

# Perfekcionizam i sagorijevanje u roditeljstvu

---

Lovrić, Sara

Master's thesis / Diplomski rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:222192>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-15**



**Sveučilište u Zadru**  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

Sveučilište u Zadru

Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja

Sveučilišni diplomski studij

Rani i predškolski odgoj i obrazovanje



**Sara Lovrić**

**Perfekcionizam i sagorijevanje u roditeljstvu**

**Diplomski rad**

Zadar, 2024.

Sveučilište u Zadru

Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja - Odsjek za predškolski odgoj  
Rani i predškolski odgoj i obrazovanje

Perfekcionizam i sagorijevanje u roditeljstvu

Diplomski rad

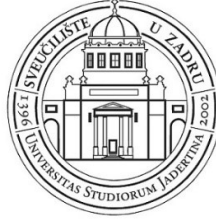
Student/ica:

Sara Lovrić

Mentor/ica:

prof. dr. sc. Mira Klarin

Zadar, 2024.



## Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Sara Lovrić**, ovime izjavljujem da je moj **diplomski** rad pod naslovom **Perfekcionizam i sagorijevanje u roditeljstvu** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 9. listopada 2024.

## Perfekcionizam i sagorijevanje u roditeljstvu

### *Sažetak*

Cilj ovog rada bio je ispitati različite sastavnice perfekcionizma povezane s roditeljstvom te roditeljsku psihološku prilagodbu, odnosno sagorijevanje, koje se javlja kao posljedica toga. U istraživanju su sudjelovala 224 roditelja, od kojih su 173 majke, a 51 otac. U svrhu odgovora na istraživačka pitanja korištena je Skala perfekcionizma usmjerenog na djecu (engl. *The Children Dyadic Almost Perfect Scale*, C-DAPS; Piotrowski, 2020), koju je po prvi put prevela i validirala na hrvatski jezik autorica Bašić (2023), također je korišten i Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu (engl. *Parental Burnout Assessment*, PBA; Roskam i sur., 2018) koji je preveden i validiran od strane autorice Macuke i suradnica (2022) te Skala percepcije roditeljskog ponašanja – SPRP (Macuka, 2004) koja je u svrhu ovog istraživanja adaptirana tako da su tvrdnje prilagođene procjeni roditelja, a ne djece. Dobiveni rezultati istraživanja pokazali su da majke u prosjeku postižu veći rezultat na skalama roditeljske kontrole i roditeljskog sagorijevanja, dok su očevi u prosjeku postigli veći rezultat na skali roditeljskog perfekcionizma, odnosno subskali reda. Roditeljska kontrola raste s dobi roditelja te se pokazalo da je najizraženija kod roditelja starijih od 40 godina. Također, uočena je najviša razina diskrepance kod roditelja djece viših razreda osnovne škole (od petog do osmog razreda), jednako kao i na subskali reda. Na koncu, regresijskom analizom utvrđeno je da roditeljsko ponašanje i roditeljski perfekcionizam značajno pridonose objašnjenju sagorijevanja u roditeljskog ulozi, pri čemu su se roditeljsko prihvaćanje, roditeljska kontrola i diskrepanca pokazali najznačajnijim prediktorima sagorijevanja.

*Ključne riječi:* perfekcionizam, roditeljsko ponašanje, sagorijevanje

## Perfectionism and burnout in parenting

### *Abstract*

The aim of this work was to examine the various components of perfectionism that are related to parenting and parental psychological adjustment, specifically burnout, which arises as a consequence. A total of 224 parents participated in the research, of which 173 were mothers and 51 were fathers. In order to answer the research question, the Children Dyadic Almost Perfect Scale (C-DAPS; Piotrowski, 2020) was used, translated and validated into Croatian for the first time by the author Bašić (2023), as well as the Parental Burnout Assessment (PBA; Roskam et al., 2018) translated and validated by the author Macuka and associates (2022) and the Parental Behavior Perception Scale - SPRP (Macuka, 2004) which was adapted for this study, with statements modified to assess parents rather than children. The research results showed that mothers scored higher on average on the scales of parental control and parental burnout, while fathers scored higher on average on the scale of parental perfectionism, specifically on the subscale of order. Parental control increases with the age of the parents and it has been shown that it is most pronounced in parents over 40 years old. Also, the highest level of discrepancy was observed in parents of children in higher grades of elementary school (from the fifth to the eighth grade), as well as on the subscale of order. Finally, the regression analysis showed that parental behavior and parental perfectionism significantly contribute to the explanation of burnout in the parental role, where parental acceptance, parental control and discrepancy pointed out as the most important predictors of burnout.

*Key words:* perfectionism, parental behavior, burnout

# SADRŽAJ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. UVOD</b> .....   | <b>1</b>  |
| <b>2. RODITELJSTVO I RODITELJSKI ODGOJNI STILOVI</b> .....   | <b>3</b>  |
| 2.1.    Suvremeno roditeljstvo.....  | 8         |
| 2.2.    Intenzivno roditeljstvo.....   | 10        |
| <b>3. PERFEKCIONIZAM</b> .....   | <b>13</b> |
| 3.1.    Perfekcionizam u roditeljstvu .....  | 16        |
| 3.2.    Roditeljski perfekcionizam kao višedimenzionalni konstrukt.....  | 17        |
| 3.3.    Utjecaj roditeljskog perfekcionizma na djecu .....   | 20        |
| 3.4.    Ishodi perfekcionizma u roditeljstvu.....  | 21        |
| <b>4. SAGORIJEVANJE U RODITELJSTVU</b> .....   | <b>22</b> |
| 4.1.    Teorija ravnoteže rizika i resursa .....   | 24        |
| <b>5. POLAZIŠTE I CILJ ISTRAŽIVANJA</b> .....  | <b>28</b> |
| <b>6. PROBLEMI I HIPOTEZE</b> .....  | <b>29</b> |
| <b>7. METODA ISTRAŽIVANJA</b> .....  | <b>30</b> |
| 7.1.    Sudionici.....   | 30        |
| 7.2.    Mjerni instrumenti.....  | 31        |
| 7.3.    Postupak istraživanja.....   | 33        |
| <b>8. REZULTATI ISTRAŽIVANJA</b> .....   | <b>34</b> |
| 8.1.    Povezanost između ispitivanih varijabli roditeljskog ponašanja, roditeljskog<br>perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja .....                                    | 36        |
| 8.2.    Postojanost statistički značajne razlike u mjerenim varijablama roditeljstva s<br>obzirom na spol i dob roditelja, dob djece i obrazovni status.....                 | 38        |
| 8.3.    Doprinos sociodemografskih značajki roditelja i djece, roditeljskog ponašanja i<br>roditeljskog perfekcionizma u objašnjenju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi..... | 41        |
| <b>9. RASPRAVA</b> .....   | <b>43</b> |
| <b>10. ZAKLJUČAK</b> .....   | <b>49</b> |

|     |                     |    |
|-----|---------------------|----|
| 11. | LITERATURA.....     | 51 |
| 12. | PRILOZI.....        | 63 |
| 13. | ŽIVOTOPIS.....      | 67 |
| 14. | POPIS TABLICA ..... | 68 |



## 1. UVOD

Suvremeni autori nude različita shvaćanja pojma obitelji. U knjizi autorice Ljubetić (2007) nailazimo na različite definicije, a neke od njih su da je obitelj univerzalna društvena institucija, dok za druge, obitelj nije institucija, nego kulturološki i simbolički konstrukt koji ima svoje vrijednosti. Definicija koja se najčešće upotrebljava jest da je obitelj socijalna i emocionalna zajednica roditelja i njihove djece, koji imaju zajedničke vrijednosti i načela. Činjenica je da nema univerzalne definicije koja bi odredila pojam obitelji, jer je svaka obitelj posebna i drugačija od ostalih. S druge strane imamo različite definicije pojma roditeljstva. Ono se često definira kao izazov čiji je ishod neizvjestan te sadrži niz vještina i aktivnosti kojima roditelji skrbe o svojoj djeci. Važno je kvalitetno odgovoriti na zahtjev roditeljstva i težiti što većoj kvaliteti i unaprjeđenju obiteljske zajednice (Ljubetić, 2007). U kontekstu razvojne psihologije, istaknuto je mijenjanje i oblikovanje pojedinaca tijekom cijelog života, a na to utječu različiti čimbenici i životna iskustva. Kroz život, uloge pojedinaca se mijenjaju, od uloge djeteta, učenika, građanina, radnika, partnera pa sve do roditelja. Njih definiramo kao poseban sustav normi, ponašanja, očekivanja i aktivnosti koje pojedina uloga iziskuje (Hewstone i Stroebe, 2003). Mijenjanjem, odnosno usvajanjem uloga tijekom života, pojedinac oblikuje vlastiti identitet. Također, one doprinose osjećaju vrijednosti, uključenosti i svrhe te se time pojedinac smatra vrijednim i značajnim dijelom zajednice (Reitzes i Mutran, 1994).

Odgovornost roditelja uočava se već od samog početka, odnosno od onog trenutka kada se partneri odluče za planiranje obitelji, skrb i zbrinjavanje djeteta te prihvaćanje svih obveza i dužnosti koje s tim dolaze (Stevanović, 2000). Djeca osnažuju i daju smisao, ali i modificiraju živote roditelja, njihove navike, brak i posao (Senior, 2014). Od najstarijih vremena pa do danas roditeljska funkcija neprestano se mijenja. Tijekom stoljeća na dijete se gleda na različite načine. U 19. stoljeću prevladavala je strogoća te su roditelji formirali dijete prema sebi i svojoj želji. Već krajem 19. i početkom 20. stoljeća, interes za dijete i njegov cjelokupni razvoj se povećava. Tada roditelj postaje neodlučan, nesiguran, u strahu je da ne pogriješi i da ne povrijedi svoje dijete. Izrazito pazi na svoje postupke, javlja se popustljivost, odsustvo kontrole te preispitivanje svojih roditeljskih postupaka (Stevanović, 2000). Roditeljstvo se počinje shvaćati kao važna uloga u životu pojedinca. To je jedna od najljepših, ali i najizazovnijih uloga koje čovjek može izabrati. Samim time roditelji su svjesni da moraju pružiti djetetu ljubav, brigu i sigurnost. Unatoč tome, ne postoje smjernice koje olakšavaju prilagodbu na roditeljstvo. Danas su u svijetu prisutne brojne društvene promjene koje nameću različita očekivanja i

zahtjeve roditeljima. S time su prisutni i pritisci koje roditelje ponekad zbunjuju. Očekuje se da roditelji razumiju dijete, da prihvate njegove interese, želje i potrebe, da prihvate njegovo samostalno donošenje odluka i da ga smatraju ravnopravnim članom (Buljan Flander i Ćorić Špoljar, 2018).

Također, tradicionalno i suvremeno shvaćanje roditeljstva i djeteta ponekad dovode do zbunjenosti. Iako se radi o suprotnim tezama, novije viđenje roditeljstva ne isključuje one dobre strane tradicionalnog. Odgovornost, poučavanje, briga i vođenje su aspekti uz koje suvremeno roditeljstvo dodaje i ljubav, sigurnost i toplinu koje su prije bile zanemarene, a izrazito su važne za odgoj djeteta. Model tzv. intenzivnog roditeljstva postaje važan segment za shvaćanje suvremenih čimbenika odgoja djeteta. Odnosno, kroz intenzivno roditeljstvo i prezaštićivanje djece možemo opisati današnje trendove koji vrše pritisak na roditelje, ali i na njihovu djecu (Bernstein i Triger, 2010). Time često dolazi do sklonosti perfekcionizmu u roditeljstvu u kojem roditelji postavljaju visoke standarde izazvane motivacijom da budu savršeni roditelji. Mnoga istraživanja definiraju perfekcionizam kao važan konstrukt u roditeljstvu koji ima ili pozitivne ili negativne posljedice na roditelje i djecu (Stoeber i Otto, 2006; Azizi i Besharat, 2011). S obzirom da se roditelji međusobno razlikuju po ponašanju, stilu odgoja te samom doživljaju roditeljstva, ističemo dimenzionalni pristup koji se odnosi na roditeljsko ponašanje usmjereno na razvojne ishode djeteta, a najčešće je okarakterizirano trima različitim dimenzijama koje se odnose na emocionalnost prema djetetu te uključuje bihevioralnu i psihološku kontrolu (Darling i Steinberg, 1993; Cummings i sur., 2002; Holden, 2010; Macuka, 2010). Također, biti roditelj je ispunjavajuće i uzbudljivo iskustvo, ali ukoliko roditeljske resurse nadilaze zahtjevi i očekivanja te se pretjerano teži perfekcionizmu, što može biti itekako zahtjevno i stresno, posljedično dolazi do sagorijevanja u roditeljskoj ulozi (Macuka, 2023). Kako bi se razumjelo što dovodi roditelje do ranjivosti i sagorijevanja, u daljnjem dijelu rada navode se istraživanja koja su koristila Teoriju ravnoteže rizika i resursa (Mikolajczak i Roskam, 2018) o kojoj će više riječi biti u nastavku rada.

## 2. RODITELJSTVO I RODITELJSKI ODGOJNI STILOVI

Obitelj i roditeljstvo pojmovi su koji se s vremenom mijenjaju. Njihovi oblici, trajnost, važnost i struktura mijenjaju se prema potrebama i željama pojedinaca odnosno društva te je time došlo do modifikacije roditeljstva u suvremenom načinu života. Neki imaju potrebu da se u tome zadrže, odnosno da to očuvaju, dok neki žele promjene. Bez obzira na sve, obitelj će uvijek postojati i bit će vječna (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Roditeljstvo se često definira kao izazov čiji je ishod neizvjestan te sadrži niz vještina i aktivnosti kojima roditelji skrbe o svojoj djeci. Važno je kvalitetno odgovoriti na zahtjev roditeljstva te težiti što većoj kvaliteti obiteljske zajednice (Ljubetić, 2007). Društvo najčešće smatra roditeljstvo kao nešto posebno, naglašavajući kako su djeca naša budućnost. Imati djecu, kako prije tako i danas, normalna je pojava, a nekad se gotovo shvaća kao imperativ. Društvena je norma za odrasle imati djecu te se djeca smatraju važnim i vrijednim ciljem (Đuranović i Klasnić, 2020). Provedeno istraživanje u Hrvatskoj 1999. godine pokazalo je da oko 80% ispitanika tvrde da su djeca važan faktor za ostvarenje njihovog smisla života te njih 53% smatra da žena mora imati djecu kako bi bila ispunjena, no u novije vrijeme mišljenja su podijeljena te današnje generacije ne razmišljaju u potpunosti na takav način. Danas su pojedine žene više orijentirane na posao i karijeru nego na roditeljstvo te je njihov cilj u životu drugačiji (Aračić i Nikodem, 2000; Črpić i Koračević, 2000). Roditeljstvo se različito doživljava, izaziva i pozitivne i negativne emocije, no velik broj majki tvrdi da je roditeljstvo najveće životno zadovoljstvo. Jednoznačnog odgovora nema na pitanje je li roditeljstvo poticajno i zahvalno životno stanje ili je kontinuirano ulaganje i odricanje. Odgovor uvelike ovisi o specifičnim karakteristikama i značajkama roditelja. Autori Obradović i Čudina-Obradović (2001) istražili su način na koji djeca djeluju na roditeljsko zadovoljstvo životom te su ustanovili da roditeljstvo najpozitivnije utječe na udane žene i oženjene očeve, a bračni partneri ukoliko imaju dvoje ili više djece doživljavaju veće zadovoljstvo za razliku od onih koji imaju jedno dijete ili nemaju uopće. Također, navode da se dolaskom djeteta odnosi bračnih partnera mijenjaju. Odgoj djeteta podrazumijeva svakodnevne obveze i aktivnosti što iziskuje mnogo vremena, a time se i mijenjaju standardne aktivnosti bračnih partnera (Obradović i Čudina-Obradović, 2001).

Roditeljstvo se prema autorima Čudina-Obradović i Obradović (2006) definira kao širok pojam koji uključuje odgoj djece, odlučivanje za dobrobit djece, usvajanje roditeljske uloge, prilagodbu na nove obiteljske višestruke obveze, definiranje ciljeva i sl. Sve to skupa definira *doživljaj roditeljstva*. On sa sobom nosi niz promjena koji utječe na identitet pojedinca te

percipiranje sebe i okoline koja ga okružuje. Utječe na razvoj djeteta, ali i na daljnji razvoj roditelja, a najčešće se opisuje kroz ove tri karakteristike: zadovoljstvo roditelja, osjećaj roditeljske kompetencije te zahtjevi i stres koje donosi roditeljska uloga. *Zadovoljstvo roditelja* odnosi se na zadovoljstvo odnosa s bračnim partnerom te njihovu uzajamnu potporu kao i odnosom roditelj-dijete te vlastiti uspjeh i zadovoljstvo u roditeljskoj ulozi. Ostvarivanje roditeljske uloge i pritisci okoline da u skladu s njihovim normama i očekivanjima ispunjavaju roditeljske obveze dovode do stresa i pretjeranih zahtjeva u roditeljskoj ulozi. Nadalje, *roditeljska kompetencija* ukazuje na to koliko je roditelj uspješan i sposoban u odgajanju djece u različitim razvojnim fazama (Obradović i Čudina-Obradović, 2003). Način na koji roditelji doživljavaju svoje kompetencije djeluje na sliku o sebi, odnos prema djetetu te bavljenje djetetom (Cowan i Cowan, 1992). Zaštićivanje, pomaganje pri odrastanju, rastu i razvoju te cjelokupnom životu svrstavamo pod roditeljsku brigu i skrb. Sve te namjerne odnosno svjesne postupke koji se primjenjuju u ostvarenju ciljeve i zadaće nazivamo *roditeljski postupci, ponašanje i aktivnosti*. A način na koji će pojedini roditelji odgajati djecu, graditi odnose te ostvarivati sve te ciljeve nazivamo roditeljski odgojni stil (Obradović i Čudina-Obradović, 2003). On se često definira kao zbir roditeljskih odnosa prema djeci te kao emocionalno okruženje unutar kojeg se odvijaju obiteljski postupci. Da bi roditeljstvo bilo uspješno, važan je roditeljski odgojni stil, jer upravo o njemu ovisi kako će dijete prihvatiti i razumjeti roditeljsko ponašanje i njihove postupke (Obradović i Čudina-Obradović, 2003).

Dva značajna znanstvena pristupa koja se razlikuju kroz istraživanja o roditeljskom ponašanju i njegovim odrednicama su *tipološki* i *dimenzionalni* pristup (Baumrind, 1978; Becker, 1964). *Tipološki pristup* karakteriziraju različite podjele roditeljskih odgojnih stilova, ali najčešće se istraživala i proučavala podjela koju je odredila Diana Baumrind, a koju su proširili Maccoby i Martin (1983). Ona je ustanovila da je roditeljska kontrola najvažnija karakteristika roditeljstva te je sukladno tome odredila tri suprotna roditeljska stila: autoritaran stil, autoritativan, tj. demokratski, dosljedni stil, te permisivan odnosno popustljivi. Maccoby i Martin su preoblikovali pojam nadzor, odnosno kontrolu, kao pojam zahtjevnost te su uveli karakteristiku topline koja se shvaća kao osjetljivost roditelja za djetetove potrebe. Četiri podjele roditeljskih stilova nastale kombinacijom niske i visoke topline i zahtjevnosti su autoritaran odnosno strogi stil, autoritativan, tj. demokratski, dosljedni stil, te permisivan odnosno popustljivi, ali i indiferentni odnosno zanemarujući (Čudina-Obradović i Obradović, 2006; Đuranović i Klasnić, 2020). Karakteristike koje čine razliku između učinkovitog od manje učinkovitog stila su: 1) prihvaćanje i uvažavanje djeteta i prisutnost u djetetovom životu

čime se ostvaruje i jača emocionalna veza; 2) kontrola odnosno poticanje zrelijeg odnosa s djetetom te 3) autonomija djeteta koja doprinosi samopouzdanju (Berk, 2015). Shodno tome, roditelji primjenjuju odgojni stil za koji smatraju da je najučinkovitiji, a u nastavku slijedi podjela roditeljskih odgojnih stilova (Đuranović i Klasnić, 2020).

Autoritarni stil roditeljstva često se definira kao kruti odnosno strogi i demokratski stil. On obuhvaća situacije gdje roditelji očekuju mnogo od djeteta i strogo ga kontroliraju i nadziru, a pri tome mu ne pružaju potrebnu potporu i toplinu. Glavni ciljevi u ovakvom odgojnom stilu su stjecanje samokontrole i samoregulacije te poslušnosti. Roditelji su autoritet koji neprestano određuje različite zahtjeve i definira pravila postavljajući ih kao imperativ smatrajući da ih ne treba objašnjavati (Obradović i Čudina-Obradović, 2003; Berk, 2015). Postavljanje granica i formiranje pravila najvažniji su roditeljski zadatci, a često kažnjavaju prekršaje, pa čak i tjelesno. Kontinuirano življenje u ovakvom okruženju dovest će do toga da su djeca sramežljiva i povučena, podložna promjenama raspoloženja, često nevesela i razdražljiva te da se boje novih situacija. Djeca ovakvih roditelja često ne znaju kontrolirati svoje emocije i ponašanje te je uočena poteškoća u emocionalnom prilagođavanju (Berk, 2015; Klarin, 2006). Ovakav stil roditeljstva u većoj je mjeri štetniji za dječake, nego za djevojčice (Baumrind, 1971).

Autoritativan roditeljski stil naziva se još i demokratski odnosno dosljedni stil. Roditelji postavljaju pred djecu zahtjeve, očekivanja, određuju im granice i kontroliraju ih, ali im pružaju puno podrške i topline. Prisutna je visoka emocionalna potpora, a glavni ciljevi u ovom odgojnom stilu su razvijanje djetetove znatiželje, kreativnosti, poticanje na samostalnost te motiviranje. Primarni odnos je prihvaćanje, roditelji podupiru i prihvaćaju dječju maštu i izražavanje emocija (Baumrind, 1966). Može se reći da je ovdje roditeljska uloga više savjetnička, nego nadzorna te je ovo najpoželjniji tip roditeljstva. Svaki zahtjev i postavljene granice objašnjene su i prilagođene dječjoj dobi. Djeca razumiju važnost postavljenih pravila te ih poštuju i prihvaćaju. Uz sve to navedeno, živeći u takvom okruženju djeca su otvorena, slobodno iznose svoje mišljenje, imaju samopouzdanja, a roditelji za njih predstavljaju oslonac te im pružaju osjećaj sigurnosti i pripadanja (Obradović i Čudina-Obradović, 2003; Berk, 2015; Pinguart i Kauser, 2018). Autor Ljubić (2019) te Hayek i suradnici (2022) navode da djeca autoritativnih roditelja postižu bolji školski, a i sportski uspjeh te su uvijek spremni na suradnju i razvijanje odnosa s drugima, iako neki smatraju da ponekad ostavljaju dojam manje poslušne djece nego djece iz autoritarnog stila (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Sljedeći roditeljski odgojni stil je permisivni odnosno popustljivi. Predstavlja kombinaciju visoke emocionalne potpore i niske zahtjevnosti odnosno kontrole. U ovakvom načinu odgoja, roditelji

ne traže puno od djece, ne provode kontrolu, ali im pružaju kontinuiranu podršku i prihvaćanje. Svaki djetetov zahtjev roditelji ispunjavaju te im dozvoljavaju da sami kontroliraju i određuju svoje aktivnosti, no toliko slobode za malu djecu nije poželjno jer može stvoriti nesigurnost i nepoštivanje granica, što može dovesti do agresivnog i impulzivnog ponašanja djece. Djeca ne mogu razviti kontrolu i samoregulaciju te se teško snalaze u situacijama gdje su jasno postavljena pravila i u kojima postoji autoritet (Klarin, 2006; Rutledge i Swindle, 2016). Baumrind (1991) navodi kako ova djeca, u odnosu na djecu koja su odgajana autoritativnim stilom, imaju manje samopouzdanja te su manje kognitivno kompetentna te da ovaj stil roditeljstva ima negativne posljedice na akademsko postignuće.

