

---

Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu

Studij sociologije

Završni rad

Lucija Čolić

**Istraživanje povezanosti socio-psiholoških  
varijabli s kvalitetom javnog nastupa**

Mentor

doc.dr. sc. Dario Pavić

Zagreb, lipanj 2018.

---

---

## Sadržaj:

1. Uvod .....	03
2. Kako utjecati na javni nastup .....	04
2.1. Erving Goffman predstavljanje sebe vanjskome svijetu.....	05
2.1. Erving Goffman, performans .....	06
3. Strah, socio-psihološke varijable .....	07-08
3.1. Sociološko poimanje samoga sebe prilikom javnog nastupa .....	08-09
3.2. Strah od javnih nastupa na stranome jeziku .....	09
4. Metodologija .....	10
5. Dobiveni rezultati istraživanja .....	11
6. Zaključak .....	12
7. Popis literature .....	13

Ključni pojmovi: strah od javnih nastupa, javna izlaganja, socio-psihološke varijable

---

---

## **Sažetak**

U ovom radu se govori o javnim nastupima te kako socio-psihološke varijable utječu na javne nastupe. Istraživanje se sprovelo nad studentima Hrvatskih studija s prediplomskog i diplomskog studija. Ispunjeno je osamdeset i pet anketa i dobiveni su rezultati istraživanja. Goffmanova teorija o prezentiranju samih sebe je teorija koja opisuje javne nastupe oćenito, njegova teorija se opisuje uz glumce, pozornicu i sami čin radnje. Tom teorijom se lakše razumije strah od javnih nastupa, odnosno najviše zbog neznanja, ljudi se ponašaju i glume da su drugi.

## **Summary**

In this article it is written about public performances and how they associate with socio-psychological variables and how they affect public performance. Survey has been held on students that go to University Department of Croatian Studies and that are both in undergraduate and graduate studies. There was together eighty five questionnaires. That have shown the results of the survey. Goffman's theory of presentatin of one self is the theory that practicaly describes public performance it has actors, stage and act by itself. And helps to understand whole fear of unknown by pretending and acting like someone else.

---

## 1.Uvod

Vjerovanje da je prvi dojam i dalje jedan od bitnih spona svakodnevnih interakcija s ostalim pojedincima u društvu ili nije, može biti poveznica sa strahom od javnih nastupa. Što to točno užasava pri pomisli ili izvedbi javnih nastupa, percepcija o samome sebi, nedostatka samopouzdanja ili povezanosti s nedostatkom vježbe odnosno pripreme. Goffmanova teorija o 'samome sebi' proučava na koji način mi vidimo sebe, odnosno kakva je naša percepcija o tome kako nas ostali doživljavaju[1]. Uz samu igru 'glumca', 'predstave', 'uloge' itd. što pojedinac želi postići, kakvu sliku želi stvoriti i zašto želi pokazati nešto što nije. Uljepšavanje stvarnosti dovodi do, nerealnih očekivanja u svakodnevici, što izvođač želi namjerno ili nenamjerno postići. Parola 'profesionalnosti' ili 'odgovornosti' su neki od termina koji se koriste u razvijenim društvima ponajviše u poslovnim domenama kako bi se okarakterizirala osoba koja pod tim pridjevnim imenicama mogu postići poštovanje u poslovnom okruženju i time se razvijati i napredovati unutar poslovnih mreža. Isto kao što studenti svojom prezentacijom ili javnim nastupom ispred sveučilišnih profesora ostavljaju dojam kako prenose zadatak koji ih se tražio, od pojedinca ovisi s kojom lakoćom mogu izvesti svoju 'točku' koliko im je to, 'prirodno' ili ne, odnosno sami akt glume i predstavljanje situacije koju prividno moraju imati pod kontrolom ali u stvarnosti nije nužno da ju imaju pod kontrolom. Osim toga u različitim kulturama razne situacije imaju različita značenja i tumačenja, tako sukladno s pravilima i normama Socio-psihološke varijable povezane s kvalitetom javnog nastupa istraživanje u ovome radu se sprovelo nad studentima preddiplomskih i diplomskih 'Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu' i prikupljeno je osamdeset i pet anketa. Od kojih su sedamdeset i tri s preddiplomskog a dvanaest s diplomskog. Anketom upitnika, sudionici su dobrovoljno pristupili istraživanju.

