Otpornost na stres kod LGB osoba

Štrbić, Mateo

Master's thesis / Diplomski rad

2020

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

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:111:398702

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-30**

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

Repository / Repozitorij:

Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies

zir.nsk.hr

DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA

MATEO ŠTRBIĆ

OTPORNOST NA STRES KOD LGB OSOBA

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2020. godina.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

MATEO ŠTRBIĆ

OTPORNOST NA STRES KOD LGB OSOBA

DIPLOMSKI RAD

Mentorica: prof.dr.sc. Jasminka Despot Lučanin

Zagreb, 2020. godina

Posvećujem ovaj rad svim LGBTIQ osobama koje su se borile za naša prava i zbog kojih mi danas slobodnije živimo svoje živote.

Zahvaljujem se svojoj mentorici, prof. dr. sc. Jasminki Despot Lučanin, na mentorstvu i stalnoj podršci tijekom izrade ovog diplomskog rada. Također, zahvaljujem se i izv. prof. dr. sc. Toniju Babaroviću te dr. sc. Ivani Hanzec Marković na prijedlozima koji su povećali kvalitetu ovog diplomskog rada.

Želim se zahvaliti doc. dr. sc. Marini Štambuk na kontinuiranoj suradnji u raznim znanstvenim aktivnostima tijekom studija, ali i pomoći tijekom izrade ovog diplomskog rada.

Moram se zahvaliti i Hrvatskim studijima jer su me naučili boriti se za pravdu, koliko god ta borba ponekad bila uzaludna i naporna.

Zahvaljujem se svojim roditeljima, Nataši i Mariju, sestri Ivani te ostatku obitelji koji su me cijeli život podržavali u mojim namjerama i vjerovali u moje ideje, čak i kada su bile nerealne.

Hvala svim prijateljima i prijateljicama koji su stajali uz mene sve ove godine, a naročito u ovome predivnom akademskom putovanju.

Otpornost na stres kod LGB osoba

Resilience to stress in LGB population

Sažetak

LGB osobe često doživljavaju nasilje i diskriminaciju (Milković, 2013) koja im smanjuje psihološku dobrobit i zadovoljstvo životom (Mays i Cochran, 2001). Cilj je ovog istraživanja bio ispitati povezanost otpornosti na stres sa psihološkom dobrobiti kod LGB osoba, te postoje li razlike u toj povezanosti s obzirom na stupanj autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti. U istraživanju je sudjelovalo 408 LGB osoba. Kako bi se ciljevi mogli ispitati, korišteni su sljedeći upitnici: Skala psihološke dobrobiti (Ryff, 2013), Kratka skala otpornosti (Smith i sur., 2008), Skala prikrivanja seksualne orijentacije (Pikić i Jugović, 2006), Inventar autanosti (Mohr i Fassinger, 2000) te Skala autentičnosti (Riggle i sur., 2014). Za potrebe ovog istraživanja korištene su i razne mjere sociodemografskih karakteristika. Rezultati su pokazali kako psihološka dobrobit ima srednje visoku pozitivnu korelaciju s otpornosti na stres, nisku pozitivnu s autanosti i autentičnosti te nisku negativnu s prikrivanjem seksualne orijentacije. Regresijskom analizom u koju su bile uključene sve varijable objašnjeno je 40,3 % varijance psihološke dobrobiti, a kao najbolji prediktor pokazala se otpornost na stres. Značajni prediktori bili su i rodni identitet, stupanj obrazovanja, prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost, dok dob, veličina prebivališta i autanost nisu bili značajni. Veća otpornost na stres, autentičnost i stupanj obrazovanja te ženski spol pozitivni su prediktori psihološke dobrobiti, dok je prikrivanje seksualne orijentacije negativan. U konačnici, testirani su moderatorski utjecaji varijabli autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti, ali sve su tri moderacije bile neznačajne.

Ključne riječi: otpornost na stres, psihološka dobrobit, LGB osobe, autanost, prikrivanje seksualne orijentacije, autentičnost

Abstract

Often, LGB people experience violence and discrimination (Milković, 2013) which lowers their psychological wellbeing and life satisfaction (Mays & Cochran, 2001). The goal of this research was to investigate the association between resilience to stress and psychological wellbeing in LGB people, and if there were any differences in that association regarding the level of outness, concealment and authenticity. Participants in this research were 408 LGB persons. In order to investigate these research goals, the following questionnaires were used: Psychological Wellbeing Scale (Ryff, 2013), Brief Resilience Scale (Smith et al., 2008), Concealment Scale (Pikić & Jugović, 2006), Outness Inventory (Mohr & Fassinger, 2000) and Authenticity Scale (Riggle et al., 2014). For the needs of this research, certain sociodemographic measures were used. Results showed that psychological wellbeing has medium positive correlation with resilience to stress and low positive correlation with outness and authenticity, while having low negative correlation with concealment. Regression analysis with all variables included has accounted for 40,3 % of variance of psychological wellbeing with resilience to stress as the best predictor. Gender identity, education level, concealment and authenticity were significant predictors, while age, size of place of residence and outness were not significant. Higher resilience to stress, authenticity, education level and female gender positively predicted psychological wellbeing, while concealment predicted it negatively. Finally, moderator effects of outness, concealment and authenticity on the relationship between resilience to stress and psychological wellbeing were tested, but all three of them were found as non-significant.

Keywords: resilience to stress, psychological wellbeing, LGB population, outness, concealment, authenticity

Sadržaj

1. Uvod 1
1.1 Stres 1
1.1.1 Modeli i teorije stresa 2
1.1.2 Otpornost na stres 3
1.1.3 Otpornost na stres kod LGBTIQ osoba 4
1.2 Psihološka dobrobit 7
1.2.1 Psihološka dobrobit kod LGBTIQ osoba 9
1.3 Autanost 9
1.4 Prikrivanje seksualne orijentacije 11
1.5 Autentičnost 11
1.6 Moguće implikacije istraživanja 12
2. Problemi i hipoteze 12
3. Metoda 13
3.1 Sudionici 13
3.2 Instrument 14
3.3 Postupak 17
4. Rezultati 18
5. Rasprava 25
5.1 Metodološki nedostatci istraživanja i preporuke za buduća istraživanja 28
5.2 Implikacije istraživanja i praktična primjena rezultata istraživanja 29
6. Zaključak 30
7. Literatura 31
8. Prilog 36

1. Uvod

Od početka ljudskog društvenog funkcioniranja uvijek su postojale različite manjinske grupe koje su na neki način bile različite od većine. Vrlo često su zbog te različitosti bile diskriminirane, a nerijetko doživljavale i fizičko nasilje od strane većinske skupine. Jedna od takvih manjina koja je u zadnjih 50 godina postala prepoznatljiva su LGBTIQ[1] osobe. Zbog različite seksualne orijentacije i/ili rodnog identiteta, te su osobe veoma često odbacivane od vlastite okoline zbog čega su izložene stresu (Jurčić, 2018). Osim stresa koji može ostaviti razne posljedice koje mogu utjecati na njihove životne ishode (psihološka dobrobit, zadovoljstvo životom, zadovoljstvo partnerskom vezom i sl.), LGBTIQ osobe moraju prolaziti i kroz specifične životne situacije vezane za njihov identitet, poput procesa autanja[2]. LGBTIQ osobe razvijaju razne mehanizme koji im olakšavaju nošenje s navedenim stresorima te je korisno istražiti ih u svrhu kreiranja intervencija za poboljšanje navedenih životnih ishoda.

1.1 Stres

Ljudi se u svom životu susreću s brojnim stresnim situacijama koje mogu utjecati na njihovo normalno funkcioniranje i osjećaj životne ravnoteže. Općenito, stres se može objasniti pomoću više definicija, a jedna od njih je da je stres stanje poremećaja homeostaze, odnosno unutarnje ravnoteže ljudskog organizma gdje vanjski događaji dovode do poremećaja funkcioniranja, a organizam se trudi povratiti tu ravnotežu korištenjem raznih mehanizama (Havelka, 2002). S druge strane, postoji i definicija kako je stres proces u kojem okolišni zahtjevi prelaze kapacitet ljudskog organizma te potom narušavaju njegovu psihološku i biološku ravnotežu tako dovodeći do razvitka bolesti (Cohen, Kessler i Gordon, 1997). Pritom je važno staviti naglasak na okolišne, psihološke i biološke čimbenike koji su dio teorije stresa. Petz i suradnici (2005) navode kako je stres skup svih čimbenika koji na određeni način djeluju na ljudski organizam te stvaraju raznolike posljedice. Razlikuju fiziološki, sociološki te psihološki stres, pri čemu prvi označava reakciju na štetne podražaje iz okoline, drugi reakciju određenih grupa u društvu te treći djelovanje štetnog događaja iz okoline na pojedinca. Znakovi

[1] Akronim koji označava lezbijke, gejeve, biseksualne osobe, transrodne osobe i transpolne osobe, interspolne osobe te queer osobe (eng. *Lesbians, gays, bisexual, transgender, intersex and queer)*.

[2] Proces otkrivanja vlastite seksualne orijentacije i/ili rodnog identiteta svojoj okolini (Boxer, Cook i Herdt, 1991; prema Kamenov i sur., 2016). U engleskom jeziku koristi se fraza *Coming out* ili *Coming out of the closet* (izlazak iz ormara). Bilo je nekoliko pokušaja u hrvatskom jeziku za prijevod ovog izraza, poput iskorak, izlazak i razotkrivanje, ali se najčešće koristi hrvatska izvedenica te riječi – autanje te ćemo je koristiti u ovom istraživanju.

stresa mogu biti fiziološki (ubrzan rad srca, znojenje), emocionalni (ljutnja, tuga) i ponašajni (agresija, bijeg) (Petz i sur., 2005). Vrste stresa možemo podijeliti i prema trajanju i intenzitetu. Prema trajanju mogu biti akutni (jaki, iznenadni stres) te kronični (dugoročna izloženost stresorima), dok prema intenzitetu mogu biti mali svakodnevni stresovi (pomažu u razvijanju otpornosti; opasni u slučaju dugoročne izloženosti), veliki životni stresovi (ne događaju se svakodnevno, ali ih svi dožive barem jednom u životu; npr. smrt bliske osobe, teška bolest; uz socijalnu podršku i dobro suočavanje sa stresom ne ostavljaju velike posljedice) te traumatski životni stresovi (vrlo rijetko se događaju i imaju dugotrajne posljedice; npr. rat) (Lučanin, 2014). Havelka (2002) navodi kako je nužno odvojiti pojam stresora od stresa jer je stresor podražaj koji u konačnici može izazvati stres, ali i ne mora, a po vrsti razlikujemo fizikalne (buka, visoka ili niska temperatura), biološke (infekcije, glad), psihičke (sukobi, gubitak bliske osobe) te socijalne stresore (ekonomske krize, ratovi).

1.1.1 Modeli i teorije stresa

Postoje razni modeli i teorije koje pokušavaju objasniti što je stres, na koji način nastaje i kako djeluje na organizam. Jedan od najpoznatijih modela stresa je dijateza-stres model prema kojemu neke osobe imaju određene predispozicije za razvijanje raznih psiholoških i tjelesnih stanja, a stresni događaji mogu dovesti do aktivacije te predispozicije, odnosno, stres može aktivirati određenu dijatezu. Dijateza može biti biološka, psihološka, genetska ili situacijska (Monroe i Simons, 1991). Začeci ovog modela se povezuju s proučavanjem uzroka shizofrenije u šezdesetim godinama prošlog stoljeća kad se smatralo da određene osobe imaju veću vjerojatnost za razvijanje shizofrenije zbog raznih stresnih događaja u životu, poput trauma iz djetinjstva (Bleuler, 1963). Daljnja su istraživanja pokazala i primjenu istih mehanizama na poremećaju depresije (Robins i Block, 1989). Monroe i Simons (1991) ukazali su kako s razvojem teorija stresa i razumijevanjem sve većeg broja stresora, dolazi do otežanog stvaranja veza između određenih stresora i poremećaja koje indirektno mogu izazvati. Nadalje, naglašavaju i kako je reciprocitet takvog odnosa bio zanemarivan, odnosno da i dijateza može djelovati na pojavu stresa.

Jedna od prvih poznatijih teorija stresa bila je Selyeova teorija stresa koja je uvela pojam općeg adaptacijskog sindroma čija je uloga braniti organizam od štetnih vanjskih podražaja. Stres za Selyea nije bio zahtjev okoline, već odgovor na zahtjeve iz okoline (Lazarus i Folkman, 1984). Selye (1956) je smatrao kako postoje tri faze općeg adaptacijskog sindroma: faza

uzbune, odupiranja i iscrpljenja. U prvoj fazi pojedinci su iznenađeni te aktiviraju organizam za brzu reakciju, u drugoj pokušavaju održati homeostazu, dok u trećoj u konačnici dolazi do umaranja organizma zbog odupiranja stresu. Usporedno s time, Lazarusova teorija stresa jedna je od modernijih teorija stresa koja u fokus stavlja kognitivne procese, a prepoznatljiva je po njegovoj rečenici: „Interpretacija stresnog događaja važnija je od samog događaja“ (Lazarus i Folkman, 1984). Po toj teoriji, osoba će izvesti dvije procjene. Prva će biti vezana za procjenu stresne situacije, odnosno je li prijetnja važna za nas te je li pozitivna ili je negativna, dok će druga biti vezana za procjenu naše mogućnosti upravljanja situacijom, što u konačnici rezultira odabirom načina suočavanja sa stresnom situacijom. Suočavanje može biti usmjereno na problem (rad na problemu, organizacija vremena i sl.) ili na emocije (korištenje opijata, izražavanje emocija i sl.) (Lazarus i Folkman, 1984).