I posljednji, indiferentni roditeljski stil naziva se još i zanemarujući ili zapuštajući. Karakteriziraju ga niska zahtjevnost odnosno kontrola i niska roditeljska toplina. Roditelji ne postavljaju velike zahtjeve, nije prisutan nadzor nad djecom, ali nema ni emocionalne podrške i topline. „Roditelji ili emocionalno odbacuju djecu ili nemaju vremena i snage brinuti se za njih.“ (Čudina-Obradović, 2006: 269). Takav odnos izaziva neprijateljsku reakciju kod djeteta, javlja se otpor te djeca ne uspijevaju ostvariti socijalne odnose i često imaju loš školski uspjeh. Budući da su djeca većinu vremena bez kontrole i nadzora, roditelji nemaju uvid u njihovo ponašanje i ne znaju gdje su ni kako provode vrijeme. Upravo iz ovakvih odnosa najčešće se razvijaju djeca kod kojih se kasnije ustanove neprihvatljivi oblici ponašanja (Brković, 2009; Klarin, 2006). Na kraju svega, važno je naglasiti da nadzor i kontrola ne bi smjeli nadmašiti roditeljsku toplinu i osjećaje, već bi trebali biti potpuno izjednačeni i usklađeni, što predstavlja najveće postignuće dobrog roditeljstva (Čudina-Obradović, 2006).

S druge strane, imamo *dimenzionalni pristup* o roditeljstvu koji se odnosi na roditeljsko ponašanje usmjereno na razvojne ishode djeteta, a najčešće je okarakterizirano trima različitim dimenzijama koje se odnose na emocionalnost prema djetetu te uključuje bihevioralnu i psihološku kontrolu (Darling i Steinberg, 1993; Cummings i sur., 2002; Holden, 2010; Macuka, 2010). Emocionalna dimenzija podrazumijeva prihvaćanje, podršku i osjetljivost, ali i suprotne pojmove koji se odnose na odbacivanje te udaljavanje od djeteta. Ova dimenzija obuhvaća sve emocije koje roditelj osjeća i doživljava prema djetetu. Roditelji koji su pozitivni i pružaju emocionalnu potporu i razumijevanje prema djetetu, pokazuju veću brigu o njemu, pozitivne emocije te vode argumentirane rasprave i objašnjenja tijekom komuniciranja s djetetom. Suprotno njima, postoje roditelji koji zanemaruju i odbacuju dijete jer su emocionalno distancirani. Tu se često spominje i model autora Rohnera (2004; prema Macuka, 2010) koji podrazumijeva roditeljsko prihvaćanje i odbijanje. Njegov model posebno naglašava

emocionalnu dimenziju zbog predviđanja različitog tijeka dječjeg razvoja koji ne ovisi o kulturnom kontekstu (Khaleque i Rohner, 2002). Također, novijim istraživanjima utvrđeno je kako je unutar kontrole nužno razlikovati dvije podjele, bihevioralnu i psihološku kontrolu (Romm i sur., 2020). Bihevioralna kontrola predstavlja pozitivu stranu roditeljskog ponašanja kojom roditelji postavljaju pravila i time adekvatno reguliraju djetetovo ponašanje i sprječavaju neprihvatljive oblike ponašanja. Ovakva kontrola pozitivno utječe na djecu jer obuhvaća brigu i toplinu te nenametljivu kontrolu djetetovog načina života. Poželjna je i neophodna u odgoju jer dijete tako razvija sposobnosti odlučivanja i jačanja socijalnih vještina. S druge strane, psihološka se kontrola smatra nepoželjnim oblikom kontroliranja jer se manifestira manipuliranjem djeteta odnosno često se djetetovo ponašanje kritizira, omalovažava te se nameće djetetu osjećaj krivnje, a s tim se usporava djetetov proces nezavisnosti i samostalnosti. Samim time, ujedno može doći i do anksioznosti, depresivnosti, povučivosti i drugih problema u ponašanju kod djece (Keresteš i sur., 2012; Macuka, 2011; Macuka i sur., 2012). Indikatori spomenutih dimenzija uočavaju se u svakodnevnoj komunikaciji roditelja i djece te utječu na njihov međusobni odnos (Macuka, 2010).

S obzirom na utjecaj roditeljskih odgojnih stilova na razvojni tijek djece, istraživači proučavaju prediktore koji imaju utjecaj na ponašanje roditelja i odgojne stilove te ističu osobne karakteristike roditelja, karakteristike djeteta te kontekst koji ih okružuje (Belsky, 1984). Karakteristike roditelja odnose se na njihovu psihološku i emocionalnu zrelost, inteligenciju, stavove, osobine te znanja koja posjeduju. Shodno tomu, važno je istraživati i razumjeti ove različite značajke roditelja jer one utječu na njihovo ponašanje prema djeci. Jedna od češćih karakteristika roditelja prisutna u suvremenom roditeljstvu je perfekcionizam (Macuka, 2010), a nešto više o toj karakteristici bit će u daljnjem dijelu rada.

## 2.1. Suvremeno roditeljstvo

U posljednje vrijeme uočavaju se višestruke modifikacije u djelovanju partnerskih odnosa i strukture obitelji na roditeljstvo u Hrvatskoj. S vremenom se promijenio princip društvenih i kulturnih vrijednosti čiji se utjecaj preslikao i na obiteljske odnosno roditeljske stavove. Navike i razmišljanja, usađene još od ranije, na tradicionalan način, teško se mijenjaju, zbog čega dolazi do poteškoća u shvaćanju i prilagodbi na nove situacije koje se javljaju. Uočava se potreba za usvajanjem novih vještina koje su neophodne za jednostavnije prilagođavanje današnjim zahtjevnijim životnim kriterijima i očekivanjima (Svilar Blažinić, 2014). Također, ističe se važnost subjektivnog doživljaja roditeljstva neophodnog za djetetov razvoj, naglašavajući da je za njegov razvojni put važno kompetentno roditeljstvo jer ono pogoduje razvoju emocionalnih i socijalnih vještina, nezavisnosti te sveukupnim djetetovim postignućima (Cummings i Cummings, 2002). Roditelji moraju biti spremni na promjene koje iziskuju otvorenost za unaprjeđenje vlastitih sposobnosti i vještina koje se nadograđuju kontinuiranim radom na sebi. Unazad desetak godina, roditeljstvo se često poistovjećivalo s majčinstvom te su u mnoga istraživanja bile uključene većinom majke iz razloga što su one, u svim kulturama, puno više bile uključene u skrb i odgoj djece nego očevi. Također, i iz biološkog pogleda majke su te koje njeguju dijete od samog početka te je ono nerazdvojni dio majčinog identiteta. S vremenom se sve više počela naglašavati važnost i uloga te veći angažman oca u razvoju i odrastanju djeteta. Uključenost očeva doprinosi razvoju emocionalne, kognitivne i socijalne kompetencije, smatrajući se čak snažnijom od majčine topline (Belsky, 1993; Mackey, 2001; Rohner i Veneziano, 2001). Promjene koje su nastupile tijekom 20. stoljeća donijele su i drugačiji pogled na položaj žene. Žena prestaje biti samo kućanica, a muškarac više nije jedini izvor doprinosa u obitelji. Takve promjene imaju utjecaja i na djecu. Tradicionalna uloga majke postaje sve manje održiva jer žene ustraju u tome da se unaprijede u svim sferama života. Žele napredovati u obrazovnom pogledu te biti profesionalnije u svome poslu. Upravo takav pogled na život zahtijeva drugačiju i suvremeniju ulogu majke, a pri tome i oca. Današnja su očekivanja usmjerena na balansiranje obitelji i posla, s tim da se obveze iz zajedničkog života dijele na oboje te da jednako sudjeluju u odgajanju djeteta. Društveni kontekst, koji je danas promijenjen, ponekad izaziva krizu obitelji zbog toga što su izazovi s kojima se susreću izvan njihovih mogućnosti te dolazi do neuravnoteženosti koja iziskuje mijenjanje odnosa unutar obitelji (Nimac, 2010). Također se zbog zaposlenosti i obveza izvan obitelji majke često susreću s većim zahtjevima prilikom usklađivanja obiteljskog i poslovnog



načina života, jer su i dalje unatoč radnom statusu više uključene u odgoj djece (Borelli i sur., 2017). Kao posljedica svega toga, unatoč težnji da i dalje postoje obitelji u kakvima smo mi odrasli, one više ne mogu funkcionirati niti opstati zbog spoznaje da se okruženje i zahtjevi iz dana u dan mijenjaju. Stoga vidimo da se roditelji danas znatno razlikuju od prošlih generacija pa se suvremena obitelj najčešće opisuje kao ravnopravna zajednica roditelja i djece te su unutar njih roditelji usmjereni na djetetove potrebe, odgoj i odnose koje međusobno grade. Shodno tomu, uočava se da podjela na muške i ženske poslove nije prisutna te da su obveze ravnopravno podijeljene, oba roditelja su zaposlena te uloge nisu unaprijed dodijeljene već postignute dogovorom (Đorđević i Maksimović, 2022). Samim time, primjećuje se da je došlo do napuštanja stereotipa o tipičnim muško-ženskim ulogama te da se očinstvo smatra jednakovrijednim kao i majčinstvo. Takvi harmonični odnosi pridonose razvoju boljih partnerskih odnosa, a ujedno su i dobar model svojoj djeci (Juričević-Lozančić, 2012).

Međutim, važno je ukazati i na druge značajke suvremenog roditeljstva koje su danas prisutne. U novije vrijeme zastupljen je sve veći broj obrazovnih i samostalnih majki, ali i kasna dob u kojoj i žene i muškarci stupaju u brak te u skladu s tim prisutno je sve više roditelja koji su u starijoj dobi. Pored toga, sve je veći broj razvedenih obitelji, kao i jednoroditeljskih obitelji s djecom iz različitih odnosa te se time uviđa promjena u strukturiranosti obitelji (Mandarić Vukušić, 2016). Uz sve to, u današnjem je društvu još uvijek kod pojedinaca prisutno mišljenje o roditeljstvu kao nečemu što je prirodno i svima dostupno te se smatra da se za to ne treba posebno obrazovati. No, većina roditelja koji se osvještavaju i idu u korak s vremenom, nastoje unaprijediti svoje kompetencije na višu razinu. Poduzimaju određene mjere kako bi došli do potrebnih informacija, čitaju različite knjige i prije rođenja djeteta, kontaktiraju zdravstvene ustanove, pitaju stručnjake za savjete te upisuju razne tečajeve kako bi se na vrijeme pripremili za ulogu koja slijedi (Zrilić, 2005; Ljubetić, 2007). Također, time dolazi do promjena u shvaćanju roditeljske uloge te samog odnosa djeteta i roditelja. Uz svu brigu koju im pružaju, roditelji su intenzivno usmjereni na dijete te dolazi do prezaštićivanja djece, ali i popustljivog odgoja (Macuka i sur., 2023). S time možemo povezati helikopter roditeljstvo gdje je prisutna velika količina topline i podrške. Velika briga i kontrola dječjeg ponašanja te intenzivna uključenost u život djeteta samo su neke od karakteristike ovakvih roditelja. Oni pretjerano pomažu djeci da im otklone bilo kakve smetnje na putu do njihovog cilja te ih sputavaju u samostalnom rješavanju problema (Padilla-Walker i Nelson, 2012). Ovaj pojam može se zamijeniti pojmom dron roditelji. Njime se opisuju današnji roditelji koji imaju potrebu da sve što se događa snimaju i da stalno kruže oko djeteta radeći sve kako bi ono bilo zadovoljno i

sretno (Đuranović i Klasnić, 2020). Ovakvo roditeljstvo, povezuje se s ranije spomenutom bihevioralnom kontrolom ponašanja djeteta, a negativnim posljedicama smatra se pokazatelj dobne neprimjerenosti određene roditeljske zaštite (Schiffrin i sur., 2014). Pojedini oblici bihevioralne kontrole, koji su razvojno neprikladni, interpretiraju se kao psihološki aspekti kontrole (Soenes i sur., 2010). Ukoliko roditelji svojim zaštitničkim ponašanjem ograničavaju ponašanja djece, time dolazi do njihove ovisnosti o roditeljskoj pomoći. Posljedično se djeca osjećaju nekompetentnima za samostalno djelovanje i uvijek se oslanjaju na roditelje. Ovakvo ponašanje posebno je štetno za stariju djecu za koju je uobičajeno da teže samostalnosti i neovisnosti (Liss i Schiffrin, 2014; Padilla-Walker i Nelson, 2012). Pojedina istraživanja ističu da upravo to pretjerano zaštitničko ponašanje roditelja dovodi do neslaganja između roditelja i djeteta pogotovo u današnje vrijeme kada su prisutne promjene u odrastanju te su standardi i očekivanja podignuti na višu razinu (Sergin i sur., 2012). Stil današnjeg života također obilježava preopterećivanje djeteta s raznim aktivnostima. Stoga se roditelji nalaze u iskušenju zbog pretjeranog nadzora i stimuliranja obasipajući ih izvanškolskim obvezama kako bi umanjili rizike i poboljšali njihov razvoj. Samim time, primjećujemo da suvremeni izazovi sa sobom donose visoka roditeljska očekivanja i o svom, ali i o djetetovom uspjehu. Što na kraju dovodi do težnje za besprijekornošću te se roditelji pokušavaju uklopiti u sliku koje društvo ima o savršenom roditeljstvu, zaboravljajući da je ono nedostižno i da ono može dovesti do stresa i osjećaja nekompetentnosti (Lee i sur., 2013; Furutani i sur., 2020; Sorkkila i Aunola, 2020).

## **2.2. Intenzivno roditeljstvo**

Autorica Macuka (2023: 12) navodi kako su prijašnja istraživanja o roditeljstvu bila orijentirana na shvaćanje načina kako „roditelji utječu na djecu ispitivanjem stilova roditeljstva (Darling i Steinberg, 1993), stilova privrženosti (Bowlby 1982) i roditeljske kompetencije (Teti i Candelaria, 2002).“ Dok se u novijim istraživanjima proučava kako „djeca utječu na svoje roditelje, dijelom istražujući u novije vrijeme i kako je imati djecu povezano sa psihološkom prilagodbom roditelja, roditeljskim stresom i sagorijevanjem u roditeljstvu.“ (Macuka, 2023: 12). Kao što je i prije spomenuto, uloga roditelja se znatno promijenila te je popraćena intenzivnim ulaganjem vremena i angažmana zbog ostvarivanja poželjnog roditeljstva. Cjelokupna očekivanja o uspješnom roditeljstvu donose izazove, a ujedno i pritiske za djecu i roditelje, jer su roditelji previše okupirani oko svojih i djetetovih uspjeha i postignuća (Nelson,

2010). Upravo takav pristup opisuje se kroz model intenzivnog roditeljstva koji podrazumijeva pretjeranu uključenost i nadzor djeteta u svim aspektima te veliki emocionalni trud prilikom odgoja (Klimor Maman i sur., 2023). Redefiniranjem uloga u roditeljstvu, roditeljska praksa je intenzivirana, a ideali suvremenog roditeljstva doveli su do shvaćanja da je za djetetov uspješan odgoj ključno vrijeme i oca i majke koje posvećuju djetetu (Craig i sur., 2014). Unatoč tome što su danas majke zaposlene i okupirane raznim obvezama, kao i očevi, istraživanja pokazuju da se posljednjih godina vrijeme provedeno s djecom znatno povećalo za razliku od prijašnjih generacija kada majka nije bila u radnom odnosu (Bianchi i sur., 2006). Također, kada usporedimo vrijeme koje je majka provodila ranije s djecom primjećuje se razlika s onim kako se provodi danas. Prije su majke većinom samo nadzirale djecu obavljajući kućanske obveze, dok se danas vrijeme s djecom provodi aktivno. Aktivnost roditelja podrazumijeva vrijeme provedeno razgovarajući, igrajući se, brinući se o djetetovim potrebama i interesima, ali ujedno i obavljajući kućanske poslove i ostale dužnosti (Craig i sur., 2014). Također, autori Craig i Mullan (2011) navode kako zajedničko vrijeme roditelja i djece osnažuje obiteljske odnose i potiče međusobnu povezanost.

Autori Bernstein i Triger (2010), kako je navedeno u radu Macuke (2023), ističu tri važne značajke intenzivnog suvremenog roditeljstva. Prva komponenta obuhvaća roditeljsko educiranje i savjetovanje sa stručnjacima o djetetovom razvoju i potrebama kako bi im se pristupilo na pravilan način. Time se roditeljstvo shvaća kao fenomen specijalizacije, a roditelji da bi donosili valjane odluke za dobrobit djeteta, neprestano trebaju proučavati različite segmente i moguće rizike u razvoju. Druga komponenta se odnosi na razvijanje vještina kod djeteta uključivanjem u različite izvannastavne aktivnosti. Dok treća komponentna podrazumijeva pomno kontroliranje i nadgledavanje svakog segmenta djetetova života te ispunjavanje i zadovoljavanje njegovih potreba i želja. Upravo ovi roditeljski zadatci, odnosno ciljevi, stvaraju pritiske i zahtjeve koji posljedično mogu izazvati roditeljski stres (Mikolajczak i sur., 2018).

Razmatrajući ove komponente suvremenog roditeljstva i imajući u vidu ponašanja i stavove roditelja, uočava se da su djeca uistinu sve više u centru pažnje. Roditelji se često odriču svog slobodnog vremena kako bi se maksimalno posvetili djetetu te mu omogućili zadovoljavanje potreba i ostvarivanje svog potencijala. S obzirom da roditelji idu u korak s vremenom i intenzivno prate nove smjernice o roditeljstvu, usmjereni su na ostvarivanje pozitivnog i učinkovitog odgoja. Za zadovoljavanje visoko postavljenih standarda, oni upotrebljavaju određene izvore relevantnih podataka, posebno medija, jer upravo oni čine

intenzivno suvremeno roditeljstvo socio-tehnološkim trendom (Bernstein i Triger, 2010). Mediji im pružaju širok opseg informacija potrebnih za odgoj i suočavanje s izazovima, jer kao što je prije spomenuto, roditelji se danas puno više informiraju o samom roditeljstvu i upućuje ih se na savjetovanje sa stručnjacima (Macuka i sur., 2023). No, bez obzira što su preporuke i savjeti stručnjaka većinom korisni, može doći do poteškoća u racionalnom usvajanju i shvaćanju, što kod roditelja uzrokuje osjećaj nedovoljne kompetentnosti i uspješnosti ili osjećaj da ne rade dovoljno za djecu. To također potvrđuje i istraživanje autorice Macuke i suradnica (2023) u kojem navode da se danas roditelji doživljavaju nesigurnijim u obavljanju roditeljske uloge i da je problem suvremenog roditeljstva što u odgoju izostaju granice i što su roditelji popustljivi prema djeci. Uz to, roditelji kao poseban izazov navode pritisak, smatrajući ga posljedicom imperativa, jer je roditeljstvo u medijima prikazano kao savršeno. Između ostalog, digitalniji mediji, društvene mreže i okruženje, uvelike zbunjuju roditelje sa svojim kontradiktornim smjernicama o roditeljstvu (Macuka i sur., 2023).

Neizbježno je naglasiti da su psihološki savjeti i znanja oblikovali obiteljsko ozračje i roditeljstvo današnjice (Stearns 2003; Klimor Maman i sur., 2023). Prije svega, navedeno se uočava u spoznaji da današnje roditeljstvo zahtijeva znatno ulaganje i znanja i vremena u odgoj te da se roditelji neprestano preispituju jesu li uspješni u obavljanju roditeljske uloge. Stoga, kada im zahtjevi u roditeljstvu prerastu u teške izazove, potaknuti su da potraže savjet stručnjaka nastojeći otkloniti postojeći problem. Svakodnevne rutine roditeljstva, kao što je igra s djecom, nekad su se smatrale običnom svakodnevnicom, a sada postaju predmetom rasprave s obzirom na njihov učinak na dobrobit djece (Lee i sur., 2010). Uzimajući u obzir suvremeni stav, tradicionalno uvjerenje o ulozi roditelja zastarjelo je (Klimor Maman i sur., 2023), dok je roditeljstvo redefinirano gledajući na njega kao proces intenzivnog i kontinuiranog usavršavanja (Lee, 2014). Pri tome je naglašena individualnost roditelja prilikom osiguravanja dobrobiti djeteta te pametno i uspješno dijete postaje „simbol uspješnog roditeljstva.“ (Macuka, 2023: 15). Zbog toga su roditelji stalno u strahu da će njihov neuspjeh u obavljanju zadataka narušiti mogućnosti djeteta da potpuno ostvare svoj potencijal (Wall, 2010). Sve više su zabrinuti za psihološku dobrobit djece i teže da djeca postanu savršena (Senior, 2014; Jacukowicz i sur., 2016). Također, usmjeravaju djecu na različite izvannastavne aktivnosti kako bi unaprijedili njihov uspjeh primjerice u sportu, glazbi, plesu, učenju jezika i slično (Nelson-Coffey i Stewart, 2019). Sve te promjene u roditeljskom ponašanju i uvjerenjima, očituju se upravo kroz nastojanja da se dispozicije djeteta modeliraju iskorištavanjem resursa već prije spomenutih kreativnih i sportskih izvannastavnih aktivnosti (Vincent i Ball, 2007).