---

## 2. Kako utjecati na javni nastup

Javni nastup je društveni događaj . Primjerice ako se radi o javnom govoru kao javnom nastupu može biti strah od nepoznatog, strah da će se govornika pogrešno razumjeti, strah od publike ili pojedinca u publici, strah od nepredvidivosti situacije ili da ga se ne čuje [2]. Strah od javnog nastupa je toliko učestala pojava u društvenom konsenzusu da postoji cijeli oblik navigacije i učenja izbjegavanja straha od javnih nastupa. Prije svega ako je javni nastup, ono mora imati publiku. Međutim izvođač, ne smije biti opterećen efektom prezentacije kako će on utjecati na publiku, početi razmišljati da publika zna više od njega samoga pogotovo ako se fokusira na pojedinu osobu, automatski se stvara strah od publike ili samog pojedinca [2]. Kako bi se oslobodili straha, pojedinci mogu vokalnim sposobnostima i tim načinom korištenja naučiti kontrolirati strah tako da pojedinac se ne čuje tijekom vlastitog izlaganja [2]. Budući da strah uzrokuje i tjelesne reakcije [2], povećava se razina adrenalina, srce brže lupa, ne dišemo kontinuirano itd. i za takve oblike ima rješenja a to je, da mentalna priprema prije samog javnog nastupa, započeti s dubokim i sporim uzdasima, zatim zauzimanje stava, jačanje samopouzdanja i ne razmišljanje o tome što drugi misle o nama kao izvođaču u tome trenutku, su neke od ideja kako bolje i uspješnije izvršiti javni nastup. Osim komunikacije, tu su i neverbalni dijelovi prezentiranja poput, govora tijela (pokreti cijelog tijela) i mimike (izrazi facijalnih ekspresija) . Kako bi što jasnije iznijeli poruku, izvođač treba biti što svjesniji obje komponente. Osim jasnog izlaganja, potrebno je povjerenje i uvjerljivost nastupa koja će publika lakše prihvatiti, ako govornik zna zauzeti ti poziciju odgovornosti. Izvođač je onaj od kojega se očekuje autoritet i samopouzdanje. Te zbog tih očekivanja, govornik može osjećati nelagodu odnosno strah prema samom pristupu nastupa. Prije svega zato što, publika uvijek ima povratno mišljenje, nekada direktno (pljesak za uspješno određeni performans) ili indirektno, ali izvođač zna da će biti dio diskusije svojega nastupa. Tako se istraživala komponenta pripreme studenata javnog nastupa na usmenim prezentacijama i kako utječe vremenska priprema s obzirom na strah pri izvođenju usmenih prezentacija, pokazalo se da studenti koji su više pripremali imali manje simptoma straha od javnog nastupa od onih koji su se manje pripremali [7].

---

## 2. 1. Erving Goffman-predstavljanje sebe vanjskome svijetu

Najčešći oblik komunikacije koje ljudska vrsta koristi jest, razgovor. Pojedinaac u trenutku govora namjerno ili nenamjerno glumi, kako bi izrazio sebe kroz svoj govor dok na drugog pojedinca, ostavlja doživljaj, onime što je drugi pojedinac izveo ističe Goffman[1]. Krajnje mišljenje o pojedincu stječe se tek u onome trenutku kada obje strane napuste interakciju[1]. Doduše, iako pojedinac može glumiti u svojim interakcijama, od njega ovisi kakav dojam želi stjeći odnosno ostaviti. Tako primjerice pojedinac već može imati uhodanu šablonu, na koji način pristupa razgovoru ili su to očekivani oblici ponašanja koji zahtjeva nečiji 'status', 'uloga' ili 'posao' [1]. U takvim stanjima, pojedinci najčešće nisu svjesni sebe jer im je to uhodana rutina kojom se vode, te ne raspoznaju razliku kada glume a kada jesu [1]. Što se može povezati isto tako s činjenicom, da ljudi u (ne)civiliziranim dijelovima svijeta su tako na primjer spriječeni zakonom da čine nešto što bi u suprotnome htjeli napraviti ali će trpjeti posljedice s kojima se nisu spremni suočiti. Tako dvije iste interakcije u Hrvatskoj i u Japanu, možda ne prođu onako kako to bi to pojedinac htio, pa se stoga namjerno prilagođava novoj situaciji, gdje ako svjesno ili nesvjesno odluči mijenja svoj pristup kako bi možda u tome trenutku izbjegao neočekivanu sankciju posljedica za koje inače to, očekivano ne bi. Moguće da je to trenutak gdje pojedinac svoj 'ponos', 'ego', 'slobodu', 'moć' daje 'publici' ili 'vlasti' koja ograničava njegovu slobodu ekspresije, misleći da će narušiti svoju vlastitu percepciju 'očekivanog' sebe. Osim pravih ozbiljnih pravno-zakonskih posljedica, primjerice ako kažete ne dozvoljenu riječ koja je okarakterizirana kao *govor mržnje* postoje i u svakodnevnom obliku interakcije, gdje se od događaja točno predviđa što se želi postići u zamjeni da ne uslijedi takvo očekivanje, već dapače nešto što pojedinca može okarakterizirati u konotaciji negativnog. Čime individua u društvu ne teži, već naprotiv, karakteristika društva je da ako pojedinac posjeduje moralne vrijednosti toga društva, može očekivati zauzvrat očekivano ponašanje, poput poštovanja [1]. Osim toga, društvo podržava i pojedince koje su jasno izgradili svoju osobnost ali posjeduju različite obrasce ponašanja od primjerice većine toga društva, u tom slučaju pojedinac može uživati slobodu svoga jastva ako se uzajamno konzistentno drži svoje 'uloge'[1].