1.1.2 Otpornost na stres

S obzirom na brojne stresore koje osobe mogu doživjeti tijekom života, nažalost ponekad i neizbježne, važno je razumjeti konstrukt otpornosti na stres čija razvijenost može omogućiti osobi pozitivne životne ishode (Ozbay i sur., 2007). Kako bismo mogli razumjeti koncept otpornosti na stres, potrebno je najprije objasniti pojam otpornosti. Sama riječ "otpornost" označava mogućnost povratka u prvotno stanje nakon nekog događaja. U kontekstu objekta, označava vraćanje u prvotno stanje nakon istezanja ili iskrivljavanja, dok u kontekstu osobe označava mogućnost prevladavanja životnih prepreka (Slišković i Burić, 2018). Konstrukt otpornosti na stres postao je tema mnogobrojnih istraživanja u prošla tri desetljeća što govori u prilog njegovoj važnosti u kontekstu zdravstvene psihologije. Interes koji se pojavio u istraživanju otpornosti na stres označava jednu od točki prekretnica vidljivu u odmaku od istraživanja negativnih aspekata ljudske ličnosti te psihopatologije prema novom fokusu na ljudske snage i vrline (Windle, 2011). Slišković i Burić (2018; str. 4) navode kako je otpornost na stres

> *"kao oporavak ili „odbijanje“ od stresne situacije, kao efikasno nošenje sa stresnom situacijom ili svojevrsna adaptacija na nju, kao sposobnost izbjegavanja nepovoljnih okolnosti, otpornost na bolest ili odupiranje bolesti, natprosječno funkcioniranje u stresnim situacijama te čak kao osobni rast izazvan rješavanjem stresne situacije".*

Konstrukt otpornosti na stres se prvotno promatrao kroz psihoanalitički kontekst gdje se on smatrao mogućnošću osobe da mijenja razinu kontrole vlastitog ega (Block i Block,

1980). Rutter (1987) ga je definirala kao zaštitni faktor koji održava mentalno zdravlje pojedinca, dok su pojedinci s izraženom otpornosti smatrani hrabrima, visokog samopouzdanja, optimističnima te znatiželjnima (Druss i Douglas, 1988; prema Wagnild i Young, 1993; Honzik, 1984; prema Wagnild i Young, 1993). Wagnild i Young (1993) su kreirali skalu otpornosti na stres, pritom istražujući koji se čimbenici mogu nalaziti unutar tog konstrukta. Faktorskom analizom rezultata sudionika otkrili su dva faktora, osobnu kompetentnost te prihvaćanje sebe i života. Osobna kompetentnost označavala je samostalnost i upornost, dok je prihvaćanje sebe i života označavalo prilagodljivost i životnu ravnotežu. Windle (2011) navodi kako je broj istraživanja na temu otpornosti na stres velik, ali da postoje brojni problemi tog istraživačkog pristupa. Prvo, većina istraživanja provedena je na djeci i adolescentima u kontekstu razvojne psihologije, dok je jako mali broj istraživanja uključivao odrasle osobe. Drugi problem je taj što su istraživanja otpornosti na stres jako rijetko uključivala metodološke aspekte proučavanja konstrukta pa su se takva istraživanja rijetko mogla replicirati (Windle, 2011).

Svjetska zdravstvena organizacija shvatila je važnost ovog konstrukta i koliko on može pomoći u objašnjavanju nekih zdravstvenih poteškoća. Primjerice, 20% svih pacijenata koji boluju od koronarne bolesti nemaju niti jedan od četiri rizična faktora (pušenje, dijabetes, visoki krvni tlak, visok kolesterol) te 50% njih ima samo jedan. Zbog toga su u proces razumijevanja zastupljenosti rizičnih faktora uključili i otpornost na stres koja se pokazala kao jedan od zaštitnih faktora protiv koronarnih i drugih bolesti, odnosno rizičnim faktorom ako je otpornost na stres izrazito niska (Friedli, 2009).

1.1.3 Otpornost na stres kod LGBTIQ osoba

Otpornost na stres je izrazito važna za sve manjine u društvu s obzirom na predrasude, diskriminaciju i nasilje koje mogu doživjeti od većinske skupine (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Jedna od takvih manjina je i LGBTIQ zajednica za koju postoje brojna istraživanja koja ukazuju na visoku pojavnost diskriminacije i nasilja, s izrazito negativnim posljedicama na psihološku dobrobit. U 2019. godini, u zakonima 68 država članica Ujedinjenih naroda homoseksualnost je još uvijek bila kriminalizirana, pri čemu je u 26 država članica kazna zatvorom iznosila od 10 godina do doživotne kazne. Smrtna kazna se provodila u šest država članica, dok je u još njih pet to mogla biti moguća kazna za LGBTIQ osobe (Ramon Mendos, 2019). Jedan od nedavnih događaja, koji je šokirao društvo, bila su ubojstva i mučenja gejeva i

lezbijki u Čečeniji, republici u Ruskoj Federaciji na Kavkazu. U isto vrijeme, otkrivaju se i razni slučajevi u azijskim državama gdje policijski sustav vrši nasilje nad LGBTIQ osobama, s naglaskom na trans*[3] osobe (ILGA-Europe, 2020). Diskriminacija i nasilje nisu nepoznanica niti za hrvatsku LGBTIQ zajednicu. Istraživanje Zagreb Pridea iz 2013. godine je pokazalo kako je čak 73,6% LGBTIQ osoba doživjelo neki oblik nasilja zbog svoje seksualne orijentacije, rodnog identiteta i/ili rodnog izražavanja. Najviše sudionika tog istraživanja, njih 29%, doživjelo je diskriminaciju unutar vlastite obitelji, a nerijetko su je doživljavali i u školi, u ugostiteljskim objektima, u kontaktu s policijom i na raznim drugim mjestima (Milković, 2013). U izvještaju iz 2018. godine (Jurčić, 2018) navodi se problem pravnog neprepoznavanja interspolnih[4] osoba te izostanka bilo kakve zaštite od diskriminacije. Osim toga, i trans* osobe nailaze na razne prepreke tijekom procesa zakonskog priznanja roda zbog čega su izložene predrasudama i diskriminaciji jer službena oznaka u dokumentima ne odgovara njihovom rodu. Također, LGBTIQ osobe nailaze na brojne prepreke u zdravstvenom sustavu, na poslu, u sportu, u ostvarivanju prava na stanovanje i u raznim drugim aspektima društvenog i političkog života. Naročito je problematična intersekcionalna diskriminacija osoba koje uz pripadnost LGBTIQ zajednici, pripadaju i još nekoj drugoj manjini ili zajednici, primjerice romskoj manjini ili migrantskoj zajednici (Jurčić, 2018).

Morris, Waldo i Rothblum (2001) proveli su istraživanje na velikom uzorku lezbijki i biseksualnih žena u SAD-u te su potvrdili model u kojem su tvrdili da autanost dovodi do smanjene psihološke nelagode što u konačnici dovodi do smanjenja suicidalnosti. Smatrali su kako autanje predstavlja stresor s kojim se LGBTIQ osobe često susreću te koji ih može činiti otpornijima na sljedeće stresore, ako se uspješno prilagode. Na uzorku mladih gej osoba u Australiji 2014. godine provedeno je istraživanje, a u ispitivanju otpornosti na stres korištena je Kratka skala otpornosti (Smith i sur., 2008) uz mjerenje razlika između gej osoba koje žive u urbanim i ruralnim područjima. Obje su skupine pokazivale srednju otpornost na stres, ali je kod gej osoba u urbanim sredinama ona ipak bila statistički značajno veća. Uključivanjem u analizu i sociodemografskih varijabli ta je razlika postala neznačajna, a razlog se pronašao u činjenici da su osobe koje žive u ruralnim sredinama manje obrazovane od onih iz urbanih sredine te je varijabla razine obrazovanja „pokupila“ varijancu mjesta življenja u objašnjavanju otpornosti na stres (Lyons, Hosking i Rozbroj, 2015). U SAD-u je istraživana i otpornost na stres kod lezbijki, gejeva i biseksualnih (LGB) osoba crne rase (Moradi i sur., 2010). Autori su

[3] Oznaka za transrodne i transpolne osobe.
[4] Osobe rođene s karakteristikama muškog i ženskog spola.

imali dvije hipoteze, hipotezu rizika i hipotezu otpornosti. Prva je pretpostavljala da LGB osobe crne rase osjećaju više stresa od LGB osoba bijele rase jer su odbijani iz društva iz dva razloga, zbog pripadnosti LGB populaciji, ali i zbog svoje rase. Ta se hipoteza ujedno zove i hipoteza dvostruke ugroženosti (eng. *Double Jeopardy Hypothesis*). Druga je pretpostavljala da će LGB osobe crne rase osjećati manje stresa zbog pripadnosti LGB populaciji jer su već stvorili mehanizme otpornosti u stresnim situacijama vezanim za svoju rasu, koje su uvijek odvijaju prije procesa autanja. Taj se stres promatrao u odnosu između percipirane heteroseksističke stigme[5] i internalizirane homofobije[6]. Autori su u konačnici u svom istraživanju potvrdili hipotezu otpornosti (Moradi i sur., 2010). Ovo istraživanje potvrđuje kako izloženost raznim stresnim situacijama zapravo može utjecati na stvaranje mehanizama otpornosti na stres. Isti je dokaz pronađen u drugom istraživanju gdje je otkriveno kako se strah i rizik od otkrivanja seksualne orijentacije ili rodnog identiteta povezuju s dostizanjem više psihološke dobrobiti gdje bi upravo medijator mogla biti otpornost na stres. Odnosno, stresne situacije mogu utjecati na razvijanje otpornosti kod pojedinaca (Riggle, Rostosky, Black i Rosenkrantz, 2016).

Otpornost na stres je jednim dijelom biološki i genetski determinirana, ali također ima i svoje društvene i psihološke determinante što znači da se može naučiti kroz različite intervencije (Davydov, Stewart, Ritchie i Chauieu, 2010). Na taj se način može utjecati na životne ishode LGBTIQ osoba i učiti ih da se uspješno nose sa svim preprekama na koje nailaze. Važno je naglasiti kako je nužno provesti više istraživanja o otpornosti na stres u LGBTIQ populaciji jer te osobe imaju na raspolaganju manji broj resursa, poput socijalne podrške, podrške obitelji, pristupa zdravstvenom sustavu (naročito za trans* i interspolne osobe), koji im mogu pomoći u uspješnom nošenju sa svakodnevnim stresnim situacijama, što znači da se rezultati na općoj populaciji ne mogu generalizirati na LGBTIQ populaciji (Ryan i sur., 2009; prema Lyons, 2015). Također, postoje brojna istraživanja na temu prediktora otpornosti na stres, gdje neki autori ističu socijalnu podršku (Mustanski, Newcomb i Garofalo, 2011) i pripadnost zajednici (McLaren, Jude i McLachlan., 2008) kao prediktore tog konstrukta. U navedenom kontekstu se otpornost na stres može promatrati kao medijator između tih prediktora i raznih životnih ishoda poput psihološke dobrobiti, depresivnosti i anksioznosti.

[5] Stigma koja u prvi plan stavlja heteroseksualnu orijentaciju te joj podređuje sve druge (Moradi i sur., 2010).
[6] Internalizacija homofobnih stavova okoline što može dovesti do neprihvaćanja vlastite seksualne orijentacije (Meyer i Dean, 1998; prema Frost i Meyer, 2009).

1.2 Psihološka dobrobit

Jedan od vrlo često istraživanih konstrukata u psihologiji jest dobrobit pojedinca. Jedna od mnogobrojnih definicija tvrdi kako se dobrobit može definirati kao optimalno funkcioniranje pojedinca tijekom doživljenih iskustava (Ryan i Deci, 2001). Ryan i Deci (2001) navode kako su se razvile dvije struje u razumijevanju ljudske dobrobiti, hedonistički i eudaimonički pristup, gdje se hedonistički sagledava kroz prizmu subjektivne dobrobiti, a eudaimonički kroz prizmu psihološke dobrobiti. Porijeklo obje riječi dolazi iz grčkog jezika gdje *"hedone"* označava užitak, a *"eudaemonia"* blagostanje. Mnogi autori smatraju kako su to zapravo izrazito slični konstrukti, dok drugi smatraju da se svaki od njih treba proučavati odvojeno (Chen, Jing, Hayes i Lee, 2012). Hedonistički pristup je stvorio grčki filozof Aristippus koji je tvrdio kako je svrha života iskusiti što više zadovoljstva i užitka te da se sreća gleda kroz zadovoljenje potreba. Takav su pristup kasnije pratili razni filozofi, a s vremenom mu je pripojen i naziv subjektivne dobrobiti (Ryan i Deci, 2001). Diener (1984) smatra kako se visoka subjektivna dobrobit sastoji od učestalih pozitivnih emocija i raspoloženja, rijetkih negativnih emocija i raspoloženja te izrazitog životnog zadovoljstva.

