Povezanost perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajima srama i krivnje kod studenata i studentica

Vukosav, Mirna

Master's thesis / Diplomski rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:111:412382

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI
UNIVERSITY OF ZAGREB
CENTER FOR CROATIAN STUDIES

Repository / Repozitorij:

Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies

zir.nsk.hr

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA

Mirna Vukosav

POVEZANOST PERFEKCIONIZMA SA SAMOPOŠTOVANJEM I OSJEĆAJIMA SRAMA I KRIVNJE KOD STUDENATA I STUDENTICA

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2020.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

MIRNA VUKOSAV

POVEZANOST PERFEKCIONIZMA SA SAMOPOŠTOVANJEM I OSJEĆAJIMA SRAMA I KRIVNJE KOD STUDENATA I STUDENTICA

DIPLOMSKI RAD

Mentorica: doc.dr.sc. Zrinka Greblo Jurakić

Zagreb, 2020.

Sažetak

Povezanost perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajima srama i krivnje kod studenata i studentica

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati obilježja povezanosti perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajem srama i krivnje kod studenata i studentica. U istraživanju je korišten prigodan uzorak od 202 sudionika (*Nž*=117, *Nm*=85), studenata Fakulteta hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu, smjera psihologije i Visoke policijske škole u Zagrebu. Sudionici su ispunili niz upitnika, točnije *Višedimenzionalni upitnik perfekcionizma* (Stoeber, Otto, Pescheck, Becker i Stoll, 2007), *Skalu osjećaja srama i krivnje* (Marschall, Saftner i Tangney, 1994) te *Upitnik samopoštovanja kao stanja* (Heatherton i Polivy, 1991). Uz to, prikupljeni su podaci o dobi, rodu i fakultetu na kojem sudionici studiraju. Rezultati pokazuju postojanje statistički značajne razlike između studentica i studenata na dimenzijama srama i krivnje te na podljestvici socijalnog samopoštovanja, pri čemu studentice ostvaruju više prosječne vrijednosti na dimenzijama srama i krivnje, dok studenti ostvaruju više vrijednosti na podljestvici socijalnog samopoštovanja. Značajna razlika nije pronađena na ljestvici akademskog perfekcionizma te na podljestvici izvedbenog samopoštovanja. Utvrđena je statistički značajna negativna povezanost podljestvice adaptivnog perfekcionizma sa sramom i krivnjom te značajna pozitivna povezanost podljestvice adaptivnog perfekcionizma sa samopoštovanjem vezanim uz izvedbu kod muškaraca, dok kod žena nije utvrđena značajna povezanost. Također, utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost podljestvice neadaptivnog perfekcionizma sa sramom i krivnjom te značajna negativna povezanost neadaptivnog perfekcionizma i samopoštovanja vezanog uz izvedbu te socijalnog samopoštovanja kod muškaraca, dok je kod žena utvrđena značajna pozitivna povezanost neadaptivnog perfekcionizma i krivnje te negativna povezanost neadaptivnog perfekcionizma sa socijalnim samopoštovanjem. Utvrđena je i statistički značajna razlika između sudionika s obzirom na rezultat na adaptivnom i neadaptivnom perfekcionizmu, pri čemu osobe s manje izraženim perfekcionizmom na obje podljestvice iskazuju bolje socijalno i izvedbeno samopoštovanje te manji osjećaj krivnje.

Dobiveni rezultati ukazuju na drugačiji obrazac povezanosti adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma sa samopoštovanjem, sramom i krivnjom na muškom i ženskom uzorku, što upućuje na važnost zasebnog izučavanja odrednica perfekcionizma kod žena i muškaraca.

Ključne riječi: perfekcionizam, samopoštovanje, sram, krivnja

Abstract

Correlation between perfectionism, self-esteem, shame and guilt among students

The aim of the research study was to examine the relationship between perfectionism and self-esteem, shame and guilt in college students. A total of 202 students (*Nf*=117, *Nm*=85) from the Faculty of Croatian Studies, University of Zagreb as well as from the Police Academy, Zagreb (Ministry of the Interior), participated in the study. The participants completed the *Multidimensional Questionnaire of Perfectionism* (Stoeber, Otto, Pescheck, Becker, Stoll, 2007), the *State Shame and Guilt Scale* (Marschall, Saftner i Tangney, 1994) and the *State Self-esteem Questionnaire* (Heatherton and Polivy, 1991). In addition, they responded to a list of questions such as data about age, gender and faculty at which they are studying. The results show the statistically significant difference between men and women on subscales of shame and guilt, on which females achieved higher average values, as well as on the subscale of self-esteem, on which men achieved higher average values. A significant difference wasn't found on the scale of the academic perfectionism as well as on the subscale of performance self-esteem. Regarding the male sample, we found the statistically significant negative difference between the subscale of adaptive perfectionism and shame and guilt as well as the statistically significant positive correlation between adaptive perfectionism and performance self-esteem. Also, the statistically significant positive correlation was found between the subscale of maladaptive perfectionism and shame and guilt as well as the statistically significant negative correlation between maladaptive perfectionism and performance self-esteem on male sample, whereas we found the statistically significant positive correlation between maladaptive perfectionism and guilt as well as the negative correlation between maladaptive perfectionism and social self-esteem, on the female sample. Finally, the statistically significant difference was found between students regarding the result they achieved on the adaptive and maladaptive perfectionism scale, where students with lower result on both subscales of perfectionism, show better social and performance self-esteem as well as lower feeling of guilt.

The given results show different patterns of correlation between adaptive and maladaptive perfectionism with self-esteem, shame and guilt on both male and female samples, which indicates the importance of individual study of perfectionism between the opposite genders.

Keywords: perfectionism, self-esteem, shame, guilt

Sadržaj:

1. Uvod 2

1.1. Perfekcionizam 2

Neadaptivni perfekcionizam 3

Adaptivni perfekcionizam 4

Rodne razlike 5

1.2. Samopoštovanje 5

1.3. Sram 8

1.4. Krivnja 10

1.5. Rezultati dosadašnjih istraživanja 12

2. Cilj i problemi 14

3. Metoda 15

3.1. Sudionici 15

3.2. Instrumenti 15

3.3. Postupak 17

4. Rezultati *18*

4.1. Rodne razlike 18

4.2. Povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s osjećajem srama i krivnje vezanim uz studiji te podljestvicama samopoštovanja 20

4.3. Razlike između studenata i studentica s obzirom na viši ili niži rezultat na adaptivnom i nedaptivnom perfekcionizmu u osjećaju srama i krivnje vezanim uz studij te podljestvicama samopoštovanja 23

5. Rasprava 26

5.1. Rasprava o rezultatima i nalazima 26

5.2. Metodološki nedostaci i prijedlozi za buduća istraživanja 30

5.3. Doprinos provedenog istraživanja 31

6. Zaključak 32

7. Literatura 33

1. Uvod

1.1. Perfekcionizam

Pojam perfekcionizma od rane je povijesti istraživanja budio polemike među istraživačima. Glavno pitanje odnosilo se na operacionalizaciju i definiciju ovog konstrukta (Flett i Hewitt, 2002). Premda, kao osobina, uvelike utječe na različite aspekte psihičkog zdravlja i psihosocijalne prilagodbe pojedinca, do danas ne postoji suglasnost oko njegove jedinstvene definicije (Greblo, 2012). No, bez obzira na i dalje prisutna različita viđenja perfekcionizma od strane teoretičara, ono što dosadašnja istraživanja sa sigurnošću potvrđuju jest da se radi o stabilnoj osobini, neovisnoj o trenutnom emocionalnom stanju pojedinca (Lauri Korajlija, 2010).

Najranije operacionalizacije perfekcionizma temeljile su se na pretpostavci da je perfekcionizam jednodimenzionalna neadaptivna (nepoželjna) osobina te da kao takva predstavlja faktor ranjivosti za velik broj psihičkih poremećaja. Kasnija shvaćanja perfekcionizma upućuju na njegovu multidimenzionalnost. Tako se danas perfekcionizam priznaje kao višedimenzionalan koncept, koji podrazumijeva neadaptivne i adaptivne, odnosno nepoželjne i poželjne funkcije, kojima je cilj osobni rast i razvoj (Greblo, 2012).

Frost i sur. (1990) konstruirali su instrument naziva Multidimenzionalna skala perfekcionizma (Multidimensional Perfectionism Scale-Frost – MPS-F), a kao ključna obilježja perfekcionizma navode: visoke osobne standarde, organiziranost, zabrinutost zbog pogrešaka, sumnju u vlastite postupke, visoka roditeljska očekivanja i roditeljski kriticizam. Prema spomenutim autorima, perfekcionisti su osobe visokih osobnih standarda, teže urednosti, preciznosti i organiziranosti te su usmjereni prema izbjegavanju pogrešaka, zbog čega im se pripisuje i neodlučnost u donošenju odluka te poduzimanju akcija. Bitno je napomenuti kako se u tom pristupu po prvi puta naglasila važnost međuljudskih odnosa te odnosa roditelja i djece, naglašavajući kako su očekivanja koja roditelji imaju od svoje djece, važni prediktori u razvoju perfekcionizma. Nedugo zatim, Hewitt i Flett (1991) konstruiraju Multidimenzionalnu skalu perfekcionizma (Multidimensional Perfectionism Scale-Hewitt – MPS-H) te navode tri različite dimenzije perfekcionizma- sebi-usmjereni, drugima-usmjereni i društveno propisani perfekcionizam. Sebi-usmjereni (*eng. self-oriented perfectionism*), odnosi se na pretjerano visoke i nerealistične ciljeve koje osoba samoj sebi postavlja, a uključuje pretjeranu samokritičnost i nesposobnost prihvaćanja vlastitih pogrešaka, mana ili

neuspjeha u više područja. Drugima-usmjereni perfekcionizam (*eng. other-oriented perfectionism*) podrazumijeva očekivanja koja osoba ima o drugim ljudima, postavljajući im visoke zahtjeve i ciljeve te strogo tretirajući njihovo ponašanje. Društveno propisani perfekcionizam (*eng. socially prescribed perfectionism*), odnosno percepcija pojedinca o nametnutim zahtjevima okoline, karakterističan je za osobe koje smatraju da im okolina nameće visoke standarde koje moraju ostvariti, kako ne bi razočarale značajne druge. Pri tome je prisutan strah od odbacivanja koji je povezan s neugodnim emocijama. Upravo je ta dimenzija perfekcionizma najopasnija kada je riječ o mentalnom zdravlju pojedinca, a povezana je s različitim psihološkim problemima.

Pojedinačne podljestvice navedenih dvaju instrumenata, spajanjem navedenih ljestvica, moguće je svesti na dvije dimenzije. Prva dimenzija nosi naziv Pozitivna težnja postignućima (*eng. positive achievement strivings*), a sastoji se od sljedećih podljestvica: sebi-usmjeren perfekcionizam, drugima-usmjeren perfekcionizam, visoki osobni standardi i organiziranost. Druga dimenzija naziva se Neadaptivne evaluacijske brige (*eng. maladaptivne evaluative concerns*), a podljestvice koje ju čine su sljedeće: društveno propisan perfekcionizam, zabrinutost zbog pogrešaka, sumnja u vlastite postupke, visoka roditeljska očekivanja i roditeljski perfekcionizam. Prva dimenzija je adaptivna/pozitivna, odnosno povezana s višim razinama pozitivnih afekta, dok je druga razina neadaptivna/negativna i povezana s višim razinama negativnih afekta (Stoeber i Otto, 2006). S obzirom na prisutnu potrebu za razlikovanjem adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma, Stoeber i Otto (2006) temeljem detaljne sistematizacije dotadašnjih empirijskih nalaza, zaključili su da je broj istraživanja koja upućuju na postojanje adaptivnog perfekcionizma veći od onih koji isti negiraju, odnosno koji ne potvrđuju postojanje pozitivnog aspekta perfekcionizma (Greblo, 2012).