---

## 2.2. Erving Goffman- performans

Kada glumci izvode na pozornici predstavu zavisi o predstavi ali njihov cilj je što uvjerljivije prenijeti performans publici koja ga gleda. Tako Goffman povezuje izvođenje ili performans s pojedincem i koliko se ozbiljno posvećuje svojem predstavljanju, toliko da ga promatrač ne primijeti da upravo to radi ili obrnuto [1]. Isto kao i umjetnost performansa radi li se o glumi, plesu, pjevanju itd. pojedinac sam izaziva publiku da reagira na određeni način, kao pojedinac koji prosuđuje situaciju i na nju djeluje i sam dovodi zaključak na temelju svojeg ponašanja [1]. Izvođač izvodi performans, stoga mu je potrebna pozornica koja je ispunjena namještajem, pozadinom i ostalim predmetima unutar scene odnosno pozornice [1]. Performans kao i pozorište se može povezati s javim izlaganjem, gdje pojedinac dolazi ispred cijele predavaone studenata (publika), započinje s pripremljenom pozadinom (prezentacijom), u prostoru s namještajem (klupe, stolice) i čeka kraj odnosno reakciju publike ili 'sankciju' (ocjena). Osim scene, samo zbivanje pozornice može biti i naličje osobe odnosno spol, starost, odjeća, rasa, visina, debljina, na koji način se neko kreće/govori, ekspresija lica, klimanje glavom... [1]. Što možda u zapadnim zemlja predstavlja klimanje glavom u drugim dijelovima svijeta možda ima potpuno drugačije značenje. Pojava (izgled) s promjenom ponašanja, signalizira promatraču (gledaocu) da nešto može uslijediti i zahvaljujući svojim prijašnjim iskustvima može signalizirati i reagirati na njih [1]. Okolnosti, pojava (izgled) i promjena ponašanja (maniri) mogu biti vrlo očiti dok s druge strane mogu biti suptilni, iznimno socijalizirani naizgled neprimjetni kao naličje osobe [1]. Problem s dramatičnim oblikom ponašanja, jest gubljenje snage na dramatisiranje situacija, u određenim situacijama postoje određeni oblici ponašanja koje, mali korak izvan niše može se okarakterizirati kao dramaturški [1]. Performans je sklon idealiziranju, odnosno to je idealizirani prikaz situacije, ako se radi o pravom umjetničkom performansu, sati, dani i godine ulaze u vježbu prije samih izvedbi iako je društvo socijalno stratificirano te Goffman naziva vjenčanjem, svi imaju svoje uloge koje su postavljene i odabiru sukladno u kontinuitetu što je za njih bolje. Kada 'glumac' zauzima već jasnu socijalno strukturnu izgrađenu ulogu, ta uloga ima svoje naličje izrađeno ili je glumac mora izgraditi nanovo ili glumac prihvaća takvu ulogu ne mijenja je već je njome inspiriran otprije[1].

---

Radi ono što je očekivano od te uloge ne mijenja je već samo ulazi u nju. Pojam 'odjeća ne čini čovjeka' postoji u raznim verzijama diljem svijeta sa zajedničkom porukom da površnost (izgled) nije ono što bi se trebalo cijeniti ali opet različitost i mijenjanje odjeće ili vanjskog izgleda postoji u svim kulturama, koliko god one ne razvijene bile. Primjerice razgovor za posao osoba koji se prijavljuju na poslove pravnog usmjerenja, podrazumijeva da se na određeni način odijevaju a to jest ili u odjelima, košuljama itd. što bi se kao takvo nazvalo stavljanje fasade.

