

Helikopter roditeljstvo u ranoj odrasloj dobi - implikacije na samoučinkovitost, psihološku dobrobit i mentalno zdravlje

Marković, Gabrijela

Master's thesis / Diplomski rad

2019

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Department of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Hrvatski studiji**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:900111>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-09**



Repository / Repozitorij:

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI

Gabrijela Marković

**HELIKOPTER RODITELJSTVO U
RANOJ ODRASLOJ DOBI –
IMPLIKACIJE NA
SAMOUČINKOVITOST, PSIHOLOŠKU
DOBROBIT I MENTALNO ZDRAVLJE**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2019.



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

GABRIJELA MARKOVIĆ

**HELIKOPTER RODITELJSTVO U
RANOJ ODRASLOJ DOBI –
IMPLIKACIJE NA
SAMOUČINKOVITOST, PSIHOLOŠKU
DOBROBIT I MENTALNO ZDRAVLJE**

DIPLOMSKI RAD

Mentor: doc.dr.sc. Jelena Maričić

Zagreb, 2019.

Sažetak

Cilj ovog istraživanja bio je provjeriti odnos između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti. Sudionici su 252 osobe mlade odrasle dobi, u dobi od 18 do 25 godina. U svrhu prikupljanja podataka korišteno je nekoliko skala: Skala helikopter roditeljstva, Skala psihološke dobrobiti, Skala opće samoefikasnosti, Skala zadovoljstva životom, Upitnik za generalizirani anksiozni poremećaj sa sedam stavaka, te su prikupljeni i sociodemografski podaci o spolu, dobi, broju braće/sestara i redosljedu rođenja, mjestu stanovanja (naglasak na stanovanju u roditeljskom domu ili ne), bračnom statusu/statusu veze, sadašnjem radnom te obrazovnom statusu. Podaci su prikupljeni on-line metodom. Korelacijskom analizom utvrđene su statistički značajne, no niske povezanosti između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti, na način da je viša razina helikopter roditeljstva povezana s nižom razinom psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstva životom, te višom razinom anksioznosti. Dodatno je, t-testom, utvrđeno kako su mladi odrasli, koji su svoje roditelje procijenili helikopter roditeljima, ostvarili i niže rezultate na psihološkoj dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstvu životom, a više na anksioznosti, za razliku od mladih odraslih koji svoje roditelje nisu procijenili helikopter roditeljima. Kako bi se utvrdilo postoji li statistički značajna razlika u razini helikopter roditeljstva između jedinaca i osoba koje imaju jednog ili više braće i sestara, proveden je t-test kojim razlika nije potvrđena. Nadalje, uzevši u obzir samo sudionike koji nisu jedinci, ANOVA-om je utvrđeno kako ne postoji statistički značajna razlika između prvorodne, srednje i najmlađe djece u procijenjenoj razini helikopter roditeljstva. Provedene su multiple hijerarhijske regresijske analize kojima se pokazalo kako je helikopter roditeljstvo u prvom koraku značajan prediktor psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti kao kriterija, no u drugom koraku, kada se dodaju ostali prediktori, ta se značajnost gubi, osim u slučaju anksioznosti kao kriterija.

Ključne riječi: helikopter roditeljstvo, psihološka dobrobit, samoučinkovitost, zadovoljstvo životom, anksioznost

Helicopter parenting in emerging adulthood – implications on self-efficacy, psychological well-being and mental health