Kod mjerenja subjektivne dobrobiti postoje tri važna aspekta na koja se treba osvrnuti. Prvo, ono je subjektivno te ovisi o iskustvu pojedinca. Zatim, subjektivna se dobrobit ne smije gledati samo kroz negativne čimbenike, već je potrebno uključiti i pozitivne te ih tako i mjeriti. Zadnji aspekt je taj da je subjektivnu dobrobit potrebno promatrati kroz duži vremenski period, a ne ograničavati se na samo određeni trenutak u vremenu (Diener, 1984).

Razni su autori pokušali izmjeriti subjektivnu dobrobit pa je posljedica mnogo mjernih instrumenata koji se najčešće razlikuju po broju čestica. Jedna od poznatijih skala prikazana je na Slici 1. te se sastoji od jedne čestice gdje osoba na skali od 1 do 8 treba odabrati koliko je zadovoljna vlastitim životom (Cantril, 1965). Također, i Gurinova skala ima samo jednu česticu gdje osoba na pitanje o tome kako je ovih dana treba odgovoriti s „jako sretno“, „poprilično sretno“ ili „ne baš sretno“ (Gurin, Veroff i Feld, 1960). Diener (1984) navodi kako takve skale mogu biti manjkave u smislu nemogućnosti izračuna mjera njihove unutarnje konzistencije te da imaju lošiju temporalnu valjanost od skala s više čestica. Primjeri skala s više čestica su Skala ravnoteže afekta (Bradburn, 1969; prema Diener, 1984) i Upitnik raspoloženja (Underwood i Moore, 1980; prema Diener, 1984). Jedna od prepoznatljivih skala je Skala zadovoljstva životom koja se i danas vrlo često koristi u mjerenjima zadovoljstva životom, a

primjenjiva je za sve dobne skupine. Sadrži pet čestica te pokazuje jako dobru test-retest korelaciju te pouzdanost unutarnje konzistencije (Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985)

Slika 1. *Prikaz Cantrilove skale subjektivne dobrobiti* (Sawatzky, 2010)

S druge strane spektra dobrobiti, nalazi se eudaimonički pristup koji se proučavao paralelno s hedonističkim. Glavna pretpostavka tog pristupa jest da je ljudska dobrobit više od pukog zadovoljavanja primarnih potreba, odnosno da se treba sagledati kroz proces samoaktualizacije gdje osoba ispunjava vlastite potencijale (Ryan i Deci, 2001). Waterman (1993) smatra kako osobe mogu dostići istinsku sreću, odnosno eudaimoniju, onda kada su izrazito autentične i usmjerene na osobni rast i razvoj. U 80-im godinama prošlog stoljeća glavne kritike proučavanja dobrobiti su se odnosile na to da su se istraživali samo subjektivna dobrobit i zadovoljstvo životom, a da se malo pozornosti obraćalo na psihološku dobrobit (Ryff, 1989).

Ryff (1989) je provela istraživanje o aspektima psihološke dobrobiti te je zaključila kako postoji šest dimenzija tog konstrukta: smisao života, osobni rast, pozitivni odnosi, autonomija, samo-prihvaćanje i upravljanje okolinom. Iz tog je istraživanja nastala Skala psihološke dobrobiti koja se danas najčešće koristi za mjerenje razine psihološke dobrobiti pojedinca. Hills i Argyle (2002) su kreirali Oxford upitnik sreće čija je namjera bila ispitivati psihološku dobrobit. Iako su autori tako naznačili u samom naslovu rada, upitno je koliko čestice iz upitnika zaista mjere psihološku dobrobit jer se više odnose na općenito zadovoljstvo životom. Autori su samo jednom spomenuli konstrukt psihološke dobrobiti u tekstu, nevezano za sami upitnik. Pregledom literature možemo uočiti kako su razni autori istaknuli u svom istraživanju korištenje mjere psihološke dobrobiti, a koja bi u konačnici bila mjera subjektivne dobrobiti, bez spominjanja psihološke dobrobiti na nekom drugom mjestu u samom radu. To nas dovodi do zaključka da je trenutno jedina autoru ovog rada poznata mjera psihološke dobrobiti skala koju je izradila Carol Ryff (2013).

Postoje autori koji smatraju da postoje i drugačije podjele ljudske dobrobiti. Tako Haybron (2000) tvrdi kako postoje tri filozofska koncepta dobrobiti, odnosno sreće: psihološka sreća, razborita sreća te perfekcionistička sreća. Psihološka sreća se veže uz hedonistički aspekt dobrobiti, dok se perfekcionistička sreća veže uz eudaimonički aspekt. Razborita sreća se veže uz životno zadovoljstvo te označava kognitivnu komponentu subjektivne dobrobiti, dok psihološka sreća označava emocionalnu komponentu. Na istom tragu nalaze se i Steptoe, Deaton i Stone (2014) koji su uz dva prvotna aspekta (psihološka i perfekcionistička dobrobit) uveli i evaluativnu dobrobit, koja je označavala također životno zadovoljstvo.

1.2.1 Psihološka dobrobit kod LGBTIQ osoba

Kako smo već naveli u prijašnjem poglavlju, LGBTIQ osobe učestalo doživljavaju diskriminaciju i nasilje što zasigurno može utjecati na njihovo zadovoljstvo životom te psihološku dobrobit. U jednom je istraživanju u SAD-u proučavana povezanost percipirane diskriminacije s mentalnim zdravljem LGB odraslih osoba te je otkriveno kako osobe koje su svakodnevno diskriminirane imaju veću vjerojatnost razvijanja psihičkih poremećaja (Mays i Cohran, 2001). Sudionici istraživanja su naglasili kako im je diskriminacija otežavala ostvarivanje ispunjavajućeg života. Općenito, LGB osobe doživljavale su značajno više diskriminacije, nego što su je doživljavale heteroseksualne osobe (Mays i Cochran, 2001). Riggle, Rostosky i Danner (2009) proveli su istraživanje u SAD-u o povezanosti LGB identiteta sa psihološkom dobrobiti te su utvrdili kako LGB osobe imaju nižu psihološku dobrobit u odnosu na heteroseksualne osobe, sa sniženim rezultatima na subskalama upravljanje okolinom, pozitivni odnosi s drugima, smisao života te samo-prihvaćanje. U istraživanju o prediktorima socijalne i psihološke dobrobiti kod LGB osoba u New Yorku utvrđeno je kako postoje spolne razlike u aspektima psihološke dobrobiti, točnije u rezultatima na subskali autonomija. LGB muškarci ostvaruju više rezultate od žena na toj subskali (Kertzner, Meyer, Frost i Stirratt, 2009).

1.3 Autanost

Jedna od stresnih situacija kroz koje LGBTIQ osobe često prolaze je autanje, odnosno proces otkrivanja seksualne orijentacije i/ili rodnog identiteta osobama iz svoje okoline (Boxer, Cook i Herdt, 1991; prema Kamenov i sur., 2016). U istraživanju provedenom na hrvatskoj

LGB zajednici pokazano je kako majke najčešće znaju za seksualnu orijentaciju/rodni identitet svoje djece, potom braća i sestre, prijatelji, očevi te naposljetku kolege s posla ili s fakulteta (Pikić i Jugović, 2006). Slični su rezultati dobiveni i u istraživanju Zagreb Pridea na LGBTIQ populaciji gdje je utvrđeno kako za seksualnu orijentaciju/rodni identitet najčešće znaju partneri i prijatelji, a potom sestre i majke, zatim braća i očevi, a u konačnici kolege s posla i šira okolina (Milković, 2013). Može se primijetiti određeni povećanje u autanju tijekom godina jer se udio sudionika za čiju seksualnu orijentaciju/rodni identitet osobe iz njihove okoline znaju povećao s jedne trećine na više od polovice sudionika. Važno je naznačiti kako su oba istraživanja provedena u velikim hrvatskim gradovima gdje djeluju udruge za zagovaranje LGBTIQ prava te je moguće da su ovakve statistike dobivene zbog većeg osjećaja sigurnosti u većim gradovima, nego što je u manjima. Takvu pretpostavku može potvrditi nedavno provedeno istraživanje na LGBTIQ osobama iz Europske unije te Sjeverne Makedonije i Srbije u kojem je utvrđeno kako je 53% sudionika nikad ili rijetko otvoreno oko svog seksualnog identiteta te 61% njih se odbija držati za ruku u javnosti sa svojim partnerima. U Hrvatskoj je 73% sudionika izjavilo kako su nikad ili rijetko otvoreni oko svog seksualnog identiteta, dok se za ruke ne drži 84% (Agencija Europske unije za temeljna prava, 2020). Razlog zašto su ove brojke puno niže, u kontekstu straha od nasilja i diskriminacije, od onih u istraživanjima provedenim u Hrvatskoj jest što se u ovom istraživanju radi o boljem načinu uzorkovanja što dovodi do točnijih procjena. Naime, istraživanje Zagreb Pridea (Milković, 2013) te istraživanje Lezbijske grupe Kontra (Pikić i Jugović, 2006) provedeno je metodom papir-olovka u najvećim gradovima, dok je istraživanje Agencije Europske Unije za temeljna prava (2020) provedeno online pa je upitnik mogao biti distribuiran po cijeloj Hrvatskoj. Prema postotku osoba koje se ne drže za ruke, Hrvatska je na samom začelju europskih zemalja, odmah iza Poljske. Istraživanje na američkom LGB uzorku je pokazalo kako postoji pozitivna korelacija između autanosti i psihološke dobrobiti, a sama autanost negativno korelira s depresijom i percipiranim stresom (Riggle i sur., 2016). Jordan i Deluty (2000) su istraživali zadovoljstvo vezom kod lezbijki u SAD-u te su zaključili da je viša razina autanosti povezana s većim zadovoljstvom u vezi, s tim da je razlika u razini autanosti između partnera pozitivno korelirala s nezadovoljstvom u vezi. S druge strane, Frost i Meyer (2009) su utvrdili kako autanost nije korelirala sa zadovoljstvom u vezi. Razlog za takvu diskrepanciju u rezultatima Feldman i Wright (2013) pronalaze u činjenici da veća autanost može značiti bolje životne ishode za one osobe koje od te autanosti imaju koristi, odnosno ako im je ona donijela veću sreću u životu poput prihvaćanja od strane obitelji, pronalaska partnera i slično. Osobe koje su zbog autanosti imale loša iskustva poput nasilja i diskriminacije će zbog više razine autanosti imati lošije životne ishode.

1.4 Prikrivanje seksualne orijentacije

Kao rezultat mnogobrojnih stresnih situacija LGBTIQ osobe mogu koristiti razne metode kako bi si smanjile razinu stresa, poput opreza u interakciji zbog svjesnosti od odbacivanja, prikrivanja seksualne orijentacije te metodu internaliziranja stigme (Meyer, 2003). Metodu prikrivanja seksualne orijentacije mogu koristiti kako bi se prikazale kao heteroseksualne osobe čime bi izbjegle moguće nasilje i diskriminaciju, a primjeri takvih ponašanja su izbjegavanje razgovora o ljubavnim odnosima te pretvaranje da je njihov dečko zapravo cura (Pikić i Jugović, 2006). Kada se osjećaju nesigurno, LGBTIQ osobe se mogu pretvarati da preuzimaju heteronormativne identitete kako bi se uklopile u većinsko društvo, te u to svjesno i aktivno ulažu energiju (Meyer, 2003). Jedno je istraživanje pokazalo pozitivnu povezanost prikrivanja seksualne orijentacije sa simptomima depresije i anksioznosti kod biseksualnih muškaraca (Schrimshaw, Siegel, Downing i Parsons, 2013), dok je u drugom pozitivno koreliralo sa psihološkim stresom kod LGBTIQ osoba (Velez, Moradi i Brewster, 2013). Lehavot i Simoni (2011) su u svom istraživanju ukazali na pozitivnu korelaciju prikrivanja seksualne orijentacije s depresijom, anksioznosti te uporabom psihoaktivnih tvari kod LGBTIQ žena. Takvi su rezultati potvrđeni i na uzorku američkih LGB osoba gdje je prikrivanje seksualne orijentacije bilo negativno povezano sa psihološkom dobrobiti (Riggle i sur., 2016) te na uzorku lezbijki i biseksualnih žena gdje je prikrivanje seksualne orijentacije bilo u negativnoj korelaciji sa psihološkom dobrobiti (Selvidge, Matthews i Bridges, 2008).

1.5 Autentičnost

U proučavanju LGBTIQ identiteta vrlo su se često isticali negativni aspekti tog identiteta, poput diskriminacije, nasilja, lošijih životnih ishoda, a malo se pozornosti davalo pozitivnim aspektima koji mogu unaprijediti život LGBTIQ osoba. Istraživanja pozitivnog LGBTIQ identiteta novijeg su datuma te se tek nedavno taj koncept počeo povezivati s raznim životnim ishodima (Rostosky, Cardom, Hammer i Riggle, 2018). Jedan od predloženih modela takvog LGBTIQ identiteta odvajao je LGB osobe od trans* osoba te je tako nastao pozitivni LGB identitet (Riggle, Mohr, Rostosky, Fingerhut i Balsam, 2014) i pozitivni trans* identitet (Riggle i Mohr, 2015). U kontekstu LGB identiteta autori su predložili pet dimenzija: samosvjesnost, autentičnost, intimnost, LGB zajednica i socijalna pravda (Riggle i sur., 2014).