### 3. Strah, socio-psihološke varijable

Strah, radost, bijes i žalost su primarne emocije [2]. One su urođene s njima se odrasta i razvija. Strah kao takav je poprilično izražen po pitanju straha od smrti [2]. Od straha od prelaska ceste do straha vožnje biciklom, suočavanje sa strahom je svakodnevica, kako bi se smanjio strah u društvu, postoje regule i obrasci ponašanja primjerice (učenje cestnih znakova), te oni koji ih ne poštuju slijedi zakonodavno-pravna sankcija, što daje više sigurnosti pripadnicima društva, da se takvi svakodnevni strahovi barem ublaže. Mjere i sigurnosti, imaju samo toliku moć koliko su se drugi pripadnici društva spremni njih pridržavati a i osim toga nesretni slučajevi su dio svakodnevlja, što znači primjerice da strah od prelaska ceste može biti ublažen ali ne nestaje. Tu je i niz ostalih spektara strahova i fobija, koje mogu otići toliko dalje da postaju i mentalno stanje od koji se može zatražiti liječnička pomoć. Budući da je niz strahova na čije čimbenike se ne može direktno utjecati ili ih se kvantificira ili umišlja. Strah ostavlja kako na psihičku, tako i trag na tjelesnu i duhovno područje [2]. Osim toga, može biti znatna prepreka u izgradnji vlastite zdrave ličnosti, čovjek je superego i teži idealima dok s druge strani stvarni ego koji teži zadovoljenju [2]. Tako po Freudu se dešava konflikt između individualnih težnji (id) i socijalnog pritiska (superego) uzročno posljedično nastaje neuroza [2]. Narcisoidnost precjenjuje vlastite želje i misli te tako je prigodno pri donošenju krivih iskrivljenih zaključaka pune strahova [3]. Suvremenog čovjeka najviše pogađa strah o rivalstvu i želja za prevlasti i dominacijom, društvo vođeno sve većom individualnošću, usamljenošću i marginalizacijom osobe, je iznimno krhka spona u društvu pogodna strahovima koja pogađa tu demografsku skupinu [2].



---

Sociologija emocija, vodi do teorija kao što su dramaturške i kulturne, teorije rituala, teorija simboličkog interakcionizma, teorija razmjene strukturalna teorija i evolucijska teorija [2]. Dok Erich Fromm navodi da osnovni strah faktor s konceptom otuđenja jest "Egzistencijalni strah" pogađa osobu u njezinu integritetu [2]. Sociološki pristup emocijama se definira kao sinkronizirana reakcija na događaje koji su važni

### 3. 1. Sociološko poimanje samoga sebe prilikom javnog nastupa

Zapravo ako se pogleda sami oblik javnog nastupa i zašto bi uzrokovao strah je pitanje je koje se postavlja i sa sociološkog stajališta. Da li se strah stvorio zbog, kulture o strahu od javnih nastupa ili je toliko povezan, internal i univerzalan. » U školi učim o strahu, o strahu javnog nastupa! Nikad prije nisam spoznao taj strah « [6]. Iako iz prijašnjih teza može se jasno iščitati kako i zašto strah od javnih nastupa dolazi. Međutim, ako se pogledaju sve točke gledišta izvođača iz koje on postavlja smjernice o tome kakvo će publika imati mišljenje o njemu na temelju njegovog izvođenja, gdje će ih isti osloboditi, zbuniti, zavesti na pogrešan put, njegov cilj je u biti da kontrolira situaciju i reagira na nju [1]. Komunikacija ima dva tipa: proizvedenu ekspresiju i ekspresija koja je predvidiva, onu koju izabere govornik je na njemu [1]. Ponekad govornik, može djelovati potpuno proračunato, izražavajući se tako da prenese i dominira onime što je njemu bitno [1]. Nekada namjerno, nekada sasvim slučajno a da toga nije niti svjestan. Taj oblik može biti kao beskrajna igra prekrivanja, razotkrivanja i ponovnih otkrića [1]. Onaj koji ima glavnu ulogu u svemu je pojedinac koji igra svoju ulogu, od publike implicitno zahtjeva da ozbiljno preuzme ono od čega dobiva informaciju [1]. Postoje dva oblika, s jedne strane onaj izvođač koji je uvjeren da iskreno prezentira ono što mu je na naumu dok s druge strane izvođač ne mora biti dio »predstave« koju izvodi već ju samo izvodi, dok publika ne mora to niti zamijetiti [1]. Izvođač ne mora vjerovati sebi i svojoj glumi te u tome slučaju previše ne mari za ono što publika projicira na njega, takav oblik se može nazvati »ciničnim« [1]. Taj termin u toj pojavi se nalazi u koliziji s terminom »iskren« budući da postoje oni koji vjeruju u taj oblik prezentacije. Budući da je pojedinac taj koji, upravlja svojom prezentacijom, činjenica je da, svatko, uvijek igra ulogu i samo unutar tih uloga poznaje jedan drugoga odnosno spoznaje tko je on sam [1]. Može se reći da se to govori o koncepciji stvarnosti, što je ono što mi prihvaćamo kao svoje.