Neadaptivni perfekcionizam

Neadaptivnim perfekcionistima nazivamo pojedince koji su, motivirani strahom od neuspjeha, skloni postavljanju nerealno visokih ciljeva (Greblo, 2012). Vlastitu vrijednost dominantno procjenjuju temeljem uspješnosti (ne)dostizanja zacrtanih ciljeva, u čemu često pokazuju rigidnost (Shafran i Mansell, 2001). Karakterizira ih pretjerana samokritičnost, koja vodi osjećaju napetosti i anksioznosti prilikom izvedbe te izbjegavanju pogrešaka što

nerijetko za rezultat ima odgađanje ili odustajanje od aktivnosti (Antony i Swinson, 1998). Razmišljanje u terminima „sve ili ništa“ često se pripisuje neadaptivnim perfekcionistima, pri čemu svaku izvedbu koja odstupa od savršene, smatraju neuspjehom. Čak i nakon ostvarenog uspjeha, često ne osjećaju zadovoljstvo, za što je u velikoj mjeri zaslužna anksiozna tendencija predviđanja neuspjeha u narednom izazovu, za kojeg vjeruju da će zasjeniti trenutni uspjeh (Enns i Cox, 2002; prema Greblo, 2012). Upravo zbog stalnog podizanja standarda, nerijetko su nezadovoljni vlastitim rezultatom iako za to nemaju objektivnog opravdanja. Tome u prilog ide činjenica da rijetko, prilikom uspjeha, osjećaju pozitivne emocije (Mor, Day, Flett i Hewitt, 1995; prema Greblo, 2012). Problemima često pristupaju pasivno jer se boje suočiti s njima (Burns i Fedewa, 2005). Opisani perfekcionizam često djeluje ometajuće na svakodnevno funkcioniranje pojedinca, narušavajući mu pritom psihičko zdravlje.

Adaptivni perfekcionizam

Za razliku od neadaptivnih, adaptivne perfekcioniste karakterizira postavljanje visokih ali dostižnih ciljeva. Sposobni su osjećati zadovoljstvo već na samom putu ka uspjehu, a kada dostignu vlastiti cilj, osjećaju sreću i zadovoljstvo (Hamachek, 1978; prema Greblo, 2012). Zadatku pristupaju opušteno, pri izvedbi su pažljivi, nastojeći da bude ispravna i gotova u zadanom vremenskom okviru. Neuspjeh ne percipiraju kao pokazatelja nesposobnosti, već na njega gledaju kao izazov i motivaciju da buduće ponašanje promjene u svrhu realizacije postavljenih ciljeva (Enns i Cox, 2002; prema Greblo, 2012). U skladu s time, iskazuju više pozitivnih afekata (Frost i sur., 1990, 1993). Rješavanju problema pristupaju aktivno, tražeći najbolje rješenje (Burns i Fedewa, 2005).

Prema prethodno navedenim saznanjima o perfekcionizmu, može se zaključiti kako je riječ o dvodimenzionalnom konstruktu kojeg čine adaptivna (poželjna) i neadaptivna (nepoželjna) strana, odnosno da se može manifestirati kako u pozitivnom, tako i u negativnom obliku (Greblo, 2012).

Rodne razlike

Rodne razlike u perfekcionizmu i danas predstvaljaju problem istraživačima ovog složenog konstrukta. Naime, velik dio autora uopće ih ne uzima u obzir, a oni koji ih uzimaju, dobili su međusobno nekonzistentne rezultate (Stoeber, 2012). Stoga je ovaj rad još jedan doprinos u izučavanju navedene problematike.

1.2. Samopoštovanje

Samopoštovanje kao konstrukt u psihologiju uvodi Wiliam James 1890. godine, opisujući ga kao evaluativni aspekt samopoimanja. Samopoimanje se odnosi na iskustva i ideje koje pojedinac ima o sebi samome, uključujući sve aspekte života. Suvremena istraživanja nalažu kako samopoimanje nije urođeno, već se uči i razvija tijekom života (Lacković-Grgin, 1994). Nadalje, samopoštovanje se u znanstvenoj, ali i popularnoj literaturi s područja psihologije, često spominje kao pokazatelj mentalnog zdravlja, prilagodbe pojedinca i zrele ličnosti (Jelić, 2012).

Harter (1999) samopoštovanje definira kao svijest o vlastitoj vrijednosti, odnosno, evaluativni stav koji ljudi imaju sami o sebi, a prema Rosenbergu (1965), on može biti pozitivan ili negativan. Rosenberg je jedan od najznačajnijih autora ranih empirijskih istraživanja na temu samopoštovanja. Njegova Skala samopoštovanja postala je „zlatni standard“ za procjenu istog te se koristila u četvrtini istraživanja rađenih do 1990. godine na temu samopoštovanja (Tafarodi i Swann, 1995). Prema njemu, socijalni uvjeti i subjektivna iskustva utječu na porast ili smanjenje samopoštovanja (Rosenberg, 1965 prema Bezinović, 1988). Tako je, primjerice, količina pažnje koju roditelji usmjeravaju prema djeci te zanimanje koje iskazuju prema njima, u značajnoj korelaciji sa samopoštovanjem djeteta. Coopersmith (1967) je utvrdio da su pojedinci s višim samopoštovanjem ujedno i kreativniji, asertivniji te manje ovise o drugima. Također, pojedinci s visokim samopoštovanjem su fleksibilniji, maštovitiji i skloni probleme rješavati na originalnije načine od pojedinaca s niskim samopoštovanjem. Dokazano je i kako visoko samopoštovanje predviđa orijentaciju prema cilju i samoefikasnost kod studenata (Ang i sur., 2006). Različite manifestacije ponašanja pojedinaca, povezane su dakle sa subjektivnom procjenom samopoštovanja (Bezinović, 1988). Osobe s niskim samopoštovanjem teže rješavaju prepreke, ne vjeruju u vlastite sposobnosti, što može biti popraćeno nizom negativnih posljedica poput

depresivnosti, anksioznosti ili poremećaja prehrane (Dacey i Kenny, 1994). Nadalje, niže samopoštovanje značajno je povezano s većom uporabom strategija izbjegavanja i emocionalne reaktivnosti (Ambrosi-Randić, 2019).

Osjećaj samopoštovanja kod djeteta, javlja se oko treće godine života. Razna istraživanja upućuju na ključnu ulogu koju u razvoju samopoštovanja imaju roditelji i neposredna socijalna okolina. Način na koji se roditelj odnosi prema djetetu, uvelike pridonosi razvoju njegova samopoštovanja. Odnos koji je topao, brižan, gdje roditelj pokazuje ljubav, razumijevanje i podršku djetetu te je dosljedan i pravedan, kao posljedicu ima djetetovo internaliziranje pozitivne slike o sebi te osjećaj kompetentnosti (Harter, 1999). Pri samoopisivanju, mlađi ispitanici više koriste konkretne (tjelesne atribute, posjedovanja), a nešto stariji ispitanici apstraktne (psihološke) atribute (Lacković-Grgin, 1994).

Teorija nalaže da su ljudi općenito motivirani za održavanjem i jačanjem samopoštovanja (Jones 1973; Kaplan 1975). Autori Trzesniewski, Donnellan i Robins (2003), u svom su istraživanju ukazali na značajnu stabilnost samopoštovanja kroz vrijeme. Utvrdili su postojanje trenda razvoja samopoštovanja koje je kroz djetinjstvo nisko, zatim se u doba adolescencije povećava te se ponovno smanjuje u odrasloj dobi. Najveći dio definicija stabilnosti samopoštovanja, može se podijeliti u dvije kategorije: samopoštovanje kao crta ličnosti (*eng. trait self-esteem*) i samopoštovanje kao stanje (*eng. state self-esteem*). Ako se govori o prosječnoj razini samopoštovanja kao osobine ličnosti, ono se može opisati kao razina samopoštovanja koju pojedinac ima kroz različita situacijska i vremenska razdoblja. Samopoštovanje kao stanje može se opisati kao neizbježna promjena samopoštovanja pojedinca koje je prisutna i događa se svakodnevno, ovisno o situacijskim okolnostima (Leary, Tambor, Terdal i Downs, 1995).

Heatherton i Polivy (1991) navode podjelu samopoštovanja na socijalno samopoštovanje, samopoštovanje vezano uz izvedbu i samopoštovanje vezano uz izgled. Prema Heatherton, Wyland i Lopez (2003) socijalno samopoštovanje je subjektivno, a odnosi se na percepciju pojedinca o tome kako ga drugi doživljavaju. Osoba visokog socijalnog samopoštovanja, vjeruje kako je cijenjena i poštovana od strane bliskih joj osoba. Samopoštovanje vezano uz izvedbu odnosi se na vjerovanje pojedinca o vlastitim sposobnostima, a između ostalog uključuje intelektualne sposobnosti, učinkovitost i akademski uspjeh. Naposljetku, samopoštovanje vezano uz izgled usmjereno je na mišljenje

pojedinca o vlastitoj pojavi (izgledu), a uključuje sliku o svom tijelu, atletske sposobnosti, privlačnost, stigme i osjećaje vezane uz rasu i etnicitet.

Individualne razlike pojedinaca utječu na njihovo samopoimanje. Na primjer, ljudi koji imaju snažnu potrebu za priznanjem od strane okoline, skloniji su češće i u većoj mjeri preispitivati vlastito ponašanje (Hewitt i Goldman, 1974). Snažna želja za postignućem, može povećati osjetljivost pojedinca na percepciju vlastitih kompetencija (Langer, 1983), dok nedostatak tolerancije za različitosti, potencijalno vodi povećanju osjetljivosti na socijalne usporedbe (Elliot, 1979).

Schoeneman (1981) je, proučavajući samopoštovanje kod studenata i studentica, otkrio da isti navode samoprocjenu vlastite izvedbe kao glavni faktor samopoštovanja, a prate je povratne informacije drugih te odmah iza toga međusobne usporedbe. Novija istraživanja posebno ističu važnost povratne informacije na razvoj samopoštovanja (Brajša-Žganec i sur., 2000). U skladu s tim, pohvaljeni učenici imali su više samopoštovanje od onih koji nisu bili pohvaljeni ili su bili opominjani (Smojver-Ažić i sur., 2005). Osim navedenih pozitivnih učinaka visokog samopoštovanja, nalazi pokazuju da nisko samopoštovanje može dovesti do negativnih pojava kao što je neprimjereno ponašanje kod studenata (Ang i sur., 2006), delikventno ponašanje (Baumeister i DeWall, 2005), depresija (Whisman i Kwon, 1993), bulimija (Bulik i sur., 2001), sklonost psihičkim bolestima (Bardone i sur., 2000; prema DeHart i sur., 2006) i nezadovoljstvo vezama (Murray i sur., 2000; DeHart i sur., 2003; prema DeHart i sur., 2006). Navedene nalaze potvrđuju i istraživanja provedena na našem području, koja su pokazala negativnu povezanost samopoštovanja sa samoopterećivanjem (*engl. self-handicapping*; Burušić i Brajša-Žganec, 2005), perfekcionizmom (Kolić-Vehovec, 2003), osamljenošću (Lacković-Grgin i sur., 1998) i zlostavljanjem u djetinjstvu (Ćosić i sur., 2002).

Istraživanje koje se bavilo samopoštovanjem zaposlenih ljudi, u okviru njihove radne uloge, rezultiralo je spoznajom da većina ljudi smatra kako uvjerenja o vlastitim kompetencijama i izvedbi, u najvećoj mjeri utječu na to kako se osjećaju u vezi sebe (Schwalbe, Gecas i Baxter, 1986). Isto istraživanje navodi da su socijalne usporedbe izraženije na višim poslovnim pozicijama, kao što su menadžeri i supervizori (iskusni nadzornici) te da samoprocjena vlastitih kompetencija ima nešto veći značaj kod žena, kada je u pitanju samopoštovanje, nego što je to slučaj kod muškaraca. S takvom tvrdnjom se ne slaže istraživanje Rosenberga i suradnika (1989) koje navodi da prethodno navedena razlika između žena i muškaraca po pitanju samoprocjene vlastitih kompetencija i samopoštovanje ne postoji.

No, navodi razliku po pitanju socijalne usporedbe, koja je izraženija kod muškaraca nego kod žena.

Razlike između žena i muškaraca, kada je u pitanju samopoštovanje, djelomično leži i u stereotipima vezanim uz rodnu ulogu, koji će se dodatno objasniti u nastavku rada. Naime, društvo je ono koje određuje koje je ponašanje, ovisno o rodu, očekivano pa se tako određuju i kriteriji ponašanja, a sukladno tome i (samo)evaluacije istog. Drugim riječima, izvori i razine samopoštovanja mogu varirati ovisno o rodu, a kultura ima veliku ulogu u tome (Schwalbe i Staples, 1991).

Možemo zaključiti kako je za razumijevanje formiranja i održavanja samopoštovanja, potrebno razumjeti način na koji pojedinac percipira i obrađuje informacije, odnosno kako stvara sliku o sebi.

1.3. Sram

Premda je već dugo u spektru interesa, kako kliničkih, socijalnih tako i razvojnih psihologa, pojam srama donedavno nije bio aktivno istraživan. Zbog toga se u novije vrijeme, veći broj znanstvenika bavio upravo ovom problematikom i definiranjem navedenog konstrukta.