### 3. PERFEKCIONIZAM

U posljednje vrijeme, osobina koja privlači pažnju mnogih znanstvenika zbog svog značaja te postaje predmet njihova istraživanja jest perfekcionizam. Karakterizira ga težnja ka savršenstvu i besprijekošću u raznim segmentima života (Bieling i sur., 2004). Posljednjih tridesetak godina, intenzivna i kontinuirana istraživanja o perfekcionizmu, donijela su mnoge važne spoznaje, ali su također izazvala i konfuziju oko same strukture i utjecaja perfekcionistačkih težnji na pojedinca. Razlog tome leži u istraživanjima koja se temelje na različitim teorijskim pretpostavkama te su prisutne različite operacionalizacije ovog koncepta, što je na kraju otežalo implementaciju znanstvenih saznanja u ovom području. Stoga, razlikujemo definicije perfekcionizma s jedinstvenim vlastitim naglaskom i strukturom. Na primjer, autori Hewitt i Flett (1991) opisuju perfekcionizam kao potrebu za nepogrešivom i besprijekomnom izvedbom, dok autor Frost i suradnici (1990) perfekcionizam definiraju kao postojanje izuzetno visokih kriterija postignuća, povezanih s tendencijom prema pretjeranoj kritičnoj samoevaluaciji. Iako još uvijek ne postoji univerzalna i jedinstvena definicija, prisutan je konsenzus o njegovoj važnosti kao konstrukta koji značajno utječe na dobrobit pojedinca i njegovo psihičko zdravlje, odabir aktivnosti i samo ponašanje. Brojni empirijski dokazi prepoznaju perfekcionizam i kao prediktor ranjivosti za održavanje i razvoj brojnih mentalnih poteškoća (Cook i Kearney, 2014; Limburg i sur., 2017).

Rana istraživanja promatrala su perfekcionizam kao jednodimenzionalni konstrukt, uglavnom percipiran kao negativna i neprilagodljiva osobina koja ujedno predstavlja i rizični faktor u raznim oblicima psihopatologije (Ellis, 2002). Burns (1980) ističe kako se odlike perfekcionista, kao što su težnja za nepogrešivošću, nedostižni ciljevi te prekomjerna generalizacija, manifestiraju u njihovim emocionalnim iskustvima, razmišljanju i ponašanju. Ovakve osobine navode perfekcionista na stalnu borbu za postizanje previsokih ciljeva, što dovodi do neadaptivnog definiranja vlastite vrijednosti i pogrešne samoprocjene na temelju (ne)uspjeha u realizaciji zadanih ciljeva. Također, Rhéaume i suradnici (2000) navode da perfekcionizam obuhvaća niz kognitivnih čimbenika povezanih s osjetljivošću na stres, uključujući nerealne stavove o izvrsnosti te potpuno disfunkcionalne predodžbe o nesavršenosti. To može dovesti do rušenja mentalnog zdravlja te konstantnog osjećaja neuspjeha, a s time se javlja i odgađanje neželjenog zadatka i osjećaj srama (Burns, 1980). Nadalje, literatura navodi pozitivnu povezanost perfekcionizma sa stresom, depresivnošću, niskim samopoštovanjem, anksioznošću te niskim zadovoljstvom životom (Hewitt i sur., 1996;

Boone i sur., 2012; Rnic i sur., 2021). Ove činjenice treba promotriti s obzirom da su prva istraživanja, vođena teorijom koja je perfekcionizam smatrala isključivo neadaptivnom i jednodimenzionalnom osobinom, koristila mjerne instrumente oblikovane po toj teoriji te su se uglavnom fokusirali na negativne i nepoželjne karakterne osobine perfekcionista. S vremenom kroz istraživanja, shvaćanje perfekcionizma kao takvog, postajalo je sve manje prihvatljivo, dok se sve više naglašavala složena i višedimenzionalna funkcija perfekcionizma koja uključuje ne samo neadaptivne, već i adaptivne dimenzije, poput težnje za uspjehom i osobnim rastom (Krpan, 2020).

U kontekstu shvaćanja perfekcionizma kao višedimenzionalnog konstrukta koji ima pozitivne i negativne značajke, autor Hamachek (1978) među prvim je autorima odstupio od tradicionalnog shvaćanja perfekcionizma, ističući razliku između neurotskog perfekcionizma i normalnog perfekcionizma. Stoga, normalni perfekcionizam opisuje kao osobinu koja pruža zadovoljstvo postignućem, motivira pojedinca i djeluje pozitivno na samopouzdanje. Normalni perfekcionista sebi postavljaju realne i visoke dostižne standarde, nisu u potpunosti opsjednuti uspjehom, ali kada ga postignu osjećaju se zadovoljno i izrazito ga cijene. Oni prihvaćaju pogreške i uspješno se suočavaju s poteškoćama na putu prema zadanim ciljevima. Nasuprot tome, neurotski perfekcionizam označava stremljenje prema nerealnim i nedostižnim ciljevima, prisutan je strah od neuspjeha, a pogreške doživljavaju kao dokaz vlastite nekompetentnosti (Hamachek, 1978).

Strukturu perfekcionizma u kontekstu višedimenzionalnog konstrukta predstavili su Frost i suradnici (1990) definirajući intrapersonalne i interpersonalne dimenzije koje obuhvaćaju potrebu za organizacijom, redom i preciznošću, visoke standarde, strah od grešaka, zabrinutost oko kvalitete izvedbe, roditeljsku percepciju očekivanja te njihovu kritičnost. Ovaj model ističe da jednodimenzionalne teorije imaju značajan nedostatak, jer ne razlikuju perfekcionista od marljivih, uspješnih i upornih osoba, te naglašava da je perfekcionizam mnogo kompleksniji od same želje za uspjehom. Također, autori Stoeber i Otto (2006) su metanalizom potvrdili koncept perfekcionizma koji diferencira adaptivne, neadaptivne perfekcionista i neperfekcionista. Karakteristike, kojima je Hamachek (1978) opisao normalne perfekcionista, zajedničke su i adaptivnim perfekcionista. Njih karakteriziraju naglašene pozitivne perfekcionistačke težnje uključujući nisku razinu negativne zabrinutosti. Drugim riječima, usmjereni su na ostvarivanje izvanrednih ciljeva, no nisu previše fokusirani na moguće greške prilikom izvedbe i rijetko prakticiraju destruktivnu samokritiku. Nasuprot njih, neadaptivne perfekcionista karakteriziraju izrazite perfekcionistačke težnje povezane s visokom

razinom negativne zabrinutosti, uključujući strah od neuspjeha i činjenja grešaka. Shodno navedenom, autori ističu da je upravo negativna perfekcionistačka zabrinutost ključna za razlikovanje zdrave težnje za izvrsnošću od patoloških aspekata koji značajno utječu na svakodnevno funkcioniranje i zdravlje pojedinca.

Kako bismo bolje razumjeli emocionalno, kognitivno i ponašajno funkcioniranje adaptivnih, ali i neadaptivnih perfekcionista, ključno je istaknuti dvoprocesni model koji su predložili Slade i Owens (1998). Ovaj model naglašava funkcije ponašanja pojedinca, a ne toliko njegove karakteristike, te navodi da se primarna razlika adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma nalazi u samoj motivaciji ponašanja i razmišljanja. Perfekcionizam kojeg karakteriziraju misaoni i ciljno usmjereni pristup, potaknut poticajnim potkrepljenjem i težnjom za postizanje uspjeha te osiguravanje pozitivnih rezultata i ishoda jest adaptivni perfekcionizam. S druge strane, neadaptivni perfekcionizam obilježavaju kognicije i ponašanja u kojima je prisutan strah od neuspjeha i težnja za sprječavanjem negativnih i neželjenih posljedica. U skladu s tim, Slade i Owens (1998) ističu da ista težnja u izvedbi prema savršenstvu može biti potaknuta različitim emocionalnim stanjima, ovisno o motivaciji koja se nalazi u osnovi ponašanja, što u konačnici definira adaptivnost ili neadaptivnost tog ponašanja.

Također, autori Hewitt i Flett (1991), nadahnuti novim valom istraživanja područja perfekcionizma, razvili su vlastitu strukturu perfekcionizma, definirajući ga kao trodimenzionalan konstrukt s dimenzijama koje se razlikuju s obzirom na objekt na koji je perfekcionizam usmjeren. Stoga razlikujemo samoorijentirani perfekcionizam koji podrazumijeva postavljanje visokih standarda za vlastita postignuća i motivaciju za njihovo ostvarivanje. Ova dimenzija također obuhvaća postavljanje izuzetno visokih i najčešće neostvarivih ciljeva, kritičnost prema sebi i neprihvatanje uspjeha zbog uvjerenja da nije dovoljno dobar, ali i težnju da se prikažu savršenima skrivanjem vlastitih mana, grešaka i nedostataka. Druga dimenzija, definirana kao perfekcionizam usmjeren drugima, obuhvaća postavljanje visokih očekivanja koja se odnose na druge ljude te strogu procjenu njihove izvedbe, a i ponašanja. Također, ova dimenzija dijeli slične obrasce ponašanja s prethodno opisanom dimenzijom, ali je ključna razlika što se ovdje takva ponašanja ne usmjeravaju prema samom sebi, već prema drugima. Pojedinci s ovom naglašenom dimenzijom natjecateljski su orijentirani, nestrpljivi, dominantni te neprijateljski nastrojeni u situacijama kada ih drugi razočaraju. Treća se dimenzija odnosi na društveno orijentirani perfekcionizam kojeg karakterizira uvjerenje osobe da drugi pred nju stavljaju i od nje očekuju izuzetno visoke standarde postignuća strogim evaluiranjem svakog postupka. Osobe sklone ovoj dimenziji

perfekcionizma, često sumnjaju u svoje postupke i sebe, obuzima ih anksioznost zbog stalnog iščekivanja evaluacije te su također ovisni o mišljenjima ljudi iz svoje okoline. Unatoč opisanim obrascima ponašanja povezanih sa samoorijentiranim, drugima-usmjerenim i društveno propisanim perfekcionizmom, autori naglašavaju kako se spomenute dimenzije također mogu svrstati u adaptivni ili u neadaptivni perfekcionizam (Stoeber i Otto, 2006). Samoorijentirani i drugima usmjeren perfekcionizam smatraju se adaptivnim dimenzijama, uključujući Frostove dimenzije organiziranosti i osobne standarde. S druge strane, društveno propisan perfekcionizam pripada neadaptivnoj kategoriji koja obuhvaća preispitivanje vlastitih postupaka i grešaka te roditeljska očekivanja i kritičnost. Ovakva podjela dimenzija i razumijevanje perfekcionizma temelj su mnogih novijih istraživanja u ovom području.

U novijim istraživanjima perfekcionizma sve se više naglasak stavlja na preciznije i specifičnije istraživačke probleme i ciljeve, s posebnim fokusom na perfekcionizam u kontekstu određenih životnih uloga. S obzirom na brojne posljedice koje perfekcionistačke težnje mogu imati na mentalni razvoj pojedinca, posebna pažnja usmjerena je na proučavanje i bolje razumijevanje perfekcionizma u suvremenoj roditeljskoj ulozi, jer je to jedna od najzahtjevnijih uloga koju osoba preuzima tijekom svog života (Lee i sur., 2013).

### **3.1. Perfekcionizam u roditeljstvu**

Od početka istraživanja područja perfekcionizma pojavljivalo se pitanje kako se perfekcionizam razvija kod pojedinca i koje su njegove posljedice na svakodnevno funkcioniranje. Brojna istraživanja su kao značajnu spoznaju istaknuli kako perfekcionizam roditelja uvelike utječe na razvoj perfekcionizma kod njihove djece i mladih osoba (Flett i sur., 2002; Carmo i sur., 2021). Takav oblik perfekcionizma u roditeljstvu može se opisati kao stremljenje ka savršenstvu u svim segmentima roditeljskog života i njihove uloge. Roditelji s naglašenim perfekcionistačkim težnjama skloni su postavljanju vrlo visokih očekivanja prema sebi, ali i prema svojoj djeci, potičući na taj način razvijanje perfekcionistačkih crta i kod njih (Cook i Kearney, 2014; Carmo i sur., 2021; Smith i sur., 2022). Oni smatraju da uvijek mogu postići više i bolje, te ih karakteriziraju izuzetno visoki osobni ciljevi i standardi usmjereni na brigu o djeci te je prisutan strah od neuspjeha u roditeljskoj ulozi (Azizi i Besharat, 2011). Prema Horneyu (2013), ovakvi roditelji stalno osjećaju da nešto moraju ili trebaju učiniti, te rijetko uživaju u svojim uspjesima. Umjesto toga, neprestano su napeti jer smatraju da uvijek moraju raditi više i biti uspješniji te vjeruju da moraju biti savršeni roditelji koji bez poteškoća



ostvaruju sve ciljeve koje su postavili. Upravo takva očekivanja i uvjerenja zaokupljaju pozornost roditelja preplavljajući ih napetošću i težnjom za savršenstvom, što može ozbiljno narušiti i ometati njihovu sposobnost da toplo i empatično ispune potrebe i želje djeteta (Azizi i Besharat, 2011; Lilley i sur., 2020). Novija istraživanja sve češće povezuju roditeljski perfekcionizam s helikopter roditeljstvom, stilom kojeg karakterizira pretjerana kontrola i prezaštićivanje, kao što je već prije spomenuto (Segrin i sur., 2020).

### **3.2. Roditeljski perfekcionizam kao višedimenzionalni konstrukt**

Perfekcionizam u roditeljskoj ulozi se kroz literaturu najčešće dijeli na dvije dimenzije koje se međusobno razlikuju, a to su društveno orijentirani perfekcionizam i samoorijentirani roditeljski perfekcionizam (Appleton i sur., 2010; Lee i sur., 2013; Cook i Kearny, 2014). Društveno orijentirani roditeljski perfekcionizam temelji se na vjerovanju kako društvo zahtijeva od pojedinca besprijeornost u roditeljskoj ulozi, pri čemu upravo ta zahtjevnost i očekivanja dolaze iz okoline. Nasuprot tome, druga dimenzija obilježena je unutarnjim očekivanjima i osobnim standardima koje implicira pojedinac sam, a također uključuje postavljanje vrlo visokih standarda za sebe kao roditelja te snažnu motivaciju za postizanje uloge savršenog roditelja. Shodno navedenom, uzrok perfekcionistačkih težnji roditelja prisutan je i u njihovoj osobnosti ili je nametnut kroz različita očekivanja i norme od strane društva (Snell i sur., 2005). Promatrajući cijeli ovaj kontekst važno je uzeti u obzir značajke suvremenog roditeljstva i okolinu u kojoj se današnji roditelji razvijaju i oblikuju za svoju ulogu. Neizostavan preduvjet za postizanje i očuvanje statusa pripadanja zajednici i društvu jest poštivanje i uvažavanje društvenih normi, vanjskih standarda i praćenje trendova. Stoga, nije iznenađujuće što u današnjem društvu gdje je sve lako dostupno i gdje su prisutne velike količine informacija, roditelji imaju potrebu za usvajanjem mnogo informacija koje će im omogućiti znanje i vještine pomoću kojih se približavaju nametnutom pojmu savršenog roditelja. Danas kada su informacije predstavljene kao lako dostupne odmah i kada je naglasak sve veći na uspjeh u ulozi roditelja, oni često osjećaju pritiske nametnute iz vanjskih standarda i očekivanja. Osim toga, pojedini roditelji i sami posjeduju perfekcionistačke osobine i usmjerenost ka izvrsnosti, što dodatno može povećati njihovu tjeskobu. Također, prisutan je još jedan značajan čimbenik za shvaćanje rastućih perfekcionistačkih težnji u modernom roditeljstvu, a to je donošenje odluke o roditeljstvu, odnosno odlučivanje na roditeljstvo u kasnijoj dobi, posebno među pojedincima s visokim socioekonomski statusom. Svijest da ti

pojedinci imaju više resursa i vremena na raspolaganju za samu pripremu na roditeljstvo može dovesti do postavljanja vrlo visokih, čak nedostižnih ciljeva povezanih s roditeljstvom. Brojna istraživanja potvrđuju ove pretpostavke. Na primjer, Curran i Hill (2019) u metaanalitičkoj studiji otkrivaju značajne razlike u izraženosti perfekcionizma među različitim generacijama mladih, pri čemu se bilježi konstantan rast perfekcionističkih težnji. Ovaj nalaz se tumači kroz osvrt na već opisane trendove koji su stvorili okruženje u kojem su roditelji, a i oni koji će to tek postati, izloženi pritisku zbog sve kompetitivnijeg okruženja i nerealnih očekivanja u usporedbi s prethodnim generacijama.

Na temelju ovih informacija, jasno je da perfekcionizam značajno utječe na kognitivno, emocionalno, bihevioralno i motivacijsko djelovanje roditelja. Istraživanja koja su se bavila ovom temom, ispitivala su povezanost roditeljskog perfekcionizma s mnogim relevantnim aspektima roditeljstva. Primjerice, u istraživanju koje su proveli Snell i suradnici (2005), pretpostavili su izravnu povezanost roditeljskog perfekcionizma i roditeljskih stilova te roditeljskog zadovoljstva i stilova privrženosti. Rezultati o stilovima roditeljstva su pokazali da su ispitanici koji su svoj roditeljski stil prikazali kao autoritaran ostvarili visoke dosege perfekcionizma na 9 od 11 dimenzija koje su procjenjivane. Također, Azizi i Besharat (2011) izvještavaju u svom istraživanju o pozitivnoj korelaciji između majčinog samoorijentiranog i društveno propisanog perfekcionizma sa strogim, autoritarnim i popustljivim, permisivnim stilom. Nadalje, isti su rezultati dobiveni i kada se razmatrao očev samoorijentirani i društveno orijentirani perfekcionizam. Razloge zašto postoji bliska povezanost između perfekcionizma i roditeljskih stilova navode autori Azizi i Besharat (2011). Prvi razlog proizlazi iz osobina roditelja perfekcionista. Zbog svoje pretjerane fokusiranosti na izuzetno visoka postignuća i osobne standarde, ovi roditelji često postaju manje osjetljivi i fokusirani na potrebe i želje svog djeteta, stavljajući vlastite potrebe i standarde na prvo mjesto. Drugi mogući razlog je taj što roditelji koji teže perfekcionizmu mogu prenijeti na vlastitu djecu svoje ciljeve, očekivanja i standarde koje sami nisu uspjeli postići, a to je često popraćeno kritikama i stalnom evaluacijom djetetovih postupaka i ponašanja, ali i psihološkom kontrolom koja je ujedno karakteristična za određene roditeljske stilove. Posljednji razlog koji autori navode odnosi se na povezanost između samopoštovanja i postignutog uspjeha. Perfekcionista često vrednuju vlastitu vrijednost kroz postignuća, stoga roditelji s takvim stavom mogu prenijeti ovaj način vrednovanja na svoju djecu, pružajući im ljubav i prihvaćanje samo kada su ispunjena roditeljska očekivanja i zahtjevi (Azizi i Besharat, 2011).

Nadalje, istražujući povezanost perfekcionizma i privrženosti, autor Snell i suradnici (2005) otkrili su da su sudionici koji su svoje roditelje okarakterizirali kao tople i brižne u svom roditeljskom ponašanju izvještavali o visokoj razini samoorijentiranog perfekcionizma, većem perfekcionistačkom trudu u roditeljskom ponašanju, većoj organiziranosti u roditeljstvu i manjem kritiziranju od strane partnera, koji je također pokazivao visoke razine roditeljskog perfekcionizma. Rezultati također ukazuju na povezanost neadaptivnih aspekata s preokupirajućim i plašljivim oblicima privrženosti, dok je sigurna privrženost direktno povezana s pozitivnim oblikom perfekcionizma roditelja. Osim toga, istraživanje dokazuje da roditelji koji su postigli visoke rezultate na skali zadovoljstva imaju i veće standarde za roditeljstvo, što pokazuje da takav oblik perfekcionizma može imati pozitivne implikacije na dobrobit roditelja i pripada adaptivnoj skupini.

U daljnjoj literaturi, autori Greblo i Bratko (2014) ističu značaj perfekcionizma u oblikovanju roditeljskog ponašanja i naglašavaju koliko je bitno razlikovati dimenzije perfekcionizma odnosno adaptivne od neadaptivnih dimenzija. Njihovo istraživanje pokazuje da roditelji koji pripadaju adaptivnoj dimenziji prihvaćaju vlastite mogućnosti i ograničenja te iskazuju veću tendenciju pružanja brige i bezuvjetne ljubavi. Slični rezultati su pronađeni i u drugim istraživanjima koja tvrde da pozitivni oblici perfekcionizma koreliraju s nizom interpersonalnih adaptivnih kvaliteta kod oba spola (Suh i sur., 2017). Nasuprot tome, roditelji s izraženim neadaptivnim perfekcionizmom često postavljaju djeci nerealno visoka očekivanja, što na kraju rezultira njihovim razočaranjem uslijed neispunjenja istih. Greblo i Bratko (2014) potvrđuju navedeno ukazujući na negativnu povezanost neadaptivnog roditeljskog perfekcionizma i procjene roditeljskog prihvaćanja. Također, autori spominju i druge aspekte koji karakteriziraju ponašanja roditelja s izraženim neadaptivnim perfekcionizmom. Oni češće koriste stroge kritike kao metodu kažnjavanja ili discipliniranja djece kada ona ne ispune roditeljska očekivanja i standarde. Brojna istraživanja, uključujući ona od Chestera i suradnika (2015) te autora De Rosa i suradnika (2023), utvrdila su pozitivnu povezanost neadaptivnog perfekcionizma s agresivnošću, ljutnjom i negativnim mislima. Osim toga, Soenes i suradnici (2005) navode da su roditelji s višim razinama neadaptivnog perfekcionizma skloniji intruzivnosti i češće prakticiraju psihološku kontrolu, što može negativno utjecati na djetetov emocionalni razvoj (Costa i sur., 2016; Dieleman i sur., 2020). Istraživanja su također pokazala da je neadaptivna dimenzija perfekcionizma nerijetko povezana s popustljivim odnosno permisivnim stilom roditeljstva, u kojem popustljivo ponašanje služi roditelju perfekcionistu

kao obrana od kritika djece i partnera za njegove odluke i postupke (Slaney i sur, 2006; Greblo i Bratko, 2014).