Riggle i suradnici (2016) su utvrdili na uzorku LGB osoba da je autentičnost pozitivno povezana sa psihološkom dobrobiti. U istraživanju na uzorku LGB osoba u SAD-u autentičnost se pokazala kao prediktor svih dimenzija psihološke dobrobit (Rostosky i sur., 2018), a na uzorku LGB osoba u Hrvatskoj je bila također pozitivno povezana sa svim dimenzijama dobrobiti (Krašić i Štrbić, 2018). Isti su rezultati dobiveni i na talijanskom uzorku LGB osoba gdje je autentičnost bila jedini značajni prediktor psihološke dobrobiti (Petrocchi i sur., 2019). Takvi rezultati ukazuju na potrebnu istraživanja autentičnosti u kontekstu psihološke dobrobiti te općenito životnih ishoda LGBTIQ osoba.

1.6 Moguće implikacije istraživanja

Zbog svih prethodno navedenih rezultata istraživanja, bilo bi izrazito korisno ispitati koliko je otpornost na stres povezana sa psihološkom dobrobiti kod LGB osoba. Također, bilo bi važno ispitati jesu li razni čimbenici koji se vežu uz LGB populaciju poput autanja, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti povezani sa psihološkom dobrobiti, te utječu li na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti. Rezultati takvog istraživanja mogli bi se koristiti za unapređenje života LGB osoba, i to na način da se ciljano provode radionice i razne intervencije s ciljem ojačavanja onih čimbenika koji se pokažu značajnima. Nadalje, potrebno je sagledati hrvatski kontekst jer je većina sličnih istraživanja provedena u SAD-u gdje je situacija za LGB osobe značajno bolja nego u Hrvatskoj, kao što je objašnjeno u prilogu ovoga rada. Rezultati istraživanja bi se mogli diseminirati među udrugama i civilnim društvom koji se zalažu za prava LGB osoba, kako bi znali za koje čimbenike trebaju podizati svjesnost o ojačavanju među LGB osobama. Također, mogu se proslijediti i medijima kako bi se dizala svjesnost o prisutnosti LGB osoba u hrvatskom društvu. Provedba ovakvog istraživanja mogla bi služiti kao dodatni poticaj za istraživanje i drugih čimbenika koji bi mogli biti povezani sa psihološkom dobrobiti kod LGB osoba. U konačnici, sretnije i zadovoljnije LGB osobe su i produktivnije i korisnije za društvo te je iz tog aspekta korisno istražiti što je uzrok njihove psihološke dobrobiti, odnosno zadovoljstva.

2. Problemi i hipoteze

Cilj ovog istraživanja je ispitati povezanost otpornosti na stres sa psihološkom dobrobiti kod LGB osoba te utvrditi postoje li razlike u toj povezanosti s obzirom na stupanj autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti.

Problem 1. Ispitati postoji li statistički značajna povezanost između otpornosti na stres i dimenzija psihološke dobrobiti kod LGB osoba.
Hipoteza 1. Postoji statistički značajna pozitivna povezanost između otpornosti na stres i svih dimenzija psihološke dobrobiti (smisao života, pozitivni odnosi, autonomija, osobni rast, samo-prihvaćanje, upravljanje okolinom) kod LGB osoba.

Problem 2. Ispitati postoji li statistički značajna povezanost autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti sa psihološkom dobrobiti kod LGB osoba.
Hipoteza 2. Postoji statistički značajna pozitivna povezanost autanosti i autentičnosti s psihološkom dobrobiti te statistički značajna negativna povezanost prikrivanja seksualne orijentacije sa psihološkom dobrobiti.

Problem 3. Ispitati mogućnost objašnjavanja psihološke dobrobiti kod LGB osoba na temelju rodnog identiteta, dobi, razine obrazovanja, veličine mjesta prebivališta, otpornosti na stres, autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti.
Hipoteza 3. Rodni identitet, dob, stupanj obrazovanja, veličina mjesta prebivališta, otpornost na stres, autanost, prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost značajni su prediktori psihološke dobrobiti kod LGB osoba.

Problem 4. Utvrditi postoji li moderatorski utjecaj autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti na odnos otpornosti na stres i psihološke dobrobiti kod LGB osoba.
Hipoteza 4. Postoji moderatorski utjecaj autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti na odnos otpornosti na stres i psihološke dobrobiti kod LGB osoba, na način da će visoke razine autanosti i autentičnosti dovesti povećanja povezanosti između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti kod LGB osoba, dok će visoke razine prikrivanja seksualne orijentacije dovesti do njenog smanjenja.

3. Metoda

3.1 Sudionici

U cjelokupnom istraživanju sudjelovalo je 457 osoba. S obzirom na to da je istraživanje predviđeno za LGB osobe, iz uzorka je izbačeno osam heteroseksualnih osoba i 34 rodno

nebinarne te trans osobe[7]. Također, iz uzorka su uklonjeni rezultati sedam sudionika koji su maloljetni te to dovodi do ukupnog uzorka od 408 cis[8] muškaraca i žena. Kao cis muškarci identificiralo se 184 (45.1%) sudionika, dok se 224 (54.9%) identificiralo kao cis žene. Dobni raspon bio je između 18 i 52 godine s aritmetičkom sredinom od 25 godina i 10 mjeseci te pripadajućom standardnom devijacijom od 6 godina. Kao aseksualne osobe identificiralo se 6 (1.5%) sudionika, 90 (22.1%) kao biseksualne osobe, 275 (67.4%) kao homoseksualne osobe, 22 (5.4%) kao panseksualne osobe, 14 (3.4%) ih se nije identificiralo uopće te 1 (0.2%) kao ostalo. Samo osnovnu školu završila su 4 (1%) sudionika, dok ih je 172 (42.2%) završilo samo srednju školu. Preddiplomski studij ih je završilo 111 (27.2%), a 110 (27%) diplomski studij. Osoba koje nisu završile niti osnovnu školu nije bilo u ovom uzorku. Završen neki stupanj poslijediplomskog obrazovanja ima 11 (2.7%) sudionika. Na pitanje o radnom statusu 7 (1.7%) sudionika je odgovorilo da su učenici/e, 194 (47.5%) studenti/ce, 36 (8.8%) nezaposleni/e te 171 (41.9%) zaposleni/e. U ovom uzorku nije bilo osoba koje se izjašnjavaju kao umirovljenici/e. Da dolazi iz naselja veličine do 5 000 stanovnika odgovorio je 91 (22.3%) sudionik, iz naselja veličine od 5 001 do 10 000 stanovnika 42 (10.3%) sudionika, iz naselja veličine od 10 001 do 100 000 stanovnika 112 (27.5%) sudionika, iz naselja veličine od 100 001 do 500 000 stanovnika 50 (12.3%) sudionika te naselja veličine više od 500 000 stanovnika 113 (27.7%) sudionika. Na pitanje o roditeljstvu 176 (43.1%) sudionika je odgovorilo da nisu roditelji i da ne znaju žele li imati djecu u budućnosti, 82 (20.1%) sudionika da nisu roditelji i da ne žele imati djecu u budućnosti, 139 (34.1%) da nisu roditelji, ali žele imati djecu u budućnosti, 6 (1.5%) sudionika da su roditelji i da ne znaju žele li imati još djece u budućnosti te 5 (1.2%) da su roditelji, ali da ne žele imati još djece u budućnosti. U uzorku nije bilo sudionika koji jesu roditelji i koji žele imati još djece u budućnosti.

3.2 Instrument

U ovom je istraživanju korišteno pet instrumenata kako bi se mjerile sljedeće karakteristike: psihološka dobrobit, otpornost na stres, prikrivanje seksualne orijentacije, autanost i autentičnost. Osim toga korišten je i upitnik sociodemografskih karakteristika kojim

[7] Razlog za uključivanje u istraživanje sudionika koji se ne identificiraju izričito kao lezbijke, gejevi ili biseksualne osobe jest taj da se osoba može, primjerice, identificirati kao aseksualna osoba, a svejedno može biti u odnosu s osobom istog spola. Razlog zašto trans i nebinarne osobe nisu u uzorku, a na njih se može primijeniti iznad navedeni princip, je taj što trans i nebinarne osobe imaju drugačije stresore u životu te bi se za provjeru njihovog nošenja sa stresom, i ostalih varijabli koje su dio ovog istraživanja, trebalo provesti zasebno istraživanje (Riggle, Rostosky, McCants i Pascale-Hague, 2011).
[8] Osobe kojima je spol istovjetan rodu.

su mjerene sljedeće karakteristike: spol, rod, dob, seksualna orijentacija, završeni stupanj obrazovanja, radni status, veličina naselja prebivališta, status veze i roditeljski status.

Psihološka dobrobit je mjerena Skalom psihološke dobrobiti *(*eng. *Psychological Well-Being Scale)* čija je autorica Ryff (2013), a na hrvatski su je jezik preveli Ivanović, Burušić i Brajša-Žganec (2014). Skala mjeri dimenzije psihološke dobrobiti koje se odnose na različite aspekte psihološkog funkcioniranja. Sastoji se od ukupno 30 čestica koje su podijeljene na šest subskala po 5 čestica. Skala za odgovore ima šest razina, pri čemu 1 predstavlja *Izrazito se ne slažem,* dok 6 predstavlja *Izrazito se slažem. Subskala smisao života* označava da osoba ima cilj i svrhu u životu te misli da život ima smisao (primjer čestice: „Imam osjećaj smjera i svrhe u životu"). Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti ove subskale u našem istraživanju iznosi .86, dok u istraživanju autora Ivanović i suradnika (2014) iznosi .82. *Subskala osobni rast* označava osjećaj kontinuiranog razvoja te otvorenost prema novim iskustvima (primjer čestice: „Nisam zainteresiran za aktivnosti koje će proširiti moje horizonte"). Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti ove subskale u našem istraživanju iznosi .69, dok u ranijem istraživanju iznosi .64. *Subskala pozitivni odnosi* označava da osoba ima tople i ispunjavajuće odnose s drugim osobama te je zabrinuta za dobrobit drugih (primjer čestice: „Održavanje bliskih odnosa za mene je do sada bilo teško i frustrirajuće"). Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti ove subskale u našem istraživanju iznosi .80, dok u ranijem istraživanju iznosi .74. *Subskala autonomija* označava samostalnost, ustrajnost te mogućnost samostalne regulacije ponašanja (primjer čestice: „Na odluke koje ja donosim obično ne utječe ono što drugi rade"). Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti ove subskale u našem istraživanju iznosi .66, dok u ranijem istraživanju iznosi .62. *Subskala samo-prihvaćanje* označava da osoba ima pozitivno mišljenje prema sebi te je svjesna i prihvaća različite dimenzije vlastitog identiteta (primjer čestice: „Kada gledam na svoju životnu priču, zadovoljan sam kako su se stvari dogodile"). Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti ove subskale u našem istraživanju iznosi .76, dok u ranijem istraživanju iznosi .73. *Subskala upravljanje okolinom* označava da osoba može birati i kreirati kontekst koji joj odgovara te da ima sposobnosti i vještine za nošenje s vlastitom okolinom (primjer čestice: „Općenito, osjećam da mogu vladati situacijama u životu"). Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti ove subskale u našem istraživanju iznosi .76, dok u ranijem istraživanju iznosi .66. Rezultat se na svakoj subskali formira kao aritmetička sredina odgovora sudionika na svim česticama, pritom pazeći da su određene čestice obrnuto bodovane. Ukupan rezultat se formira kao aritmetička sredina rezultata na svih šest subskala. Viši rezultat na skali označava višu

psihološku dobrobit. Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti cjelokupne skale u našem istraživanju iznosi .92, dok u ranijem istraživanju iznosi .89.

Otpornost na stres je mjerena Kratkom skalom otpornosti (eng. *Brief Resilience Scale*) čiji su autori Smith i suradnici (2008), a na hrvatski jezik su je adaptirale Slišković i Burić (2018). Skala mjeri otpornost osobe na negativne događaje i razne stresore koje ona doživi tijekom života. Sastoji se od šest čestica (primjer čestice: „Obično se brzo oporavim nakon teških vremena"). Skala za odgovore ima pet razina, pri čemu 1 predstavlja *Uopće se ne slažem*, dok 5 predstavlja *U potpunosti se slažem*. Ukupan rezultat se formira kao aritmetička sredina odgovora na svih šest čestica, pritom pazeći da su određene čestice obrnuto bodovane. Veći rezultat na skali označava veću otpornost na stres. Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti u našem istraživanju iznosi .87, dok u istraživanju autorica Slišković i Burić (2018) iznosi .82.

Prikrivanje seksualne orijentacije je mjereno istoimenom skalom čije su autorice Pikić i Jugović (2006). Skala mjeri koliko osobe ulažu napora da bi od okoline prikrile svoju seksualnu orijentaciju kako bi se zaštitile od nelagode, nasilja i diskriminacije. Sastoji se od sedam čestica (primjer čestice: „Izbjegavam pričati o svojem ljubavnom ili seksualnom životu zato da izbjegnem nelagodu, diskriminaciju i/ili nasilje zbog svoje seksualne orijentacije"). Skala za odgovore ima pet razina, pri čemu 1 predstavlja *Nikad*, dok 5 predstavlja *Uvijek*. Ukupan rezultat se formira kao aritmetička sredina odgovora na svih sedam čestica. Veći rezultat na skali označava češće prikrivanje seksualne orijentacije. Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti skale u našem istraživanju iznosi .89. U originalnom istraživanju autorica Pikić i Jugović (2006) nije navedena pouzdanost skale.

