između ličnosti i dobrobiti – model koji pretpostavlja izravan utjecaj ličnosti na dobrobit te model koji pretpostavlja neizravne utjecaje ličnosti na dobrobiti. Prema neizravnom modelu, ličnost utječe na to da osoba stvara određeni životni stil, koji može biti u podlozi češćeg doživljavanja određenih emocionalnih reakcija (Larsen i Buss, 2008). Moguće je da su crte ličnosti povezane s vjerojatnošću doživljavanja određenih situacija koje povećavaju ili umanjuju osjećaj subjektivne dobrobiti. Zbog interakcije okoline i vlastitih osobina ličnosti, pojedinci visoko na crti ekstraverzije imaju više povoljnih, a pojedinci visoko na crti neuroticizam više nepovoljnih iskustava, što dovodi do razlika u subjektivnoj dobrobiti

(Bratko i Sabol, 2006). Čini se da je ta interakcija osobe i okoline cirkularna i u određenoj mjeri samo-potkrepljujuća. Primjerice, određena osoba, koja je visoko na crti neuroticizma, može imati određeni raspon neugodnih osjećanja koja se iskazuju kao anksioznost, tuga, razdražljivost, zabrinutost i živčana napetost. Okolina je može percipirati kao emocionalno reaktivnu, iritabilnu i nesigurnu osobu te u određenoj mjeri izbjegavati. Naposljetku, određena vrsta socijalne izoliranosti kod osobe bi izazvala osjećaje usamljenosti i niske subjektivne dobrobiti. Taj osjećaj nesretne osobe može, ujedno, biti i posljedica toga što je izolacija od strane okoline uzrokovana ponašanjima koja pokazuju karakteristike neuroticizma. Osoba visoko na neuroticizmu može povećati vjerojatnost javljanja određenih životnih situacija, nenamjerno prouzročiti neugodne emocionalne reakcije kod drugih, što naposljetku može izazvati nisku subjektivnu dobrobit kod te osobe. Naime, osobine ličnosti mogu imati utjecaj na ponašanja i posljedice tih ponašanja (npr. povratna informacija okoline). Primjerice, osobe visoko na ugodnosti sklonije su upuštati se u više prosocijalnih ponašanja, kao što su suradnja s drugima, pokazivanje suosjećanja i podrške za druge te ophođenje prema drugima s poštovanjem i ljubaznošću. Moguće je da ugodne osobe više preferiraju vršnjaci te da su uspješnije u održavanju stabilnih i zadovoljavajućih bliskih veza. Ovi pozitivni socijalni ishodi mogu učvrstiti subjektivnu dobrobit osobama izražene osobine ugodnosti. Isto tako, visoko savjesne osobe sklonije su izvoditi zadatke učinkovitije, točnije i pouzdanije, što dovodi do uspjeha u školi i na radnom mjestu. Takav uspjeh doprinosi materijalnim dobicima (npr. prihodi) i psihološkim nagradama (npr. osjećaj kompetentnosti), koji, zatim, posreduju u pozitivnim povezanostima između savjesnosti i subjektivne dobrobiti (Soto, 2013). S druge strane, u izravnom modelu, čak i kad se izlože identičnim situacijama, različiti ljudi reagiraju s više ugodnih ili neugodnih emocija, ovisno o tome koliko su visoko ili nisko na crtama ekstraverzije i neuroticizma. U nekoliko istraživanja Larsena i njegovih suradnika, (Larsen i Ketelaar, 1989; Rusting i Larsen, 1998; Zelenski i Larsen, 1999; prema Larsen i Buss, 2008) najboljim prediktorom reaktivnosti na indukciju ugodnog raspoloženja pokazala se osobina ličnosti ekstraverzija, a najboljim prediktorom reaktivnosti na indukciju neugodnih raspoloženja pokazala se osobina ličnosti neuroticizam. Iako je situacija identična, osoba visoko na neuroticizmu može reagirati s više neugodnih emocija u usporedbi s osobom niskom na neuroticizmu. Čini se da je lako oraspoložiti ekstraverta, kao i oneraspoložiti neurotičnu osobu (Larsen i Buss, 2008). Visoko ekstravertirana osoba sklonija je doživljavati veće osnovne razine ugodnog afekta i imati snažniji afektivni odgovor na povoljbne događaje od