### **3.3. Utjecaj roditeljskog perfekcionizma na djecu**

Stil roditeljstva koji je vođen perfekcionizmom može se manifestirati na različite načine, pozitivne ili negativne, odnosno adaptivne ili neadaptivne, što značajno utječe na roditeljsko postupke, kvalitetu roditeljstva i odgojne stilove, a time i na razvoj djece. Roditelji s izraženim perfekcionističkim osobinama, pored postavljanja visokih standarda i očekivanja za sebe, često zahtijevaju savršenstvo od svoje djece u različitim područjima djelovanja kao što su sportske ili neke druge izvannastavne aktivnosti, uz visoku kontrolu i nadziranje djetetova ponašanja. Ovakav roditeljski pristup može kod djece izazvati dugotrajnu tjeskobu i anksioznost, strah od neuspjeha i sumnju u vlastita postignuća i sposobnosti, što su ključne karakteristike neadaptivnog perfekcionizma (Affrunti i Woodruff-Borden, 2015). Ukoliko roditelji koji postavljaju zahtjevne ciljeve djeci i imaju visoka očekivanja od njih, a pritom pružaju potrebnu podršku djetetu, toleranciju i razumijevanje prema pogreškama i neuspjesima, vjerojatno je da ova djeca neće osjećati toliku razinu pritiska i stresa kao djeca čiji roditelji imaju izražen neadaptivni perfekcionizam. Štoviše, takva djeca mogu razviti pozitivna vjerovanja o svojim sposobnostima i sklonost postizanju visokih, ali ostvarivih ciljeva, što je karakteristika adaptivnog perfekcionizma. Kada se razmatraju dimenzije perfekcionizma i njihov utjecaj na razvojne ishode djece i roditelja, pokazalo se da je perfekcionizam usmjeren prema djeci značajan, kao jedan od oblika perfekcionizma usmjerenog prema drugima (Piotrowski, 2020). Nadalje, autor Stoeber (2018) naglašava razliku pojedinaca koji očekuju savršenstvo od drugih i pojedinaca koji očekuju savršenstvo od samih sebe. Perfekcionista koji sebi postavljaju visoke standarde i ciljeve obilježava motivacija za uspjehom, samosvijest, negativne procjene i strah od pogrešaka. Nasuprot njih, perfekcionista koji postavljaju standarde i ciljeve drugima obilježava želja za dominacijom, narcizam, makijavelizam i isticanje vlastite moći, a njihova očekivanja od drugih služe reguliranju njihovog nesigurnog samopoštovanja. Piotrowski (2020) tako određuje perfekcionizam koji je usmjeren djeci kao skup visokih standarda i očekivanja koje roditelji imaju prema svojoj djeci, obilježeni potrebom za savršenstvom djeteta u svim njegovim aktivnostima i pothvatima.

Također, Piotrowski (2020) navodi multidimenzionalnost perfekcionizma usmjerenog prema djeci uključujući red, visoke standarde i diskrepancu te ističe razlike dimenzija po

utjecaju na pojedine pokazatelje mentalnog zdravlja roditelja. Lin i suradnici (2022) tvrde da su mnoga recentna istraživanja pokazala negativnu povezanost visokih standarda i reda s roditeljskim stresom, dok je diskrepanca pozitivno povezana sa stresom. Na osnovu toga, autori ukazuju da postoji mogućnost da je upravo diskrepanca ključan čimbenik u perfekcionizmu orijentiranom prema djeci jer može dovesti do sagorijevanja u roditeljskoj ulozi (Piotrowski, 2020). Ovo nije iznenađujuće kada se uzme u obzir da nesklad između roditeljskih standarda i očekivanja za dijete i njegovih stvarnih postignuća može izazvati veliku količinu emocionalnog stresa, razočaranja i nezadovoljstva zbog neusklađenosti djeteta sa slikom savršenog djeteta koju roditelji imaju (Piotrowski, 2020; Smith i sur., 2022). Važno je naglasiti da perfekcionizam orijentiran prema djetetu još od ranog uzrasta može imati značajnu ulogu u razvoju tendencija perfekcionizma kod djece kasnije u životu (Piotrowski, 2020).

### **3.4. Ishodi perfekcionizma u roditeljstvu**

Pregledom brojnih istraživanja o perfekcionizmu uočeno je da se radi o izuzetno važnom konstrukt koji znatno utječe na mentalno zdravlje i socijalnu prilagodbu pojedinca. Autori su posebno istaknuli važnost istraživanja utjecaja perfekcionističkih težnji na dobrobit roditelja. U tom kontekstu, pokazalo se da je odnos perfekcionizma u roditeljstvu povezan sa zadovoljstvom roditeljskom ulogom i cjelokupnim životom. Primjerice, istraživanje Snella i suradnika (2005) pokazalo je da su pojedinci koji su zadovoljni svojim roditeljstvom također pokazivali veće perfekcionističke standarde roditeljstva, ali i veći stupanj organizacije u roditeljskoj ulozi. Rezultati su također pokazali da je zadovoljstvo roditeljskom ulogom povezano direktno s uvođenjem jasnih standarda u roditeljstvu te autori ujedno ističu i pozitivnu povezanost zadovoljstva s dimenzijama adaptivnog perfekcionizma u roditeljstvu. Mnoga druga istraživanja potvrđuju ove rezultate, navodeći povezanost adaptivnog perfekcionizma s pozitivnim ishodima, kao što je veće zadovoljstvo životom i manja izraženost psihopatoloških oblika (Stoeber i Otto, 2006; Moate i sur., 2019; Linnet, 2020). Suprotno, neadaptivni perfekcionizam manifestira se kao visoka samokritičnost, osjećaj krivnje, osjetljivost na kritiku te iskrivljena predodžba vlastitih vještina i sposobnosti. Autori povezuju ovu dimenziju perfekcionizma s poremećajima kao što je anksioznost i depresivnost te niskim životnim zadovoljstvom. Važno je napomenuti da je većina istraživanja provedena na populaciji mladih osoba, dok su istraživanja na roditeljima još uvijek u početnim fazama (Stoeber i Otto, 2006; Moate i sur., 2019; Wright i sur., 2021; Williams i Levinson, 2021; De Rosa i sur., 2023).

Shodno navedenom, bez obzira što adaptivni i neadaptivni oblici u roditeljstvu, kao i u drugim područjima života, dijele zajedničke karakteristike kao što su visoki standardi, postignuća te kontinuirana usredotočenost na njih, oni se znatno razlikuju po načinu suočavanja s izazovima, kritikama i pritiscima u roditeljskoj ulozi, što može imati značajan utjecaj na dobrobit pojedinca i zadovoljstvo samim životom (Stoeber i Otto, 2006).

#### **4. SAGORIJEVANJE U RODITELJSTVU**

U novije se vrijeme tema sagorijevanja odnosno *burn-outa* sve češće pojavljuje u istraživanjima različitih grana psihologije, a također se našla i u mnogim studijama razvojne psihologije koje su istraživale sagorijevanje u roditeljstvu. Roditeljsko se sagorijevanje općenito definira kao specifičan konstrukt obilježen visokom razinom iscrpljenosti, koji nastaje zbog dugotrajne i opetovane izloženosti stresu te percepcije nedovoljnih resursa za ispunjenje postavljenih zahtjeva i očekivanja (Mikolajczak i sur., 2018). U takvim situacijama roditelji krenu sumnjati u svoje roditeljske sposobnosti i vještine te se emocionalno udaljavaju od svoje djece (Roskam i sur., 2017). Nadalje, Mikolajczak i suradnici (2018) definiraju roditeljsko sagorijevanje kao trodimenzionalni konstrukt, a prva dimenzija roditeljskog sagorijevanja je osjećaj iscrpljenosti koji se javlja kao prvi znak ovog sindroma. Ovu dimenziju karakterizira osjećaj iscrpljenosti i umora, nedostatak energije i nemogućnosti suočavanja sa zahtjevima koje donosi roditeljska uloga. Druga dimenzija sagorijevanja jest emocionalno udaljevanje, manifestira se kroz postepeno smanjenje pažnje posvećene djeci, smanjenje uključenosti u njihov odgoj, nedostatak osjećaja uživanja i zadovoljstva u provođenju vremena djecom te problemi u iskazivanju brige i ljubavi. Treća dimenzija se odnosi na osjećaj nekompetentnosti u roditeljstvu ili smanjenja roditeljskog uspjeha i postignuća. Ova se dimenzija očituje kroz osjećaj da se pojedinac promijenio u odnosu na kakav je nekad bio te je prisutan osjećaj nedostatnosti i nefunkcionalnosti za obavljanje roditeljske uloge. Autorica Roskam i suradnici (2018) razdvajaju ovu treću dimenziju na dvije odvojene, a to su osjećaj zasićenosti i suprotnosti. Osjećaj zasićenosti se odnosi na gubitak zadovoljstva i ispunjenosti u roditeljskoj ulozi, dok se dimenzija suprotnosti, svojstvena sagorijevanju, odnosi na razliku roditelja u prošlosti i roditelja kakav je postao. Mikolajczak i Roskam (2020) naglašavaju da neke od spomenutih simptoma mogu svi roditelji doživjeti, ali takvo prolazno, odnosno povremeno javljanje gubitka energije i iscrpljenosti se ne smije poistovjećivati s roditeljskim sagorijevanjem. Ono označava ozbiljno psihološko stanje s brojnim simptomima koji su

učestaliji te ometaju i narušavaju funkcioniranje roditelja i kvalitetu njihovog odnosa s djetetom.

S obzirom na to da roditeljsko sagorijevanje ima velik utjecaj na kvalitetu roditeljstva i općenito na kvalitetu života, ono predstavlja ozbiljnu prijetnju psihičkom zdravlju roditelja i njegovoj dobrobiti te su se iz tog razloga brojna istraživanja usredotočila na ispitivanje mogućih rizičnih faktora koji pospješuju sagorijevanju u ovoj ulozi. Već i ranije spomenut, roditeljski perfekcionizam, pokazao se jednim od posebno zanimljivih rizičnih faktora koji utječe na sagorijevanje (Kawamoto i sur., 2018; Furutani i sur., 2020; Sorkkila i Aunola, 2020). Furutani i suradnici (2020) naglašavaju važnost shvaćanja perfekcionizma i njegovih povezanih faktora, kao što su netolerancija neizvjesnosti, dihotomno mišljenje i ruminacija oko neuspjeha, kako bi se razumjeli mehanizmi koji su u osnovi roditeljskog sagorijevanja. Također, autori ističu perfekcionističke brige kao jednu od značajnijih dimenzija roditeljskog perfekcionizma koja uvelike utječe na sagorijevanje (Furutani i sur., 2020). Shodno tomu, autori Sorkkila i Aunola (2020) su u svom istraživanju istaknuli društveno određen perfekcionizam kao ključni faktor među brojnim čimbenicima roditeljskog sagorijevanja. Njihovi rezultati su dokazali da roditelji s višim razinama društveno orijentiranog perfekcionizma također doživljavaju veće razine sagorijevanja u roditeljstvu, a ta je povezanost bila još izraženija kod roditelja s visokim samoorijentiranim perfekcionizmom. Nadalje, Kawamoto i suradnici (2018) su utvrdili da su perfekcionističke brige, koje se odnose na zabrinutost oko tuđih mišljenja, normi i standarda, u pozitivnoj korelaciji sa sagorijevanjem u roditeljstvu. Kako bismo razumjeli navedene činjenice, važno je uzeti u obzir da je perfekcionizam okarakteriziran percepcijom visokih postignuća koje osoba smatra nametnutima od strane okoline te zbog toga pojedinci osjećaju gubitak kontrole u situacijama, zahtjevima i očekivanjima koji su im postavljeni, što im često predstavlja izvor frustracije. Također, percepcija njihove vlastite sposobnosti, samopoštovanja i vrijednosti ponekad se mogu zasnivati isključivo na ispunjavanju ovih nametnutih standarda i ako nemaju dovoljno resursa da ih ispune, pojedinci se mogu suočiti s anksioznošću, tjeskobom i osjećajem prijetnje. Ukoliko se ovi osjećaji javljaju u velikom intenzitetu i kronično se doživljavaju, oni mogu dovesti do stanja sagorijevanja (Hill i sur., 2008; Sorkkila i Aunola, 2020). Jedna od zanimljivih činjenica jest ta da se upravo uloga perfekcionizma koja doprinosi sagorijevanju u roditeljstvu povezuje i s istraživanjima koja proučavaju njegovu ulogu u sagorijevanju u sportu.

Naime, iznimno visoki standardi i niski prag tolerancije na greške mogu oslabiti i iscrpiti potencijale i resurse koje pojedinac posjeduje. Perfekcionisti koji se bave sportom, kada postanu

iscrpljeni povlače se, dok za roditelje sklone perfekcionizmu povlačenje iz roditeljske uloge nije opcija te se zbog toga često udaljavaju emocionalno od svoje djece. Autorica Roskam i suradnici (2018) su ovo emocionalno distanciranje roditelja definirali kao završnu razinu roditeljskog sagorijevanja. No, svakako je važno naglasiti da ovi nalazi nisu dostatni da se izvedu čvrsti zaključci o uzročno-posljedičnim vezama. Buduća istraživanja trebala bi odgovoriti na pitanja dovode li nametnuti vanjski visoki standardi do sagorijevanja u roditeljstvu ili roditeljsko sagorijevanje dovodi do sklonosti roditelja društveno određenom perfekcionizmu. Na taj način, može se dublje istražiti problematika samog perfekcionizma, način na koji je povezan s nivoima stresa koje roditelji doživljavaju u roditeljskoj ulozi, sa simptomima depresije i anksioznosti, koji zajedno dovode do sagorijevanja. Ovo je izuzetno važno za dobrobit roditelja, jer njihovo stanje direktno utječe i na dobrobit njihove djece. Važno je za naglasiti da je perfekcionizam osobina koja iako može povećati ranjivost za narušavanje mentalnog zdravlja, također može kroz svoje adaptivne oblike i zdravo usmjerenu težnju ka izvrsnosti, pružiti zaštitu i unaprijediti kvalitetu života (Roskam i sur., 2018).

#### **4.1. Teorija ravnoteže rizika i resursa**

Kako bi se razumjelo što roditelje čini ranjivima i sklonim sagorijevanju u njihovoj ulozi, u daljnjem dijelu radu navodi se Teorija ravnoteže rizika i resursa koja se u istraživanjima koristi kao etiološki model sagorijevanja koju su razvile autorice Mikolajczak i Roskam (2018). Prema ovoj teoriji, sindrom roditeljskog sagorijevanja nastaje zbog neuravnoteženosti između stresnih čimbenika kao što su iznimna postignuća, uspjesi, očekivanja, neadekvatna metoda odgoja djece i nedostatak potpore partnera te čimbenika koji smanjuju stres, poput realnih očekivanja, prikladnog roditeljskog ponašanja te partnerske podrške. Drugim riječima, različiti okolinski i osobni faktori rizika su zahtjevi koji povećavaju stres roditelja, dok okolinski i osobni resursi, odnosno zaštitni čimbenici, ublažavaju roditeljski stres. Kada se pojavi neuravnoteženost između zahtjeva koje roditeljstvo postavlja i resursa koje roditelji imaju na raspolaganju, a roditelji su dulje vrijeme izloženi tim zahtjevima bez adekvatnih resursa za suočavanje s njima, dolazi do sagorijevanja u roditeljstvu (Mikolajczak i Roskam, 2018). Ključ etiologije sagorijevanja u roditeljstvu leži upravo u dugotrajnoj neuravnoteženosti između prekomjernih stresora i nedostatnih resursa za njihovo učinkovito prevladavanje. Ravnotežu u roditeljstvu čine mnogi resursi i stresori koji potječu iz sociodemografskih, osobnih, obiteljskih i situacijskih čimbenika. Upravo njihova akumulacijska (ne)ravnoteža pojašnjava zbog čega se



roditelji mogu naći ili u situaciji zadovoljenja ili iscrpljenja u svojoj roditeljskoj ulozi. Također, autori Crnic i Low (2002) navode da je roditeljstvo ponekad izvor umora, brige i stresa, te obuhvaća svakodnevne aktivnosti poput čišćenja, kuhanja itd. te suočavanje s neizbježnim stresorima kao što su nedostatak sna, bolesti djece, potrebe djece i dr. Dok radne obveze obično traju osam sati dnevno, nakon kojih slijedi vrijeme za odmor i oporavak, obveze roditelja mogu trajati i cijeli dan, pogotovo kad je riječ o mlađoj djeci. Za razliku od posla, koji se može napustiti kada su opterećenja prevelika, roditeljstvo ne nudi mogućnost odustajanja i „davanja otkaza“ (Aunola i sur., 2021).

Upuštanje u roditeljsku ulogu predstavlja jednu od najvažnijih životnih tranzicija koja donosi značajne promjene u samopercepciji pojedinca, kao i u reorganizaciji uloga, interpersonalnih odnosa i ponašanja. Nakon rođenja djeteta, javljaju se izvori stresa s kojima se roditelji suočavaju, poput povećanja obveza i kućanskih poslova, smanjenja slobodnog vremena za sebe i s partnerom uz potrebu prilagodbe novoj životnoj ulozi. Također, pojavljuju se i stresori povezani s dobrobiti djeteta, kao što su briga o zdravlju, rastu i razvoju djeteta, njegovom snalaženju u životu, stvaranju prijateljstva i odabiru partnera. Zahtjevi i brige u roditeljstvu ujedno ovise i o razvojnoj fazi djeteta, jer dok su djeca mala roditelji se fokusiraju na njihove osnovne potrebe poput spavanja i hranjenja, a kako djeca rastu, roditelji se suočavaju s izazovima vezanim uz regulaciju emocija i razvoj samokontrole. Izazovi i brige roditelja također uključuju projekcije o budućim mogućnostima i izborima njihove djece te općenito o njihovoj dobrobiti. Na primjer, roditelji žele da im djeca pohađaju najbolje škole, osiguravaju im bavljenje sportom i postizanje uspjeha u tome, te ih usmjeravaju na usvajanje novih znanja od malih nogu, poput učenja stranih jezika te raznih izvannastavnih aktivnosti, jer smatraju da im je to potrebno za uspješniji daljnji život. Istovremeno, roditelji i sebi postavljaju visoke izazove i zahtjeve kako bi osigurali da njihovoj djeci ništa ne nedostaje. Nastoje biti pozitivni, pružajući djeci vrijeme, strpljenje, ljubav i pažnju te biti pravedni, ali i odlučni i dosljedni u odgoju. Ujedno se trude potaknuti razvoj osobnosti i talenata svoje djece, ohrabriti ih da vjeruju u sebe te im biti podrška i dobar primjer. Sve navedeno ukazuje kako je roditeljstvo vrlo zahtjevna i potencijalno stresna uloga.

Za mnoge roditelje, srećom, stres koji dolazi s roditeljstvom često je uravnotežen brojnim pozitivnim obiteljskim događajima koji donose pozitivne emocije, snagu, motivaciju i osobni rast, te osjećaj ponosa i zadovoljstva zbog uspjeha i napretka djece (Macuka i sur., 2023). Prisjećanje na zajedničke trenutke i kvalitetno vrijeme provedeno s djecom kroz razne aktivnosti, igre, putovanja, kao i ponos zbog postignuća djece, ukazuje na to da je roditeljstvo

za mnoge roditelje ispunjavajuće i pozitivno iskustvo. Dakle, ako roditeljstvo zamislimo kao ravnotežu s jedne strane sa stresom i zahtjevima, a s druge strane s pozitivnim emocijama i zadovoljstvom, kod većine roditelja sreća i zadovoljstvo ipak nadjačavaju uobičajene stresore i izazove svakodnevnog obiteljskog života. Međutim, ako taj balans postane nepovoljan, odnosno ako roditeljska iskustva postanu prezahtjevna, a roditelj nema dovoljno resursa za uspješno suočavanje s tim izazovima, dolazi do neravnoteže, a s time i do sagorijevanja (Mikolajczak i Roskam, 2018). Relevantni čimbenici sagorijevanja povezani su s obiteljskim kontekstom i mikrosustavom te mogu smanjiti ili povećati opterećenje roditeljskih dužnosti. Prema autorici Mikolajczak i suradnicama (2018) različiti čimbenici koji doprinose sagorijevanju su:

1. Sociodemografske varijable kao što su spol roditelja, broj djece, strukturiranost obitelji i materijalni status. Spol se ističe kao jedan od rizičnijih čimbenika koji utječe na sagorijevanje, odnosno majke su rizičnije jer su više uključene u odgoj djece nego očevi. Tu spadaju i roditelji koji imaju više djece te samohrani roditelji jer su sami odgovorni za većinu obaveza oko djece i kućanske poslove. Zatim roditelji s niskim prihodima i nezaposleni roditelji (Roskam i sur., 2018; Sorkkila i Aunola, 2020).
2. Značajke djeteta poput zdravstvenih teškoća, problema u ponašanju i sl. Istraživanja pokazuju da veći rizik za sagorijevanje imaju roditelji čija djeca imaju teškoće (Le Vigouroux i sur., 2017; Lebert-Charron i sur., 2018).
3. Osobine roditelja koje uključuju teškoće u kontroli emocija, neadekvatne metode suočavanja sa stresom te sklonost perfekcionizmu. Roditelji, koji teže savršenstvu i postavljaju i sebi i djeci visoke zahtjeve i postignuća te su pritom samokritični, u većem su riziku za sagorijevanje (Kawamoto i sur., 2018; Snell i sur., 2005).

U rizične čimbenike se također mogu navesti i roditeljska vjerovanja i ponašanja (npr. nedosljednost u odgoju djeteta) te funkcioniranje obitelji (npr. nedostatak partnerske podrške) (Mikolajczak i sur., 2018).

Općenito, različita istraživanja o uzrocima i posljedicama roditeljskog sagorijevanja pokazuju da sociodemografske značajke poput dobi i broja djece te strukture obitelji, objašnjavaju samo manji dio varijance sagorijevanja. Dok veći doprinos razumijevanju ovog fenomena pružaju osobne i obiteljske karakteristike kao što su sposobnost kontrole emocija te odnos s partnerom (Mikolajczak i sur., 2018; Roskam i sur.; 2021; Macuka, 2023).

Kroz praksu i rad s roditeljima koji su doživjeli sagorijevanje u svojoj roditeljskoj ulozi, često se pokazuje da iako neki roditelji objektivno imaju pozitivnu ravnotežu između zahtjeva

i resursa, oni i dalje pate od simptoma sagorijevanja. Suprotno tome, neki roditelji, iako izgleda da imaju nestabilnu ravnotežu, u svojoj roditeljskoj ulozi uspješno se snalaze i ne pokazuju znakove sagorijevanja. Ova opažanja ukazuju na to da je subjektivni osjećaj ravnoteže između resursa i stresora važniji za uočavanje simptoma sagorijevanja nego objektivna procjena neravnoteže (Woine i sur., 2023). Također, procjenu uravnoteženosti u roditeljstvu moguće je provesti pomoću mjernog instrumenta koji ispituje ravnotežu između rizika i resursa (engl. Balance Between Risks and Resources Instrument – BR2; Mikolajczak i Roskam, 2018). On obuhvaća različite uzroke sagorijevanja, uključujući roditeljske standarde očekivanja i uspjeha, metode odgoja djece, obiteljsko funkcioniranje te odnos s partnerom u odgoju. Svi ovi čimbenici podložni su roditeljskoj kognitivnoj procjeni, a upravo je kognitivni čimbenik latentni faktor za razvoj uzročnika sagorijevanja, odnosno subjektivan doživljaj roditelja o vlastitoj (ne)ravnoteži resursa i rizika (Mikolajczak i Roskam, 2018; Woine i sur., 2023). Autorice Roskam, Brianda i Mikolajczak (2018) razvile su upitnik pokazavši se pouzdanim i valjanim mjernim instrumentom, kojeg je prevela i validirala autorica Macuka, a koji će se koristiti upravo u ovom radu za procjenu i analizu sagorijevanja u roditeljstvu (Parental Burnout Assesment – PBA).