Autanost je mjerena Inventarom autanosti (*Outness Inventory*) čiji su autori Mohr i Fassinger (2000), a na hrvatski jezik su je preveli Krašić i Štrbić (2018). Skala mjeri koliko je osoba otvorena prema okolini u vezi svoje seksualne orijentacije. Originalna skala ima 11 čestica, dok je u ovoj uporabljenoj za istraživanje korišteno devet čestica jer su izbačene one koje se tiču religijske zajednice (primjer čestice: „članovi moje religijske zajednice (npr., crkva, hram)). Svaka čestica označava jednu osobu ili grupu osoba prema kojima sudionik pokazuje otvorenost o seksualnoj orijentaciji. Skala ima osam razina, gdje 1 označava da ta osoba ili grupa *sigurno ne zna/ju*, dok 7 označava da *sigurno zna/ju*. Vrijednost 8 označava da osoba tu osobu ili grupu osoba nema u svom životu. Ukupan rezultat se formira kao aritmetička sredina odgovora na svih devet čestica, a vrijednost 8 stavljena je kao ″missing″ vrijednost. Veći rezultat na skali označava veću autanost. Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti skale u našem

istraživanju iznosi .86. U originalnom istraživanju autora Mohra i Fassingera (2000) nije navedena pouzdanost skale.

Autentičnost je mjerena istoimenom subskalom iz Skale pozitivnog LGB identiteta (eng. *LGB Positive Identity Measure*) koju su kreirali autori Riggle i suradnici (2014), a preveli Krašić i Štrbić (2018). Skala mjeri koliko osoba otvoreno izražava svoj identitet te koliko je iskrena u odnosu s drugima i samim sobom. Sastoji se od pet čestica s odgovorima na sedam razina, gdje 1 označava *U potpunosti se ne slažem*, dok 7 označava *U potpunosti se slažem* (primjer čestice: „Osjećam se ugodno sa svojim identitetom kao lezbijka, gej ili biseksualna osoba."). Ukupan rezultat se formira kao aritmetička sredina odgovora na svih pet čestica. Veći rezultat na skali označava veću autentičnost. Cronbach-alfa koeficijent pouzdanosti skale u našem istraživanju iznosi .85, dok u originalnom istraživanju autora Riggle i suradnika (2014) iznosi .87.

3.3 Postupak

Nakon kreiranja, sudionicima je u veljači 2020. godine proslijeđena *online* anketa putem aplikacije *Google Forms*. Kako bi se došlo do što većeg broja sudionika, upitnik je podijeljen na društvenoj mreži LGBTIQ osoba u Hrvatskoj haer.hr te se sve sudionike zamolilo da upitnik proslijede i drugim LGB osobama koje poznaju. Upitnik se dijelio i LGB osobama koje autor poznaje koje se također zamolilo za daljnje dijeljenje metodom snježne grude. Prije ispunjavanja, sudionicima su dane sve informacije o anketi te im je objašnjeno kako je istraživanje u potpunosti anonimno i da u bilo kojem trenutku mogu odustati od rješavanja. Također, sudionicima je omogućena povratna informacija o rješavanju na način da im je dana adresa e-pošte na koju se mogu obratiti za više informacija o samom radu. Pristanak na sudjelovanje u istraživanju reguliran je na početku upitnika gdje su sudionici obavješteni kako prelazak na sljedeću stranicu predstavlja pristanak na sudjelovanje. Sudionicima je naglašeno kako će se podaci prikupljeni u istraživanju koristiti samo u svrhu izrade diplomskog i istraživačkog rada. U sklopu ovog istraživanja, sudionici su ispunjavali upitnike sljedećim redom: Upitnik sociodemografskih karakteristika, Upitnik psihološke dobrobiti, Upitnik otpornosti na stres, Upitnik autanosti, Upitnik prikrivanja seksualne orijentacije te Upitnik autentičnosti. Sudionici su u svrhu dodatnog istraživanja ispunjavali i Upitnik emocionalne regulacije i kontrole, Upitnik empatije te Upitnik strategija suočavanja sa stresom. Na samom kraju, sudionicima je dana zahvala za ispunjavanje. Upitnik je bilo moguće ispuniti tijekom dva

tjedna nakon čega je isti zatvoren s pripadajućom porukom u slučaju ako ga je netko želio ispuniti nakon isteka dva tjedna.

4. Rezultati

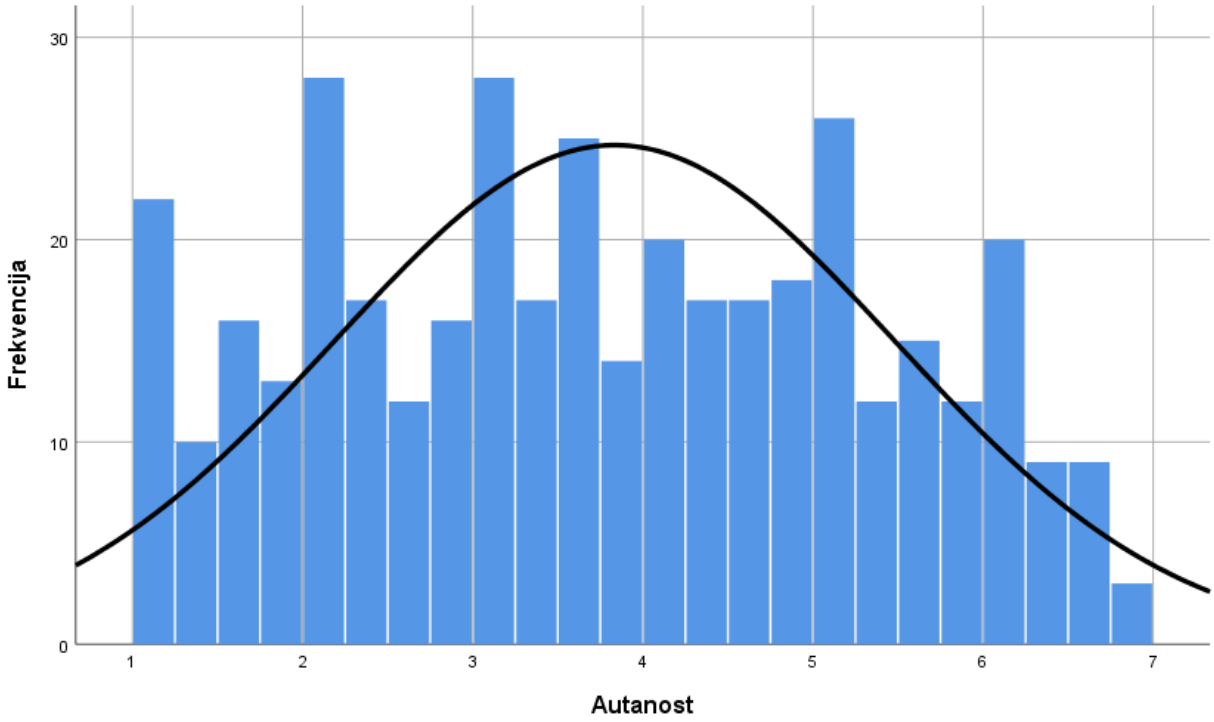
Kako bismo mogli odgovoriti na hipoteze, proveli smo sljedeće statističke analize: deskriptivna analiza, korelacijska analiza, regresijska analiza te testiranje medijatorskog utjecaja.

Tablica 1. *Deskriptivni rezultati sudionika na varijablama otpornosti na stres, dimenzijama psihološke dobrobiti, autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti.*

							asimetrija	
	N	*min*	*max*	*TR*	*M*	*sd*	koeficijent	standardna pogreška
Otpornost na stres	408	1	5	4	2,80	0,90	0,118	
Psihološka dobrobit	408	2.17	5.9	3.73	4,23	0,74	-0,292	
Smisao života	408	1	6	5	4,07	1,15	-0,349	
Osobni rast	408	2	6	3	5,05	0,77	-0,940	
Pozitivni odnosi	408	1	6	5	4,22	1,16	-0,444	
Autonomija	408	2	6	4	4,36	0,79	-0,310	
Samoprihvaćanje	408	1	6	5	3,92	1,02	-0,259	0,121
Upravljanje okolinom	408	1	6	5	3,75	0,99	-0,248	
Autanost	408	1	7	6	3,83	1,65	-0,028	
Prikrivanje seksualne orijentacije	408	1	5	4	2,57	1,02	0,471	
Autentičnost	408	1	7	6	5,75	1,23	-1,388	

Uvidom u Tablicu 1. možemo vidjeti kako su svi sudionici odgovorili na sve čestice iz upitnika te da nema *missing* rezultata. Sudionici ovog istraživanja postizali su srednju otpornost na stres s prikladnom standardnom devijacijom. Što se tiče dimenzija psihološke dobrobiti, najviše su rezultate sudionici ostvarivali na dimenzijama osobnog rasta i autonomije, dok su najniže

ostvarivali na dimenzijama samoprihvaćanje i upravljanje okolinom. Općenito na psihološkoj dobrobiti sudionici su ostvarivali rezultate iznad srednje vrijednosti skale. Što se tiče autanosti, sudionici su ostvarivali rezultate na srednjoj vrijednosti skale, ali s povećanom standardnom devijacijom. Uvidom u distribuciju rezultata na histogramu na Grafu 1. možemo zaključiti kako su sudionici izrazito raspodijeljeni po svim razinama autanosti, odnosno da se ne grupiraju oko iste vrijednosti. U prikrivanju seksualne orijentacije sudionici su ostvarivali nešto niže vrijednosti od srednje vrijednosti skale, pri čemu viša vrijednost označava češće prikrivanje. Važno je naznačiti da se skala sastoji od sedam čestica, od kojih su sudionici ostvarivali više rezultate na dvjema česticama koje su povezane s tajenjem seksualne orijentacije (*M*=3,14) te izbjegavanjem razgovaranja o ljubavnom ili seksualnom životu (*M*=3,08). Što se tiče autentičnosti, sudionici pokazuju visoku autentičnost s prikladnom standardnom devijacijom. Sagledavajući rezultate u testiranju asimetrije možemo zaključiti kako skale otpornost na stres i autanost imaju simetričnu distribuciju. Sve ostale skale imaju negativnu asimetriju, osim prikrivanja seksualne orijentaciju koja ima pozitivnu asimetriju.



Graf 1. *Distribucija rezultata sudionika na skali autanosti*

Tablica 2. *Prikaz rezultata Kolmogorov - Smirnov i Shapiro - Wilk testa normalnosti raspodjele na svim varijablama*

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistik	*df*	*p*	Statistik	*df*	*p*
Otpornost na stres	,063	408	,001	,986	408	,001
Smisao života	,073	408	<,001	,976	408	<,001
Osobni rast	,137	408	<,001	,918	408	<,001
Pozitivni odnosi	,101	408	<,001	,962	408	<,001
Autonomija	,075	408	<,001	,984	408	<,001
Samoprihvaćanje	,082	408	<,001	,984	408	<,001
Upravljanje okolinom	,075	408	<,001	,989	408	,003
Psihološka dobrobit	,047	408	,030	,987	408	,001
Autanost	,061	408	,001	,973	408	<,001
Prikrivanje seksualne orijentacije	,069	408	<,001	,963	408	<,001
Autentičnost	,161	408	<,001	,863	408	<,001

Uvidom u Tablicu 2. možemo vidjeti kako sve skale i subskale odstupaju od normalne distribucije rezultata, u oba testa normalnosti raspodjele. Iako je to preduvjet za provedbu korelacijske i regresijske analize, prihvaća se i to da varijable imaju donekle asimetričnu distribuciju rezultata ili da su barem asimetrične u istom smjeru. U našem slučaju skala prikrivanja seksualne orijentacije ima pozitivnu asimetriju za razliku od ostalih skala i subskala koje imaju negativnu asimetriju, ali to nije ekstremno odstupanje u simetričnosti koje bi moglo narušiti točnost rezultata te se onda može provoditi parametrijska statistika za analizu podataka (Kline, 2005).