slične osobe koja je introvertirana. Isto tako, visoko neurotična osoba sklonija je kroničnije doživljavati neugodni afekt i imati posebno intenzivnije reakcije na nepovoljne događaje. Spomenuti direktni utjecaji osobina ličnosti na ugodan i neugodan afekt pomažu u objašnjenju zašto ekstraverti i emocionalno stabilni pojedinci imaju veću dobrobit (Soto, 2013). Ličnost djeluje poput "pojačala" emocionalnih reakcija na životne događaje, pri čemu ekstraverti imaju pojačane ugodne emocije kao reakciju na povoljne događaje, a osobe visoke na neuroticizmu imaju pojačane emocije kao reakcije na nepovoljne događaje. U spomenutim istraživanjima (Larsen i Ketelaar, 1989; Rusting i Larsen, 1998; Zelenski i Larsen, 1999; prema Larsen i Buss, 2008) sudionici su u laboratoriju prošli kroz postupak indukcije emocija. U jednoj verziji ispitivanja slušali su vođeno opisivanje vrlo ugodnih prizora, npr. šetnja plažom ili vrlo neugodnih prizora, npr. smrt prijatelja od neizlječive bolesti, a u drugom ispitivanju su emocije sudionika manipulirane gledanjem ugodnih ili neugodnih fotografija. Sudionici su ispunili upitnike ekstraverzije i neuroticizma prije laboratorijskog dijela ispitivanja. Stoga su istraživači mogli provjeriti predviđaju li rezultati na upitnicima ekstraverzije i neuroticizma reakciju na indukciju raspoloženja u laboratorijima. Pokazalo se da i u kontroliranim uvjetima, ovisno o njihovoj ličnosti, ljudi emocionalno reagiraju drugačije na različite životne događaje (Larsen i Buss, 2008).

4.2. Mogući učinci subjektivne dobrobiti na osobine ličnosti

Koji su razlozi mogućeg utjecaja subjektivne dobrobiti na osobine ličnosti? Postoji pretpostavka da postojana visoka ili niska razina subjektivne dobrobiti utječe na osobine ličnosti neke osobe. Na primjer, ako se pretpostavi da pojedinac ima životni stil koji konzistentno generira visoke razine zadovoljstva životom i ugodne afekte, to dobro raspoloženje može voditi do društvenijeg, velikodušnijeg i istraživačkog ponašanja. Dobro raspoloženje navodi osobu da život percipira "svjetlije", odnosno izaziva u pojedincu pozitivne misli i uključivanje u prosocijalno ponašanje. Tijekom vremena, konzistentan obrazac takvog ponašanja može postati integriran u pojedinčev pojam o sebi i ostale psihološke konstrukte te prema tome, voditi do dugotrajnije ekstraverzije, ugodnosti i otvorenosti k iskustvu (Soto, 2013). S druge strane, životne okolnosti koje konzistentno uzrokuju neugodne emocije mogu dovesti pojedinca do toga da internalizira, to jest usvoji i zadrži te neugodne afekte u obliku vlastitog obrasca ponašanja, koji uključuje socijalnu povučenost, samousmjerenost i oprezno ponašanje, a kojeg, naposljetku, često prati loše raspoloženje. Subjektivna dobrobit može utjecati na osobine ličnosti doprinoseći

psihološkom poticaju za određene obrasce ponašanja. Ugodno ponašanje generalno povećava vjerojatnost socijalnog uspjeha, savjesno ponašanje promovira uspjeh u školi i na radnom mjestu, a doživljavani uspjeh može privremeno pojačati subjektivnu dobrobit. Želja pojedinca da održi visoku razinu subjektivne dobrobiti može ga motivirati da nastavi s ugodnim i savjesnim ponašanjem i u budućnosti, vodeći do daljnjeg uspjeha i subjektivne dobrobiti. Ako se ova petlja pozitivne veze održava samostalno kroz duži period vremena (na primjer, kroz ulaganje u trajnije bliske veze ili uspješnu karijeru), pojedinac može postepeno internalizirati ponašajne obrasce, povećavajući razine osobina ugodnosti i savjesnosti (Soto, 2013).