## 5. POLAZIŠTE I CILJ ISTRAŽIVANJA

Novija istraživanja o roditeljskom perfekcionizmu, uključujući i ona koja su tek započeta, istaknula su važnost ovog konstrukta za različite ishode u vezi s dobrobiti i prilagodbom djece i roditelja (Smith i sur., 2017; Piotrowski, 2020; Sorkkila i Aunola, 2020). Dosadašnja saznanja iz istraživanja imaju veliku teorijsku vrijednost, a i praktičnu primjenu. Shvaćanje uloge perfekcionizma u ponašanjima, očekivanjima i stavovima roditelja, stvara temelje za osiguravanje podrške i razvoj programa kroz praksu koji mogu unaprijediti mentalno zdravlje roditelja te stvoriti zdravo okruženje za njihov razvoj u roditeljskoj ulozi. To će omogućiti roditeljima da stvore sigurno i podržavajuće okruženje u kojem će njihova djeca rasti i razvijati se. Na temelju dosadašnjih istraživačkih nalaza (Piotrowski, 2020; Lin i sur., 2022), zaključuje se da je perfekcionizam vrijedan konstrukt istraživanja u raznim područjima psihologije, a njegovo obuhvatnije i dublje razumijevanje uvelike može doprinijeti praktičarima i istraživačima u unaprjeđenju kvalitete života, razvojnih ishoda te očuvanju psihičkog zdravlja i socijalne dobrobiti djece i roditelja.

Prema navedenom, cilj ovog rada bio bi istražiti različite sastavnice perfekcionizma koje su povezane s roditeljstvom te roditeljsku psihološku prilagodbu, odnosno sagorijevanje, koje se javlja kao posljedica toga.

## 6. PROBLEMI I HIPOTEZE

1. Ispitati razinu roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja kod roditelja djece u razvojnoj dobi djetinjstva i adolescencije.

**H1:** S obzirom na problem nema hipoteze.

2. Ispitati povezanost između roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja.

**H2:** Temeljem rezultata ranijih istraživanja možemo pretpostaviti da postoji povezanost između navedenih varijabli roditeljstva.

3. Ispitati postoji li statistički značajna razlika u mjerenim varijablama roditeljstva s obzirom na spol i dob roditelja, dob djece i obrazovni status roditelja.

**H3:** Temeljem rezultata ranijih istraživanja možemo pretpostaviti da postoji razlika u mjerenim varijablama s obzirom na ispitane značajke roditelja i djece.

4. Ispitati doprinos sociodemografskih značajki roditelja i djece, roditeljskog ponašanja i roditeljskog perfekcionizma u objašnjenju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi.

**H4:** Pretpostavljamo da roditeljsko sagorijevanje možemo objasniti značajkama roditelja i djece, roditeljskim ponašanjem i roditeljskim perfekcionizmom.

## 7. METODA ISTRAŽIVANJA

### 7.1. Sudionici

Istraživanje je provedeno na uzorku roditelja djece u razvojnoj dobi djetinjstva i adolescencije. U ovom istraživanju, s obzirom na korištene mjerne instrumente, sudjelovati su mogli samo roditelji koji imaju bar jedno dijete u dobi do 18 godina. Ispunjavanju upitnika pristupilo je 224 roditelja (N=224), od kojih su 173 majke (77, 23 %) i 51 otac (22,77 %). Kao što je prije spomenuto obuhvaćena dob djece kreće se od ranog djetinjstva do srednje škole, te je vidljivo da broj djece po obitelji varira od 1 do 5. Također, uzeti su u obzir i ostali sociodemografski podaci, kao što su obiteljski, materijalni i radni status, te razina obrazovanja roditelja, koji su prikazani u *Tablici 1.*

*Tablica 1. Prikaz obiteljskog, materijalnog i radnog statusa te razine obrazovanja roditelja*

| <b>Obiteljski status</b>  | <b>F</b> | <b>%</b> |
|---------------------------|----------|----------|
| Samohrani roditelj        | 5        | 2,2      |
| Brak/partnerska zajednica | 205      | 91,5     |
| Razveden/a                | 14       | 6,3      |
| <b>Materijalni status</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
| Prosječan                 | 185      | 82,6     |
| Ispodprosječan            | 8        | 3,6      |
| Iznadprosječan            | 31       | 13,8     |
| <b>Radni status</b>       | <b>F</b> | <b>%</b> |
| Zaposlen/a                | 195      | 87,1     |
| Nezaposlen/a              | 29       | 12,9     |
| <b>Razina obrazovanja</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
| Osnovna škola             | 2        | 0,9      |
| Srednja škola             | 87       | 38,8     |
| Viša škola                | 34       | 15,2     |
| Fakultet                  | 92       | 41,1     |
| Doktorat znanosti         | 9        | 4        |

Iz *Tablice 1* vidljivo je da većina roditelja navodi da živi u braku ili partnerskoj zajednici (91,5 %), a tek nekoliko njih je razvedeno (6,3 %) ili je samohrani roditelj (2,2 %). Materijalni status obitelji pokazuje nam da nešto više od 80 % obitelji imaju prosječan status, a njih 13,8 % procjenjuje svoj status kao iznadprosječan, dok je svega 3,6 % roditelja koji procjenjuju svoj status kao ispodprosječan. Također, kad je riječ o razini obrazovanja, većina roditelja je visokoobrazovno te je završilo ili fakultet (41,1 %) ili srednju školu (38,8 %), ostatak uzorka ima završenu višu školu (15,2 %) ili doktorat znanosti (4 %), dok je najniži postotak sa završenim osnovnoškolskim obrazovanjem (0,9 %).

## 7.2. Mjerni instrumenti

Podaci su se prikupljali pomoću anketnog upitnika koji je sadržavao četiri dijela:

- 1) Upitnik općih podataka,
- 2) Skala perfekcionizma usmjerenog na djecu (engl. *The Children Dyadic Almost Perfect Scale*, C-DAPS; Piotrowski, 2020), koju je po prvi put prevela i validirala na hrvatski jezik autorica Bašić (2023)
- 3) Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu (engl. *Parental Burnout Assesment*, PBA; Roskam i sur., 2018; adaptirana hrvatska verzija Macuke i sur., 2022)
- 4) Skala percepcije roditeljskog ponašanja – SPRP (Macuka, 2004).

- 1) Upitnik općih podataka (sociodemografska pitanja)

Prvi dio anketnog upitnika odnosio se na opće podatke u svrhu prikupljanja sociodemografskih informacija o karakteristikama djece i roditelja. Od sudionika je bilo traženo da navedu spol, dob, razinu obrazovanja, obiteljski, materijalni status i radni status roditelja te broj djece i njihovu dob.

- 2) Skala perfekcionizma usmjerenog na djecu (engl. *The Children Dyadic Almost Perfect Scale*, C-DAPS; Piotrowski, 2020; adaptirana hrvatska verzija Bašić, 2023)

Ova skala obuhvaća perfekcionistačke težnje koje roditelji pokazuju prema svojoj djeci. Upitnik obuhvaća 26 tvrdnji koje se svrstavaju u tri subskale: diskrepanca (obuhvaća 16 tvrdnji; npr. „Često se osjećam frustrirano jer moje dijete ne ostvaruje ciljeve koje ja imam za njega.“), visoki standardi (obuhvaća 6 tvrdnji; npr. „Imam visoke standarde za uspjeh mojeg djeteta u

vrtiću ili u školi.“), te red (obuhvaća 4 tvrdnje; npr. „Očekujem da moje dijete misli kako stvari trebaju biti spremljene na svoje mjesto.“). Zadatak sudionika je bio da na skali procjene od 7 stupnjeva, gdje 1 označava „Uopće se ne slažem“, a 7 „U potpunosti se slažem“, označe vrijednost pojedine tvrdnje za njih kao roditelje. Pri odgovaranju, sudionici su trebali razmišljati o svojim općim stavovima prema djeci, ukoliko imaju više od jednog djeteta te uzeti u obzir jesu li tvrdnje primjenjive na njihovu djecu s obzirom na dob. Rezultati se oblikuju kao prosjek odgovora na tvrdnje koje zajedno pripadaju određenoj subskali (tri tvrdnje se boduju obrnuto u subskali diskrepance) te viši rezultat upućuje na višu razinu perfekcionizma koji je usmjeren na djecu. U istraživanju autora Piotrowskog (2020) utvrđena je zadovoljavajuća pouzdanost subskala od kojih se sastoji ovaj upitnik (Cronbach alpha iznosi od .82 do .94), kao i sveukupna procjena perfekcionizma u roditeljstvu. U istraživanju provedenom na uzorku majki iz Republike Hrvatske (Bašić, 2023) Cronbach alpha iznosi .87, dok se za pojedine dimenzije kreće od .79 do .87. U ovom istraživanju Cronbach alpha za pojedine dimenzije iznosi od .75 do .83.

- 3) Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu (engl. *Parental Burnout Assessment*, PBA; Roskam i sur., 2018; adaptirana hrvatska verzija Macuke i sur., 2022)

Budući da je sagorijevanje u roditeljstvu jedna od posljedica koju uzrokuje sklonost perfekcionizmu, u istraživanju je za procjenu korišten Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu (engl. *Parental Burnout Assessment*, PBA; Roskam i sur., 2018; adaptirana hrvatska verzija Macuke i sur., 2022). Upitnik obuhvaća 23 tvrdnje koje se svrstavaju u četiri subskale: iscrpljenost u roditeljskoj ulozi (obuhvaća 9 tvrdnji; npr. „Osjećam se potpuno iscrpljeno svojom ulogom roditelja.“), suprotnost s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja (obuhvaća 6 tvrdnji; npr. „Mislim da nisam dobar otac/majka kakav sam nekada bio/-la svojemu djetetu/djeci.“), zasićenost roditeljskom ulogom (obuhvaća 5 tvrdnji; npr. „Osjećam se kao da se ne mogu nositi s ulogom roditelja.“) te četvrta subskala je emocionalno udaljavanje od djece (obuhvaća 3 tvrdnje; npr. „Radim ono što moram učiniti za svoje dijete, ali ništa više.“). Zadatak sudionika je bio da na skali procjene od 7 stupnjeva, gdje 1 označava „Nikada“, a 7 „Svaki dan“ označe vrijednost pojedine tvrdnje za njih kao roditelje. Ukupan se rezultat formira kao prosjek odgovora na tvrdnje koje zajedno pripadaju određenoj subskali te viši rezultat upućuje na višu razinu sagorijevanja. U istraživanju autorice Macuke i suradnica (2022) utvrđeno je da subskale zasebno imaju zadovoljavajuću pouzdanost (Cronbach alpha iznosi od .87 do .96), kao i sveukupna procjena sagorijevanja (Cronbach alpha iznosi .98). U ovom



istraživanju odlučili smo se na zbirni rezultat na subskalama s obzirom na njihovu visoku međusobnu korelaciju i pouzdanost (Cronbach alpha iznosi od .79 do .92) te s obzirom na preporuke autorice. Naše istraživanje potvrđuje visoku pouzdanost cijele skale (Cronbach alpha iznosi .94).

#### 4) Skala percepcije roditeljskog ponašanja – SPRP (Macuka, 2004)

Ova skala sadrži tvrdnje koje opisuju različite odnose između roditelja i njihove djece. Upitnik obuhvaća 25 tvrdnji koje se svrstavaju u tri subskale: odbacivanje (obuhvaća 8 tvrdnji; npr. „*Ima osjećaj kao da ga ne primjećujem.*“), prihvaćanje (obuhvaća 7 tvrdnji; npr. „*Potičem ga da priča o stvarima koje su njemu važne.*“), te kontrola (obuhvaća 10 tvrdnji; npr. „*Često ga ucjenjujem ako se ne drži mojih pravila ponašanja.*“). Ispitanici su na skali od 3 stupnja, gdje 1 označava „*Netočno*“, 2 „*Djelomično točno*“ i 3 „*Točno*“ za svaku tvrdnju trebali označiti koliko je tvrdnja istinita za njih kao roditelje. Ukupan se rezultat formira zbrajanjem odgovora na tvrdnje koje zajedno pripadaju određenoj subskali. Na subskali prihvaćanja, veći rezultat znači veće prihvaćanje te na subskali odbacivanja i kontrole, također veći rezultat znači veće odbacivanje i veća kontrola i kritiziranje. U istraživanju Macuke (2004) utvrđeno je da subskale zasebno imaju zadovoljavajuću pouzdanost (Cronbach alpha iznosi od .71 do .95), dok u ovom istraživanju Cronbach alpha iznosi od .62 do .81.

### 7.3. Postupak istraživanja

Upitnik koji se koristio u istraživanju izrađen je preko Google Forms obrasca. Istraživanje je provedeno online između ožujka i lipnja 2024. godine te je upitnik distribuiran ciljanoj skupini, odnosno roditeljima, putem različitih društvenih mreža, kao što je WhatsApp, Viber i Facebook, u grupe gdje ima najviše roditelja. Prije ispunjavanja upitnika nalazila se uputa te objašnjenje i cilj samog istraživanja. Od ispitanika se tražilo da označe odgovore koji najbolje odražavaju njihovo mišljenje i stav te da iskreno odgovaraju na sva pitanja u anketi. Ispunjavanje upitnika prosječno je trajalo 10 minuta te su sudionici u bilo kojem trenutku mogli prekinuti s popunjavanjem, jer je istraživanje u potpunosti bilo dobrovoljno i anonimno.

## 8. REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Podaci dobiveni istraživanjem obrađeni su statistički pomoću računalnog programa Statistica, te su prije same obrade podataka provjerene normalnosti distribucije svih varijabli u istraživanju (roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma te sagorijevanja u roditeljskoj ulozi).

Tablica 2. Prikaz deskriptivnih pokazatelja svih ispitivanih varijabli (N=224)

|                                     | Varijable                                | M     | Medijan | SD    | Min | Max | Cr.α | Asimetričnost | Spljoštenost |
|-------------------------------------|--|-------|---------|-------|-----|-----|------|---------------|--------------|
| <b>Roditeljsko ponašanje</b>        | Odbacivanje                              | 9,01  | 8       | 1,64  | 8   | 17  | 0,62 | 2,36          | 6,27         |
|                                     | Prihvatanje                              | 20,09 | 21      | 1,62  | 7   | 21  | 0,73 | -3,52         | 20,25        |
|                                     | Kontrola                                 | 14,10 | 13      | 3,18  | 10  | 29  | 0,81 | 1,37          | 2,98         |
| <b>Roditeljski perfekcionizam</b>   | Diskrepanca                              | 42,57 | 40      | 10,78 | 22  | 80  | 0,83 | 1,14          | 1,08         |
|                                     | Visoki standardi                         | 22,58 | 22      | 7,33  | 7   | 42  | 0,82 | 0,34          | -0,40        |
|                                     | Red                                      | 21,39 | 22      | 4,05  | 4   | 28  | 0,75 | -0,60         | 1,77         |
| <b>Sagorijevanje u roditeljstvu</b> | Iscrpljenost u roditeljskoj ulozi        | 17,96 | 15      | 8,80  | 9   | 55  | 0,92 | 1,59          | 3,02         |
|                                     | Suprotnost s prethodnim doživljajem sebe | 9,58  | 7       | 5,55  | 6   | 34  | 0,92 | 2,11          | 4,36         |
|                                     | Zasićenost roditeljskom ulogom           | 5,96  | 5       | 2,73  | 5   | 25  | 0,91 | 4,62          | 25,10        |
|                                     | Emocionalno udaljavanje                  | 3,72  | 3       | 1,54  | 3   | 15  | 0,79 | 3,50          | 15,05        |
|                                     | Sagorijevanje u roditeljstvu - ukupno    | 37,22 | 20,6    | 16,13 | 23  | 116 | 0,94 | 2,01          | 4,90         |

U *Tablici 2* su prikazani rezultati deskriptivne statistike za sve mjerene varijable. Za roditeljsko ponašanje to su: odbacivanje, prihvaćanje i kontrola, za roditeljski perfekcionizam: diskrepanca, visoki standardi i red, te za sagorijevanje: iscrpljenost u roditeljskoj ulozi, suprotnost s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja, zasićenost roditeljskom ulogom te emocionalno udaljavanje. Uz prosječnu vrijednost, medijan, standardnu devijaciju, minimalni i maksimalni rezultat, u tablici se također nalaze rezultati analize pouzdanosti Cronbach alpha, te indeks asimetričnosti i spljoštenosti kojima se ispitivala normalnost distribucije rezultata i njihova pouzdanost.

Prosječna vrijednost za varijablu odbacivanje u skali roditeljskog ponašanja iznosi 9,01, dok je minimalni rezultat 8, a maksimalni 17, što znači da roditelji nemaju negativan emocionalan odnos, odnosno ne odbacuju svoju djecu. Za varijablu prihvaćanje, prosječna vrijednost iznosi 20,09, a minimalni rezultat je 7, dok je maksimalni 21, iz čega vidimo da roditelji imaju pozitivan emocionalan odnos s djecom, tj. prihvaćaju svoju djecu. Što se tiče kontrole, prosječna vrijednost je 14,10, minimalni rezultat 10, a maksimalni 29, pri čemu zaključujemo da roditelji u niskoj mjeri kontroliraju svoju djecu. U skali roditeljskog perfekcionizma, prosječna vrijednost varijable diskrepance iznosi 42,57, dok je minimalni rezultat 22, a maksimalni 80, pri čemu vidimo da je diskrepanca, odnosno nesklad umjeren. Prosječna vrijednost varijable visokih standarda iznosi 22,58, minimalni rezultat je 7, a maksimalni 42, što znači da roditelji umjerenost postavljaju visoke standarde. Što se tiče varijable reda, prosječna vrijednost je 21,39, minimalni rezultat je 4, a maksimalni 28, pri čemu zaključujemo da roditelji očekuju od svoje djece da se drže reda i da ga poštuju. Za posljednju skalu, skalu sagorijevanja u roditeljstvu, odlučili smo se četiri subskale tretirati kao jedan mjerni instrument, a razlog za to su relativno visoke korelacije između rezultata postignutih na tim subskalama (od .79 do .92), što sugeriraju i autorice ove skale. Za ukupno sagorijevanje u roditeljstvo, prosječna vrijednost iznosi 37,22 dok je minimalni rezultat 23, a maksimalni 116, iz čega vidimo da je razina sagorijevanja u roditeljstvu niska.

Pored navedenog, izračunati su i indeksi asimetričnosti i spljoštenosti kao pokazatelji normalne distribucije. Indeksi asimetričnosti mjerenih varijabli su manji od 3, a indeksi spljoštenosti manji od 10, što ukazuje na to da se nalaze unutar prihvatljivih granica prema Klineu (2011). Jedini izuzetak je Skala roditeljskog ponašanja, odnosno rezultat na subskali roditeljsko prihvaćanje gdje indeks spljoštenosti odstupa od prihvatljive granice.

U istraživanju je utvrđeno da sve subskale imaju visoku zadovoljavajuću pouzdanost. Cronbach alpha za skalu roditeljsko ponašanje iznosi od .62 do .81, za skalu roditeljski perfekcionizam od .75 do .83, kao i za sveukupno sagorijevanje (Cronbach alpha iznosi .94). Shodno navedenom, u daljnjim analizama provodit će se parametrijska statistika u svrhu odgovora na istraživačke probleme.