Sram je samosvjesna emocija, karakteristična za ljudsku vrstu te se javlja između druge i treće godine života (Tognacci, 2016). Jedna od definicija srama nalaže da se radi o pretjeranoj pažnji usmjerenoj na sebe u socijalnim situacijama, što može dovesti do neprimjerenog vanjskog ponašanja kao što je pretjerana šutljivost, ali i do emocionalnih i kognitivnih poremećaja (Briggs i sur., 1986). Može se opisati kao mentalni stav koji pridonosi velikoj zabrinutosti kada je u pitanju socijalna evaluacija pojedinčeva ponašanja. U skladu s tim, moguća je tendencija izbjegavanja ljudi i situacija koje mogu rezultirati potencijalnim kritiziranjem te izbjegavanje situacija u kojima bi se pojedinac mogu istaknuti i privući pažnju na sebe (Zimbardo i Radl, 1982).

Na razvoj sramežljivosti utječu genetika, okolina i naučena socijalna iskustva. Istraživanja koja su se bavila nasljednom komponentom ovog konstrukta, utvrdila su veću stabilnost sramežljivosti od druge do dvadesete godine života nego kod nekih crta ličnosti (Zarevski i Mamula, 1998). Pri tome, genetsko nasljeđe označava sklonost ka sramežljivosti,

što znači da postoje određene interindividualne razlike temeljem iskustvenog doživljaja nelagode, koje u socijalnim situacijama mogu dovesti do pojave srama. Sramežljivost se uči po modelu, što dokazuju istraživanja čiji su nalazi pokazali da su sramežljivi pojedinci imali sramežljive roditelje, češće nego nesramežljivi (Zarevski i Mamula, 1998).

Pilkonis (1977, prema Zarevski i Mamula,1998) navodi postojanje privatne i javne sramežljivosti. Privatna sramežljivost odnosi se na pojedince čija okolina ih ne doživljava takvima, no oni sami se opisuju sramežljivima. Javna sramežljivost odnosi se na osobe koje okolina doživljava takvima te oni sami za sebe ističu prisutnost srama u svakodnevnim situacijama, što se manifestira u znakovima poput osjećaja nelagode, crvenjenja, zamuckivanja, sakrivanja pogleda i slično. Drugim riječima, kada osoba doživi emociju srama, javlja se potreba za skrivanjem odnosno bijegom iz situacije koja je uzrokovala taj osjećaj (Lewis, 2007; prema De Rubeis i Hollenstein, 2009).

Prema Bussu (1986) postoje dvije vrste sramežljivosti - bojažljiva i samosvjesna sramežljivost. Bojažljiva sramežljivost je ona kod koje je prisutna povećana pobuđenost autonomnog živčanog sustava te kod koje su kognicije temeljene na strahu od negativnog vrednovanja. Pretpostavlja se da je ova vrsta sramežljivosti urođena. Samosvjesnu sramežljivost karakterizira manja autonomna pobuđenost, prevladavanje straha od negativne evaluacije, što je ujedno primaran uzrok ove vrste sramežljivosti, a autor smatra kako se ona formira oko šeste godine života. Osim negativnog samovrednovanja, sram uz sebe veže i izbjegavajuće ponašanje pojedinca (Novak, 2016). Upravo se u ovom aspektu, sram razlikuje od osjećaja krivnje, iako tradicionalno gledište nalaže da je riječ o istom afektu (Tomkins, 1963). Naime, iako se krivnja kao i sram, sastoji od negativnih evaluacija ponašanja (pojedinac se osjeća loše zbog vlastitih postupaka), ono što ih razlikuje jest činjenica da je kod krivnje prisutno približavajuće ponašanje, za razliku od izbjegavajućeg što je karakteristično za sram. Približavajuće ponašanje odnosi se na ispravljanje ili kompenzaciju vlastitog ponašanja zbog prethodnih prijestupa (Wolf, Cohen, Panter i Isko, 2010).

Sram je emocionalna reakcija na ponašanje koje je kulturološki određeno kao nepoželjno ili ga pojedinac sam smatra takvim. Sukladno tome, ponašanje koje je suprotno očekivanjima vezanim uz rodnu ulogu, može dovesti do osjećaja srama, ali i krivnje, o kojoj će više riječi biti kasnije u radu. Rezultati dosadašnjih istraživanja ukazuju na nešto veće razine osjećaja srama kod žena, nego kod muškaraca (Benetti-McQuoid i Bursik, 2005). Razlog tomu mogu biti očekivanja koja su svakom pojedincu od rane dobi nametnuta od

strane okoline. Naime, znanja i spoznaje koje dijete stječe u najranijoj dobi, temelj su kasnije nadogradnje koja se odvija u procesu socijalizacije. U tom procesu, dijete se susreće s pojmovima „rodni identitet“ (samopercepcija pojedinca kao žene ili muškarca) i usvajanje rodnih uloga (obilježja koja se odnose na određeni rod). Djeca u dobi od tri godine znaju kojem rodu pripadaju i to je zajedničko u svim kulturama. Tada usvajaju ponašanja koja se smatraju tipičnim za njihov rod. Prilikom učenja rodnih uloga, ona prihvaćaju kriterije vrednovanja vezane uz svaki rod te na taj način spontano i nesvjesno stvaraju stavove o oba roda. Čitav niz tih uvjerenja posljedica je površne generalizacije o rodovima, odnosno očekivanja o tome što je tipično ponašanje žene, a što muškarca. Takva uvjerenja nazivamo rodnim stereotipima. Rodni stereotipi često su pogrešna uopćavanja o pripadnicima oba roda koja individualne osobine svakog pojedinca ne uzimaju u obzir. Svaka okolina, odnosno kultura u kojoj se pojedinac nalazi i odrasta, potiče određene vrijednosti i ponašanja dok druge osuđuje i kažnjava te na taj način modelira svoje članove prema željenom obrascu (Marović, 2009). Sukladno navedenim saznanjima, moguće je pretpostaviti da su djevojke sklonije iskazivanju i priznanju osjećaja kao što je sram, jer su kroz odrastanje bile potaknute izražavanju vlastitih osjećaja, za razliku od mladića, koje je okolina za iste postupke osuđivala.

1.4. Krivnja

Dok je kod srama osoba usmjerena na to kako je drugi doživljavaju i na cjelokupni pojam o sebi (proizlazeći od negativnog vrednovanja vlastitog pojma o sebi), krivnja je praćena osjećajem kajanja, žaljenja za određenim postupcima ili propustima, a prati je osjećaj napetosti kao rezultat negativnog vrednovanja specifične situacije. Objekt negativne procjene se dakle odnosi na specifično ponašanje. Fokus je na posljedicama koje je određeno ponašanje pojedinca imalo na njega samoga i/ili na druge u njegovoj okolini. Prisutna je želja za priznavanjem i ispravkom vlastita ponašanja (Tangney i Dearing, 2002) te sprječavanjem ponavljanja istog (Frijda, 1986, prema Marshall i sur., 2009). Krivnja se opisuje kao bolna emocija pri čemu je prisutno kajanje zbog vlastitih postupaka, za razliku od srama, koji uključuje bolan doživljaj sebe kao osobe (Fossum i Mason, 1986). Često je povezana s psihičkim poremećajima, kao što je depresija (Nolen-Hoeksema, 2014). No, krivnja ima i adaptivnu funkciju koja pojedincu služi da upravlja vlastitim ponašanjem i to na način da spriječi buduće djelovanje koje bi potencijalno vodilo osjećaju krivnje (Izard, 1977). Neki

pojedinci imaju veću sposobnost doživljavanja krivnje, čak i u situacijama kada su samo oni upoznati s prijestupom kojeg su učinili. Za njih se smatra da općenito imaju veću sklonost doživljaju krivnje (Cohen i sur., 2011). Sklonost doživljaju krivnje ima ulogu zaštitnog faktora. Rezultati longitudinalnog istraživanja Tangney i Dearinga (2002) pokazali su da pojedinci koji imaju veću sklonost osjećaju krivnje, imaju manju vjerojatnost okretanju kriminalu, uporabi opojnih sredstava te počinjenju samoubojstva.

Freud (1917; prema Tangney, Wagner i Gramzow, 1992) je jedan od prvih istraživača koji je veću pozornost pridao krivnji naspram srama, posebno kad je riječ bila o uzorcima nekih psihičkih poremećaja kao što su depresija ili opsesivno-kompulzivni poremećaj. Freud je (1923; prema Fonda, 2016) u svom radu *„Ego i Id“* opisao razvoj superega, opisujući ga kao unutrašnju zamjenu dotadašnje vanjske kontrole nagona (Živković, 2011). To je dio odgovoran za moralne standarde pojedinca, razvija se između 3. i 5. godine života, a sastoji se od ego-ideala i savjesti. Savjest se postavlja superiorno iznad ega, procjenjujući njegove namjere kao dobre ili loše te ga u skladu s time „kažnjava“ ili „nagrađuje“. Drugim riječima, ukoliko osoba učini djelo koje se smatra nemoralnim, prema standardima superega, tada će ju superego „kazniti“ osjećajem krivnje (Freud, 1923; prema Živković, 2011).

Krivnja često visoko korelira sa sramom, a nerijetka je i situacija da su povezani s istim konstruktima (Wright i Gudjonsson, 2007). Najčešće korišten instrument koji mjeri kroničnu krivnju i sram naziva se *Test of Self Conscious Affect-3* (TOSCA-3), autora Tangneya i suradnika (2000, prema Makogona i sur., 2013). Navedeni instrument sadrži 6 podljestvica i 6 kratkih priča koje se odnose na situacije iz svakodnevnog života, a za koje se vjeruje da potiču osjećaje srama i krivnje. Ispitanici svoje odgovore vrednuju na Likertovoj skali od 1 do 5, ovisno o stupnju srama i krivnje koju osjećaju. Krivnja se opisuje negativnim evaluacijama ponašanja (primjer „*Pogriješio sam*“), a sram negativnim samo-evaluacijama (primjer *„Loša sam osoba“*).

Rodne razlike po pitanju krivnje imaju sličnu podlogu kao i kod srama. Naime, stereotipi vezani uz rodne uloge nalažu da su žene emotivnije od muškaraca pa, u skladu s time, sklonije osjećaju krivnje. Takva tvrdnja nađena je u čak 30 različitih kultura (Brody i Hall, 2000). No, postavlja se pitanje je li to zaista tako. Fischer i Manstead (2000) kao jedno od mogućih objašnjenja nude spoznaju da su žene sklonije izražavanju vlastitih osjećaja pa tako i krivnje, dok se muškarce od rane dobi uči potiskivanju emocija.

Naposljetku, može se zaključiti kako se osjećaj krivnje javlja kao posljedica preuzimanja odgovornosti za vlastite postupke za kojima pojedinac osjeća žaljenje. Osjećajima krivnje, kao i srama, prethodi pojedinčevo pripisivanje negativno evaluiranih iskustava, događaja ili neuspjeha vlastitom djelovanju.

1.5. Rezultati dosadašnjih istraživanja

U nastavku će biti prikazani neki od dosadašnjih empirijskih nalaza koji su sadržajem bliski temi ovog istraživanja.

Dio autora slaže se da ne postoje statistički značajne razlike između žena i muškaraca po pitanju perfekcionizma (npr. Besser i sur. 2004; Stoeber i Stoeber, 2009). S time se ne slažu Enns, Cox, Sareen, i Freeman (2001) prema kojima žene postižu više rezultate na neadaptivnom perfekcionizmu. Blankstein i Winkworth (2004) navode da muškarci za razliku od žena, postižu više rezultate na dimenziji akademskog perfekcionizma, dok su u istraživanju Kawamura i suradnika (2002) dobiveni suprotni rezultati.

Prema Baumeisteru i suradnicima (2003), žene pokazuju veće vrijednosti socijalnog, a muškarci izvedbenog samopoštovanja. Premda istraživanja u velikoj mjeri potvrđuju povezanost perfekcionizma i samopoštovanja, ipak postoje određena razilaženja u mišljenjima o povezanosti pojedinih dimenzija perfekcionizma sa samopoštovanjem. Rice i Slaney (2002) navode kako adaptivni perfekcionisti, naspram neadaptivnih, posjeduju više pozitivnih karakteristika, kao što su veće samopoštovanje i izraženiji pozitivni afekti. Missildine (1963; prema Ashby i Rice, 2002) pak zaključuje da je nisko samopoštovanje ključni element perfekcionizma. U skladu s time, Sorotzkin (1985; prema Ashby i Rice, 2002) naglašava da je izostanak dostizanja zacrtanih ciljeva kod perfekcionista, često praćen niskim samopoštovanjem. Ashby i Rice (2002) koristeći Rosenbergovu skalu samopoštovanja, došli su do zaključka da su visoki standardi, koji upućuju na adaptivan perfekcionizam, u pozitivnoj korelaciji sa samopoštovanjem, dok je diskrepancija, kao mjera neadaptivnog perfekcionizma, negativno povezana s istim. No, brojni drugi empirijski nalazi nisu uspjeli potvrditi ovu pozitivnu korelaciju. Naime, broj istraživanja u kojima je ovakva pozitivna korelacija utvrđena, gotovo je podjednak onima kod kojih je ta korelacija nulta. Nadalje, Gotwals i suradnici (2003) tvrde da dosadašnja istraživanja u velikoj mjeri pokazuju povezanost samopoštovanja isključivo s neadaptivnim perfekcionizmom. Tome u prilog govore i rezultati

istraživanja u kojima je utvrđena visoka negativna korelacija (r=-.62) samopoštovanja i neadaptivnog perfekcionizma, ali ne i visoka korelacija samopoštovanja i adaptivnog perfekcionizma (Rice, Ashby i Preusser, 1996).