---

U određenoj mjeri, koliko te »maske« su pravi odrazi od onoga što pojedinac prezentira [1]. Osim maske koristi se i pojam fasade, kao standardni ekspresivni repertoar tijekom perioda izvođačevog prisustva pred onima koji ga promatraju [1]. Osim fasade izvođač ima »scenu« koja obuhvaća namještaj, fizički raspored predmeta i ostale objekte koji su dio pozadine tvore kulisu i druge predmete koje su potrebne za »predstavu« da se odvija. Pod »osobnom fasadom« spadaju karakteristike poput životne dobi, držanja, rasne karakteristike, izraz lica, kretanje tijelom [1].

### 3.2. Strah od javnih nastupa na stranome jeziku

Prilikom istraživanja pokazalo se da čak 46,98% studenata je tvrdnju "Javna izlaganja na stranom jeziku mi stvaraju veću nelagodu nego javna izlaganja na materinskom jeziku" zaokružilo s potvrdnom ponuđenim odgovorima ("uglavnom se slažem" 15,66% i "u potpunosti se slažem" 31,32%). Osim javnog govora kao takvog studenti se susreću s javnim izlaganjima na stranim jezicima te ne čudi podatak da veliki broj studenata se više nelagodno osjećaju prilikom javnih izlaganja na stranom jeziku. Kako je i rečeno ranije jezičnim vještinama nije lagano baratati kao i koristiti i primijeniti ih. Strah od stranih jezika nije rijetkost već utabano i istraživano područje straha. Sedamdesetih godina prošloga stoljeća prilikom uspostavljanjem da je strah od učenja stranih jezika neodvojiv od samog iskustva učenja jezika [5]. Osniva se i FLRAS (eng. Foreign Language Reading Anxiety Scale) organizacija koja upitnikom mjeri strah od čitanja na stranome jezik (hrv. USOČIS) [5]. Prilikom čitanja na stranome jeziku zahtjeva se koordinacija više radnji od jednom pažnja, pamćenje, percepcija, jezično razumijevanje itd. [5]. Uvidjelo se da je strah od nepoznatih riječi, nerazumijevanja sadržaja, dužina teksta, čitanje kao dio nastave stranoga jezika, drugačija pravila pisanja te nepoznata gramatika su neki od čimbenika koji izazivaju primarno strah od čitanja na stranome jeziku [5].

---

## 4. Metodologija

Istraživanje se sprovело nad sveukupno osamdeset i pet (85) ispitanika, od tih su sedamdeset i tri (73) preddiplomskih s jednosmjernih (Sociologija i Kroatologija) i dvosmjernih (Kroatologija/Filozofija, Kroatologija/Povijest, Kroatologija/Latinski, Sociologija/Filozofija, Sociologija/Komunikologija, Sociologija/Povijest) te dvanaest (12) diplomskih jednosmjernih (Sociologija) odjela, koje su odabrali studenti 'Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu'. Uzorak na populaciji je prigodan, zbog srazmjera u veličini grupe između preddiplomskih (73) i diplomskih (12), te ne mogućnosti usporedbe dviju nezavisnih grupa t-testom podaci su se stavili u jednu grupu, tako u cijelom uzorku (85) sudionika nalazi se 72,22%, pedeset i dvoje (52) ženskih ispitanica i 33,66%, dvadeset i troje (23) muških ispitanika. Metoda, istraživanja je kvantitativna putem ankete dok je sami instrument istraživanja, upitnik. Strukturirani podaci su bili sakupljeni uz pasivnost istraživača za vrijeme kada su ispitanici anonimno rješavali upitnike u vrijeme nastave, uz pristanak sveučilišnih profesora na zamolbu čiji je zahtjev poslan kao i dogovoreni termin u vremenu koje im najviše odgovara. Anonimni strukturirani anketni upitnik, sastoji se od dvije grupe pitanja: Podaci o studentima (Dob/Spol/Godina studija/Smjer studija/Prosječnost ocjena/Prvi odabir studija/Pohađanje nastave/Studij prije trenutnog) te tema, zanimanja Strah od javnog nastupa (Vrijeme za pripremu javnih nastupa/Strah prilikom izvođenja javnog nastupa/Rituali/Likertova skala tvrdnji). Originalni podaci su obrađeni i arhivirani u digitalnom obliku unutar programa Microsoft Excel 2013. Kao temelj istraživanja studenti 'Hrvatskih studija' kroz svoje vrijeme koje provode studirajući jedan dio posvećuju javnim izlaganjima tako će se istražiti povezanost straha od javnih nastupa s vlastitim iskustvom. Nula hipoteza, koja glasi: Kvaliteta nastupa najviše je povezana s pripremom za javni nastup, će biti odbačena ili prihvaćena na temelju dobivenih podataka.