### 8.1. Povezanost između ispitivanih varijabli roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja

Tablica 3. Rezultati korelacijske analize između mjerenih varijabli

|                          | Roditeljsko odbacivanje | Roditeljsko prihvaćanje | Roditeljska kontrola | Diskrepanca | Red   | Visoki standardi | Sagorijevanje ukupno |
|--------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|-------------|-------|------------------|----------------------|
| Roditeljsko odbacivanje  | 1,00                    | -0,43*                  | 0,51*                | 0,39*       | 0,02  | 0,13*            | 0,44*                |
| *Roditeljsko prihvaćanje |                         | 1,00                    | -0,37*               | -0,30*      | -0,06 | -0,17*           | -0,41*               |
| Roditeljska kontrola     |                         |                         | 1,00                 | 0,37*       | 0,05  | 0,16*            | 0,47*                |
| Diskrepanca              |                         |                         |                      | 1,00        | 0,28* | 0,52*            | 0,52*                |
| Red                      |                         |                         |                      |             | 1,00  | 0,47*            | 0,06                 |
| Visoki standardi         |                         |                         |                      |             |       | 1,00             | 0,28*                |
| Sagorijevanje ukupno     |                         |                         |                      |             |       |                  | 1,00                 |

$p < 0,05$

\*s obzirom da se distribucija dobivenih rezultata ne distribuira normalno, napravljen je izračun Spearmanovog koeficijenta korelacije

U Tablici 3 je prikazana izračunata korelacija između svih mjerenih varijabli. Prikazane vrijednosti korelacija kreću se u rasponu od niske do umjerene povezanosti, odnosno od vrijednosti .13 do .52. Većina varijabli su međusobno pozitivno statistički značajno povezane što znači da se s povećanjem vrijednosti na jednoj varijabli događa i povećanje u drugoj varijabli. Primjerice, roditeljsko odbacivanje pozitivno je povezano s roditeljskom kontrolom, što znači da roditelji koji pokazuju znakove odbacivanja kao što su „Ne ispričam mu se kada nepravедno postupim prema njemu“, „Ne pokazujem mu da ga volim“, „Ima osjećaj kao da

*ga ne primjećujem“*, „*Nisam uz njega kada sam mu potreban*“ i sl., ujedno i pokazuje znakove kontrole u situacijama kada „*Često vičem na njega*“, „*Često mu „držim predavanja“ kako se treba ponašati*“, „*Omalovažavam ga kada učini nešto pogrešno*“, „*Pretjerano ga kritiziram*“ i sl. Roditeljsko odbacivanje je pozitivno povezano i s diskrepancom koja se očituje u primjerima kada „*Često osjećam razočarenje nakon što moje dijete završi neki zadatak jer znam da je on/ona mogao/la to bolje obaviti*“, „*Moje dijete rijetko uspije udovoljiti mojim standardima*“, „*Rijetko sam zadovoljan/na s djetetovim postignućima*“ i sl., što znači da roditelji koji nemaju pozitivan emocionalni odnos s djecom, odnosno pokazuju znakove odbacivanja, također doživljavaju diskrepancu, tj. nesklad između očekivanja koja imaju za svoju djecu i njihovih stvarnih postignuća. Roditeljsko odbacivanje je u manjoj mjeri pozitivno povezano s visokim standardima, a u većoj je mjeri povezano sa sagorijevanjem, što ukazuje na to da roditelji koji pokazuju znakove odbacivanja te postavljaju visoke standarde, kao što su „*Imam izrazito visoke standarde za svoje dijete*“, „*Očekujem najbolje od svog djeteta*“, „*Imam snažnu potrebu da moje dijete teži izvrsnosti*“ i dr., ujedno doživljavaju iscrpljenost, suprotnost, zasićenost i emocionalno udaljšavanje od djece kao indikatore sagorijevanja u roditeljstvu, a to su „*Osjećam se potpuno iscrpljeno svojom ulogom roditelja*“, „*Imam osjećaj da sam zaista istrošen kao roditelj*“, „*Nemam nimalo energije da se brinem o svojem djetetu/djeci*“ i sl. S druge strane, ako je korelacija negativna, smjer je suprotan, odnosno što je veća vrijednost na jednoj varijabli, manja je vrijednost na drugoj varijabli. Primjerice, roditeljsko prihvaćanje i roditeljska kontrola negativno su povezani. To znači da roditelji koji pokazuju znakove prihvaćanja kao što su „*Pružam mi sigurnost*“, „*Utješim me kada sam tužan/na*“, „*Potiče me da pričam o stvarima koje su meni važne*“, „*Prihvata moje pogreške*“ i sl., u manjoj mjeri pokazuju znakove roditeljske kontrole. Također vidimo da je i roditeljsko prihvaćanje negativno povezano s diskrepancom i s visokim standardima, što bi značilo da roditelji koji su emocionalno povezani s djecom, odnosno pokazuju znakove prihvaćanja, u manjoj mjeri doživljavaju diskrepancu te ne postavljaju visoke standarde djeci. Roditeljsko prihvaćanje i sagorijevanje isto su negativno povezani, što ukazuje na to da roditelji koji pokazuju prihvaćanje u manjoj mjeri pokazuju znakove sagorijevanja u roditeljskoj ulozi i obrnuto, oni roditelji koji u manjoj mjeri, u odnosu na svoje dijete, manifestiraju ponašanje prihvaćanja, doživljavaju veću razinu sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Roditeljska kontrola pozitivno je povezana s diskrepancom i visokim standardima, što znači da roditelji koji pokazuju znakove kontrole, ujedno pokazuje i znakove diskrepance i teže visokim standardima. Pozitivnu povezanost vidimo i kod roditeljske kontrole i sagorijevanja, što bi značilo da roditelji koji

nadziru djecu i vrše kontrolu nad njima, ujedno pokazuju veću razinu sagorijevanja u roditeljstvu. Nadalje, diskrepanca je pozitivno povezana s redom, što ukazuje na to da roditelji koji doživljavaju diskrepancu, ujedno teže da im se djeca drže reda („*Očekujem od svog djeteta da se ponaša prikladno*“, „*Urednost bi trebala biti važna mojem djetetu*“, „*Mislim da moje dijete treba biti organizirano*“, „*Očekujem da moje dijete misli kako stvari trebaju biti spremljene na svoje mjesto*“). Red je također pozitivno povezan s visokim standardima, jer roditelji koji zahtijevaju od djece da se drže reda, ujedno im i postavljaju visoke ciljeve i standarde, prateći njihov napredak u ostvarenju istih. Budući da su i visoki standardi pozitivno povezani sa sagorijevanjem, možemo zaključiti da roditelji koji postavljaju visoke standarde djeci, ujedno pokazuju i znakove sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Najveću pozitivnu povezanost vidimo između diskrepance s visokim standardima ( $r=0,52$ ) i sagorijevanjem ( $r=0,52$ ), što ukazuje na to da roditelji koji doživljavaju diskrepancu i postavljaju visoke standarde i ciljeve, ujedno ukazuju i na znakove sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Drugim riječima, roditelji koji su izvještavali o većem doživljaju nesklada, odnosno diskrepance, između očekivanja koja imaju od svoje djece i njihovih stvarnih postignuća, skloniji su doživljavanju emocionalnog udaljavanja od djece, iscrpljenosti, zasićenosti i suprotnosti s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja, kao indikatora sagorijevanja u roditeljskoj ulozi.

## **8.2. Postojanost statistički značajne razlike u mjerenim varijablama roditeljstva s obzirom na spol i dob roditelja, dob djece i obrazovni status**

U svrhu ispitivanja postoje li statistički značajne razlike u mjerenim varijablama s obzirom na spol i dob roditelja, dob djece i obrazovni status roditelja, provedena je analiza varijance, izuzev za varijablu prihvaćanje za koju je proveden neparametrijski postupak Mann-Whitney U test (prema kriteriju Kline, 2011). U ovom dijelu prikaza rezultata istaknuti su samo oni rezultati koji upućuju na zaključak o statistički značajnoj razlici. Prva varijabla za koju smo imali cilj utvrditi postoje li razlike u mjerenim varijablama jest spol. Rezultati testiranja razlike ukazuju na zaključak da su razlike s obzirom na spol utvrđene za varijablu roditeljske kontrole, uspostavljanje reda i za varijablu sagorijevanja (*Tablica 4*).

Tablica 4. Rezultati testiranja razlike u roditeljskom ponašanju, roditeljskom perfekcionizmu i roditeljskom sagorijevanju s obzirom na spol roditelja

|                                  | <b>M</b> majke | <b>M</b> očevi | <b>SD</b> majke | <b>SD</b> očevi | <b>F</b>       |
|----------------------------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|
| <b>Roditeljska kontrola</b>      | 14,57          | 12,51          | 3,29            | 2,17            | 17,69; p=0,000 |
| <b>Red</b>                       | 20,64          | 23,91          | 3,92            | 3,46            | 28,52; p=0,000 |
| <b>Roditeljsko sagorijevanje</b> | 26,26          | 22,94          | 10,36           | 10,76           | 5,27; p=0,002  |

Temeljem rezultata prikazanih u *Tablici 4* možemo zaključiti da su majke u prosjeku postigle veći rezultat na skalama roditeljske kontrole i roditeljskog sagorijevanja, dok su očevi u prosjeku postigli veći rezultat na skali roditeljskog perfekcionizma, odnosno varijabli reda.

Sljedeća varijabla za koju smo htjeli utvrditi razlike na mjerenim varijablama je dob roditelja. Za potrebe ove analize dob roditelja je kategorizirana u tri kategorije, roditelji starosti do 30 godina (G1), roditelji do 40 godina starosti (G2) te roditelji stariji od 40 godina (G3).

Tablica 5. Rezultati testiranja razlike u roditeljskom ponašanju i roditeljskom perfekcionizmu s obzirom na dob roditelja

|                             | <b>MG1*</b> | <b>MG2*</b> | <b>MG3*</b> | <b>SDG1</b> | <b>SDG2</b> | <b>SDG3</b> | <b>F</b>         |
|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| <b>Roditeljska kontrola</b> | 13,17       | 14,37       | 14,67       | 2,17        | 3,30        | 3,70        | 4,30;<br>p=0,015 |
| <b>Diskrepanca</b>          | 41,79       | 40,98       | 45,92       | 11,90       | 8,82        | 11,76       | 4,28;<br>p=0,015 |
| <b>Red</b>                  | 22,59       | 20,27       | 21,87       | 4,17        | 3,98        | 3,61        | 7,44;<br>p=0,000 |

\*G1 roditelji u dobi do 30 godina; G2 roditelji u dobi od 30 do 40 godina; G3 roditelji stariji od 40 godina

Temeljem rezultata prikazanih u *Tablici 5* možemo zaključiti da roditeljska kontrola raste s dobi roditelja. Post-hoc test Bonferroni ukazuje na statistički značajnu razliku između najmlađih roditelja i roditelja koji su stariji od 40 godina kod kojih je roditeljska kontrola najizraženija.

Na skali diskrepance također uočavamo značajnu razliku s obzirom na dob roditelja, s tim što je značajna razlika zabilježena između druge i treće dobne skupine, dakle između roditelja u dobi od 30 do 40 godina i skupine roditelja starijih od 40 godina.

Na skali red, također je zabilježena statistički značajna razlika koja se odnosi na razlike između prve i druge dobne skupine roditelja i između druge i treće skupine roditelja. Najveći rezultat na ovoj skali postižu najmlađi roditelji, zatim najstariji, dok se rezultati roditelja u dobi od 30 do 40 godina nalaze u sredini.

Dob djece je sljedeća varijabla, a rezultati su prikazani u *Tablici 6* iz koje je vidljivo da postoji razlika na skalama roditeljskog perfekcionizma i to u varijablama diskrepance i reda. Dob djece kategorizirana je u 4 kategorije, djeca ranog djetinjstva (G1), djeca od 1. do 4. razreda osnovne škole (G2), djeca od 5. do 8. razreda osnovne škole (G3) i djeca srednje škole (G4).

*Tablica 6. Rezultati testiranja razlike u roditeljskom perfekcionizmu (diskrepanca i red) s obzirom na dob djece*

|                    | <b>Dob djece*</b> | <b>M</b> | <b>SD</b> | <b>F<sub>(1,3)</sub></b> |
|--------------------|-------------------|----------|-----------|--------------------------|
| <b>Diskrepanca</b> | G1                | 40,45    | 9,95      | =4,54; p=0,004           |
|                    | G2                | 42,53    | 9,23      |                          |
|                    | G3                | 47,18    | 13,59     |                          |
|                    | G4                | 45,75    | 10,82     |                          |
| <b>Red</b>         | G1                | 20,66    | 4,44      | =3,002; p=0,031          |
|                    | G2                | 21,91    | 3,33      |                          |
|                    | G3                | 22,78    | 3,51      |                          |
|                    | G4                | 21,82    | 3,60      |                          |

\*G1 djeca ranog djetinjstva; G2 djeca prvih razreda osnovne škole; G3 djeca viših razreda osnovne škole; G4 djeca srednje škole

Iz *Tablice 6* razvidno je da postoje razlike u diskrepanci i redu kao subskalama roditeljskog perfekcionizma s obzirom na dob djece. Zabilježena je najviša razina diskrepance kod roditelja djece u dobi viših razreda osnovne škole jednako kao i na subskali reda. Post-hoc Bonferroni test pokazuje statistički značajnu razliku na obje ove subskale između roditelja djece ranog djetinjstva (G1), p=0,008 i roditelja djece viših razreda osnovne škole (G3), p=0,045.



Rezultati testiranja razlike u mjerenim varijablama s obzirom na obrazovni status roditelja ukazuju da nema statistički značajne razlike između roditelja koji imaju završenu srednju školu i roditelja koji imaju viši i visoki stupanj obrazovanja. Naime, u svrhu obrade rezultata roditelji su bili podijeljeni u dvije kategorije, kategoriju roditelja sa završenom srednjom školom (N=89) i kategoriju roditelja koji imaju završenu višu i visoku razinu obrazovanja (N=124). Roditelji koji imaju niži i viši stupanj obrazovanja od navedenih (osnovna škola i doktorati), zbog malog broja u tim kategorijama, nisu uvršteni u analizu.

### **8.3. Doprinos sociodemografskih značajki roditelja i djece, roditeljskog ponašanja i roditeljskog perfekcionizma u objašnjenju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi**

Kako bismo odgovorili na četvrto istraživačko pitanje provedena je stupnjevita regresijska analiza. Radi se o metodi koja nam omogućuje dobivanje statističkih podataka o doprinosu svakog pojedinog skupa prediktora u tumačenju sveukupne varijance u kriterijskoj varijabli. Kriterijska varijabla je sagorijevanje u roditeljskoj ulozi. Stoga, u prvom koraku stupnjevite regresijske analize uvrštena su sociodemografska obilježja roditelja, u drugom koraku su uvrštena roditeljska ponašanja kao prediktori, a u trećem koraku su kao prediktori uvedene varijable koje se odnose na roditeljski perfekcionizam. Standardizirani regresijski koeficijent beta ( $\beta$ ), korišten je kao pokazatelj doprinosa pojedinih prediktora u objašnjenju ukupne varijance kriterija, a koeficijent multiple determinacije ( $R^2$ ) i delta koeficijent multiple determinacije ( $\Delta R^2$ ) korišteni su kao pokazatelji doprinosa pojedinih skupina prediktora. Rezultati stupnjevite regresijske analize provedene u tri koraka prikazani su u *Tablici 7*.

Tablica 7. Rezultati stupnjevite regresijske analize kada je kriterij sagorijevanje u roditeljstvu, a prediktori sociodemografska obilježja roditelja, roditeljsko ponašanje i roditeljski perfekcionizam

| Prediktori                     | $\beta$ |                              |
|--------------------------------|---------|------------------------------|
| <b>Spol</b>                    | -0,14   | R=0,16                       |
| <b>Dob roditelja</b>           | 0,07    | R <sup>2</sup> =0,03         |
| <b>Dob djeteta</b>             | 0,05    | F <sub>(4,219)</sub> =1,49   |
| <b>Obrazovni status</b>        | 0,02    | p=0,207                      |
| <b>Spol</b>                    | -0,08   | R=0,58*                      |
| <b>Dob roditelja</b>           | -0,04   | R <sup>2</sup> =0,34*        |
| <b>Dob djece</b>               | -0,05   | F <sub>(7,216)</sub> =15,59  |
| <b>Obrazovni status</b>        | 0,05    | p=0,000                      |
| <b>Roditeljsko odbacivanje</b> | 0,19*   | $\Delta R^2=0,31^*$          |
| <b>Roditeljsko prihvaćanje</b> | -0,26*  | p=0,000                      |
| <b>Roditeljska kontrola</b>    | 0,27*   |                              |
| <b>Spol</b>                    | -0,09   | R=0,65*                      |
| <b>Dob roditelja</b>           | -0,03   | R <sup>2</sup> =0,43*        |
| <b>Dob djece</b>               | -0,01   | F <sub>(10,213)</sub> =15,94 |
| <b>Obrazovni status</b>        | 0,05    | p=0,000                      |
| <b>Roditeljsko odbacivanje</b> | 0,12    | $\Delta R^2=0,09^*$          |
| <b>Roditeljsko prihvaćanje</b> | 0,21*   | p=0,000                      |
| <b>Roditeljska kontrola</b>    | 0,19*   |                              |
| <b>Diskrepanca</b>             | 0,33*   |                              |
| <b>Red</b>                     | -0,05   |                              |
| <b>Visoki standardi</b>        | 0,04    |                              |

Rezultati prikazani u *Tablici 7* ukazuju na nekoliko važnih zaključaka. Sociodemografska obilježja (spol, dob roditelja, dob djeteta i obrazovni status roditelja) koja smo uvrstili u analizu nisu se pokazali značajnim prediktorima sagorijevanju u roditeljstvu, za razliku od roditeljskog ponašanja i perfekcionizma. Dodavanjem roditeljskog ponašanja postotak objašnjene varijance značajno se povećao i to za 31 %. Pri tome su se značajnim prediktorima pokazali svi oblici roditeljskog ponašanja (roditeljsko odbacivanje, roditeljsko prihvaćanje i kontrola). Dodavanjem rezultata na subskalama perfekcionizma, značajno se povećao postotak objašnjene varijance (9 %), a ukupna objašnjena varijanca iznosi 43 %, što je gotovo polovicu. Značajnim

prediktorima u ovom završnom koraku su se izdvojili roditeljsko prihvaćanje, roditeljska kontrola i diskrepanca.

## 9. RASPRAVA

Pitanja poput „Kako biti savršen roditelj?“, „Kako djecu odgojiti na najbolji način?“ te „Koji roditeljski postupci najviše doprinose dobrobiti djeteta?“ često se pojavljuju u stručnoj i popularnoj literaturi namijenjenoj roditeljima, a njihovi odgovori izazivaju znatiželju i raspravu kod mnogih roditelja. U potrazi za odgovorima, roditelji često postavljaju vrlo visoke standarde u vlastitom roditeljstvu, očekujući savršenstvo ne samo od sebe, već i od svoje djece. U današnjem društvu, gdje su informacije lako dostupne, savjeti o tome kako postati bolji roditelj nalaze se posvuda, a preporuke o odgoju i uspješnom roditeljstvu dolaze iz bliže i šire okoline, često preplavljujući roditelje. Suvremeno roditeljstvo opterećeno je raznim pritiscima i očekivanjima, pri čemu mnogi roditelji smatraju da su zahtjevi koje društvo danas postavlja prema njima znatno veći nego što su bili prema njihovim roditeljima i starijim generacijama (Nelson, 2010; Macuka i sur., 2021). Ovi trendovi su posljednjih godina stvorili ozračje u kojem je glavni cilj koristiti što više informacija kako bi se postigla bespriječnost u roditeljskoj ulozi, no pritom se često zanemaruje pitanje kako biti ispunjen i sretan roditelj, koji radi, ali i ponekad griješi i uči iz tih pogrešaka. Upravo ovo pitanje postaje ključno u današnjem društvu, opsjednutom savršenstvom, koje roditeljima može donijeti ogroman stres i pritisak te narušiti osjećaj zadovoljstva u roditeljskoj ulozi i njihovu osobnu dobrobit (Kawamoto i sur., 2018).

Cilj ovog rada bio je ispitati različite sastavnice perfekcionizma povezane s roditeljstvom te roditeljsku psihološku prilagodbu, odnosno sagorijevanje, koje se javlja kao posljedica toga. Istraživanje je provedeno na uzorku roditelja različite dobi djece od ranog djetinjstva do srednje škole. Kao što je već spomenuto, za potrebe ovog istraživanja korištene su tri skale, a to su: Skala perfekcionizma usmjerenog na djecu, Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu i Skala percepcije roditeljskog ponašanja. Skalu perfekcionizma usmjerenog prema djeci čine tri subskale, a to su: diskrepanca, red i visoki standardi. Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu obuhvaća četiri subskale kojima se procjenjuje razina sagorijevanja, a to su: iscrpljenost u roditeljskoj ulozi, suprotnost s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja, zasićenost roditeljskom ulogom, te emocionalno udaljavanje od djece. Posljednja skala koja je korištena u radu je Skala percepcije roditeljskog ponašanja koja obuhvaća tri subskale: kontrola,

prihvatanje i odbacivanje (Macuka, 2004). Za svrhu ovog istraživanja skala je adaptirana na način da su tvrdnje prilagođene procjeni roditelja, odnosno percepciji njihovog ponašanja prema djeci.

Za prvi postavljeni istraživački problem trebalo je utvrditi razinu roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja kod roditelja djece u razvojnoj dobi djetinjstva i adolescencije. S obzirom na postavljeni problem nema hipoteze. Rezultati deskriptivne statistike pokazali su da je razina roditeljskog odbacivanja niska, dok je razina roditeljskog prihvatanja izrazito visoka, što znači roditelji u velikoj mjeri imaju pozitivan emocionalan odnos s djecom te da prihvaćaju svoju djecu. Što se tiče varijable kontrole, prosječna vrijednost ukazuje na to da roditelji u niskoj mjeri kontroliraju svoju djecu, što je i očekivano s obzirom da je razina prihvatanja izrazito visoka. U skali roditeljskog perfekcionizma, rezultati ukazuju na nisku do umjerenu razinu diskrepance i visokih standarda, ali kad je riječ o dimenziji reda, sudionici pokazuju visoku razinu očekivanja, pri čemu zaključujemo da roditelji bez obzira što ne postavljaju djeci visoke standarde i ciljeve, očekuju od djece da se drže reda i da budu uredni i organizirani. Dobiveni rezultati su u suglasju s istraživanjem Furutaniya i suradnika (2020) koji tvrde da postavljanje roditeljskih očekivanja radi utvrđivanja reda i organiziranosti u djetetovim aktivnostima doprinose djetetovoj dobrobiti i potrebni su kako bi se dijete suočilo s odgovornošću. Kao što je rečeno, s obzirom na sugestije autorice skale i visoke korelacije među subskalama, sagorijevanje smo mjerili i tretirali kao cjelokupnu skalu. Rezultati su pokazali da sudionici imaju izrazito nisko izražene sve indikatore sagorijevanja (iscrpljenost u roditeljskoj ulozi, suprotnost s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja, zasićenost roditeljskom ulogom i emocionalno udaljevanje), pri čemu zaključujemo da je razina sagorijevanja u roditeljstvu niska.

Drugi istraživački problem odnosi se na ispitivanje povezanosti između roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja te je potvrđena postavljena hipoteza da postoji povezanost između navedenih varijabli roditeljstva. Utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost roditeljskog odbacivanja s roditeljskom kontrolom, diskrepancom i visokim standardima te posljedično i s ukupnim sagorijevanjem. Navedeno ukazuje na to da roditelji koji ne pokazuju djeci ljubav i prihvatanje te nemaju vremena za njih, a ujedno im drže predavanja kako se trebaju ponašati, kritiziraju ih i vrše kontrolu nad njima te im postavljaju visoke standarde u njihovim svakodnevnim aktivnostima, doživljavaju nesuglasje kada dijete ne uspije udovoljiti njihovim standardima. Oni su rijetko zadovoljni djetetovim stvarnim postignućima te su skloniji doživljavanju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi.

Varijabla roditeljskog prihvaćanja značajno je negativno povezana s roditeljskom kontrolom, diskrepancom, visokim standardima i sveukupnim sagorijevanjem, što ukazuje na to da roditelji koji pokazuju znakove prihvaćanja prema svojoj djeci, pružaju im sigurnost, utješe ih te prihvaćaju njihove pogreške, u manjoj mjeri kritiziraju djecu i vrše kontrolu nad njima te im ne postavljaju izrazito visoke ciljeve, već prihvaćaju djetetove mogućnosti i svjesni su njihovih realnih sposobnosti. Pokazalo se da takvi roditelji u manjoj mjeri doživljavaju sagorijevanje u roditeljskoj ulozi. Najveću značajnu pozitivnu povezanost vidimo između diskrepance s visokim standardima i diskrepance sa sagorijevanjem. Drugim riječima, roditelji koji su izvještavali o većem doživljaju nesklada, odnosno diskrepance, između očekivanja koja imaju od svoje djece i njihovih stvarnih postignuća, skloniji su doživljavanju emocionalnog udaljavanja od djece, iscrpljenosti, zasićenosti i suprotnosti s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja, kao indikatora sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Dobiveni rezultati su u skladu s istraživanjem Piotrowskog (2020) koji tvrdi da roditelji koji očekuju od svoje djece da ispunjavaju njihove izrazito visoko postavljene ciljeve i žele da im djeca budu savršena, doživljavaju sagorijevanje u roditeljskoj ulozi jer ih perfekcionizam izlaže stresu, doživljaju razočaranja i tjeskobi. Također, autor Smith i suradnici (2022) ističu da je upravo diskrepanca između roditeljskih očekivanja i djetetovih stvarnih postignuća, izvor konstantnog stresa i napetosti, uključujući nezadovoljstvo i razočaranje jer se njihovo dijete ne uklapa u sliku „savršenog djeteta“.