Abstract

The aim of this research was to test the relationship between helicopter parenting and psychological well-being, self-efficacy, life satisfaction, and anxiety. Participants are 252 young adults, between the ages of 18 and 25. Several scales were used to collect data: Helicopter Parenting Scale, Psychological Well-Being Scale, General Self-efficacy Scale, Life Satisfaction Scale, A seven-item General Anxiety Disorder Questionnaire and socio-demographic data on gender, age, number of siblings and birth order, place of residence (emphasis on parental or non-residential residence), marital/relationship status, current work and educational status. The data were collected online. Correlation analysis established statistical significant, but very low relationship between helicopter parenting and psychological well-being, self-efficacy, life satisfaction, and anxiety, in such way that increasing helicopter parenting means lowering psychological well-being, self-efficacy and life satisfaction, but increasing anxiety. In addition, a t-test analysis established that young adults who evaluated their parents as helicopter parents scored lower on psychological well-being, self-efficacy, and life satisfaction, and more on anxiety, unlike young adults who did not evaluate their parents as helicopter parents. In order to determine that there was a statistically significant difference in the level of helicopter parenting between participants that are an only child and ones who have siblings, a t-test was demonstrated to show that there was no statistical significance of the difference between the two samples. Furthermore, considering only participants who have siblings, the ANOVA established that there was no statistically significant difference between firstborn, middle and youngest children in the estimated helicopter parenting level. Multiple hierarchical regression analysis were performed to show that the helicopter parenting in the first step is an significant predictor of psychological well-being, self-efficacy, life satisfaction and anxiety as a criterion, but in the second step, when other predictors are added, it loses its significance, except in the case of anxiety as a criterion.

Keywords: helicopter parenting, psychological well-being, self-efficacy, life satisfaction, anxiety

Sadržaj

1. Uvod.....	1
1.1. Stilovi roditeljstva prema Baumrind.....	1
1.2. Helikopter roditeljstvo.....	3
1.3. Psihološka dobrobit.....	4
1.4. Samoučinkovitost.....	5
1.5. Anksioznost.....	6
1.6. Zadovoljstvo životom.....	8
1.7. Odnos helikopter roditeljstva i ostalih varijabli	9
1.8. Svrha istraživanja.....	10
2. Cilj i problemi.....	12
3. Metoda.....	14
3.1. Sudionici.....	14
3.2. Instrumenti.....	14
3.3. Postupak	16
4. Rezultati	18
5. Rasprava	26
5.1. Ograničenja istraživanja	30
5.2. Prijedlozi za buduća istraživanja	31
5.3. Praktične implikacije ishoda istraživanja	32
6. Zaključak	34
Literatura.....	35

1. Uvod

Mlade odrasle osobe posljednjih se godina suočavaju sa sve većim brojem drugačijih i karakterističnih izazova nametnutih od strane sve suvremenijeg načina života i funkcioniranja današnjeg industrijaliziranog društva (Arnett, 2007). Ne tako davno, sredinom 20. stoljeća, osobe s približno 20 godina obično su već bile u braku i imale stabilne poslove, no krajem prošloga stoljeća taj se trend počeo mijenjati (Arnett, 2007). Pod time se na životni period od kasne adolescencije pa do sredine 20-ih godina danas gleda kao na doba istraživanja vlastitog identiteta, nestabilnosti u ljubavi, poslu, mjestu boravka, usmjerenosti na sebe, osjećaja „u sredini“ i postojanja neograničenog broja mogućnosti (Arnett, 2014). Kako bi uspješno funkcionirali, odnosno ostvarili razvojne ciljeve i na željeni način se oblikovali kao osoba, jedan od ključnih činitelja jest obiteljsko okruženje u kojemu su odrastali i u kojemu se možda još uvijek nalaze (Marano, 2008). Točnije, stil roditeljstva igra veliku ulogu u oblikovanju osobe od samog rođenja i kroz sva razvojna razdoblja, no u dobi od 18. do 25. godine također ima značajan utjecaj na mladu odraslu osobu (Marano, 2008). To je razdoblje kada jedni završavaju srednjoškolsko obrazovanje i upisuju fakultet, drugi odabiru put zaposlenja, treći se možda još uvijek pronalaze, no u svemu tome im je zajednička sve veća potreba za autonomijom i samostalnošću (Kins, Beyers, Soenens i Vansteenkiste, 2009). Roditeljima je ponekad teško „pustiti“ svoje dijete i dati mu podršku i autonomiju koja mu je tada izrazito potrebna (Marano, 2008). Upravo za takve roditelje počeo se koristiti termin *helikopter roditelji*, odnosno za stil roditeljstva *helikopter roditeljstvo* (LeMoyne i Buchanan, 2011).