Stoeber i sur. (2007) navode da adaptivni perfekcionisti iskazuju u većoj mjeri osjećaje ponosa, a manje osjećaje srama i krivnje, za razliku od neadaptivnih perfekcionista. Društveno propisani perfekcionizam (*eng. socially prescribed perfectionism)* u pozitivnoj je korelaciji sa sklonosti (Lutwak i Ferrari, 1996; Tangney, 2002) i osjećajima (Klibert i sur., 2005) srama i krivnje. Sebi usmjeren perfekcionizam (*eng. Self-oriented perfectionism)* također pokazuje pozitivnu korelaciju sa sklonosti sramu i krivnji (Hewitt i Flett, 1991; Lutwak i Ferrari, 1996; Tangney, 2002), no ona je nešto manja i nije u tolikoj mjeri konzistentna kao što je slučaj sa društveno propisanim perfekcionizmom. Prema Ashby, Rice i Martinu (2006) sram je u najvećoj mjeri povezan s neadaptivnim perfekcionizmom. Istraživanje autora Fedewa, Burns i Gomez (2005) ukazalo je na pozitivnu korelaciju neadaptivnog perfekcionizma i sklonosti sramu i krivnji te negativnu korelaciju adaptivnog perfekcionizma i sklonosti sramu, ali ne i krivnji, iz čega se može zaključiti da postoje različite korelacije konstrukata srama i krivnje s perfekcionizmom. Sargin (2010) utvrđuje da žene postižu viši rezultat na ljestvicama srama i krivnje. Postoje razni stereotipi koji idu u prilog prethodnom istraživanju, no razlog tomu može biti i činjenica da su žene sklonije otvorenom izražavanju vlastitih osjećaja (Brody i Hall, 2000). Također, neki nalazi potvrđuju da su muškarci skloniji osjećaju krivnje kao posljedici nepoštovanja propisanih normi i pravila ponašanja, dok su žene sklonije osjećati krivnju za vlastite postupke, ukoliko su negativno utjecali na odnose s drugim ljudima (Gillian, 1982).

S obzirom na nekonzistentne rezultate prethodnih istraživanja, ali i relativno mali broj istraživanja u kojem je ispitan odnos perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij na muškom i ženskom uzorku, osmišljeno je ovo istraživanje kojim se nastoji dobiti bolji uvid u obilježja odnosa ovih složenih konstrukata.

2. Cilj i problemi

Cilj istraživanja je ispitati obilježja povezanosti perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajima srama i krivnje kod studenata i studentica. Sukladno tome, formulirani su sljedeći istraživački problemi:

1. Ispitati rodne razlike u akademskom perfekcionizmu, doživljaju srama i krivnje vezanom uz studij te samopoštovanju vezanom uz izvedbu i socijalnom samopoštovanju.

   H1: Studentice će u odnosu na studente imati više rezultate na dimenzijama srama i krivnje vezanim uz studij te niže rezultate na dimenzijama samopoštovanja. Ne očekujemo rodne razlike u perfekcionizmu.

2. Ispitati povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij, samopoštovanja vezanog uz izvedbu i socijalnog samopoštovanja.

   H2: Adaptivan perfekcionizam bit će negativno povezan sa sramom i krivnjom vezanim uz studij, a pozitivno s dimenzijama samopoštovanja.
   Neadaptivan perfekcionizam bit će u pozitivnoj korelaciji sa sramom i krivnjom vezanim uz studij te u negativnoj korelaciji s dimenzijama samopoštovanja.

3. Utvrditi razlikuju li se studenti i studentice koji postižu viši rezultat od onih koji postižu niži rezultat na mjeri adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma u doživljaju srama i krivnje vezanim uz studij, samopoštovanju vezanim uz izvedbu i socijalnom samopoštovanju.

   H3: Studenti i studentice koji postižu viši rezultat na mjeri adaptivnog perfekcionizma, imat će manji osjećaj srama i krivnje vezan uz studij te veće samopoštovanje, od onih koji postižu niži rezultat. Studenti i studentice koji postižu viši rezultat na mjeri neadaptivnog perfekcionizma, obilježit će veći osjećaj srama i krivnje vezan uz studij i niže samopoštovanje, od onih koji na istim dimenzijama postižu niže rezultate.

3. Metoda

3.1. Sudionici

Sudionici ovog istraživanja bili su studenti i studentice Fakulteta hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu, smjer psihologije (N=80, 39,6%) te Visoke policijske škole u Zagrebu (N=122, 60,4%). Ukupno je sudjelovalo 202 studenata i studentica. Od toga ih je 117 (57,9%) bilo ženskih, a 85 (42,1%) muških sudionika. Svi sudionici dali su pristanak na sudjelovanje te su istraživanje ispunili u potpunosti. Raspon dobi kreće se od 19 do 35 godina s prosječnom dobi od 23 godine (*M*=23,93, *SD*=4,07).

3.2. Instrumenti

Višedimenzionalni upitnik perfekcionizma (Multidimensional Inventory of Perfectionism; Stoeber, Otto, Pescheck, Becker i Stoll, 2007)

Višedimenzionalni upitnik perfekcionizma ispituje perfekcionizam pomoću dvije dimenzije koje se odnose na adaptivni i neadaptivni perfekcionizam. Njegova primjena moguća je za različite situacije jednostavnom promjenom upute, koja u ovom slučaju glasi: „Molimo Vas da procijenite koliko često se osjećate ili ponašate na opisani način u kontekstu studiranja“. Upitnik se sastoji od 10 čestica, pri čemu prvih 5 označava podljestvicu *Težnja za savršenstvom* (primjer čestice: *„Težim tome da budem što savršeniji/a“*), dok se ostalih 5 čestica odnosi na podljestvicu *Negativna reakcija na nesavršenstvo* (primjer čestice: *„Osjećam se izrazito uznemireno ako se sve ne odvija savršeno“*) (Stoeber i sur., 2007). Navedene ljestvice upućuju na emocionalne i kognitivne reakcije pojedinaca u kontekstu studiranja. Adaptivni perfekcionizam operacionaliziran je kao rezultat na podljestvici *Težnja za savršenstvom*, a neadaptivni perfekcionizam operacionaliziran je kao rezultat za podljestvici *Negativna reakcija na nesavršenstvo*. Ljestvica je određena brojevima od 1 do 6, pri čemu 1 označava „Nikad“, a 6 označava „Uvijek“. Zadatak sudionika bio je označiti koliko često se osjećaju ili ponašaju na opisani način u kontekstu studiranja. Ukupni rezultat na svakoj podljestvici računa se kao prosjek rezultata za navedenu podljestvicu, pri čemu viši rezultat upućuje na veći stupanj perfekcionizma. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije u prethodnim istraživanjima koja su koristila hrvatsku verziju ovog upitnika jest α=0.87 (podljestvica *Težnja za savršenstvom*) te α=0.85 (podljestvica *Negativna reakcija na*

nesavršenstvo) (Greblo, 2011). Engleska verzija upućuje na α=0.92 (podljestvica *Težnja za savršenstvom*) te α=0.87 (podljestvica *Negativna reakcija na nesavršenstvo*) (Stoeber i sur., 2007). U ovom istraživanju pouzdanost unutarnje konzistencije za adaptivni perfekcionizam iznosi 0.89 dok za neadaptivni perfekcionizam iznosi 0.88, što je u skladu s očekivanjima i dosadašnjim istraživanjima.

Skala osjećaja srama i krivnje (SSGS-State Shame and Guilt Scale; Marschall, Saftner i Tangney, 1994)

Skala osjećaja srama i krivnje sastoji se od dvije dimenzije- *Srama* i *Krivnje*. Odgovori se bilježe na skali od 5 stupnjeva, pri čemu 1 označava „Nikad se tako ne osjećam", a 5 „Uvijek se tako osjećam". Ukupno ima 10 pitanja, od kojih se 5 odnosi na podljestvicu *Srama* (primjer čestice: „*Osjećam se poniženo"*), a ostalih 5 na podljestvicu *Krivnje* (primjer čestice: „*Žalim za nečime"*). Raspon mogućih vrijednosti je od 10 do 50, pri čemu veći rezultat upućuje na veći osjećaj srama i krivnje. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za ovaj upitnik prema Tangney i Dearing (2002), koji su istraživanje također proveli na studentima, iznosi 0.82 za podljestvicu Srama te 0.89 za podljestvicu Krivnje. U ovom istraživanju, pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za podljestvicu Srama iznosi 0.78 dok za podljestvicu Krivnje ona iznosi 0.81, što je u skladu s dosadašnjim istraživanjima.

Upitnik samopoštovanja kao stanja (State Self-Esteeme Scale; SSES; Heatheron i Polivy, 1991)

Upitnik samopoštovanja kao stanja mjeri tri dimenzije samopoštovanja: Samopoštovanje vezano uz Izgled (*eng. appearance*), Izvedbu (*eng. Performance)* i Socijalno *(eng. Social)* samopoštovanje. U svrhu ovog istraživanja korištene su posljednje dvije podljestvice (Izvedba i Socijalno samopoštovanje). Upitnik se sastoji od 20 pitanja, a odgovori se nalaze na skali od 5 stupnjeva, pri čemu 1 označava odgovor „U potpunosti netočno", a 5 „U potpunosti točno". Sudionici trebaju zaokružiti broj koji odgovara njihovom odgovoru. Nadalje, podljestvica *Samopoštovanje vezano uz izgled* sadrži 6 pitanja, a jedan od primjera čestica je: *„Zadovoljan/na sam svojim izgledom u ovom trenutku"*. Podljestvica *Samopoštovanje vezano uz Izvedbu* sastoji se od 7 pitanja, pri čemu je jedan od primjera

čestica sljedeći: *„Osjećam se samopouzdano u vezi svojih sposobnosti“*. Podljestvica *Socijalno samopoštovanje* sastavljena je od 7 čestica, a primjer čestice je *„Osjećam da me drugi poštuju i da mi se dive“*. S obzirom na činjenicu da ne postoji validirana verzija upitnika na hrvatskom jeziku, engleska je verzija prevedena na način da su dvije osobe upitnik prevele s engleskog jezika na hrvatski te su potom još dvije osobe ponovile prijevod, ali ovog puta u suprotnom smjeru, s hrvatskog na engleski. Zatim su uspoređivani odgovori pri čemu su odabrane najbolje opcije za svaku od čestica. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za cijelu skalu jest α=0.92, dok se vrijednost pouzdanosti za podljestvice kreće od 0.73 do 0.81 (Chau, Thompson, Chang i Woo, 2008). U ovom istraživanju, vrijednost Cronbach alphe za podljestvicu Izvedbe iznosi 0.76, za Izgled 0.85 te za Socijalno samopoštovanje 0.67, što je u skladu s dosadašnjim istraživanjima.

3.3. Postupak

Istraživanje je provedeno grupno, tijekom lipnja 2019. godine, na preddiplomskom studiju Fakulteta hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu i Visokoj policijskoj školi u Zagrebu, nakon završenog predavanja. Prije samog ispunjavanja upitnika, studentima se objasnilo kako je svrha istraživanja pisanje diplomskog rada te im je rečeno kako je sudjelovanje u istraživanju potpuno dobrovoljno i anonimno te da u bilo kojem trenutku mogu odustati od sudjelovanja. Potom su im podijeljene liste na kojima je detaljnije objašnjena svrha istraživanja, korist kojoj oni kao sudionici istraživanja mogu pridonijeti te su navedeni kontakti istraživačice i mentorice rada. Na dnu liste, svojim su potpisom potvrdili pristanak sudjelovanja u istraživanju. Lista je odvojena od samog Upitnika čime je zagarantirana anonimnost sudionika.