Tablica 3. *Koeficijenti povezanosti svih varijabli*

	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
1. Rodni identitet	,06	,01	-,13**	,01	-,05	,24**	-,10*	-,03	-,12*	-,15**	-,07	-,11*	-,05	-,12*
2. Dob		,34**	,15**	,07	,07	-,05	,09	,05	-,05	,06	,09	,16**	,23**	,12*
3. Stupanj obrazovanja			,14**	,03	,04	,03	-,03	,10*	,16**	,04	,05	,13**	,12*	,13*
4. Veličina prebivališta				,04	,16**	-,16**	,15**	,07	,05	,16**	,02	,11*	,05	,10*
5. Otpornost na stres					,18**	-,29**	,17**	,41**	,30**	,37**	,30**	,51**	,56**	,54*
6. Autanost						-,50**	,44**	,20**	,22**	,22**	,20**	,26**	,20**	,29**
7. Prikrivanje seksualne orijentacije							-,60**	-,16**	-,18**	-,37**	-,41**	-,36**	-,28**	-,39**
8. Autentičnost								,19**	,23**	,34**	,37**	,25**	,22**	,35**
9. Smisao života									,61**	,43**	,35**	,60**	,62**	,81**
10. Osobni rast										,45**	,27**	,52**	,42**	,71**
11. Pozitivni odnosi											,29**	,60**	,50**	,75**
12. Autonomija												,38**	,34**	,55**
13. Samoprihvaćanje													,73**	,86**
14. Upravljanje okolinom														,81**
15. Psihološka dobrobit														

*p<,05; **p<,01

Podaci iz Tablice 3. pokazuju kako psihološka dobrobit statistički značajno korelira sa svim promatranim varijablama. Najviša pozitivna korelacija utvrđena je s otpornošću na stres, dok su nešto niže pozitivne korelacije utvrđene s autentičnosti i autanosti. Negativna korelacija utvrđena je s prikrivanjem seksualne orijentacije, a korelacije sa sociodemografskim varijablama su, iako značajne, izrazito niske. Rodni identitet ima nisku pozitivnu korelaciju s prikrivanjem seksualne orijentacije što znači da muškarci nešto češće prikrivaju seksualnu orijentaciju od žena. Dob ima nisku pozitivnu korelaciju sa stupnjem obrazovanja i subskalom upravljanje okolinom. Otpornost na stres ima nisku negativnu korelaciju s prikrivanjem seksualne orijentacije, a nisku pozitivnu korelaciju sa subskalama osobni rast, pozitivni odnosi i autonomija. Srednju pozitivnu korelaciju ima sa subskalama samoprihvaćanje i upravljanje okolinom, ali i s ukupnom psihološkom dobrobiti. Autanost ima srednju negativnu korelaciju s prikrivanjem seksualne orijentacije, a nisku pozitivnu korelaciju sa svim dimenzijama psihološke dobrobiti, kao i s ukupnom psihološkom dobrobiti. Srednju pozitivnu korelaciju ima s autentičnosti. Osim s otpornosti na stres i autanosti, prikrivanje seksualne orijentacije ima srednju negativnu korelaciju s autentičnosti i subskalom autonomija. Nisku negativnu korelaciju ima sa subskalama pozitivni odnosi, samoprihvaćanje, upravljanje okolinom, i s ukupnom psihološkom dobrobiti. Osim autanosti i prikrivanja seksualne orijentacije, autentičnost ima nisku pozitivnu korelaciju sa subskalama osobni rast, pozitivni odnosi, autonomija, samoprihvaćanje, upravljanje okolinom, ali i s ukupnom psihološkom dobrobiti. Ostale korelacije su ili neznačajne, ili manje od .20. Subskale psihološke dobrobiti imaju srednje i umjerene interkorelacije te srednje i visoke korelacije s ukupnom psihološkom dobrobiti.

Tablica 4. *Prikaz rezultata hijerarhijske regresijske analize te doprinosa pojedinih blokova prediktorskih varijabli u predviđanju psihološke dobrobiti*

			Standardna pogreška	Statistici promjene				
Blok	R	R^2	procjene	ΔR^2	ΔF	df_1	df_2	p
1	,208	,043*	,72984	,043	4,575	4	403	,001
2	,575	,331**	,61133	,287	172,395	1	402	<,001
3	,635	,403**	,57941	,073	16,169	3	399	<,001

*p<,05; **p<,01

Tablica 5. *Prikaz standardiziranih koeficijenata analiziranih prediktora psihološke dobrobiti i testiranja njihove značajnosti*

Skupina varijabli	Varijable	Blok		
		1	2	3
Sociodemografska obilježja	Rodni identitet	-,116*	-,122*	-,080*
	Dob	,091	,060	,036
	Stupanj obrazovanja	,093	,090*	,111*
	Veličina prebivališta	,063	,044	,002
Otpornost na stres	Otpornost na stres		,537**	,469**
Aspekti LGB osoba	Autanost			,062
	Prikrivanje seksualne			-,105*
	Autentičnost			,175**
Statistici	R^2	,043*	,331**	,403**
	ΔR^2	,043*	,287**	,073**
	R^2_{error}	,72984	,61133	,57941

Kako bismo spoznali prediktore psihološke dobrobiti i njihovu značajnost, provedena je hijerarhijska regresijska analiza u tri bloka. U prvom bloku nalaze se sociodemografske varijable, odnosno varijable rodni identitet, dob, stupanj obrazovanja, veličina prebivališta, dok je u drugi blok dodana i otpornost na stres. U trećem se bloku nalaze se autanost, prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost. Pregledom Tablice 4., možemo vidjeti kako prvi blok značajno objašnjava psihološku dobrobit, iako s malim koeficijentom determinacije, odnosno objašnjava 4,3% varijance psihološke dobrobiti. Iz Tablice 5. može se iščitati kako je rodni identitet jedini značajni prediktor od svih sociodemografskih varijabli. U Tablici 4. možemo vidjeti promjenu koeficijenta determinacije uvođenjem i drugog bloka u analizu na 33,1% što je značajno povećanje (p<,001). Prema Tablici 5., u drugom je bloku otpornost na stres najsnažniji prediktor psihološke dobrobit, ali je njenim uključivanjem i stupanj obrazovanja postao značajni prediktor (p<,05), a značajnost rodnog identiteta se malo povećala. Uvidom u Tablicu 4. možemo zaključiti kako se uvođenjem trećeg bloka s varijablama autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti koeficijent determinacije povećava na 40,3%, što je također značajno povećanje (p<.001). Pregledom Tablice 5. od tri dodane varijable iz trećeg bloka, prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost su značajni prediktori, dok autanost nije. Najsnažniji prediktor još je uvijek otpornost na stres čiji se koeficijent β malo

smanjio, dok se β koeficijent rodnog identiteta također ponešto smanjio, a β koeficijent stupnja obrazovanja malo povećao. Dakle, najveća promjena koeficijenta determinacije nastaje uvođenjem drugog bloka gdje je relativni porast objašnjene varijance kriterija za 28,7 %, a daleko najbolji prediktor psihološke dobrobiti jest otpornost na stres.

Tablica 6. *Testiranje moderatorskog utjecaja autanosti na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti*

			Standardna pogreška		Statistici promjene			
Blok	R	R^2	procjene	ΔR^2	ΔF	df_1	df_2	p
1	,577	,333	,6080	,333	101,037	2	405	<,001
2	,577	,333	,6080	,000	,001	1	404	,980

Tablica 7. *Testiranje moderatorskog utjecaja prikrivanja seksualne orijentacije na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti*

			Standardna pogreška		Statistici promjene			
Blok	R	R^2	procjene	ΔR^2	ΔF	df_1	df_2	p
1	,595	,354	,59822	,354	111,044	2	405	<,001
2	,595	,354	,59884	,000	,165	1	404	,685

Tablica 8. *Testiranje moderatorskog utjecaja autentičnosti na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti*

			Standardna pogreška		Statistici promjene			
Blok	R	R^2	procjene	ΔR^2	ΔF	df_1	df_2	p
1	,604	,364	,59354	,364	116,004	2	405	<,001
2	,605	,366	,59345	,002	1,122	1	404	,290

Kako bismo provjerili postoji li moderatorski utjecaj autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti, proveli smo tri zasebne analize. Moderatorski odnos iz Tablica 6., 7. i 8. smo testirali na način da smo najprije centrirali sve prediktorske varijable. To znači da smo svaki rezultat sudionika oduzeli od aritmetičke sredine svih sudionika u toj varijabli te smo ovim putem kreirali nove centrirane varijable. Aritmetička sredina centrirane varijable iznosi 0. Potom smo za svako testiranje moderatorskog utjecaja regresijski model podijelili na dva bloka. U prvi smo blok stavili centrirane varijable prediktora i moderatora, a u drugi blok njihov umnožak. U slučaju da postoji bilo kakav oblik moderatorskog utjecaja, promjena objašnjavanja varijance u drugom

bloku bi trebala biti značajna. U sva tri slučaja, gdje su moderatori bili autanost, prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost, promjena objašnjavanja varijance u drugom bloku nije bila značajna što znači da ne postoji moderatorski utjecaj.

5. Rasprava

Prvi problem ovog istraživanja bio je ispitati postoji li statistički značajna povezanost između otpornosti na stres i dimenzija psihološke dobrobiti kod LGB osoba. Rezultati su pokazali kako postoji pozitivna korelacija između otpornosti na stres i svih dimenzija psihološke dobrobiti. Korelacija sa subskalama osobni rast, pozitivni odnosi i autonomija je niska, dok je sa subskalama smisao života, samoprihvaćanje i upravljanje srednje visoka. S ukupnom psihološkom dobrobiti korelacija je pozitivna i srednje visoka. Takvi su rezultati u skladu s očekivanjima s obzirom na istraživanje Riggle i suradnika (2016) gdje su stresne situacije dovele do razvitka otpornosti na stres kod LGB osoba koja se povezuje s većom psihološkom dobrobiti. U skladu su i s rezultatima istraživanja Morris i suradnika (2001) koji su tvrdili da stresori poput autanosti mogu dovoditi do povećanja psihološke dobrobiti kod LGBTIQ osoba. Problem navedenih istraživanja čiji su rezultati u skladu s našim rezultatima iz provedenog istraživanja jest da nije direktno mjerena otpornost na stres, što je u našem istraživanju provedeno, već je pretpostavljeno da stresne situacije poput autanja dovode do razvoja psihološke dobrobiti.

Drugi problem ovog istraživanja bio je ispitati postoji li statistički značajna povezanost autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti sa psihološkom dobrobiti kod LGB osoba. Rezultati su pokazali kako autanost i autentičnost imaju nisku pozitivnu korelaciju sa psihološkom dobrobiti, s tim da autentičnost ima nešto višu korelaciju, dok prikrivanje seksualne orijentacije ima nisku negativnu korelaciju sa psihološkom dobrobiti. Takvi su rezultati u skladu s istraživanjem Riggle i suradnika (2016) koje je ukazalo na pozitivnu korelaciju između autanosti i autentičnosti sa psihološkom dobrobiti, dok je prikrivanje seksualne orijentacije negativno povezano sa psihološkom dobrobiti iako su korelacije u njihovom istraživanju nešto veće od korelacija u našem istraživanju. Razlog za takvu razliku u korelaciji možemo pronaći u činjenici da je istraživanje Riggle i suradnika (2016) provedeno u SAD-u gdje je situacija za LGB osobe bolja u smislu zakonske i društvene jednakosti te će LGB osobe tamo biti sretnije i zadovoljnije jer im autanost, odnosno otkrivanje vlastite seksualne

orijentacije drugima te autentičnost, odnosno prihvaćanje i iskrenost u vezi samog sebe donose pozitivnije životne ishode, dok im prikrivanje seksualne orijentacije donosi negativnije životne ishode. Dakako, to je istraživanje provedeno 2016. te je pitanje kakvi bi rezultati bili da su provedeni danas u SAD-u s obzirom na promjenu političke situacije. Također, na takve rezultate našeg istraživanja sigurno utječe i društveno-politička situacija u Hrvatskoj gdje bi ove korelacije možda bile još veće da je društveno ozračje za LGBTIQ osobe drugačije, odnosno pozitivnije. Rezultati korelacijske analize između autanosti i psihološke dobrobiti potvrđeni su i u istraživanju Jordan i Deluty (2000) koji su potvrdili kako postoji pozitivna korelacija između autanosti i zadovoljstva u vezi. Također, rezultati korelacijske analize između prikrivanja seksualne orijentacije i psihološke dobrobiti u skladu su s brojnim prethodnim istraživanjima koja su provedena u SAD-u (Lehavot i Simoni, 2011; Schrimshaw i sur., 2013; Selvidge i sur., 2008; Velez i sur., 2013). Nadalje, rezultati korelacijske analize između autentičnosti i psihološke dobrobiti potvrđeni su i u istraživanju Petrocchi i suradnika (2019) na talijanskom uzorku gdje su korelacije skoro pa identične našima što može biti objašnjeno činjenicom da je u Hrvatskoj i u Italiji razina prava LGB osoba gotovo jednaka. Po navedenim rezultatima možemo reći kako smo potvrdili drugu hipotezu.

Treći problem ovog istraživanja bio je ispitati mogućnost objašnjavanja i predviđanja psihološke dobrobiti kod LGB osoba na temelju rodnog identiteta, dobi, stupnja obrazovanja, veličine mjesta prebivališta, otpornosti na stres, autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti. Od svih varijabli koje su ulazile u model regresijske analize u konačnici su varijable rodni identitet, stupanj obrazovanja, otpornost na stres, prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost značajni prediktori psihološke dobrobiti. Ukupni postotak objašnjene varijance psihološke dobrobiti je 40,3%. Razlog zašto autanost nije značajan prediktor psihološke dobrobiti može se pronaći u tome što ima nižu korelaciju sa psihološkom dobrobiti od prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti, a ima visoke korelacije s te dvije varijable. I prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost visoko koreliraju, ali imaju veće korelacije sa psihološkom dobrobiti od autanosti pa su zato možda i bolji prediktori. Također, moguće je da autanost jednostavno ne može predviđati psihološku dobrobit iz više razloga. Naime, kao što je već spomenuto, autanost za LGB osobe u Hrvatskoj može imati različite ishode. Osoba koja je izrazito autana, a ima pozitivnu okolinu, imat će višu psihološku dobrobit, dok će osoba koja je izrazito autana, a ima negativnu okolinu, imati nižu psihološku dobrobit. Takvo je objašnjenje sukladno s rezultatima istraživanja Feldman i Wright (2013). Također, osobe koje uz pripadnost LGB manjini pripadaju i nekoj drugoj manjini, poput muslimanskoj vjeroispovijesti ili romskoj

manjini, mogu imati pozitivnije ishode autanja jer je zbog pripadnosti nekoj drugoj manjini stvorila određene mehanizme otpornosti na stres. Takvo je očekivanje u skladu s nalazima istraživanja Moradi i suradnika (2010) koji su to nazvali hipotezom otpornosti. Svi ti međusobno isprepleteni utjecaji mogli su dovesti do toga da se autanost nije pokazala značajnim prediktorom jer se u obzir nisu uzimali i drugi važni čimbenici.