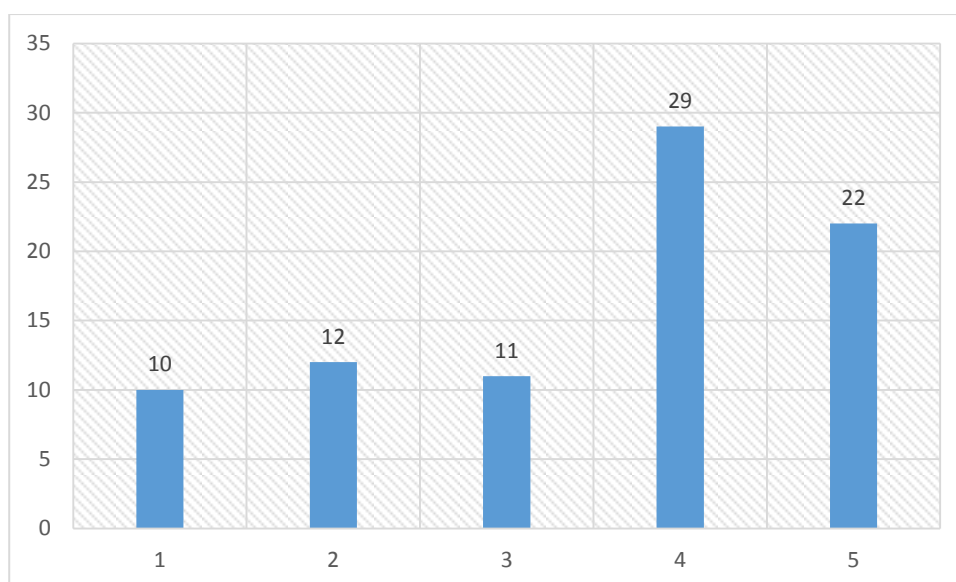
---

## 5. Dobiveni rezultati istraživanja

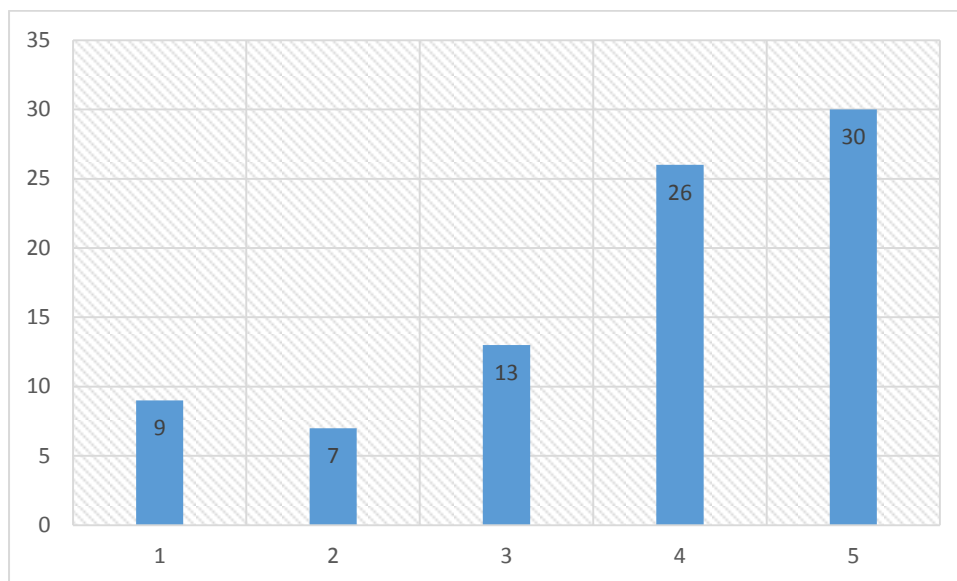
Rezultati istraživanja koja se iscrpljuju iz programa Microsoft Excel pokazuju da 34,11% (29) sudionika smatra da prilikom javnog nastupa najviše strahuju od grešaka koje će sami napraviti. Dok 89,41% (76) sudionika nema nikakav oblik rituala prije samog javnog nastupa. U Likertovoj skali izdvajaju se tvrdnje poput: "Osjećam se više anksiozno prilikom javnog nastupa ako se za njega nisam spremio/la" gdje 60,71% (51) ispitanika svoj odgovor su dali u skupini *slažem se* ("uglavnom se slažem" 34,52% i "u potpunosti se slažem" 26,19%). Zatim, "Moja raspoloženje kada javno nastupam ovisi o mojoj pripremi prije samog javnog izlaganja" ovu tvrdnju ispitanici su odgovorili s 50,60% u skupini *slažem se* ("uglavnom se slažem" 31,32% i "u potpunosti se slažem" 19,28%). Tvrdnja "Javna izlaganja na stranom jeziku mi stvaraju veću nelagodu nego javna izlaganja na materinskom jeziku" ispitanici su odgovorili s 46,98% u skupini *slažem se* ("uglavnom se slažem" 15,66% i "u potpunosti se slažem" 31,32%). Sljedeća je "Strah od javnog nastupa ovisi o predmetu na kojem imam javno izlaganje" tvrdnja koju su ispitanici s 49,41% odgovorili u skupini *slažem se* ("uglavnom se slažem" 32,94% i "u potpunosti se slažem" 16,47%). 44,70% sudionika u skupini *slažem se* ("uglavnom se slažem" 31,76% i "u potpunosti se slažem" 12,94%). 