Također, na početku svakog upitnika, nalazila se specifična uputa za ispunjavanje upitnika. Na kraju se sudionicima zahvalilo na njihovom doprinosu istraživanju te im je ponuđena mogućnost kontaktiranja autorice istraživanja, ukoliko ima zainteresiranih za rezultate cijelog istraživanja.

4. Rezultati

S ciljem ispitivanja normalnosti distribucije rezultata, korišten je Kolmogorov-Smirnov test normaliteta distribucije. Iz Tablice 1 vidljivo je kako je podljestvica socijalnog samopoštovanja jedina podljestvica čiji se rezultati distribuiraju normalno.

Također, u Tablici 1 vidljivo je kako su prosječne vrijednosti sudionika istraživanja više na ljestvici adaptivnog perfekcionizma, naspram ljestvice neadaptivnog perfekcionizma. Viši rezultati prisutni su i na ljestvici srama, u odnosu na ljestvicu krivnje. Sudionici iskazuju više rezultate na podljestvici samopoštovanja vezanog uz izvedbu naspram socijalnog samopoštovanja.

Tablica 1. *Deskriptivne vrijednosti varijabli utvrđene na ukupnom uzorku i test normalnosti*

	M	SD	K-S	P	Sk	Skz
Adaptivni perfekcionizam	4,284	,921	,072	,013	-,406	-2,37
Neadaptivni perfekcionizam	3,030	1,055	,084	,001	,258	1,50
Osjećaj srama	1,66	,655	,157	,000	1,329	7,77
Osjećaj krivnje	,171	,171	,090	,000	,349	2,04
Samopoštovanje vezano uz izvedbu	26,97	4,25	,079	,004	-,668	-3,91
Socijalno samopoštovanje	21,55	4,15	,052	,200	-,153	-0,89

Napomena. K-S= Kolmogorov-Smirnov statistik; p=značajnost K-S statistika; Sk=koeficijent asimetričnosti; Skz=omjer Sk i Skerr

4.1. *Rodne razlike*

Kako bi se odgovorilo na prvi problem istraživanja, ispitana je razlika između studenata i studentica u prosječnim rezultatima koje ostvaruju na mjerama perfekcionizma, samopoštovanja, srama i krivnje.

U tu svrhu, korišten je Mann-Whitney U test, s obzirom na ranije navedena obilježja distribucije, odnosno nezadovoljene uvjete korištenja parametrijskih analiza. Iz podataka

prikazanih u Tablici 2 i 3, vidljivo je postojanje statistički značajne razlike između studenata i studentica na ljestvicama srama i krivnje, na kojima djevojke postižu statistički značajno više rezultate te na podljestvici socijalnog samopoštovanja, na kojoj djevojke postižu niže rezultate. Stoga će se naredne analize provesti zasebno za muške i ženske sudionike. Na ljestvici akademskog perfekcionizma i podljestvici izvedbenog samopoštovanja, nije utvrđena statistički značajna razlika.

Tablica 2. *Analiza rodnih razlika na podljestvicama adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma,osjećaja srama i krivnje vezanim uz studij te dimenzija samopoštovanja*

	Spol sudionika	Medijan	$R_{min-max}$	Srednji rang	Suma rangova
Adaptivni	Mladići	4,4	4,8	105,59	8975,00
perfekcionizam	Djevojke	4,2	4	98,53	11528,00
Neadaptivni	Mladići	2,8	4,4	99,28	8439,00
perfekcionizam	Djevojke	3	4,6	103,11	12064,00
Osjećaj srama	Mladići	1,2	2,2	80,59	6850,00
	Djevojke	1,6	3,2	116,69	13653,00
Osjećaj krivnje	Mladići	2	3,2	89,47	7605,00
	Djevojke	2,2	3	110,24	12898,00
Samopoštovanje	Mladići	28	18	108,35	9209,50
vezano uz izvedbu	Djevojke	27	23	96,53	11293,50
Socijalno	Mladići	22	19	114,74	9753,00
samopoštovanje	Djevojke	21	22	91,88	10750,00

Tablica 3. *Rezultati Mann-Whitney U testa za testiranje rodnih razlika na adaptivnom i neadaptivnom perfekcionizmu, osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij i dimenzijama samopoštovanja*

	Adaptivni perfekcionizam	Neadaptivni perfekcionizam	Osjećaj srama	Osjećaj krivnje	Samopoštovanje vezano uz izvedbu	Socijalno samopoštovanje
Mann-Whitney U	4625,000	4784,000	3195,000	3950,000	4390,500	3847,000
Z	-,849	-,460	-4,378	-2,502	-1,423	-2,751
P	,396	,645	,000	,012	,155	,006

Grupirajuća varijabla: Spol sudionika

4.2. Povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s osjećajem srama i krivnje vezanim uz studiji te podljestvicama samopoštovanja

S obzirom da su dobiveni rezultati djelom odstupali od očekivanja, izračunali smo korelacije koristeći rezidualne varijable adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma. Rezidualne varijable dobivene su na način da je iz varijabli adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma pomoću regresijske analize parcijalizirana zajednička varijanca.

Iz Tablice 4 vidimo kako je kod mladića u trima korelacijama došlo do promjene u značajnosti u očekivanom smjeru kada su se umjesto originalnih varijabli koristile rezidualne varijable. Primjerice, podljestvica osjećaja krivnje i podljestvica samopoštovanja vezanog za izvedbu statistički značajno koreliraju s rezidualnom varijablom adaptivnog perfekcionizma, dok povezanost podljestvica samopoštovanja s originalnim varijablama perfekcionizma nije statistički značajna. Korelacija između osjećaja krivnje i rezidualne varijable adaptivnog perfekcionizma je niska i negativna, dok je između samopoštovanja vezanog za izvedbu i rezidualne varijable adaptivnog perfekcionizma niska te pozitivna. Negativna povezanost adaptivnog perfekcionizma sa socijalnim samopoštovanjem više nije značajna (prvotni rezultat je bio suprotan očekivanju).

Kod neadaptivnog perfekcionizma, korelacija sa sve tri varijable se povećala u slučaju kada je neadaptivan perfekcionizam operacionaliziran u obliku rezidualnih vrijednosti, osim u slučaju socijalnog samopoštovanja gdje se korelacija smanjila. Korelacija te varijable sa osjećajem srama jest niska i pozitivna, dok je s osjećajem krivnje srednje visoka i pozitivna. Sa samopoštovanjem veznim uz izvedbu korelacija je niska i negativna, dok je sa socijalnim samopoštovanjem srednje visoka i negativna. Korelacija između adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma je srednje visoka i pozitivna.

Tablica 4. *Povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s osjećajem srama i krivnje vezanim uz studiji te podljestvicama samopoštovanja kod studenata*

Mladići	Adaptivni perfekcionizam	Rezidualna varijabla adaptivnog perfekcionizma	Neadaptivni perfekcionizam	Rezidualna varijabla neadaptivnog perfekcionizma
Adaptivni perfekcionizam	1,000	,86**	,46**	,02
Rezidualna varijabla adaptivnog perfekcionizma	,86**	1,000	-,02	-,46**
Neadaptivni perfekcionizam	,46**	-,02	1,000	,87**
Rezidualna varijabla neadaptivnog perfekcionizma	,02	-,46**	,87**	1,000
Osjećaj srama	-,07	-,17	,21*	,26*
Osjećaj krivnje	-,02	-,23*	,39**	,43**
Samopoštovanje vezano za izvedbu	,10	,25*	-,26*	-,34**
Socijalno samopoštovanje	-,34**	-,08	-,52**	-,44**

Napomena: **p <.01, *p <.05

Kod djevojaka, u jednoj je korelaciji došlo do promjene u značajnosti kada su se umjesto originalnih varijabli koristile rezidualne varijable. Iz Tablice 5 vidljivo je kako je podljestvica socijalnog samopoštovanja bila u statistički značajno niskoj i negativnoj korelaciji s originalnom varijablom adaptivnog perfekcionizma, dok korelacija s rezidualnom varijablom nije značajna, što je u skladu s teorijskim očekivanjima.

Korelacije rezidualne varijable neadaptivnog perfekcionizma s ostalim varijablama ne mijenjaju se u sva četiri slučaja, osim u slučaju socijalnog samopoštovanja gdje se razina značajnosti smanjuje. U oba je slučaja korelacija niska i negativna. Korelacija između osjećaja krivnje i rezidualne varijable neadaptivnog perfekcionizma je niska i pozitivna. Korelacija između adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma je srednje visoka i pozitivna.

Tablica 5. *Povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s osjećajem srama i krivnje vezanim uz studiji te podljestvicama samopoštovanja kod studentica*

Djevojke	Adaptivni perfekcionizam	Rezidualna varijabla adaptivnog perfekcionizma	Neadaptivni perfekcionizam	Rezidualna varijabla neadaptivnog perfekcionizma
Adaptivni perfekcionizam	1,000	,85**	,47**	,04
Rezidualna varijabla adaptivnog perfekcionizma	,85**	1,000	-,01	-,44**
Neadaptivni perfekcionizam	,47**	-,01	1,000	,88**
Rezidualna varijabla neadaptivnog perfekcionizma	,04	-,44**	,88**	1,000
Osjećaj srama	,05	-,01	,15	,16
Osjećaj krivnje	,08	-,02	,22*	,22*
Samopoštovanje vezano za izvedbu	,05	,12	-,12	-,16
Socijalno samopoštovanje	-,19*	-,08	-,29**	-,23*

*Napomena:**p<.01, *p<.05*

4.3. Razlike između studenata i studentica s obzirom na viši ili niži rezultat na adaptivnom i nedaptivnom perfekcionizmu u osjećaju srama i krivnje vezanim uz studij te podljestvicama samopoštovanja

Prema podacima iz Tablice 6 i 7, mladići koji imaju manje izražene mehanizme adaptivnog perfekcionizma imaju veće socijalno samopoštovanje od mladića koji imaju izraženije mehanizme adaptivnog perfekcionizma. U ostalim varijablama razlika nije statistički značajna.

Tablica 6. *Rezultati muških sudionika na mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na adaptivnom perfekcionizmu*

Mladići	Adaptivni perfekcionizam	Medijan	$R_{min-max}$	Srednji rang	Suma rangova
Osjećaj srama	Ispod medijana	1,2	1,6	43,38	1908,50
	Iznad medijana	1,2	2,2	42,60	1746,50
Osjećaj krivnje	Ispod medijana	2	2,4	42,92	1888,50
	Iznad medijana	2	3,2	43,09	1766,50
Samopoštovanje	Ispod medijana	28	14	42,67	1877,50
vezano uz izvedbu	Iznad medijana	29	21	43,35	1777,50
Socijalno	Ispod medijana	23	15	49,98	2199,00
samopoštovanje	Iznad medijana	21	18	35,51	1456,00

Tablica 7. *Rezultati Mann-Whitney U testa za testiranje razlika u mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na adaptivnom perfekcionizmu kod mladića*

	Osjećaj srama	Osjećaj krivnje	Samopoštovanje vezano uz izvedbu	Socijalno samopoštovanje
Mann-Whitney U	885,500	898,500	887,500	595,000
Z	-,150	-,031	-,128	-2,708
P	,881	,975	,898	,007

Grupirajuća varijabla: rezultat muškaraca na ljestvici adaptivnog perfekcionizma ispod/iznad medijana

Rezultati prikazani u Tablici 8 i 9, pokazuju kako mladići koji na podljestvici neadaptivnog perfekcionizma postižu niže rezultate imaju veće socijalno samopoštovanje i veće samopoštovanje vezano za izvedbu te manje izražen osjećaj krivnje od mladića koji na podljestvici neadaptivnog perfekcionizma postižu više rezultate. U varijabli srama ne postoji statistički značajna razlika.

Tablica 8. *Rezultati muških sudionika na mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na neadaptivnom perfekcionizmu*

Mladići	Neadaptivni perfekcionizam	Medijan	$R_{min-max}$	Srednji rang	Suma rangova
Osjećaj srama	Ispod medijana	1,2	1,4	38,77	1667,00
	Iznad medijana	1,2	2,2	47,33	1988,00
Osjećaj krivnje	Ispod medijana	1,6	2,4	34,98	1504,00
	Iznad medijana	2,2	3,2	51,21	2151,00
Samopoštovanje	Ispod medijana	29	13	51,65	2221,00
vezano uz izvedbu	Iznad medijana	26	15	34,14	1434,00
Socijalno	Ispod medijana	25	14	54,67	2351,00
samopoštovanje	Iznad medijana	21	18	31,05	1304,00

Tablica 9. *Rezultati Mann-Whitney U testa za testiranje razlika u mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na neadaptivnom perfekcionizmu kod mladića*

	Osjećaj srama	Osjećaj krivnje	Samopoštovanje vezano uz izvedbu	Socijalno samopoštovanje
Mann-Whitney U	721,000	558,000	531,000	401,000
Z	-1,649	-3,049	-3,286	-4,425
P	,099	,002	,001	,000

Grupirajuća varijabla: rezultat muškaraca na ljestvici neadaptivnog perfekcionizma ispod/iznad medijana

Prema podacima vidljivim iz Tablice 10, ne postoji statistički značajna razlika u svim varijablama s obzirom na izraženost mehanizama adaptivnog perfekcionizma kod djevojaka.