Očekivali smo da će dob biti prediktor psihološke dobrobiti, na način da će mlađe osobe imati višu psihološku dobrobit jer su starije LGB osobe prošle kroz puno teže razdoblje neprihvaćanja i nepriznavanja prava od strane većinskog društva. Rezultati su pokazali kako dob nije značajan prediktor psihološke dobrobiti što može značiti da se te osobe mogu prilagoditi okolnostima u kojima žive, ali možda i da se s vremenom nauče nositi s njima, odnosno da razviju otpornost. U prilog drugom objašnjenju ne ide činjenica da u ovom istraživanju ne postoji korelacija između dobi i otpornosti na stres. Također, važno je naznačiti kako je uzorak ovog istraživanja izrazito mlad s aritmetičkom sredinom od 25 godina čime je onemogućena kvalitetna analiza korelacijskog odnosa dobi s drugim varijablama jer u uzorku nije bilo dovoljno sudionika starije dobi.

Veličina prebivališta se nije pokazala kao značajni prediktor psihološke dobrobiti. Smatralo se kako će osobe, čije je prebivalište u većim sredinama, iskazivati višu psihološku dobrobit od onih čije je prebivalište u manjim sredinama. Razlog tome je što u većim sredinama, npr. u Zagrebu, LGB osobe imaju pristup većem broju sadržaja, poput klubova za LGBTIQ osobe, raznim okupljanjima i susretima s drugim LGBTIQ osobama, ali i mogućnost upoznavanja i romantičnih druženja. U manjim sredinama LGB osobe su češće zatvorene i imaju strah od otkrivanja seksualne orijentacije pa i ne pokušavaju upoznati druge LGB osobe. U ovom slučaju se predikcija nije ostvarila iz mogućeg razloga što su dio ovog uzorka i studenti koji su otišli u veće sredine zbog studiranja te su zbog toga postali sretniji i zadovoljniji, ali im često prebivalište ostane u gradu iz kojeg dolaze pa se onda čini da i LGB osobe čije je prebivalište u manjim gradovima budu sretne i zadovoljne, iako to možda nisu bile dok su živjele u tim sredinama.

Očekivali smo kako će i rod i stupanj obrazovanja biti značajni prediktori te su u drugom i u trećem bloku regresijske analize to i bili. Rezultati su pokazali kako veći stupanj obrazovanja te pripadnost ženskom rodu predviđa višu psihološku dobrobit. Moguće je da su LGB osobe koje su obrazovanije zadovoljnije svojim životom jer im to često omogućava veću financijsku neovisnost, što je za LGB osobe izrazito važno jer se ponekad odluče autati tek kada znaju da

zbog toga neće ostati u lošoj financijskoj situaciji, jer će ih na primjer, roditelji izbaciti iz doma i slično. Također, obrazovanije LGB osobe su okružene i obrazovanijim društvom koje je nerijetko liberalnije i više podržavajuće. Što se tiče roda, iako su Kertzner i suradnici (2009) ukazali kako je muški rod prediktor autentičnosti, subskale psihološke dobrobiti, ne možemo očekivati takve rezultate i za ostale subskale, već smo to samo istraživali u kontekstu ovog istraživanja kao sociodemografsku karakteristiku. Po navedenim rezultatima možemo reći kako smo djelomično potvrdili treću hipotezu.

Četvrti problem ovog istraživanja bio je utvrditi postoji li moderatorski utjecaj autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti na odnos otpornosti na stres i psihološke dobrobiti kod LGB osoba. Nakon testiranja sva tri moderatorska utjecaja, utvrđeno je kako on nije značajan. Primjerice, u ovom slučaju visoka autanost u odnosu na nisku autanost nije djelovala na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti kod LGB osoba. Isti princip djelovanja odvijao se i kod ostala dva moderatora. Nažalost, ne postoji literatura kojom bi se ovo moglo objasniti jer je ovo prvo, koliko mi znamo, istraživanje koje je te varijable stavilo u takav odnos. Po navedenim rezultatima možemo reći kako nismo potvrdili četvrtu hipotezu.

5.1 Metodološki nedostatci istraživanja i preporuke za buduća istraživanja

Ovo istraživanje, kao i svako drugo, pokazuje određene nedostatke i manjkavosti koje su mogle utjecati na rezultate. Istraživanje je provedeno *online* putem što je onemogućilo starijim LGB osobama koje ne koriste računalo i društvene mreže da dođu do samog upitnika. U prilog tome govori i brojka maksimalne dobi koja je bila 52 godine, a aritmetička sredina dobi uzorka je bila 25 godina i 10 mjeseci. Za naredna bi istraživanja bilo korisno koristiti obje metode, online i uživo. Uživo bi se moglo raditi u kontaktu s udrugama koje zastupaju prava LGBTIQ osoba te često organiziraju razne događaje za ovu manjinu čime bi se dobni raspon zasigurno povećao te bi uzorak mogao biti potpuniji. U istraživanju nije ispitivana pripadnost nekoj drugoj manjini što se moglo pokazati kao izrazito važan čimbenik tijekom analize rezultata te bi za naredna istraživanja bilo potrebno uključiti tu varijablu kako bi se vidjelo jesu li dobiveni rezultati intersekcionalni. S obzirom na to da je broj istraživanja koja ispituju životne ishode trans* osoba izrazito malen, bilo bi potrebno provesti istraživanja na takvom uzorku jer je ta manjina u daleko lošijem društveno-političkom položaju od LGB osoba, a ako je moguće, trebalo bi uključiti i interspolne te ostale osobe iz LGBTIQ spektra. Kako bi se mogle provesti

adekvatne analize, trebalo bi raditi na aktivnom uključivanju biseksualnih osoba u istraživanja jer je njihov broj u ovom istraživanju tri puta manji od broja homoseksualnih osoba. U istraživanju je već navedena problematika ispitivanja autanosti te bi se njenom mjerenju za svaku pojedinu osobu iz okoline trebalo pristupiti drugačije. Ne bismo trebali jednako gledati autanost osobe svojim roditeljima i svojim nadređenima na poslu, već bi trebalo sudionike ispitivati i za važnost te određene osobe u njihovom životu te na taj način postaviti određene pondere. Tek bi se tada mogla izračunati prava autanost pojedinih osoba. Također, u iduća bi istraživanja bilo korisno uključiti varijable učestalosti doživljene diskriminacije i nasilja te percipirane prihvaćenosti od strane društva. Te bi se varijable mogle koristiti kao moderatori odnosa između autanosti i psihološke dobrobiti te bi se moglo preciznije provjeriti objašnjavanje psihološke dobrobiti putem autanosti. Kako je već prije navedena problematika ispitivanja veličine prebivališta, trebalo bi ispitati i veličinu boravišta u kojem se sudionik trenutno nalazi, uz dodatno pitanje vremenskog perioda boravka u tom naselju. Osim autentičnosti, bilo bi izrazito zanimljivo u nacrt uključiti cijelu skalu Pozitivnog LGB identiteta, a ne samo jednu njenu subskalu. Iako se ona na američkom uzorku pokazala kao jedini prediktor psihološke dobrobiti, mogli smo vidjeti mnogobrojne razlike između američkog i hrvatskog uzorka, stoga bi one mogle postojati i na rezultatima takvih korelacijskih analiza. Nužno je spomenuti kako je autor ovog istraživanja sudjelovao u raznim aktivnostima za LGBTIQ osobe te je volontirao i radio u jednoj udruzi za zagovaranje prava LGBTIQ osoba što je moglo dovesti do nenamjernog subjektivnog pristupa autora u nekim dijelovima istraživanja. Uporaba mjera samoprocjene je također ograničenje jer su sudionici mogli davati socijalno poželjne odgovore, a s obzirom da se radi o LGB osobama, socijalno poželjno odgovaranje je moglo biti još izraženije. U konačnici, ovo je korelacijsko istraživanje kojim ne možemo tvrditi o utjecaju prediktora na kriterij, odnosno, primjerice autanosti na psihološku dobrobit, već samo možemo govoriti kako su oni u određenom odnosu te kako možda zapravo viša psihološka dobrobit dovodi do veće autanosti.

5.2 Implikacije istraživanja i praktična primjena rezultata istraživanja

S obzirom na prethodno navedenu učestalost nasilja i diskriminacije nad LGBTIQ osobama i njihovo rijetko prijavljivanje nadležnim institucijama (Milković, 2013) što utječe na njihovo životno funkcioniranje i zadovoljstvo životom (Mays i Cohran, 2001), nužno je istraživati koji čimbenici mogu umanjiti posljedice negativnih događaja u životima LGB osoba.

S obzirom na to da se otpornost na stres pokazala kao iznimno značajan prediktor psihološke dobrobiti kod LGB osoba, nužno je raditi s LGB osobama na povećanju te sposobnosti putem raznih psiholoških intervencija poput radionica, predavanja, savjetovanja i ostalih. Kako se autentičnost pokazala također značajnim prediktorom psihološke dobrobiti, trebamo poticati LGB osobe na prihvaćanje samih sebe koristeći već navedene intervencije. Što se tiče autanosti, dobro ju je poticati u okruženjima za koja znamo da su pozitivna i prihvaćujuća za LGB osobe, a u slučaju da to nisu, potrebno je pomoći LGB osobama da si izgrade takvu okolinu. Ključnu ulogu u tome mogu imati udruge koje se zalažu za prava LGBTIQ osoba te organiziraju razna događanja na kojima se okupljaju LGBTIQ osobe i njihovi saveznici. S obzirom na to da se prikrivanje seksualne orijentacije pokazalo značajnim prediktorom psihološke dobrobiti te je negativno povezano s autentičnosti i autanosti, ključna je uloga rada psihologa s LGB osobama i ukazivanje na to da je aktivno ulaganje energije u prikrivanje vlastite seksualne orijentacije za njih štetno, osim u situacijama životne opasnosti zbog otkrivanja seksualne orijentacije.

6. Zaključak

Glavni cilj ovog istraživanja provedenog na uzorku od 408 LGB osoba bio je utvrditi prediktivnost psihološke dobrobiti putem sociodemografskih varijabli, otpornosti na stres, autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti. Uz to, cilj je bio provjeriti postoji li moderatorski odnos autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti na odnos između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti. Također, provjeravala se i povezanost između svih istraživanih varijabli. Rezultati su pokazali kako psihološka dobrobit ima srednje visoku pozitivnu korelaciju s otpornosti na stres, nisku pozitivnu korelaciju s autanosti i autentičnosti te nisku negativnu korelaciju s prikrivanjem seksualne orijentacije. Regresijska analiza je pokazala kako je otpornost na stres najbolji prediktor psihološke dobrobiti te objašnjava dodatnih 28,7% njene varijance u hijerarhijskom regresijskom modelu, dok su prikrivanje seksualne orijentacije i autentičnost nešto manje dobri, iako značajni prediktori. Autanost se nije pokazala značajnim prediktorom u ovom modelu. Od sociodemografskih varijabli samo su stupanj obrazovanja i rodni identitet bili slabi značajni prediktori psihološke dobrobiti. Pritom je stupanj obrazovanja bio nešto bolji prediktor od rodnog identiteta. Rezultati moderatorske analize pokazali su kako niti jedna od tri varijable autanosti, prikrivanja seksualne orijentacije i autentičnosti nije moderator odnosa između otpornosti na stres i psihološke dobrobiti. Nalazi ovog istraživanja bi se mogli koristiti u radu psihologa s LGB osobama u smislu ojačavanja

njihove otpornosti na stres i autentičnosti te umanjivanja prikrivanja seksualne orijentacije, a sve u svrhu postizanja njihove više psihološke dobrobiti.

7. Literatura

Agencija Europske unije za temeljna prava. (2020). *A long way to go for LGBTI equality*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

Aronson, E., Wilson, T. D. i Akert, R. M. (2005). *Socijalna psihologija*. Zagreb: Mate.

Bleuler, M. (1963). Conception of schizophrenia within the last fifty years and today. *Journal of the Royal Society of Medicine, 56*(10), 945–952.

Block, J. H. i Block, J. (1980). The role of ego-control and ego in the organization of behavior. U W. Collins (ur.), *Development of cognition, affect, and social relations* (str. 48-56). Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.

Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick: Rutgers University Press.

Chen, F. F., Jing, Y., Hayes, A. i Lee, J. M. (2013). Two concepts or two approaches? A bifactor analysis of psychological and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies, 14*(3), 1033-1068.

Cohen, S., Kessler, R. C. i Gordon, L. U. (1997). *Measuring stress: A guide for health and social scientists.* Oxford: Oxford University Press.

Davydov, D. M., Stewart, R., Ritchie, K. i Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. *Clinical psychology review, 30*(5), 479-495.

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542–575.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. i Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71–75.

Feldman, S. E. i Wright, A. J. (2013). Dual impact: Outness and LGB identity formation on mental health. *Journal of Gay & Lesbian Social Services, 25*(4), 443–464.

Friedli, L. (2009). *Mental health, resilience and inequalities*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.