1.1. Stilovi roditeljstva prema Baumrind

U svrhu boljeg razumijevanja, termin nije naodmet pojasniti kroz stilove roditeljstva autorice Diane Baumrind. Stilovi roditeljstva zapravo su određeni dvjema dimenzijama roditeljstva, toplinom i kontrolom (Baumrind, 2005). Roditelji koji su visoko na dimenziji topline posvećuju svome djetetu puno pažnje, prijateljski su nastrojeni, uvažavaju njegove osjećaje, ohrabruju dijete i nastoje gledati na situacije iz djetetove perspektive. Prilikom discipliniranja oni koriste objašnjenja, pohvale i ohrabrivanja. S druge strane ove dimenzije, roditelji koji su emocionalno hladni često su neprijateljski raspoloženi, kritiziraju i kažnjavaju dijete, zanemaruju ga i u interakciji ne iskazuju puno pozitivnih emocija (Baumrind, 2005).

Dimenzija kontrole odnosi se na ona ponašanja i postupke koje roditelji primjenjuju kako bi oblikovali ponašanje i unutarnja stanja djeteta, kao i očekivanja i standarde koje postavljaju i vrednuju. Roditelji koji se nalaze visoko na dimenziji kontrole određuju pravila, postavljaju određene zahtjeve i nastoje osigurati da ih se dijete pridržava. Njihova kontrola nad djetetovim ponašanjem je čvrsta, dok, s druge strane, roditelji čija je kontrola slaba ne zahtijevaju puno od djeteta, popustljivi su i daju mu puno slobode, uz prisutnost malo ili nimalo vodstva i nadzora (Baumrind, 2005).

Prema Baumrind (1966), postoje tri odgojna stila roditeljstva: popustljivi, autoritarni i autoritativni. Popustljivi roditelj visoko je na dimenziji topline, uz slabu kontrolu. On nastoji prihvatiti i ne kažnjavati djetetove želje i ponašanja, nudi objašnjenja obiteljskih pravila i spreman je raspravljati o odlukama. Ne postavlja prevelika očekivanja niti zahtijeva urednost i odgovornosti u kućanstvu (Baumrind, 1966). Takav roditelj stoji djetetu na raspolaganju kada ga ono zatreba, ne predstavlja se kao ideal za oponašanje ili kao osoba koja oblikuje ili mijenja njegovo trenutno ili buduće ponašanje, već naprotiv, pušta dijete da samostalno odlučuje o svojim aktivnostima i ne nastoji ga navesti da se ponaša prema određenim standardima nametnutim izvana (Baumrind, 1966). S druge strane, roditelji koji zagovaraju autoritarni stil roditeljstva izrazito su visoko na dimenziji kontrole, a nisko na toplini. Oni nastoje oblikovati, kontrolirati i procjenjivati ponašanje djeteta prema određenim standardima ponašanja koji oni osobno cijene i kojima teže. Skloni su korištenju striktnih mjera i kazni kako bi obuzdali slobodnu volju djeteta onda kada se njegova ponašanja i uvjerenja ne podudaraju s onime što roditelj smatra da je ispravno ponašanje (Baumrind, 1966). Pozitivno vrednuje poslušnost i vjeruje u ograničavanje djetetove autonomije, zadavanje zadataka i obveza u kućanstvu kako bi dijete steklo radne navike i određeno poštovanje prema poslu i radu. Isto tako, autoritaran roditelj ne dozvoljava verbalni otpor, već očekuje da će se njegova riječ uzeti kao ono što je ispravno (Baumrind, 1966). Treći stil roditeljstva, autoritativni, visoko je na dimenzijama kontrole i topline, što znači da se samo dijelom preklapa s autoritarnim. Naime, autoritativni roditelji spremni su razgovarati s djetetom o zahtjevima koji se pred njega postavljaju i objasniti mu zbog čega je tomu tako. Oni jednako vrednuju djetetovu autonomiju i slobodnu volju, kao i pravila ponašanja koja se pred djecu postavljaju, prepoznaju njihove interese i prihvaćaju njihove načine djelovanja, ali se isto tako trude oblikovati njihova buduća ponašanja (Baumrind, 1966). Kada dođe do neslaganja između djeteta i autoritativnog roditelja, također je prisutna jasna kontrola djetetova ponašanja, no nisu skloni drugim oblicima kažnjavanja. Ustrajni su u oblikovanju ponašanja i ostvarenju