Tablica 10. *Rezultati ženskih sudionika na mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na adaptivnom perfekcionizmu*

Djevojke	Adaptivni perfekcionizam	Medijan	$R_{min-max}$	Srednji rang	Suma rangova
Osjećaj srama	Ispod medijana	1,6	3,2	56,49	3559,00
	Iznad medijana	1,6	2,8	61,93	3344,00
Osjećaj krivnje	Ispod medijana	2,2	3	62,07	3910,50
	Iznad medijana	2,2	3	55,42	2992,50
Samopoštovanje	Ispod medijana	26	17	58,95	3714,00
vezano uz izvedbu	Iznad medijana	27	23	59,06	3189,00
Socijalno	Ispod medijana	21	16	60,10	3786,50
samopoštovanje	Iznad medijana	20	22	57,71	3116,50

Tablica 11. *Rezultati Mann-Whitney U testa za testiranje razlika u mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na adaptivnom perfekcionizmu kod djevojaka*

	Osjećaj srama	Osjećaj krivnje	Samopoštovanje vezano uz izvedbu	Socijalno samopoštovanje
Mann-Whitney U	1543,000	1507,500	1698,000	1631,500
Z	-,866	-1,061	-,017	-,381
P	,386	,289	,987	,703

Grupirajuća varijabla: rezultat žena na ljestvici adaptivnog perfekcionizma ispod/iznad medijana

Rezultati vidljivi u Tablici 12 i 13, ukazuju na to da djevojke koje postižu niži rezultat na podljestvici neadaptivnog perfekcionizma imaju veće socijalno samopoštovanje od djevojaka koje na istoj podljestvici postižu viši rezultat. U ostalim varijablama razlika nije statistički značajna.

Tablica 12. *Rezultati ženskih sudionika na mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na neadaptivnom perfekcionizmu*

Djevojke	Neadaptivni perfekcionizam	Medijan	$R_{min-max}$	Srednji rang	Suma rangova
Osjećaj srama	Ispod medijana	1,6	3,2	60,95	3962,00
	Iznad medijana	1,8	2,8	56,56	2941,00
Osjećaj krivnje	Ispod medijana	2,2	3	66,25	4306,50
	Iznad medijana	2,4	3	49,93	2596,50
Samopoštovanje	Ispod medijana	27	20	54,37	3534,00
vezano uz izvedbu	Iznad medijana	27	23	64,79	3369,00
Socijalno	Ispod medijana	22	15	54,58	3547,50
samopoštovanje	Iznad medijana	20	19	64,53	3355,50

Tablica 13. *Rezultati Mann-Whitney U testa za testiranje razlika u mjerama osjećaja srama i krivnje te dimenzija samopoštovanja s obzirom na rezultat na neadaptivnom perfekcionizmu kod djevojaka*

	Osjećaj srama	Osjećaj krivnje	Samopoštovanje vezano uz izvedbu	Socijalno samopoštovanje
Mann-Whitney U	1563,000	1218,500	1389,000	1402,500
Z	-,699	-2,595	-1,662	-1,582
P	,485	,009	,096	,114

Grupirajuća varijabla: rezultat žena na ljestvici neadaptivnog perfekcionizma ispod/iznad medijana

5. Rasprava

5.1. Rasprava o rezultatima i nalazima

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij kod studenata i studentica. U skladu s tim, ispitali smo postoje li rodne razlike i razlike s obzirom na izraženost rezultata na mjeri adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma kod studenata i studentica te obilježja povezanosti adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s doživljajem srama i krivnje vezanih uz studij, samopoštovanja vezanog uz izvedbu i socijalnog samopoštovanja.

Do danas je malo poznato o rodnim razlikama u perfekcionizmu, a razlog tomu je što ih većina autora ne uzima u obzir, a oni koji uzimaju, dobili su nekonzistentne rezultate (Stoeber, 2012). Stoga je cilj ovog rada bio dati doprinos u tom području.

Prvi problem istraživanja odnosio se na ispitivanje rodnih razlika sudionika u akademskom perfekcionizmu, osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij te samopoštovanju vezanom uz izvedbu i socijalnom samopoštovanju. Na ljestvici akademskog perfekcionizma, te na podljestvici izvedbenog samopoštovanja, nije nađena statistički značajna razlika između studenata i studentica. I dok se većina autora istraživanja slaže kako ne postoji značajna razlika između muškaraca i žena po pitanju perfekcionizma (Blankstein i sur., 2008; Mulaosmanović i Mujkić, 2016; Stoeber i Stoeber, 2009), postoje i neistomišljenici. Naime, Blankstein i Winkworth (2004) navode da muškarci za razliku od žena, postižu više rezultate na dimenziji akademskog perfekcionizma, dok su u istraživanju Kawamura i suradnika (2002), utvrđeni suprotni rezultati. Nadalje, naš rezultat nije u skladu s očekivanjima koja utvrđuju razliku između žena i muškaraca na podljestvici samopoštovanja vezanog uz izvedbu, a koje uključuje i akademski uspjeh (Baumeister i sur., 2003). Naime, Stake (1979) navodi kako žene postižu značajno niže rezultate na podljestvici izvedbenog samopoštovanja od muškaraca. Nekonzistentnost u rezultatima moguća je posljedica promjene u društvu koja se dogodila od provedenog istraživanja do danas, kada se potiče ravnopravnost spolova po pitanju visokog obrazovanja i profesionalnih ambicija. Također, uzorak ovog istraživanja rađen je na populaciji studenata, pri čemu je omjer studenata i studentica bio podjednak, stoga je moguće kako je to utjecalo na dobivene rezultate. Naime, u današnje vrijeme, i muškarci i žene imaju jako visoka očekivanja od sebe te nastoje

izbjegavati pogreške i biti savršeni (Mascinga i Dobriti, 2010) pa je to jedan od mogućih razloga nepodudaranja dobivenih rezultata.

Značajne razlike studenata i studentica na dimenzijama osjećaja srama i krivnje vezanim uz studij, u skladu su s očekivanjima. Dobiveni rezultati utvrđuju da žene postižu više rezultate na dimenzijama srama i krivnje vezanim uz studij, čemu u prilog idu nalazi Else-Questa i suradnika (2012), prema kojima žene češće doživljavaju neugodne emocije poput srama i krivnje. Stereotipi na koje često nailazimo odnose se na mišljenje da su žene emotivnije od muškaraca. U pozadini toga kriju se ideje o rodnim ulogama, prema kojima su žene češće povezivane s doživljavanjem i iskazivanjem emocija te empatiji, dok se muškarce povezuje s kontrolom i potiskivanjem vlastitih osjećaja (Fischer i Manstead, 2000). Mišljenje da su žene emotivnije od muškaraca, utvrđeno je unutar 30 različitih kultura (Brody i Hall, 2000). Stereotipi se odnose i na to da žene češće doživljavaju osjećaje sreće, posramljenosti, tuge, straha, srama i krivnje, dok su muškarci skloniji doživljaju ljutnje, agresiji i osjećaju ponosa (Hess, Adams, i Kleck, 2004).

Nadalje, neka od dosadašnjih istraživanja, utvrdila su postojanje statistički značajne razlike između žena i muškaraca na podljestvici socijalnog samopoštovanja, prema kojima muškarci postižu više rezultate od žena (Agam, Tamir i Golan, 2015). Drugim riječima, društvo je ono koje potiče razvoj samopoštovanja kod muškaraca još od ranije dobi, što rezultira generalno boljom slikom koju imaju o sebi. Rezultati ovog istraživanja u skladu su s prethodno navedenim nalazima. Naime, i u ovom istraživanju utvrđeno je postojanje statistički značajne razlike između studenata i studentica na podljestvici socijalnog samopoštovanja, prema kojoj studenti postižu više rezultate od studentica. Međutim, postoje istraživanja koja tvrde suprotno. Baumeister i suradnici (2003) u svom su istraživanju dobili rezultate prema kojima su upravo žene te koje, u odnosu na muškarce, pokazuju nešto bolje rezultate na podljestvici socijalnog samopoštovanja, posebno kada su u pitanju bliski odnosi i prijateljstva.

S obzirom da rezultati koje smo dobili ukazuju na postojanje statistički značajne razlike između studenata i studentica na ljestvicama osjećaja srama i krivnje vezanim uz studij te na podljestvici socijalnog samopoštovanja, naredne su se analize provele zasebno za muške i ženske sudionike.

U okviru drugog problema, ispitali smo povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma s osjećajem srama i krivnje vezanim uz studij, samopoštovanja vezanog uz izvedbu i socijalnog samopoštovanja. Kod studenata, statistički značajna razlika utvrđena je na adaptivnom perfekcionizmu i krivnji te je bila niska i negativna. To znači da studenti koji su imali više rezultate na podljestvici adaptivnog perfekcionizma, u manjoj su mjeri bili skloni osjećaju krivnje vezanom uz njihovo studiranje. U skladu s time je istraživanje Enns i Cox-a (2002), koji navode kako osobe koje postižu više rezultate na podljestvici adaptivnog perfekcionizma, neuspjeh ne percipiraju kao vlastitu nesposobnost, već ga doživljavaju kao izazov i motivaciju da buduće ponašanje promjene u svrhu realizacije postavljenih ciljeva. No, postoje nalazi koji ne upućuju na ovakvu povezanost pa tako istraživanje Fedewa, Burns i Gomez (2005) ukazuje na negativnu korelaciju adaptivnog perfekcionizma i sklonosti sramu (što je usklađeno s rezultatima ovog istraživanju na uzorku muških studenata) ali ne i krivnji. Razlog toga može se kriti u činjenici da je kod krivnje prisutno približavajuće ponašanje, za razliku od izbjegavajućeg što je karakteristično za sram. Približavajuće ponašanje odnosi se na ispravljanje ili kompenzaciju vlastitog ponašanja zbog prethodnih prijestupa (Wolf, Cohen, Panter i Isko, 2010), a takvo razmišljanje karakteristično je adaptivnom perfekcionizmu. Nadalje, adaptivan perfekcionizam i podljestvica samopoštovanja vezanog uz izvedbu, u niskoj su i pozitivnoj korelaciji što je u skladu s nalazima Ashby i Rice (2002) koji su, koristeći Rosenbergovu skalu samopoštovanja, došli do zaključka kako visoki standardi, koji upućuju na adaptivan perfekcionizam, pozitivno koreliraju sa samopoštovanjem, a to je potvrđeno i u radu Rice i Slaney-ja (2002). No, takva povezanost u ovom radu, nije nađena s podljestvicom socijalnog samopoštovanja, što je djelomično u skladu s očekivanjima. Naime, postoji niz istraživanja koja nisu uspjela dokazati pozitivnu povezanost adaptivnog perfekcionizma i dimenzija samopoštovanja. Štoviše, gotovo je podjednak broj istraživanja koja ukazuju na pozitivnu povezanost adaptivnog perfekcionizma i samopoštovanja, kao i ona kod kojih je ta povezanost nulta. Gotwals i suradnici (2003) pak govore kako rezultati dosadašnjih istraživanja učestalo upućuju na povezanost samopoštovanja isključivo s neadaptivnim perfekcionizmom.

Neadaptivan perfekcionizam kod studenata u srednje visokoj je i pozitivnoj korelaciji s krivnjom, a niskoj i pozitivnom sa sramom vezanim uz studij. Drugim riječima, studenti koji na podljestvici neadaptivnog perfekcionizma postižu više rezultate, skloniji su osjećaju krivnje i srama vezanim uz studij. To potvrđuju i Fedewa, Burns i Gomez (2005), koji zaključuju postojanje pozitivne korelacije između neadaptivnog perfekcionizma i sklonosti

sramu i krivnji. Što se tiče neadaptivnog perfekcionizma i podljestvica samopoštovanja kod studenata, utvrđena je niska i negativna (samopoštovanje vezano uz izvedbu), odnosno srednje visoka i negativna (socijalno samopoštovanje) korelacija. To znači da studenti koji na mjerama neadaptivnog perfekcionizma postižu više rezultate, imaju niže samopoštovanje. Osobe s niskim samopoštovanjem teže rješavaju prepreke i ne vjeruju u vlastite sposobnosti (Dacey i Kenny, 1994). S ovakvim rezultatima slažu se Gotwals i suradnici (2003), koji tvrde da dosadašnja istraživanja u velikoj mjeri pokazuju povezanost samopoštovanja s neadaptivnim perfekcionizmom. Tome u prilog govore i rezultati istraživanja u kojima je utvrđena visoka negativna korelacija (r=-.62) samopoštovanja i neadaptivnog perfekcionizma (Rice, Ashby i Preusser, 1996).