Frost, D. M. i Meyer, I. H. (2009). Internalized homophobia and relationship quality among lesbians, gay men, and bisexuals. *Journal of Counseling Psychology, 56*(1), 97–109.

Gurin, G., Veroff, J. i Feld, S. (1960). *Americans view their mental health*. New York: Basic Books.

Havelka, M. (2002). *Zdravstvena psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Haybron, D. (2000). Two philosophical problems in the study of happiness. *Journal of Happiness Studies, 1*(2), 207–225.

Hills, P. i Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 33*(7), 1071–1082.

ILGA-Europe. (2019). *Annual Review of the Human Rights Situation of Lesbian, Gay, Bisexual, Trans and Intersex People in Europe and Central Asia 2020*. Brussels: ILGA-Europe.

Ivanović, D., Burušić, J. i Brajša-Žganec, A. (2014). Dimenzije psihološke dobrobiti hrvatskih studenata: spolne razlike i povezanost s osobinama ličnosti. *Napredak: Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju, 154*(1–2), 29–46.

Jordan, K. M. i Deluty, R. H. (2016). Social support, coming out, and relationship satisfaction in lesbian couples. *Journal of Lesbian Studies, 4*(1), 145–164.

Jurčić, M. (2012). Povijest LGBTIQ aktivizma u Hrvatskoj. U A. Spahić i S. Gavrić (Ur.), *Čitanka LGBT ljudskih prava* (str. 89–101). Sarajevo: Sarajevski otvoreni centar.

Jurčić, M. (2018). *Rozi megafon: od Zakona o životnom partnerstvu do ponovnog stvaranja nepovoljnog društvenog i političkog okruženja za LGBTIQ osobe*. Zagreb: Zagreb Pride.

Kamenov, Ž., Jelić, M. i Huić, A. (ur.) (2016). *Problemi i izazovi seksualnih manjina u Hrvatskoj*. Zagreb: Filozofski fakultet u Zagrebu.

Kertzner, R. M., Meyer, I. H., Frost, D. M. i Stirratt, M. J. (2009). Social and psychological well-being in lesbians, gay men, and bisexuals: The effects of race, gender, age, and sexual identity. *American Journal of Orthopsychiatry, 79*(4), 500–510.

Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford.

Krašić, S. i Štrbić, M. (2018). Povezanost Pozitivnog LGB identiteta sa psihološkom dobrobiti uz kontrolu stupnja outanosti. U A. Brajša Žganec, Z. Penezić i M. Tadić Vujčić (ur.), *Knjiga sažetaka 26. Godišnje konferencije hrvatskih psihologa. Kvaliteta života kroz životni vijek: izazovi i preporuke* (str. 191). Sv. Martin na Muri: Hrvatsko psihološko društvo.

Krivični zakonik, *Službeni list FNRJ*, br. 86/1951.

Krivični zakon Socijalističke Republike Hrvatske, *Narodne Novine*, br. 25/77

Lazarus, R. S. i Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.

Lehavot, K. i Simoni, J. M. (2011). The impact of minority stress on mental health and substance use among sexual minority women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 79*(2), 159–170.

Lučanin, D. (2014). Mjere prevencije i sprečavanja štetnih posljedica stresa. *Sigurnost*, *56*(3), 223–234.

Lyons, A. (2015). Resilience in lesbians and gay men: A review and key findings from a nationwide Australian survey. *International Review of Psychiatry*, *27*(5), 435–443.

Lyons, A., Hosking, W. i Rozbroj, T. (2015). Rural-urban differences in mental health, resilience, stigma, and social support among young australian gay men. *The Journal of Rural Health*, *31*(1), 89–97.

Mays, V. M. i Cochran, S. D. (2001). Mental health correlates of perceived discrimination among lesbian, gay , and bisexual adults in the united states. *American Journal of Public Health*, *91*(11), 1869–1876.

Mclaren, S., Jude, B., i McLachlan, A. J. (2008). Sense of belonging to the general and gay communities as predictors of depression among australian gay men. *International Journal of Men's Health*, *7*(1), 90–99.

Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, *129*(5), 674–697.

Milković, M. (2013). *Brutalna stvarnost: Istraživanje o nasilju, diskriminaciji i zločinu iz mržnje protiv LGBTIQ osoba u Republici Hrvatskoj*. Zagreb: Zagreb Pride.

Morris, J. F., Waldo, C. R. i Rothblum, E. (2001). A model of predictors and outcomes of outness among lesbian and bisexual women. *American Journal of Orthopsychiatry*, *71*(1), 61–71.

Mohr, J. i Fassinger, R. (2000). Measuring dimensions of lesbian and gay male experience. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, *33*(2), 66–90.

Monroe, S. M. i Simons, A. D. (1991). Diathesis-stress theories in the context of life stress research: Implications for the depressive disorders. *Psychological Bulletin*, *110*(3), 406–425.

Moradi, B., Wiseman, M. C., Deblaere, C., Goodman, M. B., Sarkees, A. i Brewster, M. E. (2010). LGB of color and white individuals ' perceptions of heterosexist stigma, internalized homophobia, and outness: Comparisons of levels and links. *The Counseling Psychologist*, *38*(3), 397–424.

Mustanski, B., Newcomb, M. E. i Garofalo, R. (2011). Mental health of lesbian, gay, and bisexual youths: A developmental resiliency perspective. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, *23*(2), 204–225.

Ozbay, F., Johnson, D. C., Dimoulas, E., Morgan, C. A., Charney, D. i Southwick, S. (2007). Social support and resilience to stress: from neurobiology to clinical practice. *Psychiatry*, *4*(5), 35–40.

Petrocchi, N., Pistella, J., Salvati, M., Carone, N., Laghi, F. i Baiocco, R. (2020). I embrace my lgb identity: Self-reassurance, social safeness, and the distinctive relevance of authenticity to well-being in Italian lesbians, gay men, and bisexual people. *Sexuality Research and Social Policy*, *17*, 75–86.

Petz, B., Furlan, I., Kljaić, S., Kolesarić, V., Krizmanić, M., Szabo, S. i Šverko, B. (2005). *Psihologijski rječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Pikić, A. i Jugović, I. (2006). *Nasilje nad lezbijkama, gejevima i biseksualnim osobama u Hrvatskoj: izvještaj istraživanja*. Zagreb: Lezbijska grupa Kontra.

Ramon Mendos, L. (2019). *State-sponsored homophobia 2019*. Geneva: ILGA.

Riggle, E. D. B. i Mohr, J. J. (2015). A proposed multi factor measure of positive identity for transgender identified individuals. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, *2*(1), 78–85.

Riggle, E. D. B., Rostosky, S. S., Black, W. W., Rosenkrantz, D. E. (2016). Outness, concealment, and authenticity: Associations with lgb individuals' psychological distress and well-being. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, *4*(1), 54–62.

Riggle, E. D. B., Rostosky, S.S. i Danner, F. (2009). LGB identity and eudaimonic well being in midlife. *Journal of Homosexuality 56*(6), 786-98.

Riggle, E. D. B., Rostosky, S. S., McCants, L. W. E. i Pascale-Hague, D. (2011). The positive aspects of a transgender self-identification. *Psychology and Sexuality*, *2*(2), 147–158.

Riggle, E. D. B., Rostosky, S. S., Mohr, J. J., Fingerhut, A. W. i Balsam, K. F. (2014). A multifactor lesbian, gay, and bisexual positive identity measure (LGB-PIM). *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, *1*(4), 398–411.

Robins, C. J. i Block, P. (1989). Cognitive theories of depression viewed from a diathesis-stress perspective: Evaluations of the models of Beck and of Abramson, Seligman, and Teasdale. *Cognitive Therapy and Research*, *13*(4), 297–313.

Rostosky, S. S., Cardom, R. D., Hammer, J. H., Riggle, E. D. B. (2018). LGB Positive Identity and Psychological Well-Being. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, *5*(4), 482–489.

Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, *57*(3), 316–331.

Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, *52*(1), 141–166.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069–1081.

Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *83*(1), 10–28.

Sawatzky, R., Ratner, P. A., Johnson, J. L., Kopec, J. A. i Zumbo, B. D. (2010). Self-reported physical and mental health status and quality of life in adolescents: A latent variable mediation model. *Health and Quality of Life Outcomes*, *8*(17), 1-11.

Schrimshaw, E. W., Siegel, K., Jr, M. J. D. i Parsons, J. T. (2013). Disclosure and concealment of sexual orientation and the mental health of non-gay-identified, behaviorally bisexual men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *81*(1), 141–153.

Selvidge, M. M. D., Matthews, C. R. i Bridges, S. K. (2008). The relationship of minority stress and flexible coping to psychological well being in lesbian and bisexual women. *Journal of Homosexuality*, *55*(3), 450–470.

Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill Book Company.

Slišković, A. i Burić, I. (2018). Kratka skala otpornosti. U A. Slišković, I. Burić, V. Ćubela Adorić, M. Nikolić i I. Tucak Junaković (Ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika. Svezak 9.* (str. 7-13). Zadar: Sveučilište u Zadru.

Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. i Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, *15*(3), 194–200.

Steptoe, A., Deaton, A. i Stone, A. A. (2015). Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, *385*(9968), 640–648.

Velez, B. L., Moradi, B. i Brewster, M. E. (2013). Testing the tenets of minority stress theory in workplace contexts. *Journal of Counseling Psychology*, *60*(4), 532–543.

Zakon o istospolnim zajednicama, *Narodne novine*, br. 116/2003.

Zakon o izmjenama i dopunama Kaznenog zakona, *Narodne novine*, br. 71/2006.

Zakon suzbijanju diskriminacije, *Narodne novine*, br. 85/2008.

Zakon o životnom partnerstvu osoba istog spola, *Narodne novine*, br. 92/2014

Wagnild, G. M. i Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement*, *1*(2), 165–178.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, *64(*4), 678-691.

Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, *21*(2), 152–169.

8. Prilog

Prvi zakon koji se primjenjivao na LGBTIQ osobe u Hrvatskoj jest kazneni zakon iz 1951. godine u Jugoslaviji gdje su seksualni odnosi između muškaraca bili kažnjivi zatvorom do dvije godine (Krivični zakonik, SL FNRJ 13/51, čl. 186). Za seksualne odnose između žena nije bila propisana nikakva kazna. U Socijalističkoj Republici Hrvatskoj je 1977. homoseksualnost dekriminalizirana izglasavanjem novog Kaznenog zakona (Krivični zakon Socijalističke Republike Hrvatske, NN 25/77). Važno je naznačiti kako je Hrvatska liječnička komora 1973. uklonila homoseksualnost s liste mentalnih poremećaja, prije nego što je to učinila Svjetska zdravstvena organizacija (Jurčić, 2012). Prva lezbijska udruga u Hrvatskoj bila je Lila, osnovana 1989. godine, a s djelovanjem je prestala ni godinu dana kasnije. U ratnom vremenu većina je LGBTIQ osoba i udruga bilo uključeno u kampanju protiv rata. Tada je nastala LIGMA (lezbijska i gej akcija) koja u ratnim okolnostima nije uspjela na mnogo toga utjecati, ali je omogućila siguran prostor za LGBTIQ osobe. Osnivanjem ove akcije, izdan je i prvi LGB časopis, *Speak out*. Voditelji udruge su nakon njenog raspada 1997. godine emigrirali iz Hrvatske zbog stalnih napada. Iste je godine osnovana neformalna grupa Kontra koje je skupa s novoosnovanom LGBT udrugom Iskorak 2002. godine organizirala prvu Povorku ponosa, s tadašnjim nazivom "Gay Pride Zagreb". Važno je naznačiti da je 2000. na vlast došla lijevo-liberalna politička struja te se atmosfera u društvu promijenila što je dovelo do mogućnosti organizacije prve Povorke ponosa. Ipak, glavni razlog organizacije bio je odgovor na "krvavu" Povorku ponosa u Beogradu 2001. godine. Kao prvo reguliranje prava LGBTIQ osoba u Hrvatskoj, izglasan je Zakon o istospolnim zajednicama (NN 116/2003). Ovaj zakon je omogućio uzajamno uzdržavanje partnera do godinu dana nakon raskida zajednice i pravo na podjelu zajedničke imovine. U izmjenama Kaznenog zakona 2006. godine dodana je odredba zločina iz mržnje, koja je uključivala spolnu orijentaciju kao osnovu tog zločina (NN 71/2006). Godine 2008. osnovana je udruga Zagreb Pride čiji je cilj bio boriti se protiv nasilja i diskriminacije te financijski potpomagati održavanje Povorke ponosa. Iste je godine donesen Zakon o suzbijanju diskriminacije (NN 85/2008) u koji su kao osnove za diskriminaciju uključeni i rodni identitet, rodno izražavanje te spolna orijentacija. Uz nastavak održavanja zagrebačke Povorke ponosa, održavane su i povorke i u Splitu i u Osijeku (Jurčić, 2012). 1. prosinca 2013. godine održan je referendum o ustavnoj definiciji braka s izlaznošću od 37.90%. Od toga je 65.87% birača glasalo za to da se brak definira kao životna zajednica žene i muškarca. Sljedeće godine, Hrvatski sabor je donio Zakon o životnom partnerstvu osoba istog spola (NN 92/2014) koji LGBTIQ osobama daje ista prava kao i heteroseksualnim osobama u

braku, osim prava na posvajanje. Trenutno je u tijeku nastojanje LGBTIQ osoba za ostvarivanje prava na udomljavanje, a u konačnici i na usvajanje djece.