62,35% sudionika smatra da se *slaže* ("uglavnom se slažem" 30,59% i "u potpunosti se slažem" 31,76%) s tvrdnjom "Što više javnih nastupa imam to se manje anksiozno osjećam" dok čak 65,88% sudionika se *slaže* ("uglavnom se slažem" 30,58% i "u potpunosti se slažem" 35,30%) s tvrdnjom "Moj strah od javnih nastupa sve je manji godinama studiranja". A 74,11% se *slaže* ("uglavnom se slažem" 35,29% i "u potpunosti se slažem" 38,82%) s tvrdnjom da su "Javna izlaganja na nastavi dobar su način prevladavanja straha od javnih nastupa". U skupini *ne slažem se* 59,03% ("uglavnom se ne slažem" 34,94% i "u potpunosti se ne slažem" 24,09%) sudionika je odabralo tvrdnju "Prilikom javnih nastupa osjećam se iznimno anksiozno". Dok 60% ("uglavnom se ne slažem" 23,53% i "u potpunosti se ne slažem" 36,47%) se *ne slaže* s tvrdnjom "Moj strah prema javnim nastupima ostaje isti bez obzira na količinu pripreme za javno izlaganje" te se *ne slaže* 65,88% ("uglavnom se ne slažem" 32,94% i "u potpunosti se ne slažem" 38,82%) sudionika s tvrdnjom "Strah od javnog nastupa imam isključivo po pitanju javnog izlaganja a ne ostalih oblika javnih nastupa".

---

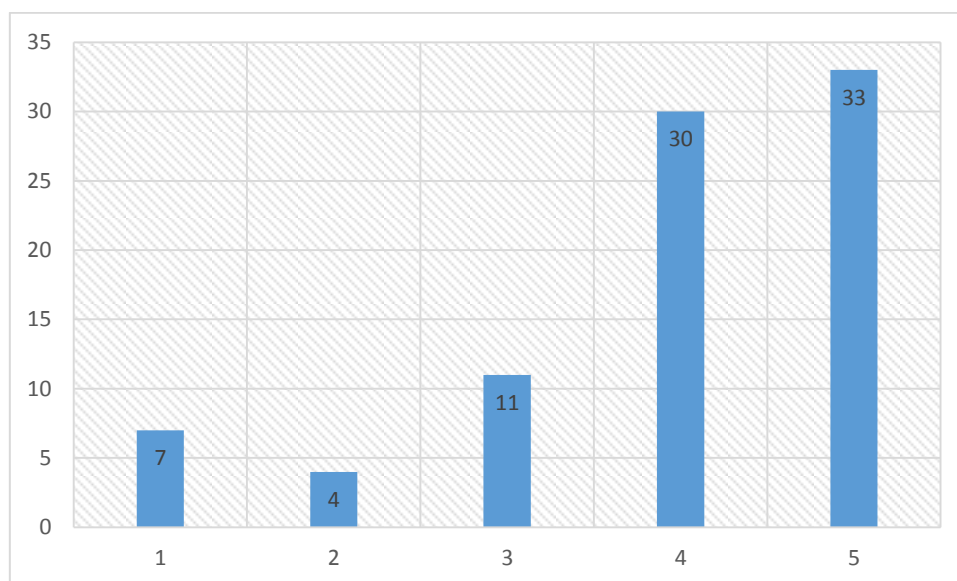
U skupini *niti se slažem, niti se ne slažem* 30,58% sudionika je označilo tvrdnju "Od javnih nastupa puno toga naučim o samom/samoj sebi" te s 34,11% je označilo tvrdnju "Prilikom javnog nastupa, osjećam se zadovoljno i ugodno u svojoj koži". Nadalje, ispitanici su jasno naznačili da postoji razlika između pripreme za javni nastup i dobre pripreme za javni nastup, 65,88% sudionika više vremena potroši kada se dobro pripremi za javni nastup (prezentaciju) dok od toga je 17,64% parova koji jedan sat izdvoje za pripremu javnih nastupa dok dva sata za dobru pripremu javnih nastupa.