4.3. Pogled na odnos osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti iz različitih perspektiva

Cjelokupna ličnost zbroj je različitih dijelova te se može podijeliti u šest različitih domena, a svaka domena skup je znanja o jednom određenom aspektu ličnosti (Larsen i Buss, 2008). S obzirom na usmjerenost pregleda istraživanja o povezanosti osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti iz perspektive dispozicijske domene u ovome radu, važno je spomenuti i relevantnost preostalih domena – biološke, intrapsihičke, kognitivno-iskustvene, socijalne i kulturalne te domene prilagodbe. Ličnost je pod utjecajem bioloških faktora, konflikata unutar uma pojedinca, osobnog razmišljanja, osjećaja, želja, uvjerenja i drugih subjektivnih doživljaja, socijalne, kulturalne i rodne pozicije u društvu te prilagodbe na probeme koje život donosi. Svaka perspektiva unutar neke domene ličnosti može se usmjeriti na jedan važan dio ljudskog psihičkog funkcioniranja. Međutim, niti jedna perspektiva sama po sebi ne zahvaća cjelokupnu osobu (Larsen i Buss, 2008). U kontekstu odnosa osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti, važna pitanja biološke domene proizlaze iz uloge psihofiziologije (funkcioniranja živčanog sustava) i evolucije (razvijanja pojedinih osobina ličnosti zbog učinkovitosti u rješavanju adaptivnih problema). U sklopu intrapsihičke domene mogu se izdvojiti pitanja vezana uz ulogu nesvjesnih mentalnih mehanizama ličnosti i instinkta – seksualnih i agresivnih nagona koji energiziraju većinu reakcija čovjeka. Iz kognitivno-doživljajne domene proizlaze pitanja vezana uz ulogu kognicije; ciljeva kojima težimo, potreba, samopoimanja te doživljaja, tj. emocija u odnosu ličnosti i subjektivne dobrobiti. Ličnost je i pod utjecajem socijalnog konteksta i utječe na njega, može odrediti vjerojatnosti određenih socijalnih ishoda (rastavu braka ili broj prijatelja) (Larsen i Buss, 2008). Postoje međukulturalne razlike u ličnosti s obzirom na ono što je prihvatljivo i što se ohrabruje u određenoj kulturi te spolne razlike. Događaji s kojima se svakodnevno suočavamo i na koje se prilagođavamo povezuju se s razinama stresa i zdravstvenim stanjem pojedinca

(Larsen i Buss, 2008). Stoga se socijalna i kuturalna domena ni domena prilagodbe ne mogu zanemariti u kontekstu istraživanja povezanosti ličnosti i razina subjektivne dobrobiti. Buduća istraživanja i pregledi radova mogli bi se usmjeriti na odnos ličnosti i subjektivne dobrobiti i iz drugih perspektiva.