Nakon korištenja rezidualnih varijabli, na ženskom uzorku studentica došlo je do jedne promjene u korelaciji. Naime prethodno značajna niska i negativna korelacija adaptivnog perfekcionizma i socijalnog samopoštovanja, više nije bila značajna, što je u skladu s ranijim očekivanjima. Značajna korelacija nije pronađena niti na jednoj od ostale tri varijable.

Neadaptivan perfekcionizam na uzorku studentica, značajno je povezan s krivnjom, a ta povezanost je niska i pozitivna. Odnosno, studentice koje na mjeri neadaptivnog perfekcionizma postižu viši rezultat, doživljavaju veći osjećaj krivnje vezan uz studij, ali ne i sram, s kojim nije utvrđena značajna povezanost. Ovakav nalaz djelomično je usklađen s istraživanjem Fedewe, Burnsa i Gomeza (2005) koji, kako je ranije naglašeno, potvrđuju pozitivnu korelaciju neadaptivnog perfekcionizma i krivnje, ali oni u istoj korelaciji navode i sram, koji se u našem slučaju nije pokazao značajnim. Studentice ukazuju na postojanje značajne niske i negativne korelacije neadaptivnog perfekcionizma i socijalnog samopoštovanja. Takav nalaz usklađen je s istraživanjem Pokrajac-Bulian i suradnika (2009) koji se slažu da je neadaptivan perfekcionizam značajno povezan s niskim samopoštovanjem.

Posljednji problem ovog istraživanja bio je utvrditi razlikuju li se studenti i studentice koji postižu viši rezultat od onih koji postižu niži rezultat na mjeri adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma u osjećaju srama i krivnje vezanim uz studij, samopoštovanju vezanim uz izvedbu i socijalnom samopoštovanju. Studenti koji postižu više rezultate na mjeri adaptivnog perfekcionizma, imaju niže socijalno samopoštovanje što je suprotno ranije navedenim istraživanjima. U ostalim varijablama nema statistički značajne razlike. Na podljestvici neadaptivnog perfekcionizma, studenti koji su postigli veći rezultat, iskazuju niže socijalno i

izvedbeno samopoštovanje od onih koji su na istoj mjeri postigli niže rezultate. Ovakav nalaz podupiru i razna prethodna istraživanja (Rice i Slaney, 2002).

Kod studentica, na mjeri adaptivnog perfekcionizma, nije pronađena niti jedna statistički značajna povezanost s proučavanim varijablama, što nije slučaj kod neadaptivnog perfekcionizma. Naime, one studentice koje na mjeri neadaptivnog perfekcionizma postižu više rezultate, imaju niže socijalno samopoštovanje od onih koje na istoj mjeri postižu niže rezultate, što je u skladu s ranijim istraživanjima (Pokrajac-Bulian i sur., 2008).

Iz dosad navedenih nalaza raznih istraživanja, možemo zaključiti kako u proučavanju perfekcionizma postoji niz nekonzistentnih rezultata. Od samih početaka izučavanja ovog složenog fenomena, postavlja se potreba odgovaranja na pitanje je li perfekcionizam adaptivna ili neadaptivna osobina, odnosno poželjna ili nepoželjna te je li pritom riječ o jednodimenzionalnom ili višedimenzionalnom konstruktu (Flett i Hewitt, 2002). Nekonzistentnim rezultatima doprinijela je različita operacionalizacija konstrukta. Na primjer, operacionalizacija perfekcionizma kao jednodimenzionalne osobine - u ranim operacionalizacijama konstrukta, u obliku adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma - originalni rezultati na podljestvicama ili u obliku koji zahvaća specifična obilježja adaptivnog i specifična obilježja neadaptivnog perfekcionizma - rezidualnim vrijednostima. Specifična operacionalizacija perfekcionizma uvelike određuje smjer i interpretaciju empirijskih nalaza. Stoga je bitno da se rezultati dosadašnjih istraživanja promatraju u kontekstu teorijskog pristupa u okviru kojeg su istraživanja rađena (Greblo, 2012).

S ciljem boljeg razumijevanja ovog fenomena, nameće se potreba za unaprjeđenjem postojećih mjernih instrumenata u budućim istraživanjima ovog složenog konstrukta.

5.2. Metodološki nedostaci i prijedlozi za buduća istraživanja

Uzorak provedenog istraživanja činio je nešto veći broj ženskih sudionica (57,9%), a raspodjela sudionika oba spola po fakultetima nije bila omjerno jednaka. Naime, u istraživanju je korišten prigodan uzorak studenata Fakulteta hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu (39,6%) te Visoke policijske škole Zagreb (60,4%), što utječe na smanjenje reprezentativnosti uzorka i mogućnost generalizacije rezultata. Stoga je prijedlog da se u

budućim istraživanjima poveća broj sudionika obje promatrane skupine, brojčano izjednači po spolu i promatranim fakultetima te se, sukladno tome, ispitaju razlike između sudionika. U idealnom slučaju istraživanje bi se provelo na reprezentativnom uzorku studenata i studentica Sveučilišta u Zagrebu.

Nadalje, prethodna istraživanja ukazuju na važnost kulturološkog utjecaja, posebice po pitanju sklonosti sramu i krivnji (Wong, 2003), ali i samopoštovanja (Schwalbe i Staples, 1991) pa bi za buduća istraživanja i taj faktor trebalo uzeti u obzir. Provedeno istraživanje nije eksperimentalnog tipa, što znači da se ne mogu donositi zaključci uzročno-posljedične veze, već samo smjer povezanosti i razlika između skupina sudionika.

U obzir treba uzeti davanje potencijalno lažnih informacija od strane sudionika istraživanja, kao što su podaci o rodu, dobi ili fakultetu kao i brzopleto ili demotivirano ispunjavanje upitnika.

Rezultati dobiveni u ovom istraživanju, upućuju na drugačiji obrazac povezanosti adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma sa samopoštovanjem i osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij, što znači da bi u budućim istraživanjima bilo zanimljivo uključiti zasebno izučavanje odrednica perfekcionizma kod žena i muškaraca. Također, preporučuje se proširiti uzorak istraživanja na način da obuhvaća različite skupine sudionika, kako po dobi tako i po stupnju obrazovanja, fakultetskom usmjerenju i slično.

5.3. Doprinos provedenog istraživanja

Provedeno istraživanje doprinosi novim saznanjima i boljem razumijevanju perfekcionizma i njegovih korelata. Iako se istraživači već godinama bave ovim konstruktom, još uvijek postoje razne polemike i neslaganja što upućuje na nekonzistentne rezultate i potrebom za daljnjim izučavanjem. Činjenica da se tek relativno nedavno prihvatila teorija o njegovoj dvodimenzionalnosti, ide tome u prilog.

Ovaj rad znanstveni je doprinos u istraživanju perfekcionizma kao složenog konstrukta te služi boljem razumijevanju istog i njegovom odnosu s proučavanim korelatima. Praktična primjena rezultata mogu biti radionice za studente s ciljem povećanja adaptivnog i, još važnije, smanjenja neadaptivnog perfekcionizma. Dvodimenzionalnost perfekcionizma

potvrđena je i u ovom radu. No, dobiveni rezultati ukazali su na drugačiji obrazac povezanosti dimenzija perfekcionizma sa samopoštovanjem te osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij, na muškom i ženskom uzorku studenata. S obzirom na relativno mali broj istraživanja koja su u obzir uzela rodne razlike, a zatim i nekonzistentnim rezultatima kad je u pitanju ovaj konstrukt, dobiveno saznanje može služiti kao smjer budućim istraživanjima.

6. Zaključak

Cilj ovog rada bio je ispitati međusoban odnos perfekcionizma s dimenzijama samopoštovanja i osjećajima srama i krivnje vezanim uz studij kod studenata i studentica. Analizirane su rodne razlike, povezanost između varijabli te razlike između osoba koje postižu viši rezultat od onih koje postižu niži rezultat na mjeri adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma u osjećaju srama i krivnje vezanim uz studij, samopoštovanju vezanim uz izvedbu i socijalnom samopoštovanju.

Utvrđene su rodne razlike na dimenziji socijalnog samopoštovanja, na način da studenti iskazuju više razine samopoštovanja od studentica. Rodne razlike utvrđene su i u osjećaju srama i krivnje vezanim uz studij, na način da studentice na obje dimenzije postižu više rezultate od studenata. Studenti i studentice ne razlikuju se prema akademskom perfekcionizmu i izvedbenom samopoštovanju.

Značajna razlika vidljiva je na podljestvici adaptivnog perfekcionizma, na kojoj kod studentica nije nađena niti jedna značajna povezanost, dok studenti pokazuju nisku i negativnu povezanost adaptivnog perfekcionizma i srama i krivnje vezanim uz studij te nisku i pozitivnu korelaciju sa samopoštovanjem vezanim uz izvedbu. Na podljestvici neadaptivnog perfekcionizma na uzorku studentica, vidljiva je niska i pozitivna povezanost s krivnjom, odnosno niska i negativna sa socijalnim samopoštovanjem. Studenti ukazuju na srednje visoku i pozitivnu korelaciju neadaptivnog perfekcionizma i krivnje, odnosno nisku i pozitivnu s doživljajem srama vezanim uz studij. Utvrđena je i niska i negativna korelacija sa samopoštovanjem veznim uz izvedbu te srednje visoka i negativna sa socijalnim samopoštovanjem kod studenata.

Konačno, studenti koji na mjeri adaptivnog perfekcionizma postižu više rezultate, imaju niže socijalno samopoštovanje, dok kod studentica nije pronađena značajna korelacija. Na mjeri neadaptivnog perfekcionizma, studenti koji ostvaruju viši rezultat, ukazuju na niže socijalno i izvedbeno samopoštovanje te na veći osjećaj krivnje. Kod studentica je značajna korelacija neadaptivnog perfekcionizma utvrđena s dimenzijom socijalnog samopoštovanja, na način da one studentice koje na mjeri neadaptivnog perfekcionizma ostvaruju više rezultate, imaju niže socijalno samopoštovanje.

U svrhu boljeg razumijevanja ovog složenog fenomena, potrebno je unaprijediti postojeće mjerne instrumente te nastaviti istraživati ovaj složeni konstrukt.

7. Literatura

Ang, R. P., Neubronner, M., Oh, S. A. i Leong, V. (2006). Dimensionality of Rosenberg's self-esteem scale among normal-technical stream students in Singapore. *Current Psychology, 25*(2), 120-131.

Ambrosi-Randić, N. (2019). Odnos intelektualnih sposobnosti, samopoštovanja i strategija suočavanja u djetinjstvu. *Napredak: časopis za pedagogijsku teoriju i praksu*, *160*(1-2), 105-123.

Antony, M.M. i Swinson, R.P. (1998). *When perfect isn't good enough: Strategies for coping with perfectionism*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

Ashby, J. S., Rice, K. G. i Martin, J. L. (2006). Perfectionism, shame, and depressive symptoms. *Journal of Counseling and Development, 84*, 148-156.

Ashby, J. S. i Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and selfesteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development, 80*, 197-203.

Baumeister, R. F. i DeWall, C. N. (2005). The inner dimension of social exclusion: Intelligent thought and self-regulation among rejected persons. *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying*, 53-73.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. i Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, *4*(1), 1-44.

Benetti-McQuoid, J. i Bursik, K. (2005). Individual differences in experiences of and responses to guilt and shame: Examining the lenses of gender and gender role. *Sex roles*, *53*(1-2), 133-142.

Besser, A., Flett, G. L. i Hewitt, P. L. (2004). Perfectionism, cognition, and affect in response to performance failure vs. success. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, *22*(4), 297-324.

Bezinović, P. (1988). Percepcija osobne kompetentnosti kao dimenzija samopoimanja. *Doktorska disertacija*. Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta.

Blankstein, K. R., Dunkley, D. M. i Wilson, J. (2008). Evaluative concerns and personal standards perfectionism: Self-esteem as a mediator and moderator of relations with personal and academic needs and estimated GPA. *Current Psychology*, *27*(1), 29-61.

Blankstein, K. R. i Winkworth, G. R. (2004). Dimensions of perfectionism and levels of attributions for grades: Relations with dysphoria and academic performance. *Journal of Rational-emotive and Cognitive-behavior Therapy*, *22*(4), 267-295.