"Osjećam se više anksiozno prilikom javnog nastupa ako se za njega nisam spremio/la" 60,71% (51) ispitanika svoj odgovor su dali u skupini *slažem se* ("uglavnom se slažem" 34,52% i "u potpunosti se slažem 26,19%).



"Moj strah od javnih nastupa sve je manji godinama studiranja"  
65,88% sudionika se *slaže* ("uglavnom se slažem" 30,58% i "u potpunosti se slažem" 35,30%)  
s tvrdnjom.



74,11% se *slaže* ("uglavnom se slažem" 35,29% i "u potpunosti se slažem" 38,82%) s  
tvrdnjom da su "Javna izlaganja na nastavi dobar su način prevladavanja straha od javnih  
nastupa"

---

## 6. Zaključak

U radu se zaključuje da faktor pripreme je onaj koji najviše utječe na strah od javnog nastupa na fakultetu ujedno tako i na samu kvalitetu javnog nastupa. Što potvrđuje samo znak od nepoznatog, te kako ga studenti svojim ponavljanjem minimiziraju i stavljaju pod kontrolom. Kao i povezanost javnih izlaganja na stranom jeziku, više ih je strah zbog straha od nepoznatog, odnosno na koji način će njihova intonacija zvučati ne mogu predvidjeti riječi s kojima se ne koriste toliko često kao što se koriste prilikom materinskog jezika. Iako Goffmanovim odnosno glumca i predstave, može se reći da u svakodnevnom životu kao i samim odlaskom do dućana, svi imamo uloge i obrasce ponašanja koje ako u pretjeranoj dozi prekršimo mogu se očekivati sankcije za 'neprimjereno ponašanje'. Stoga 'uloge' postoje stalno. Prilikom javnih nastupa, uloge najčešće zahtijevaju i svoju publiku. Izvođač za vrijeme izvedbe odrađuje svoju dužnost (točku) te po završetku čeka reakciju publike, za to vrijeme izvođač akumulira i preispituje svoje radnje, te projicira mišljenja publike na sebe, nije nužno ali ostavlja veliki prostor za anksioznošću od straha od neznanja.

---

## 7. POPIS LITERATURE

- [1] Goffman, E. (1990.) *The presentation of self in everyday life/Erving Goffman*, London: Penguin psychology
- [2] Sever, I., Mravunac, D. (2011.) » Strah, supsidijarnost i sudjelovanje «, *Bogoslovska smotra*, sv. 81 (4): 965-987.
- [3] Fromm, E. (1989.) *Veličina i granice Freudove misli*, Zagreb prevela Vlasta Vizek-Vidović
- [4] Simonović, K. (2008.) » Prema sociologijskoj konceptualizaciji emocija «, Filozofski fakultet, Zagreb: Izvorni znanstveni članak
- [5] Matić, I. (2016.) » Preoblikovanje i provjera instrumenata za mjerenje straha od čitanja na stranome jeziku «, *Preoblikovanje i provjera instrumenata*, Osnovna škola Ivana Kukuljevića Sakcinskog, Ivanec: Izvorni znanstveni članak, str. 162-191
- [6] Zupančić, A. A., Zupančić, Z. (2003.) » UČITELJ – JAVNI GOVOREC «, *Škola retorike: Govor xx*, Esej, Ljubljana, sv. 1-2: 497-510.
- [7] Ražnjević Zdrlić, M., Ivanac, I. (2016.) » Povezanost straha od javnog nastupa i studentskog angažmana u pripremi usmenih prezentacija «, Zadar: Odjel za turizam i komunikacijske znanost, (završni rad)
-