objektivnih ciljeva prema onome što oni smatraju ispravnim, ne dozvoljavajući da na njihove postupke utječu niti određene grupne norme, niti djetetove želje (Baumrind, 1966). U svom kasnijem radu, Baumrind (1971) spominje još jedan stil roditeljstva, a to je izbjegavajući. Taj stil smatra se suprotnim od autoritativnog, a roditelji koji preferiraju ovaj stil nisko su na kontroli, ali i na toplini. Ne kontroliraju svoju djecu, ne nadziru ih, ne organiziraju njihove živote i životno okruženje, ne postavljaju ograničenja svojoj djeci niti potiču njihovu samostalnost i individualnost. Ponekad otvoreno odbacuju svoju djecu, ne pružajući im dovoljno pažnje i emocionalne potpore (Baumrind, 1971). Na temelju datih opisa, može se postaviti pitanje gdje se u svemu tome može smjestiti helikopter roditeljstvo.

1.2. Helikopter roditeljstvo

Prema Padilla-Walker i Nelson (2012), helikopter roditelji nalaze se visoko na dimenziji topline i podrške uz isto tako visoku kontrolu, no manjkavi su u pružanju autonomije svojoj djeci. Njih karakterizira velika briga za vlastitu djecu i kontrola njihova ponašanja, te aktivna uključenost u njihove živote, kako bi im pomogli da uspiju u životu i postignu ciljeve kojima teže (LeMoyne i Buchanan, 2011). Moglo bi se reći da su po kontroli dosta slični autoritarnim roditeljima, sve dok njihova djeca ne dođu u razdoblje života kada se trebaju osamostaliti i krenuti svojim putem. Tada helikopter roditeljstvo može biti potencijalno problematično, budući da je takvim roditeljima teško prihvatiti činjenicu da su njihova djeca postala mlade odrasle osobe, kojima trebaju pružiti više slobode i smanjiti kontrolu nad njima, kao i uključenost u njihove živote (LeMoyne i Buchanan, 2011). Helikopter roditelji se isto tako u većini područja djetetova djelovanja mogu ponašati kao autoritativni roditelji, te osim kontrole pružaju i veliku količinu podrške i poticanja, osim u jednom aspektu koji se ponovno odnosi na razdoblje osamostaljenja njihove djece. Točnije, misli se na njihovo nametljivo ponašanje u području obrazovanja i buduće konkurentnosti na tržištu (LeMoyne i Buchanan, 2011). Naime, dok autoritativni roditelj potiče neovisnost pomažući djetetu u oblikovanju njegova ponašanja, helikopter roditelj ju sputava i zaustavlja rješavajući probleme i obavljajući važne zadatke umjesto svoje djece. Takvi roditelji smatraju da je njihovo ponašanje opravdano i da će time donijeti svojoj djeci neku vrstu prednosti u budućim životnim izazovima, dok zapravo time čine upravo suprotno (LeMoyne i Buchanan, 2011). Prema LeMoyne i Buchanan (2011), kada helikopter roditelji rješavaju probleme i izazove svoje djece, primarno one vezane uz njihovo obrazovanje i pripremanje za tržište rada, zapravo im onemogućuju da se suoče s problemima koje bi trebali samostalno svladavati

u svojoj dobi, što bi ih u konačnici trebalo dovesti do neovisnosti i samostalnosti kojoj teže. Pretpostavka je da svaki roditelj brine i želi vidjeti svoje dijete kako je sposobno samo donositi odluke i uspješno rješavati probleme s kojima se susretne, no helikopter roditelji svojim ponašanjem otežavaju razvoj tih sposobnosti svoje djece (LeMoyne i Buchanan, 2011). Takvo roditeljsko postupanje često je neprimjereno razvojnoj dobi djeteta, posebno u ranoj odrasloj dobi. Procesi individualizacije i odvajanja od roditelja dosljedni su unutar obiteljske zajednice, te bi svi članovi trebali pratiti razvojne potrebe ostalih i njima se prilagođavati, posebno kada se radi o roditeljskoj kontroli (Padilla-Walker i Nelson, 2012). U suprotnom, može doći do smanjivanja djetetova osjećaja spremnosti na prelazak u svijet odraslih (Ungar, 2009), kao i osjećaja samokontrole i psihološke dobrobiti (Spokas i Heimberg, 2009).