U trećem istraživačkom problemu, u kojem je postavljena hipoteza da će postojati statistički značajna razlika u mjerenim varijablama roditeljstva s obzirom na spol i dob roditelja, dob djece i obrazovni status roditelja, nije u potpunosti potvrđena. Prva varijabla za koju smo imali cilj utvrditi postoje li razlike u mjerenim varijablama jest spol. Rezultati testiranja razlike ukazuju na zaključak da su razlike s obzirom na spol utvrđene za varijablu roditeljske kontrole, uspostavljanje reda i za varijablu sagorijevanja. Majke u prosjeku postižu veći rezultat na skalama roditeljske kontrole i roditeljskog sagorijevanja, dok očevi u prosjeku postižu veći rezultat na skali roditeljskog perfekcionizma, odnosno varijabli reda. Navedene rezultate možemo povezati s prethodno spomenutim činjenicama da su majke te koje su od početka puno više uključene u skrb i odgoj djece nego očevi te samim time imaju veću kontrolu nad djecom. No, unutar kontrole važno je razlikovati dvije podjele, a to su bihevioralna i psihološka kontrola (Romm i sur., 2020). Bihevioralna kontrola predstavlja pozitivnu stranu roditeljskog ponašanja kojom roditelji postavljaju pravila i time adekvatno reguliraju djetetovo ponašanje i sprječavaju neprihvatljive oblike ponašanja. Dok s druge strane, psihološka kontrola smatra se nepoželjnim

oblikom kontroliranja jer se manifestira manipuliranjem djeteta odnosno često se djetetovo ponašanje kritizira, omalovažava te se nameću djetetu očekivanja koja nije u stanju ispuniti. Ukoliko majke u većoj mjeri upotrebljavaju psihološku kontrolu, te nisu zadovoljne djetetovim postignućima, kritiziraju ih i omalovažavaju, ujedno doživljavaju tjeskobu i stres, koji dovode do sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Također, u brojnim istraživanjima je istaknuto da ukoliko se roditelji odnose prema svojoj djeci s velikom strogoćom i kriticizmom, pogoduju razvoju neurotskog perfekcionizma, a i pojavi osjećaja srama i niskog samovrednovanja (McArdle i Duda, 2008; prema Bulog, 2014). Sljedeća varijabla za koju smo htjeli utvrditi razlike na mjerenim varijablama je dob roditelja. Post-hoc test Bonferroni ukazuje na statistički značajnu razliku između najmlađih roditelja i roditelja koji su stariji od 40 godina kod kojih je roditeljska kontrola najizraženija. Na skali diskrepance također uočavamo značajnu razliku s obzirom na dob roditelja, s tim što je značajna razlika zabilježena između druge i treće dobne skupine, dakle između roditelja u dobi od 30 do 40 godina i skupine roditelja starijih od 40 godina. Iz navedenog možemo zaključiti da roditeljska kontrola raste s dobi roditelja, a time raste i diskrepanca, što možemo objasniti time da djeca roditelja u toj dobi ulaze u svijet odraslih i pri tome je roditeljska kontrola prisutna na visokoj razini zbog straha djetetovog odrastanja. Autor Delale (2011) u svom istraživanju također ističe kako s porastom djeteta raste i zahtjevnost roditelja. Iskustvo roditelja raste s njihovim godinama odrastanja te su svjesniji potencijalnih opasnosti i problema s kojima se djeca mogu suočiti, pa su ujedno i skloniji strožoj kontroli. Najveći rezultat na skali reda postižu najmlađi roditelji, zatim najstariji, dok se rezultati roditelja u dobi od 30 do 40 godina nalaze u sredini. Dobivene tvrdnje možemo povezati s istraživanjem autora Sorkkile i Aunola (2020) u kojem navode da mlađi roditelji često nemaju puno iskustva u odgoju djece, pa se oslanjaju na pravila i strukturu koja dolaze iz njihovog okruženja. Također, suočavaju se s izazovima u izgradnji svog roditeljskog identiteta i autoriteta, pa time smatraju da ako ne uspostave red i pravila od početka, mogu izgubiti kontrolu nad ponašanjem svoje djece. Sljedeća varijabla je dob djece te je iz dobivenih rezultata vidljivo da postoji razlika na skalama roditeljskog perfekcionizma i to u varijablama diskrepance i reda. Zabilježena je najviša razina diskrepance kod roditelja djece u dobi viših razreda osnovne škole jednako kao i na subskali reda. Navedeno bismo mogli povezati s upisima u srednju školu i očekivanjima roditelja. Roditelji često žele da njihova djeca postižu što bolji uspjeh, pa time mogu imati i visoka očekivanja u vezi s izborom srednje škole. Neki roditelji smatraju da je kvalitetno obrazovanje temelj za budući uspjeh i karijeru, stoga vrše pritisak na djecu da upišu što bolju školu. Također, roditelji ponekad vide uspjeh svoje djece kao refleksiju vlastitog

uspjeha i ako njihovo dijete ne postigne visoke ocjene ili se ne upiše u prestižnu školu, roditelji to mogu doživjeti kao vlastiti neuspjeh. Ova emocionalna veza između roditeljske identifikacije i djetetovog uspjeha može još više povećati pritisak na dijete, ali i pritisak kod roditelja koji može dovesti do visoke razine stresa i tjeskobe jer se ne ispunjavaju njihova očekivanja (Lin i sur., 2022). Naši rezultati su također pokazali da roditelji stariji od 40 godina imaju izraženu visoku kontrolu, vjerojatno iz ovih razloga kada djeca ulaze u svijet odraslih i kada roditelji žele kontrolirati djecu i njihov izbor. Nadalje, rezultati testiranja razlike u mjerenim varijablama s obzirom na obrazovni status roditelja ukazuju da nema statistički značajne razlike između roditelja koji imaju završenu srednju školu i roditelja koji imaju viši i visoki stupanj obrazovanja. Naime, u svrhu obrade rezultata roditelji su bili podijeljeni u dvije kategorije, kategoriju roditelja sa završenom srednjom školom i kategoriju roditelja koji imaju završenu višu i visoku razinu obrazovanja. Roditelji koji imaju niži i viši stupanj obrazovanja od navedenih (osnovna škola i doktorati), zbog malog broja u tim kategorijama, nisu uvršteni u analizu.

U četvrtom istraživačkom problemu htjeli smo ispitati doprinos sociodemografskih značajki roditelja i djece, roditeljskog ponašanja i roditeljskog perfekcionizma u objašnjenju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Očekivano je kako će spol i dob roditelja, dob djeteta, obrazovni status roditelja, roditeljsko odbacivanje, roditeljsko prihvaćanje i roditeljska kontrola te dimenzije roditeljskog perfekcionizma diskrepanca, red i visoki standardi, biti značajni prediktori sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. U prvom koraku stupnjevite regresijske analize u kojem smo uvrstili sociodemografske značajke kao prediktore, nije se pokazao statistički značajan doprinos sagorijevanju u roditeljstvu. Navedeno možemo povezati i s rezultatima stranih autora koji su ispitivali prediktore sagorijevanja u roditeljstvu. Njihovi rezultati također ukazuju na to da sociodemografske značajke objašnjavaju malen dio varijance sagorijevanja, dok veći udio u objašnjenju daju osobne odrednice i s tim povezane varijable (Roskam i sur., 2018). U drugom koraku, dodavanjem prediktora iz skupine roditeljskog ponašanja, utvrđen je statistički značajan doprinos te se postotak objašnjene varijance značajno povećao i to za 31 %. Pri tome su se značajnim prediktorima pokazali svi oblici roditeljskog ponašanja (roditeljsko odbacivanje, roditeljsko prihvaćanje i kontrola). Dodavanjem rezultata u trećem koraku, na subskalama roditeljskog perfekcionizma, značajno se povećao postotak objašnjene varijance (9 %), dok ukupna objašnjena varijanca iznosi 43 %, što je gotovo polovicu. Značajnim prediktorima u ovom završnom koraku su se izdvojili roditeljsko prihvaćanje, roditeljska kontrola i diskrepanca. S obzirom na novija istraživanja (Piotrowski, 2020) navedeno nije

neočekivano s obzirom na umjerenu do visoku povezanost roditeljskog sagorijevanja i osjećaja diskrepance između njihovih očekivanja o dječjem uspjehu i njegovih stvarnih postignuća. Također, roditelji koji iskazuju visoku razinu prihvaćanja prema svojoj djeci često ostvaruju dublju emocionalnu povezanost i bliskost s njima, ali ta emocionalna bliskost može biti iscrpljujuća pogotovo ako se roditelji osjećaju da uvijek moraju biti dostupni djeci, što može dovesti do osjećaja preopterećenosti i u konačnici sagorijevanja. Roditeljska kontrola se također pokazala kao prediktor sagorijevanja u roditeljstvu jer roditelji koji prakticiraju visok stupanj kontrole često postavljaju visoka očekivanja za svoje dijete i preuzimaju veliku odgovornost za svaki aspekt njegovog života. Ovakav pristup zahtijeva stalnu pažnju i nadzor što može postati vrlo iscrpljujuće. Ravnoteža između prihvaćanja djeteta i postavljanja kontrole ključna je za izbjegavanje sagorijevanja u roditeljskoj ulozi.



## 10. ZAKLJUČAK

Roditeljska uloga sa sobom nosi različita očekivanja i zahtjeve koji se mijenjaju s vremenom ovisno o dobi djeteta. U posljednje vrijeme, stavovi o roditeljstvu, načini odgoja te iskustva roditelja, značajno su se promijenili. Uslijed brojnih promjena u suvremenom svijetu, mijenja se pogled i na roditeljsku ulogu čineći ju još složenijom. Ključan okvir za razumijevanje suvremenih trendova u odgoju djece jest koncept intenzivnog roditeljstva (Bernstein i Triger, 2010). Prezaštitničko roditeljstvo i stvaranje pritiska na roditelje, ali i na djecu, samo su neke od komponenti intenzivnog roditeljstva uz koji se javlja i sklonost ka perfekcionizmu. Postavljanje iznimno visokih standarda i stremljenje ka besprijekornosti u raznim aspektima roditeljstva karakterizira roditelje perfekcionista. Sve to navedeno može značajno utjecati na njihovu dobrobit, ali i na dobrobit djeteta te može narušiti kvalitetu života. Dosadašnja istraživanja istaknula su važnost roditeljskog perfekcionizma upravo iz ovih razloga (Smith i sur., 2017; Piotrowski, 2020; Sorkkila i Aunola, 2020). Shvaćanje uloge perfekcionizma u stavovima, ponašanjima i očekivanjima roditelja, stvara temelje za osiguravanje podrške i razvoj programa kroz praksu koji mogu unaprijediti mentalno zdravlje roditelja te stvoriti zdravo okruženje za njihov razvoj u roditeljskoj ulozi.

Cilj ovog rada bio je istražiti različite sastavnice perfekcionizma koje su povezane s roditeljstvom te roditeljsku psihološku prilagodbu, odnosno sagorijevanje, koje se javlja kao posljedica toga. Ispitana je razina između roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja kod roditelja djece u razvojnoj dobi djetinjstva i adolescencije te je utvrđena umjerena razina između mjerenih varijabli. Rezultati su pokazali da roditelji u velikoj mjeri imaju pozitivan emocionalan odnos s djecom te da prihvaćaju svoju djecu. U skali roditeljskog perfekcionizma, rezultati ukazuju na nisku do umjerenu razinu diskrepance i visokih standarda, ali kad je riječ o dimenziji reda, sudionici pokazuju visoku razinu očekivanja, pri čemu zaključujemo da roditelji bez obzira što ne postavljaju djeci visoke standarde i ciljeve, očekuju od djece da se drže reda i da budu uredni i organizirani. Također, utvrđeno je da sudionici imaju izrazito nisko izražene sve indikatore sagorijevanja (iscrpljenost u roditeljskoj ulozi, suprotnost s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja, zasićenost roditeljskom ulogom i emocionalno udaljavanje), pri čemu zaključujemo da je razina sagorijevanja u roditeljstvu niska. Analizom povezanosti između roditeljskog ponašanja, roditeljskog perfekcionizma i roditeljskog sagorijevanja utvrđeno je da roditelji koji ne pokazuju djeci ljubav i prihvaćanje te nemaju vremena za njih, a ujedno im drže predavanja kako se trebaju ponašati, kritiziraju ih i

vrše kontrolu nad njima te im postavljaju visoke standarde u njihovim svakodnevnim aktivnostima, doživljavaju nesuglasje kada dijete ne uspije udovoljiti njihovim standardima. Oni su rijetko zadovoljni djetetovim stvarnim postignućima te su skloniji doživljavanju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Majke u prosjeku postižu veći rezultat na skalama roditeljske kontrole i roditeljskog sagorijevanja, dok očevi u prosjeku postižu veći rezultat na skali roditeljskog perfekcionizma, odnosno varijabli reda. Utvrđeno je da roditeljska kontrola raste s dobi roditelja i da je najizraženija kod roditelja starijih od 40 godina. Porastom kontrole raste i diskrepanca, što možemo objasniti oslanjajući se na činjenicu da djeca roditelja u toj dobi ulaze u svijet odraslih i pri tome je roditeljska kontrola prisutna na visokoj razini zbog straha djetetovog odrastanja. Najveći rezultat na skali reda postižu najmlađi roditelji što povežemo s istraživanjem autora Sorkkile i Aunola (2020) u kojem navode da mlađi roditelji često nemaju puno iskustva u odgoju djece, pa se oslanjaju na pravila i strukturu koja dolaze iz njihovog okruženja. Također, suočavaju se s izazovima u izgradnji svog roditeljskog identiteta i autoriteta, pa time smatraju da ako ne uspostave red i pravila od početka, mogu izgubiti kontrolu nad ponašanjem svoje djece. Provjerom pojedinačnih doprinosa sociodemografskih značajki roditelja i djece, roditeljskog ponašanja i roditeljskog perfekcionizma u objašnjenju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi utvrđeno je kako roditeljsko prihvaćanje, roditeljska kontrola i diskrepanca imaju značajne pojedinačne doprinose u objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu. Odnosno roditelji koji iskazuju visoku razinu prihvaćanja, ali i kontrole prema svojoj djeci često ostvaruju dublju emocionalnu povezanost i bliskost s njima, ali ta emocionalna bliskost može biti iscrpljujuća pogotovo ako se roditelji osjećaju da uvijek moraju biti dostupni djeci, što može dovesti do osjećaja preopterećenosti i u konačnici sagorijevanja.

## 11. LITERATURA

- Affrunti, N. W. i Woodruff-Borden, J. (2015). Parental perfectionism and overcontrol: examining mechanisms in the development of child anxiety. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43 (3), 517-529. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9914-5>
- Appleton, P. R., Hall, H. K. i Hill, A. P. (2010). Family patterns of perfectionism: An examination of elite junior athletes and their parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.04.005>
- Aračić, P. i Nikodem, K. (2000). Važnost braka i obitelji u hrvatskom društvu. *Bogoslovska smotra*, LXX ili 70/2, 291-311. <https://hrcak.srce.hr/31164>
- Aunola, K., Sorkkila, M., Tolvanen, A., Tassoul, A., Mikolajczak, M. i Roskam, I. (2021). Development and validation of the Brief Parental Burnout Scale (BPs). *Psychological Assessment*, 33 (11), 1125-1137. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34516161/>
- Avellar, S. i Smock, P. J. (2003). Has the price of motherhood declined over time? A cross-cohort comparasion of the motherhood wage penalty. *Journal of Marriage and Family*, 65, 597. <https://www.jstor.org/stable/3600026>
- Azizi, K. i Besharat, M. A. (2011). The relationship between parental perfectionism and parenting styles. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 1484-1487. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.03.315>
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67, 3296-3319. <https://psycnet.apa.org/record/1997-03369-039>
- Bašić, A. M. (2023). *Perfekcionizam u roditeljskoj ulozi*. Diplomski rad. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Bašić, J., Koller-Trbović, N. i Žižak, A. (2005). *Integralna metoda u radu s predškolskom djecom i njihovim roditeljima*. Zagreb: Alinea.
- Baumrind, D. (1966). Effect of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37 (4), 887-907.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monographs*, 4 (1), 1-103.

- Baumrind, D. (1978). Parental Disciplinary Patterns and Social Competence in Children. *Youth & Society*, 9 (3), 239-276.
- Becker, W. C. (1964). Consequences of Different Kinds of Parental Discipline. U M. L. Hoffman i L. W. Hoffman (ur.), *Review of Child Development* (str. 169-204.). New York: Russell Sage.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55, 83-96. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Belsky, J. (1993). Promoting father involvement: An analysis and critique, comment on Silverstein. *Journal of Family Psychology*, 7, 287-291.
- Berk, L. E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Naklada Slap.
- Bernstein, G. i Triger, Z. (2010). Over-parenting. *Law Review*, 44 (1), 1221-1279
- Bianchi, S. M., Robinson, J. P. i Milkie, M. A. (2006). *Changing rhythms of American family life*. New York: Russel Sage.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L. i Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36 (6), 1373-1385. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00235-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00235-6)
- Boone, L., Soenens, B., Vansteenkiste, M. i Braet, C. (2012). Is there a perfectionist in each of us? An experimental study on perfectionism and eating disorder symptoms. *Appetite*, 59 (2), 531-540. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.06.015>
- Borelli, J. L., Nelson, S. K., River, L. M., Birken, S. A. i Moss-Racusin, C. (2017). Bringing work home: Gender and parenting correlates of work-family guilt among parents of toddlers: *Journal of Child and Family Studies*, 26, 1734-1745. <https://psycnet.apa.org/record/2017-12756-001>
- Brković, I. (2009). Zašto želimo biti roditelji? Roditeljstvo i stilovi odgoja. U D. Čorkalo Biruški (ur.), *Primijenjena psihologija: pitanja i odgovori* (str. 100-119). Zagreb: Školska knjiga
- Bulog, S. (2014). *Motivacijska i afektivna obilježja perfekcionizma*. Završni rad. Osijek. Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Osijeku.

Buljan Flander, G. i Ćorić Špoljar, R. (2018). Roditeljstvo nekad i sad. *Znanost i umjetnost odgoja: Praktični priručnik o suvremenom odgoju za roditelje i odgajatelje* (ur. Gordana Buljan Flander). Sveta Nedelja: Geromar, 21-30.

Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14 (6), 34-52.

Carmo, C., Oliveira, D., Brás, M. i Faísca, L. (2021). The influence of parental perfectionism and parenting styles on child perfectionism. *Children*, 8 (9), 1-7. <https://doi.org/10.3390/children8090777>

Chester, D. S., Merwin, L. M. i DeWall, C. N. (2015). Maladaptive perfectionism's link to aggression and self-harm: Emotion regulation as a mechanism. *Aggressive Behavior*, 41 (5), 443-454. <https://doi.org/10.1002/ab.21578>

Cook, L. C. i Kearney, C. A. (2014). Parent perfectionism and psychopathology symptoms and child perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 7, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.06.020>

Costa, S., Cuzzocrea, F., Gugliandolo, M. C. i Larcán, R. (2016). Associations between parental psychological control and autonomy support, and psychological outcomes in adolescents: The mediating role of need satisfaction and need frustration. *Child Indicators Research*, 9 (4), 1059-1076. <https://doi.org/10.1007/s12187-015-9353-z>

Cowan, C. P. i Cowan, P. A. (1992). *When Parents Become Parents*. New York: Basic Books.

Craig, L. i Mullan, K. (2011). How mothers and fathers share childcare: A cross-national time-use comparison. *American Sociological Review*, 76 (6), 834-861. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/000312241142767>

Craig, L., Powel, A. i Smyth, C. (2014). Towards intensive parenting? Changes in the composition and determinants of mothers' and fathers' time with children 1992-2006. *The British Journal of Sociology*, 65 (3), 555-579. <https://psycnet.apa.org/record/2014-40476-010>

Crnic, K. i Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. U: M. H. Bornstein (Ur.), *Handbook of Parenting: Practical Issues in Parenting* (str. 243-267). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Cummings, E. M., Davies, P. T. i Campbell, S. B. (2002). *Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications*. New York: The Guildford Press.

- Curran, T. i Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145 (4), 410-429. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000138>
- Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden marketing - Tehnička knjiga.
- Črpić, G. i Koračević, K. (2000). Stavovi hrvatskih građana prema djeci. *Bogoslovska smotra*, LXX, 343-357. <https://hrcak.srce.hr/31166>
- Darling, N. i Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, 113 (3), 487-496.
- Delale, E. A. (2011). Povezanost doživljaja roditeljske kompetentnosti i emocionalne izražajnosti s intenzitetom roditeljskog stresa majki. *Psihologijske teme*, 20 (2), 187-212. <https://hrcak.srce.hr/74206>
- De Rosa, L., Miracco, M. C., Galarregui, M. S. i Keegan, E. G. (2023). Perfectionism and rumination in depression. *Current Psychology*, 42 (6), 4851-4861. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01834-0>
- Dieleman, L. M., Soenens, B., De Pauw, S. S., Prinzie, P., Vansteenkiste, M. i Luyten, P. (2020). The role of parental reflective functioning in the relation between parents' self-critical perfectionism and psychologically controlling parenting towards adolescents. *Parenting*, 20 (1), 1-27.
- Đorđević, M. i Maksimović, J. (2022). Neki aspekti istraživanja o uključivanju očeva u odgoj djece. *Ljetopis socijalnog rada*, 1 (29), 125-147. <https://hrcak.srce.hr/clanak/402879>
- Đuranović, M. i Klasnić, I. (2020). *Dijete, odgoj i obitelj*. Sveučilište u Zagrebu: Grafika Markulin.
- Ellis, A. (2002). The role of irrational beliefs in perfectionism. U G. L. Flett i P. L. Hewitt (ur.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (str. 217-229). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-009>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M. i Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. U G. L. Flett i P. L. Hewitt (ur.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (str. 89-132). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-004>

- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14 (5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Furutani, K., Kawamoto, T., Alimardani, M. i Nakashima, K. I. (2020). Exhausted parents in Japan: Preliminary validation of the Japanese version of the Parental Burnout Assessment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020 (174), 33-49. <https://doi.org/10.1002/cad.20371>
- Greblo, Z. i Bratko, D. (2014). Parents' perfectionism and its relation to child rearing behaviors. *Scandinavian Journal of Psychology*, 55 (2), 180-185. <https://doi.org/10.1111/sjop.12116>
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *A Journal of Human Behavior*, 15 (1), 27-33.
- Hayek, J., Schneider, F., Lahoud, N., Tueni, M. i de Vries, H. (2022). Authoritative parenting stimulates academic achievement, also partly via self-efficacy and intention towards getting good grades. *PLOS ONE*, 17 (3), e0265595. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265595>
- Hewitt, P. L. i Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (3), 456-470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hewstone, M. i Stroebe, W. (2003). *Uvod u socijalnu psihologiju*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R. i Kozub, S. A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: the mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 630-644. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.09.004>
- Holden, G.W. (2010). *Parenting: A dynamic perspective*. London: Sage.
- Horney, K. (2013). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315010526>
- Jacukowicz, A., Potocka, A. i Merez-Kot, D. (2016). Perceptions of parenthood: Parents' vision of an ideal childhood versus reality. *Anthropological Notebooks*, 22 (2), 57-78.
- Juričević-Lozančić, A. (2012). Redefiniranje odgojne uloge obitelji. *Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 13 (4), 122-150.