5. ZAKLJUČAK

Osobine ličnosti i subjektivna dobrobit bitne su karakteristike svake osobe. U okviru uloga genetskih čimbenika u razinama subjektivne dobrobiti postoji velik prostor za raspravu. Nužna su dodatna istraživanja koja bi se trebala proširiti s proučavanja relativnoga doprinosa gena za objašnjavanje subjektivne dobrobiti na proučavanje interakcije gena i okoline. Geni mogu imati dominantnu ulogu kod pojedinaca, ukoliko pojedinci prožive određena iskustva. Isto tako, u nekih pojedinaca moguće je i da je okolina dominantni čimbenik, no samo kada kod njih postoji određeni genotip. Budući da je subjektivni pristup, koji uključuje samoprocjene pojedinca za komponente subjektivne dobrobiti, zastupljeniji, treba uzeti u obzir njegovu metodološku složenost i moguće poteškoće mjerenja jer postoji opasnost od pristranosti vezanih uz raspoloženja osobe i kontekst tijekom procjene. S druge strane, zadovoljstvo životom, ugodni i neugodni afekti mogu biti dodani, s obzirom na naglasak na njihovoj važnosti, na listu bioloških, socijalnih i psiholoških faktora koji su se pokazali prediktorima promjenama u osobnosti. Iako su istraživanja pokazala da osobe s različitim osobinama ličnosti često doživljavaju različite stupnjeve subjektivne dobrobiti te da je utjecaj osobina na subjektivnu dobrobit dovoljno jak, utjecaj subjektivne dobrobiti na osobine ličnosti ne može se zanemariti. Oba su utjecaja važna, povezuju se s poželjnim i kvalitetnim socijalnim odnosima, poticanjem kreativnosti i stvaralaštva, obogaćivanjem života pojedinca te naposljetku, uspješnošću. Subjektivna dobrobit i osobine ličnosti pokazali su se prediktorima za temelje mnogih drugih ishoda, od fizičkog zdravlja, dugovječnosti, kvalitete odnosa, stabilnosti radnih izbora te postupaka i težnji koje vode prema mentalnom zdravlju ili psihopatologiji. Povezanost subjektivne dobrobiti i osobina ličnosti može nam ukazati na načine kako pojedinac može živjeti ispunjavajuć i smislen život.

LITERATURA

Albuquerque, I., Figueiredo, C., Lima, M. i Matos, M., (2013). The Interplay Among Levels eof Personality: The Mediator Effect of Personal Projects Between the Big Five and Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, *14*(1), 235-250.

Bratko, D. i Sabol, J. (2006). Osobine ličnosti i osnovne psihološke potrebe kao prediktori zadovoljstva životom: rezultati on-line istraživanja. *Društvena istraživanja*, *15*(4-5), 693-711.

Brdar, I. (2006). Životni ciljevi i dobrobit: Je li za sreću važno što želim? *Društvena istraživanja*, *4-5*(84-85), 671-691.

Conti, R., Schwartz, S. J. i Waterman, A. (2008). The Implications of Two Conceptions of Happiness (Hedonic Enjoyment and Eudaimonia) for the Understanding of Intrinsic Motivation. *Journal of Happiness Studies*, *9*, 41-79.

Csikszentmihalyi, M. i Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*, *4*, 185-199.

Diener, E., Oishi, S. i Lucas, R. E. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, *54*, 403-425.

Diener, E., Lyubomirsky, S. i King, L. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, *131*(6), 803-855.

Fulgosi, A. (1981). *Psihologija ličnosti: Teorije i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.

Kahneman, D. i Krueger, A. B. (2006). Developments in the Measurement of Subjective Well-Being. *Journal of Economic Perspectives*, *20*(1), 3-24.

Krapić, N. (2005). Dimenzije ličnosti petofaktorskog modela i radno ponašanje. *Psihologijske teme*, *14*(1), 39-55.

Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Lucas, R. E. (2007). Personality and pursuit for happiness. *Social and Personality Psychology Compass*, *1*, 1-15.

Lyubomirsky, S. i Sheldon, K.M. (2006). Achieving sustainable gains in happiness: Change your actions, not your circumstances. *Journal of Happiness Studies*, *7*(1), 55-86.

Marinić, D. i Pučić, T. (2011). Odnos faktora ličnosti i nekih dinamičkih osobina kognitivnog sustava. *Život i škola*, *57*, 114.-133.

Russell, J. A. (2003). Core Affect and the Psychological Construction of Emotion. *Psychological Review, 110*(1), 145-172.

Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist, 55*(1), 68-78.

Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, *52*, 141-166.

Seligman, M. E. P., Parks, A. C. i Steen, T. (2004). A balanced psychology and a full life. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *359*(1449), 1379–1381.

Soto, C. J. (2015). Is Happiness Good for Your Personality? Concurrent and Prospective Relations of the Big Five With Subjective Well-Being. *Journal of Personality*, *83*, 45–55.

Tadić, M. (2010). Pregled nekih istraživanja u kontekstu subjektivne dobrobiti. *Društvena istraživanja, 1-2*(105-106), 117-136.