1.3. Psihološka dobrobit

Godinama se psihološku dobrobit izjednačavalo sa srećom, kvalitetom života, ali i sa zadovoljstvom životom (LeMoyne i Buchanan, 2011). Međutim, psiholozi psihološku dobrobit odvajaju od tih konstrukata i dijele ju na hedonističku i eudemonističku. Hedonistički pogled na dobrobit ovaj koncept također izjednačava sa srećom, kvalitetom života i zadovoljstvom životom. Istraživanja u tom smjeru mogu se svesti na samo jedno pitanje, te se zbog toga smatra da je takav pogled poprilično subjektivan, zbog čega se spominje i naziv subjektivna dobrobit (Ryan i Deci, 2001). S druge strane, teoretičari eudemonističkog pogleda na dobrobit, tumače kako neće sve ostvarene želje i ostalo što čovjek smatra vrijednim u konačnici nužno doprinijeti psihološkoj dobrobiti. One mogu rezultirati trenutnim zadovoljstvom, no gledajući dugoročno, to ne mora biti tako i zato ovaj pogled ne izjednačava subjektivnu sreću s dobrobiti (Ryan i Deci, 2001). Jedan od modela psihološke dobrobiti je model autorice Ryff (1989), koja smatra kako se dobrobit sastoji od aktualizacije ljudskih potencijala i istinske prirode osobe, mjereći osobnu percepciju vlastitih potencijala, funkcioniranja i postignuća. Ona se usredotočila na šest dimenzija eudemonističke dobrobiti: samoprihvatanje, pozitivni odnosi s drugima, autonomija, upravljanje okolinom, smisao života i osobni rast. Samoprihvatanje, prema Ryff (1989), svojstvo je samoaktualizacije, optimalnog funkcioniranja i zrelosti, no najvažnije od svega predstavlja središnju sastavnicu mentalnog zdravlja. Iz toga proizlazi kako imanje pozitivnih stavova o sebi predstavlja ključ pozitivnog psihološkog funkcioniranja. Sljedeća dimenzija psihološke dobrobiti, pozitivni odnosi s drugima, također je važna sastavnica mentalnog

zdravlja i pozitivnog stava prema sebi. Sposobnost pružanja topline, empatije i ostvarivanja bliskih veza s drugima, dubljih prijateljstava i identifikacije s drugima pokazatelji su samoaktualizacije, ali i zrelosti. Nadalje, Ryff (1989) spominje i autonomiju kao jednu od dimenzija psihološke dobrobiti. Kvalitete poput samoodređenja, neovisnosti, unutarnje kontrole ponašanja i vrednovanja sebe i okoline prema osobnim standardima također su odlike samoaktualizirane osobe koja se procjenjuje visoko na psihološkoj dobrobiti. I teoretičari razvojne psihologije izvještavaju kako u mladoj odrasloj dobi i nadalje, osoba teži okretanju prema sebi kako bi se oslobodila određenih pravila koja upravljaju svakodnevni život (Ryff, 1989). Osim navedenog, kako osoba stari, tako sve češće prepoznaje i koristi prilike iz okoline koje joj se pružaju, te na taj način kontrolira svoju okolinu. Upravo upravljanje okolinom predstavlja još jednu dimenziju i odnosi se na sposobnost osobe da fizički i mentalno upravlja okolinom i napreduje u njoj (Ryff, 1989). Dimenzija psihološke dobrobiti koja uključuje uvjerenja koja daju osjećaj svrhe u životu naziva se smisao života. Osoba koja funkcionira pozitivno na psihološkoj dobrobiti ima ciljeve i namjere te osjećaj da prati ispravan put, a sve to doprinosi unutarnjem zadovoljstvu i osjećaju kako život ima smisla (Ryff, 1989). Za mlade odrasle osobe postojanje osjećaja kako život ima smisla također može biti izrazito važno, budući da se u njihovoj dobi velik broj ciljeva koje imaju često zna mijenjati, pa je za ustrajnost i održavanje te putanje važno pozitivno funkcioniranje. Prema Ryff (1989), osobni rast je dimenzija psihološke dobrobiti za koju se smatra da je najbliža samom pojmu eudemonističke dobrobiti. Pod time se misli kako optimalno psihološko funkcioniranje podrazumijeva stalni osobni rast i razvoj. Cilj nije samo doseći primarne ciljeve već kontinuirano raditi na sebi kroz život i postajati najbolja verzija sebe. Razvojne teorije jednako tako naglašavaju važnost suočavanja s novim izazovima i zadacima koji se javljaju u određenom razvojnom razdoblju te potiču osobni razvoj (Ryff, 1989). Upravo u tom dijelu mogu nastati problemi za mladu odraslu osobu, ukoliko helikopter roditelj sve te zadatke i izazove preuzima na sebe i time djetetu uskraćuje iskustvo samostalnog suočavanja. Suočavanjem djeteta razvija svoju kompetentnost i samopouzdanje, ali i samoučinkovitost (Marano, 2008).