Brajša-Žganec, A., Raboteg-Šarić, Z. i Franc, R. (2000). Dimenzije samopoimanja djece u odnosu na opaženu socijalnu podršku iz različitih izvora. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, *9*(6), 897-912.

Briggs, S.R., Cheek, J.M. i Jones, W.H. (1986). Introduction. U W.H. Jones, J.M. Cheek i S.R.

Brody, L. R. i Hall, J. A. (2000). Gender, emotion, and expression. *Handbook of emotions*, *2*, 338-349.

Bulik, C. M., Wade, T. D. i Kendler, K. S. (2001). Characteristics of monozygotic twins discordant for bulimia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, *29*(1), 1-10.

Burns, L. R. i Fedewa, B. A. (2005). Cognitive styles: Links with perfectionistic thinking. *Personality and Individal Differences, 38*, 103-112.

Burušić, J. i Brajša Žganec, A. (2005). Odnos samohendikepiranja, samopoštovanja i jasnoće pojma o sebi. *Psihologijske teme, 14*(1.), 83-90.

Buss, A. H. (1986). A Theory of Shyness. U WH Jones, JM Cheek i SR Briggs (Ur.). Shyness: Perspectives on research and treatment, 39–46.

Chau, J. P., Thompson, D., Chang, A. M. i Woo, J. (2008). Establishing the validity and reliability of the state self-esteem scale. *Stroke, 39(2), 681-681.*

Cohen, T. R., Wolf, S. T., Panter, A. T. i Insko, C. A. (2011). Introducing the GASP scale: a new measure of guilt and shame proneness. *Journal of personality and social psychology*, *100*(5), 947.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W.H.Freeman**.**

Ćosić, I., Buljan Flander, G. i Karlović, A. (2002). Povezanost zlostavljanja u djetinjstvu I nekih aspekata psihičkog funkcioniranja adolescenata. *Suvremena psihologija, 5*(2).

Dacey, J. i Kenny, M. (1994). *Adolescent development*. Boston: Brown&Benchmark.

DeHart, T., Pelham, B. W. i Tennen, H. (2006). What lies beneath: Parenting style and implicit self-esteem. *Journal of experimental social psychology*, *42*(1), 1-17.

De Rubeis, S. i Hollenstein, T. (2009). Individual differences in shame and depressive symptoms during early adolescence. *Personality and Individual Differences*, *46*(4), 477– 482.

Elliott, G. C. (1979). Some effects of deception and level of self-monitoring on planning and reacting to a self-presentation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *37*(8), 1282.

Else-Quest, N. M., Higgins, A., Allison, C. i Morton, L. C. (2012). Gender differences in self-conscious emotional experience: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, *138*(5), 947.

Enns, M. W., Cox, B. J. i Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, *33*(6), 921-935.

Enns, M. W., Cox, B. J., Sareen, J. i Freeman, P. (2001). Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation. *Medical education*, *35*(11), 1034-1042.

Fedewa, B. A., Burns, L. R. i Gomez, A. A. (2005). Positive and negative perfectionism and the shame/guilt distinction: Adaptive and maladaptive characteristics. *Personality and individual differences*, *38*(7), 1609-1619.

Fischer, A. H. i Manstead, A. S. (2000). The relation between gender and emotions in different cultures. *Gender and emotion: Social psychological perspectives*, *1*, 71-94.

Flett, G. L. i Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. U G. L. Flett i P. L. Hewitt (ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 5-31). Washington: American Psychological Association

Fonda, P. (2016). Krivnja i osjećaji krivnje u analitičkom radu. *Psihoterapija, 30* (2), 157-175.

Fossum, M. A. i Mason, M. J. (1986). *Facing shame: Families in recovery*. New York: W.W.

Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I. i Neubauer, A. L. (1993). A comparasion of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14*(1), 119-126.

Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14* (5), 449-468.Norton.

Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development.* Cambridge, MA, USA: Harvard University Press.

Gotwals, J. K., Dunn, J. G. H. i Wayment, H. A. (2003). An Examination of Perfectionism and Self-Esteem in Intercollegiate Athletes. *Journal of Sport Behavior, 26*(1), 17-36.

Greblo, Z. (2012). Što se skriva iza pojma" perfekcionizam"? Povijest proučavanja i pregled različitih konceptualizacija perfekcionizma. *Psihologijske teme*, *21*(1), 195-212.

Greblo, Z. (2011). *Perfekcionizam u darovitih sportaša: Uloga osobinskih i okolinskih činitelja.* Zagreb: Filozofski fakultet.

Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective.* New York: The Guilford Press.

Heatherton, T. F. i Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social psychology*, 60(6), 895.

Hess, U., Adams Jr, R. B. i Kleck, R. E. (2004). Facial appearance, gender, and emotion expression. *Emotion*, *4*(4), 378.

Hewitt, P. L. i Flett, G. L. (1991.), Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualisation, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60: 456-470.

Hewitt, J. P. i Goldman, M. (1974). "Self-Esteem, Need for Approval, and Reaction to Personal Evaluations." *Journal of Experimental Social Psychology* 10:201-10

Izard, C. E. (1977). *Human emotions.* New York, NY, USA: Plenum.

Jelić, M. (2012). Nove spoznaje u istraživanjima samopoštovanja: konstrukt sigurnosti samopoštovanja. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, *21*(2), 443-463.

John, O. P. i Benet-Martinez, V. (2000). Measurement: Reliability, construct validation, and scale construction. In H.T.Reis & C.M. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology* (pp. 339 –369). Cambridge, England: Cambridge University Press.

Jones, S. C. (1973). Self-and interpersonal evaluations: esteem theories versus consistency theories. *Psychological bulletin*, *79*(3), 185.

Kaplan, H. B. (1975). *Self-attitudes and deviant behavior*. Goodyear.

Kawamura, K. Y., Frost, R. O. i Harmatz, M. G. (2002). The relationship of perceived parenting styles to perfectionism. *Personality and individual differences*, *32*(2), 317-327.

Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J. i Saito, M. (2005). Adaptive and maladaptive aspects of self -oriented versus socially prescribed perfectionism. *Journal of College Student Development, 46,* 141-156.

Kolić-Vehovec, S. i Rončević, B. (2003). Perfekcionizam, ispitna anksioznost i akademsko samopoimanje darovitih gimnazijalaca. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, *12*(5), 679-702.

Lacković-Grgin, K., Penezić, Z. i Sorić, I. (1998). Usamljenost i samoća studenata: uloga afilijativne motivacije i nekih osobnih značajki. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, *7*(4-5), 543-558.

Lacković-Grgin, K. (1994). *Samopoimanje mladih*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Langer, E. J. (1983). "Self-Induced Dependence." Pp. 101-15 in *The Psychology of Control*, edited by E.J. Langer. Beverly Hills: Sage.

Lauri Korajlija, A. (2010). *Perfekcionizam i anksiozna osjetljivost kao rizični faktori za pojavu anksioznih smetnji: Kvantitativna i kvalitativna studija*. Neobjavljena doktorska disertacija. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K. i Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: the sociometer hypothesis. *Journal of personality and social psychology, 68*(3), 518.

Lutwak, N. i Ferrari, J. R. (1996). Moral affect and cognitive processes: Differentiating shame from guilt among men and women. *Personality and Individual Differences*, *21*, 891-896.

Makogona, I. K. i Enikolopov, S. N. (2013). Problems with the assessment of shame and guilt. *Psychology in Russia: State of the Art, 6*(4), 168-175.

Marović, Z. (2009). Ne smiješ plakati, ti si dječak. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, *15*(58), 18-23.

Marschall, D., Saftner, J. i Tangney, J. P. (1994). The State Shame and Guilt Scale. George Mason University, *Fairfax, VA*.

Marshall, W. L., Marshall, L.E., Serran, G.A. i O'Brien, M. D. (2009). Self-esteem, shame, cognitive distortions and empathy in sexual offenders: their integration and treatment implications. *Psychology, Crime & Law*, *15*(2 & 3), 217-234

Macsinga, I. i Dobrita, O. (2010). More educated, less irrational: Gender and educational differences in perfectionism and irrationality. *Romanian Journal of Applied Psychology*, *12*(2), 79-85.

Mulaosmanovic, N., i Mujkic, I. (2016). Rodne razlike u dimenzijama perfekcionizma kod mladih. *Educa*, *9*.

Nolen-Hoeksema, S. (2014). *Abnormal psychology* (5th ed.). New York, NY, USA: McGraw-Hill.

Pokrajac-Bulian, A., Tkalčić, M., Kardum, I., Šajina, Š. i Kukić, M. (2009). Perfekcionizam, privatna svijest o sebi, negativan afekt i izbjegavanje kao odrednice prejedanja. *Društvena istraživanja*, *18*(1-2), 111-128.

Rice, K. G. i Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionism: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, *35*, 35-48.

Rosenberg, M., Schooler, C. i Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American sociological review*, 1004-1018.

Rosenberg, M. (1965). The measurement of self-esteem, society and the adolescent self-image. *Princeton*, 16-36.

Sargin, N. (2010). The Relationship Between the Secondary School Students' Depression States and Their Feelings of Guilt and Shame. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, *20*(1), 31-40.

Schmitt, N. (1996). Uses and abuses of coefficient alpha. *Psychological Assessment*, 8, 350-353.

Schoeneman, T. J. (1981). Reports of the sources of self-knowledge 1. *Journal of Personality*, *49*(3), 284-294.

Schwalbe, M. L. i Staples, C. L. (1991). Gender differences in sources of self-esteem. *Social Psychology Quarterly*, 158-168.

Schwalbe, M. L., Gecas, V. i Baxter, R. (1986). The effects of occupational conditions and individual characteristics on the importance of self-esteem sources in the workplace. *Basic and applied social psychology*, *7*(1), 63-84.

Shafran, R. i Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, *21*(6), 879-906.

Smojver-Ažić, S., Rački, Ž. i Živčić-Bećirević, I. (2005). Problemi u ponašanju i osobine ličnosti opomenutih i pohvaljenih učenika. *Napredak, 146*(1), 5-16.

Stake, J. E. (1979). The ability/performance dimension of self-esteem: Implications for women's achievement behavior. *Psychology of Women Quarterly*, *3*(4), 365-377.

Stoeber, J. (2012). Perfectionism and performance. *The Oxford handbook of sport and performance psychology*, 294-306.

Stoeber, J. i Stoeber, F. S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and individual differences, 46(4), 530-535.*

Stoeber, J., Harris, R. A. i Moon, P. S. (2007). Perfectionism and the experience of pride, shame, and guilt: Comparing healthy perfectionists, unhealthy perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*, *43*(1), 131-141.

Stoeber, J. i Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, *10* (4), 295-319.

Tafarodi, R. W. i Swann Jr, W. B. (1995). Self-linking and self-competence as dimensions of global self-esteem: initial validation of a measure. *Journal of personality assessment, 65*(2), 322-342.

Tangney, J. P. (2002). Perfectionism and the self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment, and pride. In P. L. Hewitt & G. L. Flett (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 199-215). Washington, DC: American Psychological Association.

Tangney, J. P. i Dearing, R. L. (2002). Shame and guilt. New York, NY: Guilford Press.

Tangney, J. P., Wagner, P. i Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(3), 469–478.

Tognacci, S. (2016). Psihologija srama: Glavni psihologijski i kulturološki vidovi. *Crkva u svijetu, 51*(3), 453-477.

Tomkins, S. S. (1963). Affects, imagery, consciousness. New York: Springer

Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B. i Robins, R. W. (2003). Stability of self-esteem across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*(1), 205-220.

Whisman, M. A. i Kwon, P. (1993). Life stress and dysphoria: The role of self-esteem and hopelessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *65*(5), 1054.

Wolf, S. T., Cohen, T. R., Panter, A. T. i Insko, C. A. (2010). Shame proneness and guilt proneness: Toward the further understanding of reactions to public and private transgressions. *Self and Identity, 9*(4), 337-362.

Wong K. T. (2003). The relation of shame and guilt proneness to moral orientations in Hong Kong Chinese adolescents. New Horizons in Education, 47, 26–38.

Wright, K. i Gudjonsson, G.H. (2007). The Development of a Scale for Measuring Offence-Related Feelings of Shame and Guilt. *The Journal of Forensic Psychiatry and Psychology, 18,* 307-316.

Zarevski, P. i Mamula, M. (1998). *Pobijedite sramežljivost*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Zimbardo, P. G. i Radl, S.L. (1982). *The Shy child*. New York: McGraw – Hill Book Company.

Živković, I. (2011). Savjest kao sastavna komponenta psihološkog pristupa moralnom razvoju. *Crkva u svijetu*, 135-171.