- Kawamoto, T., Furutani, K. i Alimardani, M. (2018). Preliminary validation of Japanese version of the parental burnout inventory and its relationship with perfectionism. *Frontiers of Psychology*, 9, 970. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00970>
- Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac Jagodić, G. i Greblo, Z. (2012). Razvoj i validacija upitnika roditeljskog ponašanja. *Suvremena psihologija*, 15 (1), 23–42.
- Khaleque, A. i Rohner, R. P. (2002). Perceived parental acceptance rejection and psychological adjustment: a meta-analysis of cross-cultural and intracultural studies. *Journal of Marriage and Family*, 64 (1), 54-64.
- Klarin, M. (2006). *Razvoj djece u socijalnom kontekstu*. Naklada Slap.
- Klimor Maman, S., Kaplan, D. i Offer, S. (2023). „Going-with-the-Flow“ or „Getting-things-done“: A folk model of intensive parenting among middle-class parents. *Journal of Family Issues*, 1-23.
- Kline, R.B. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Third edition. New York: The Guilford Press.
- Krpan, A. (2020). *Perfekcionizam, od epigenetike do psihoterapije*. Diplomski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu. <https://repozitorij.mef.unizg.hr/islandora/object/mef:2933>
- Le Vigouroux, S., Scola, C., Raes, M. E., Mikolajczak, M. i sork, I. (2017). The big five personality traits and parental burout: protective and risk factors. *Personality and Individual Differences*, 119, 216-219. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886917304658>
- Lee, E., Macvarish, J. i Bristow, J. (2010). Risk, health and parenting culture. *Health, Risk & Society*, 12 (4), 293-300. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13698571003789732>
- Lee, M. A., Schoppe-Sullivan, S. J. i Dush, C. M. K. (2013). Parenting perfectionism and parental adjustment. *Personality and Individual Differences*, 52 (3), 454-457. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.047>
- Lee, E. (2014). Experts and parenting culture. U: E. Lee, J. Bristow, C. Faircloth i J. Macvarish (Ur.), *Parenting culture studies* (str. 51-75). London: Palgrave Macmillan.



- Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E. i Wendland, J. (2018). Maternal burnout syndrome: contextual and psychological associated factors. *Frontiers in Psychology*, 9, 885. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2018.00885/full>
- Lilley, C., Sirois, F. i Rowse, G. (2020). A meta-analysis of parental multidimensional perfectionism and child psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*, 162, 110015. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110015>
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S. i Egan, S. J. (2017). The relationship between perfectionism and psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 73 (10), 1301-1326. <https://doi.org/10.1002/jclp.22435>
- Lin, G. X., Szczygieł, D. i Piotrowski, K. (2022). Child-oriented perfectionism and parental burnout: The moderating role of parents' emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 198, 111805. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111805>
- Linnett, R. J. i Kibowski, F. (2020). A multidimensional approach to perfectionism and self-compassion. *Self and Identity*, 19 (7), 757-783.
- Liss, M. i Schiffrin, H. H. (2014). *Balancing the big stuff: finding happiness in work, family, and life*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Publishers.
- Ljubetić, M. (2007). *Biti kompetentan roditelj*. Zagreb: Mali profesor.
- Ljubić, L. (2019). *Roditeljski stilovi odgoja i njihov utjecaj na razvojne ishode djece*. Završni rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu. <https://repositorij.pravo.unizg.hr/islandora/object/pravo:2352>
- Mackey, W. C. (2001). Support for the existence of an independent man-to-child affiliative bond: Fatherhood as a biocultural invention. *Psychology of Men Masculinity*, 2, 51-66.
- Macuka, I. (2004). Skala percepcije obiteljskih odnosa . U: Proroković, A., K. Lacković-Grgin, Z. Penezić, (ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, 2, 33-37. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Macuka, I. (2010). Osobne i kontekstualne odrednice roditeljskog ponašanja. *Suvremena psihologija*, 13 (1), 63-81. <https://hrcak.srce.hr/83007>
- Macuka, I. (2011). *Uloga obitelji i emocionalne regulacije u prilagodbi mlađih adolescenata*. [Neobjavljena doktorska disertacija]. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

- Macuka, I. (2022). Pregled suvremenih izazova u roditeljstvu. *Suvremena psihologija*, 25 (1), 71-88. <https://suvremena.nakladaslap.com/hr/articles/abstract/?id=2022-25-1-5>
- Macuka, I. (2023). Biti roditelj u 21. stoljeću: intenzivno i prezaštitničko roditeljstvo. *Suvremeno roditeljstvo: iskustva i izazovi*. Ur. Macuka, Ivana. Sveučilište u Zadru. Zadar.
- Macuka I., Petani R., Božić D., Reić Ercegovac I., Tucak Junaković I., Šimunić A. i Eškinja M. (2021). Kvalitativno istraživanje doživljaja roditeljske uloge kod roditelja djece različite dobi. 28. *Godišnja konferencija hrvatskih psihologa*, virtualna konferencija, 10.-13. studenog 2021., Hrvatska.
- Macuka, I., Petani, R. i Reić Ercegovac, I. (2023). U razgovoru s roditeljima: kvalitativna analiza iskustava roditelja djece različite dobi. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 32 (2), 347-365.
- Macuka, I., Smojver-Ažić, S. i Burić, I. (2012). Posredujuća uloga emocionalne regulacije u odnosu roditeljskog ponašanja i prilagodbe mlađih adolescenata. *Društvena istraživanja*, 21 (2), 383-403. <https://doi.org/10.5559/di.21.2.05>
- Macuka, I., Šimunić, A. i Reić Ercegovac, I. (2022). Sagorijevanje u roditeljskoj ulozi- validacija hrvatske verzije Upitnika sagorijevanja u roditeljstvu. *Psihologijske teme*, 31(3), 763-783. <https://doi.org/10.31820/pt.31.3.15>
- Mandarić Vukušić, A. (2016). *Roditeljska kompetencija i (ne) pedagoška zanimanja*. Doktorski rad. Repozitorij Filozofskog fakulteta u Zagrebu. Zagreb. 112 str. <http://darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/6917>
- Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H. i Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27 (2), 602-614. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0892-4>
- Mikolajczak, M. i Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 886. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886>
- Mikolajczak, M., i Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020 (174), 7-13. <https://doi.org/10.1002/cad.20376>

- Moate, R. M., Gnilka, P. B., West, E. M. i Rice, K. G. (2019). Doctoral student perfectionism and emotional well-being. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 52 (3), 145-155.
- Nelson, M. K. (2010). *Parenting out of Control: Anxious parents in uncertain times*. New York: New York University Press.
- Nelson-Coffey, S. K. i Stewart, D. (2019). Well-being in parenting. U: M. H. Bornstein (Ur.), *Handbook of Parenting*. Vol. 3. *Being and Becoming a Parent (str. 596-619)*. New York: Routledge.
- Nimac, D. (2010). (Ne)mogućnosti tradicijske obitelji u suvremenom društvu. *Obnovljeni život: časopis za filozofiju i religijske znanosti*, 65 (1), 23-35.
- Obradović, J. i Čudina-Obradović, M. (2001). Number of children in the family as a predictor of parents' life satisfaction. *Društvena istraživanja*, 54-55, 685-706.
- Obradović, J. i Čudina-Obradović, M. (2003). Potpora roditeljstvu: izazovi i mogućnosti. *Revija za socijalnu politiku*, 10 (1), 45-68.
- Padilla-Walker, L. M. i Nelson, L. J. (2012). Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of adolescence*, 35 (5), 1177-1190.
- Pinquart, M. i Kauser, R. (2018). Do the associations of parenting styles with behavior problems and academic achievement vary by culture? Results from a meta-analysis. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 24 (1), 75–100.
- Piotrowski, K. (2020). Child-oriented and partner-oriented perfectionism explain different aspects of family difficulties. *PLoS ONE*, 15 (8), e0236870.
- Rnic, K., Hewitt, P. L., Chen, C., Flett, G. L., Jopling, E. i LeMoult, J. (2021). Examining the link between multidimensional perfectionism and depression: A longitudinal study of the intervening effects of social disconnection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 40 (4), 277-303.
- Rohner, R. P., Veneziano, R. A. (2001). The Importance of Father Love: History and Contemporary Evidence. *Review of General Psychology* 5 (4), 382-405.

- Romm, K. F., Metzger, A. i Alvis, L. M. (2020). Parental psychological control and adolescent problematic outcomes: A multidimensional approach. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 195-207.
- Roskam, I., Raes, M. E. i Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8, 163. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>
- Roskam, I., Brianda, M. E. i Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9, 758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Rutledge J. M. i Swindle T. M. (2016). Permissive parenting. U Shehan C (ur.), *The Wiley Blackwell encyclopedia of family studies* (str. 1576–1577). Wiley-Blackwell.
- Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary K. A., Erchull M. J. i Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23, 548-557.
- Segrin, C., Burke, T. J. i Kauer, T. (2020). Overparenting is associated with perfectionism in parents of young adults. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 9 (3), 181-190.
- Senior, J. (2014). All joy and no fun: *The paradox of modern parenthood*. New York: Harper Collins.
- Slade, P. D. i Owens, R. G. (1998.). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22 (3), 372-391. <https://doi.org/10.1177%2F01454455980223010>
- Slaney, R. B., Pincus, A. L., Uliaszek, A. A. i Wang, K. T. (2006). Conceptions of perfectionism and interpersonal problems: Evaluating groups using the structural summary method for circumplex data. *Assessment*, 13, 138–153. <https://doi.org/10.1177%2F1073191105284878>
- Smith, M. M., Speth, T. A., Sherry, S. B., Saklofske, D. H., Stewart, S. H. i Glowacka, M. (2017). Is socially prescribed perfectionism veridical? A new take on the stressfulness of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 11. 115-118. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.031>

- Smith, M. M., Hewitt, P. L., Sherry, S. B., Flett, G. L. i Ray, C. (2022). Parenting behaviors and trait perfectionism: A meta-analytic test of the social expectations and social learning models. *Journal of Research in Personality*, 96, 104180. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2021.104180>
- Snell, W. E., Jr., Overbey, G. A. i Brewer, A. L. (2005). Parenting perfectionism and the parenting role. *Personality and Individual Differences*, 39 (3), 613-624. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.02.006>
- Soenens, B., Elliot, A. J., Goossens, L., Vansteenkiste, M., Luyten, P. i Duriez, B. (2005). The intergenerational transmission of perfectionism: Parents' psychological control as an intervening variable. *Journal of Family Psychology*, 19, 358–366. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.19.3.358>
- Soenens, B., Vansteenkiste, M. i Luyten, P. (2010). Toward a domain-specific approach to the study of parental psychological control: Distinguishing between dependency oriented and achievement-oriented psychological control. *Journal of Personality*, 78 (1), 217-256.
- Sorkkila, M. i Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies*, 29 (3), 648-659. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01607-1>
- Stearns, P. N. (2003). *Anxious parents: A history of modern child-rearing in America*. New York: New York University Press.
- Stevanović, M. (2000). *Obiteljska pedagogija*. Varaždinske toplice: Tonimir.
- Stoeber, J. i Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10 (4), 295-319. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2)
- Stoeber J. (2018). *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications*. Routledge.
- Suh, H., Gnilka, P. B. i Rice, K. G. (2017). Perfectionism and well-being: A positive psychology framework. *Personality and Individual Differences*, 111, 25-30.
- Svilar Blažinić, D. (2014). Partnerski odnosi, obitelj i roditeljstvo u suvremenom društvu. *Psihološki aspekti suvremene obitelji, braka i partnerstva*. Ur. Brajša-Žganec, Andreja; Lopižić, Josip; Penezić, Zvezdan. Zagreb: Naklada Slap.

- Wall, G. (2010). Mothers' experience with intensive parenting and brain development discourse. *Women's Studies International Forum*, 33 (3), 253-263.
- Vincent, C. i Ball, S. J. (2007). Making up the middle-class child: Families, activities and class dispositions. *Sociology*, 41 (6), 1061-1077.
- Vukasović, A. (1994). *Obitelj – škola i intelektualni razvitak mladeži*. Zagreb: Birotisak.
- Williams, B. M. i Levinson, C. A. (2021). Intolerance of uncertainty and maladaptive perfectionism as maintenance factors for eating disorders and obsessive-compulsive disorder symptoms. *European Eating Disorders Review*, 29 (1), 101-111. <https://doi.org/10.1002/erv.2807>
- Wine, A., Roskam, I. i Mikolajczak, M. (2023). Do cognitive appraisals explain the high reliability of the Balance Between Risks and Resources (BR2)? *Psychology*, 14 (1), 52-68. <https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=122785>
- Wright, A., Fisher, P. L., Baker, N., O'Rourke, L. i Cherry, M. G. (2021). Perfectionism, depression and anxiety in chronic fatigue syndrome: A systematic review. *Journal of psychosomatic research*, 14. 110322. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110322>
- Zrilić, S. (2005). Autoritarni odgojni stil roditelja kao prediktor školskog neuspjeha. *Pedagogijska istraživanja*, 2 (1), 125-138.

## 12. PRILOZI

1. Tvrđnje Skale perfekcionizma usmjerenog na djecu (engl. *The Children Dyadic Almost Perfect Scale*, C-DAPS; Piotrowski, 2020; adaptirana hrvatska verzija Bašić, 2023) koje su korištene u anketnom upitniku.

---

### Diskrepanca

1. Često osjećam razočaranje nakon što moje dijete završi neki zadatak jer znam da je on/ona mogao/la to bolje obaviti.
2. Moje dijete, generalno govoreći, ispunjava standarde koje sam za njega postavio/la.
3. Moje dijete rijetko uspije udovoljiti mojim standardima.
4. Čini mi se da mi je najbolja verzija moga djeteta rijetko kada dovoljna.
5. Rijetko sam zadovoljan/na s djetetovim postignućima.
6. Često se osjećam frustrirano jer moje dijete ne ostvaruje ciljeve koje ja imam za njega.
7. Smeta mi kad moje dijete ostavlja stvari nedovršene.
8. Čak i kad moje dijete daje sve od sebe, čini mi se da to nikad nije dovoljno dobro za mene.
9. Moje dijete često ne ispunjava moja očekivanja.
10. Obično osjećam da je dovoljno dobro ono što je moje dijete učinilo.
11. Gotovo nikada nisam zadovoljan/na izvedbom svog djeteta.
12. Moje dijete rijetko može zadovoljiti moje standarde za uspješnost.
13. Obično sam prilično zadovoljan/na onim što moje dijete učini.
14. Izvedba mog djeteta rijetko zadovolji moje standarde.
15. Nisam zadovoljan/na, čak i kad znam da je moje dijete dalo sve od sebe.
16. Mogu se jako uznemiriti kad moje dijete ne bude uspješno u onoj mjeri u kojoj ja mislim da treba biti.

---

### Red

17. Očekujem od svog djeteta da se ponaša prikladno.
18. Urednost bi trebala biti važna mojem djetetu.
19. Mislim da moje dijete treba biti organizirano.
20. Očekujem da moje dijete misli kako stvari trebaju biti spremljene na svoje mjesto.

---

### Visoki standardi

21. Imam izrazito visoke standarde za svoje dijete.

- 
22. Očekujem najbolje od svog djeteta.
- 
23. Očekujem od svog djeteta da pokuša dati sve od sebe u svemu što radi.
- 
24. Imam visoke standarde za uspjeh mojeg djeteta u vrtiću ili u školi.
- 
25. Imam snažnu potrebu da moje dijete teži izvrsnosti.
- 
26. Imam visoka očekivanja za svoje dijete.
- 

2. Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu (engl. *Parental Burnout Assesment*, PBA; Roskam i sur., 2018; adaptirana hrvatska verzija Macuke i sur., 2022) koji je korišten u anketnom upitniku.

---

### **Iscrpljenost u roditeljskog ulozi**

---

1. Osjećam se potpuno iscrpljeno svojom ulogom roditelja.
- 
2. Imam osjećaj da sam zaista istrošen kao roditelj.
- 
3. Toliko sam umoran/-na od svoje roditeljske uloge da mi se čini da mi ni san nije dovoljan.
- 
4. Kad ujutro ustanem i sjetim se da moram provesti još jedan dan s djetetom/djecom, osjećam se iscrpljeno prije nego što sam uopće započeo/-la.
- 
5. Iscrpljujuće mi je i samo razmišljanje o svemu onome što moram učiniti za svoje dijete/djecu.
- 
6. Nemam nimalo energije da se brinem o svojem djetetu/djeci.
- 
7. Moja uloga roditelja iscrpljuje sve moje resurse.
- 
8. Imam dojam kao da se brinem o djetetu/djeci pomoću autopilota.
- 
9. Kao roditelj doslovno preživljavam.
- 

### **Suprotnost s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja**

---

10. Mislim da nisam dobar otac/majka kakav sam nekada bio/-la svojem djetetu/djeci.
- 
11. Kažem sebi da više nisam roditelj kakav sam bio/-la.
- 
12. Sramim se kakav sam roditelj postao/-la.
- 
13. Ne ponosim se više svojom ulogom roditelja.
- 
14. Imam dojam da to više nisam ja u interakciji sa svojim djetetom/djecom.
- 
15. Osjećam se kao da sam izgubio/-la smjer kao otac/majka.
- 

### **Zasićenost roditeljskom ulogom**

---

16. Ne mogu više podnijeti svoju ulogu oca/majke.
-



- 
17. Više ne podnosim biti roditelj
- 
18. Osjećam se kao da više ne mogu izdržati kao roditelj.
- 
19. Osjećam se kao da se ne mogu nositi s ulogom roditelja.
- 
20. Ne uživam biti sa svojim djetetom/djecom.
- 

#### **Emocionalno udaljavanje od djece**

- 
21. Radim ono što moram učiniti za svoje dijete, ali ništa više.
- 
22. Izvan uobičajenih rutinskih radnji (odvođenje i dovođenje automobilom, vrijeme za spavanje, obroci) više ne mogu učiniti nikakav drugi napor za svoje dijete/djecu.
- 
23. Više nisam u stanju pokazati djetetu/djeci koliko ih volim.
- 

3. Skala percepcije roditeljskog ponašanja – SPRP (Macuka, 2004) koja je korištena u anketnom upitniku.

---

#### **Odbacivanje**

- 
1. Ne ispričam mu se kada nepravredno postupim prema njemu.
- 
2. Ne pokazujem mu da ga volim.
- 
3. Nisam uz njega kada sam mu potrebna.
- 
4. Ne zanima me koje probleme ima.
- 
5. Često kažem da nemam vremena razgovarati s njim kada me treba.
- 
6. Ima osjećaj kao da ga ne primjećujem.
- 
7. Rijetko ga poljubim.
- 
8. Rijetko mu se smiješim.
- 

#### **Prihvatanje**

- 
9. Pružam mu sigurnost.
- 
10. Utješim ga kada je tužan/a.
- 
11. Potičem ga da priča o stvarima koje su njemu važne.
- 
12. Prihvaćam njegove pogreške.
- 
13. Ja i moje dijete imamo iskren odnos.
- 
14. Može pričati sa mnom i o intimnim stvarima.
- 
15. Ohrabrujem ga da uspije u drugim aktivnostima izvan škole.
- 

#### **Kontrola**

- 
16. Često vičem na njega.
-

- 
17. Često mu «držim predavanja» kako se treba ponašati.
- 
18. Pretjerano ga kritiziram.
- 
19. Stalno ga ispitujem.
- 
20. Omalovažavam ga kada učini nešto pogrešno.
- 
21. Ismijavam ga pred drugima.
- 
22. Prijetim da ću mu nešto učiniti.
- 
23. Kada pogriješi kažnjavam me šutnjom.
- 
24. Često ga ucjenjujem ako se ne drži mojih pravila ponašanja.
- 
25. Uspoređujem ga s drugom djecom.
-

## 13. ŽIVOTOPIS

### OSOBNI PODACI:

Ime i prezime: Sara Lovrić

Datum i mjesto rođenja: 12.04.2001. Šibenik

Adresa: Lovrići-Vukačići 14, 22320, Drniš

Adresa boravišta: Put Vukića 4B, Zadar

E-mail/mob: [lovricsara43@gmail.com](mailto:lovricsara43@gmail.com) , 0994317476

### OBRAZOVANJE:

2015. – 2019. Ekonomska škola Šibenik – smjer upravni referent

2019. – 2022. Preddiplomski studij Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja u Zadru

2022. – Diplomski studij Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja u Zadru

### OSOBNNE VJEŠTINE I KOMPETENCIJE:

*Materinski jezik:* Hrvatski jezik

*Drugi jezici:* Engleski jezik (aktivno poznavanje pisma i govora)

*Digitalne vještine:* osnove rada na računalu, poznavanje rada u MS Office-u

### OSTALE VJEŠTINE I KOMPETENCIJE:

dobre komunikacijske vještine,

sklonost timskom radu,

želja za kontinuiranim usavršavanjem i obrazovanjem,

obavljanje studentskih poslova,

vozačka dozvola B kategorije.

## 14. POPIS TABLICA

|  |    |
|--|----|
| Tablica 1. Prikaz obiteljskog, materijalnog i radnog statusa te razine obrazovanja roditelja ..  | 30 |
| Tablica 2. Prikaz deskriptivnih pokazatelja svih ispitivanih varijabli (N=224) .....   | 34 |
| Tablica 3. Rezultati korelacijske analize između mjerenih varijabli.....   | 36 |
| Tablica 4. Rezultati testiranja razlike u roditeljskom ponašanju, roditeljskom perfekcionizmu i roditeljskom sagorijevanju s obzirom na spol roditelja.....  | 39 |
| Tablica 5. Rezultati testiranja razlike u roditeljskom ponašanju i roditeljskom perfekcionizmu s obzirom na dob roditelja .....  | 39 |
| Tablica 6. Rezultati testiranja razlike u roditeljskom perfekcionizmu (diskrepanca i red) s obzirom na dob djece.....  | 40 |
| Tablica 7. Rezultati stupnjevite regresijske analize kada je kriterij sagorijevanje u roditeljstvu, a prediktori sociodemografska obilježja roditelja, roditeljsko ponašanje i roditeljski perfekcionizam..... | 42 |