1.4. Samoučinkovitost

Samoučinkovitost je pojam koji se definira kao uvjerenje koje ljudi imaju o vlastitim sposobnostima izvršavanja raznolikih zadataka koji imaju izravan utjecaj na njihov život (Bandura, 2010). Takva uvjerenja velikim dijelom mogu određivati kako se ljudi osjećaju,

kako misle, motiviraju se, i u konačnici, kako se ponašaju. Formiraju se na temelju prošlih osobnih iskustava kojima pojedinac stječe informacije o vlastitim prednostima i ograničenjima, ali i na temelju povratnih informacija koje dobiva iz okoline (Bandura, 1982). Snažan osjećaj samoučinkovitosti dovodi do povećanja uspjeha i psihološke, ali i sveukupne osobne dobrobiti, pa tako osobe koje posjeduju takva snažna uvjerenja složene zadatke gledaju kao izazove koje mogu savladati, a ne kao prijetnju koju bi trebali izbjeći (Bandura, 2010). Isto tako, postavljaju si zahtjevne ciljeve i ne odustaju dok ih ne postignu, a ukoliko im to i ne uspije, svoj neuspjeh pripisuju nedovoljnom znanju ili trudu te se vrlo brzo oporavljaju od njega, ulažući više truda. Uz sve navedeno, vjeruju da mogu preuzeti kontrolu nad situacijom, a takvi stavovi znatno doprinose sveukupnom osobnom uspjehu, smanjuju stres i osjetljivost koja može voditi depresiji (Bandura, 2010). Također, visoko učinkovite osobe imaju razvijeniju socijalnu mrežu i bolje socijalne vještine (Bandura, 1982). S druge strane, osobe koje svoju učinkovitost procjenjuju niskom uglavnom se ne upuštaju u izvršavanje složenih zadataka, gledajući na njih kao prijetnju, te samim time ne razvijaju vlastite vještine, ograničavaju svoj potencijal za učenje i razvoj, manje su ustrajne i sklonije odustajanju. Posljedično, kod ovakvih se osoba često javlja strah, nesigurnost i osjećaj anksioznosti, u većoj ili manjoj mjeri. Niska samoučinkovitost, kao i nedostatak osjećaja samokontrole zbog pretjerane kontrole koju helikopter roditelji imaju nad svojom djecom, može dodatno uzburkati razdoblje rane odrasle dobi i povećati anksioznost u raznim područjima njihova života (LeMoyne i Buchanan, 2011).

1.5. Anksioznost

Za anksioznost se smatra da je najčešća emocija koja se javlja u različitim oblicima, te se može promatrati kao kontinuum, s normalnom, svakodnevnom anksioznošću na jednom kraju i patološkom na drugom kraju (Begić, 2016). Normalna anksioznost prati svakodnevne situacije, kao što su ispitna situacija, radno mjesto, interakcije s drugima, donošenje odluka, očekivanje različitih situacija, razmišljanje o budućnosti i ostale. To je strah da će se u našim životima dogoditi nešto neugodno i loše pa stoga ima adaptivnu funkciju i čini nas opreznijima, sklonijima promišljanju i planiranju, te nam omogućuje izbjegavanje ili suprotstavljanje opasnosti (Begić, 2016). Anksioznost i strah su slične emocije i povezuju ih neodređeni i uznemirujući osjećaji nelagode koji su uzrokovani očekivanjem opasnosti. Iako su vrlo povezane pojave, anksioznost i strah se razlikuju. Strah je biološka reakcija na predstojeću opasnost i omogućuje pojedincu percipiranje prijetnje kao opasnosti te

poduzimanje mjera koje mu omogućuju nošenje s prijetnjom (Hollander, Simeon i Arbanas, 2006). Prati ga intenzivno i kratkotrajno stanje mučnog osjećaja s kognitivnim sadržajem i taj osjećaj prati velika napetost i negativno uzbuđenje. Strah ima svjesno percipirani objekt koji je zastrašujući u sadašnjosti, za razliku od anksioznosti koja nema svjesno percipirani objekt i koji je vezan uz budućnost (Hollander, Simeon i Arbanas, 2006). Anksioznost je sastavni dio života svakog čovjeka i povremeno svi ljudi doživljavaju osjećaj zabrinutosti, panike ili nervoze. Isto tako, javlja u svim životnim razdobljima, no najčešće u ranim dvadesetim i na prijelazu tridesetih u četrdesete godine života. Prema Arnett, Žukauskienė i Sugimura (2014), razdoblje ranih dvadesetih je razdoblje istraživanja identiteta, nestabilnosti u raznim područjima života, osjećaja da su „u sredini“, odnosno, da nisu niti adolescenti niti u odrasloj dobi, već u razdoblju izloženosti raznim mogućnostima. Osjećaj snažnoga pritiska, koji se od unutarnjeg nemira povremeno pretvara u stvarnu prijetnju od nečega što je zapravo nepoznato poznat je gotovo svakoj mladoj osobi. Anksioznost i tjeskoba neraskidivo su povezani s istraživanjem i očekivanjima raznih otkrića u životima mladih odraslih i taj osjećaj gotovo nitko u toj dobi ne može izbjeći (Lavrič, 2012). Razlike se javljaju samo u načinu na koji prevladavaju takve situacije, nose se i žive s njima, a kakav će biti ishod značajno ovisi i o osobinama ličnosti, te poticajima i okolini u kojoj osoba živi. Napor koji pojedinac ulaže u upravljanje anksioznošću može dovesti i do zadovoljstva ukoliko se pokaže djelotvornim i rezultira pozitivnim ishodima, što će ga potaknuti na ponovno ulaganje napora u razne aktivnosti koje grade njegovu osobnost (Lavrič, 2012). U ovom slučaju anksioznost djeluje ohrabrujuće i ima pozitivan učinak na sazrijevanje. S druge strane, osobe koje ne ulažu napor u svladavanje anksioznosti i dopuste da ih ovaj osjećaj obuzme, kasnije, u pokušajima ovladavanja, često su negativno usmjerene i takva ih ponašanja mogu dovesti u sukob s okolinom i razvojem vlastite osobnosti (Lavrič, 2012). Pritom postoji i rizik da prisutnost anksioznosti dovede do razvoja drugih mentalnih poremećaja.

Međutim, ponekad mladi odrasli doživljavaju povremene anksiozne krize, koje su praćene neugodnim, ali podnošljivim osjećajem tjeskobe, koji isto tako ima negativno djelovanje na ponašanje osobe i na odnose s okolinom. Sve se to može dogoditi bez poznatog uzroka, no neki od uzroka mogu biti uočena neučinkovitost u suočavanju s problemima ili očekivanjima okoline, osobnim, roditeljskim ili socijalnim standardima ponašanja u vidu previsokih očekivanja od strane roditelja i strah od neuspjeha (Lavrič, 2012). Često se javlja i kao posljedica sukoba između ovisnosti i neovisnosti od roditelja, ali i zabrinutosti oko prihvaćanja od okoline. Mlada odrasla osoba počinje shvaćati da je neovisnost povezana s

odgovornošću za vlastite postupke, što može imati negativne posljedice. Također, razni razvojni zadaci s kojima se suočavaju izazivaju brige i misli koje uzrokuju neizvjesnost o vlastitoj kompetenciji i emocionalni sukob (Lavrič, 2012). Razdoblje je to brojnih i velikih promjena u životu mlade osobe, stoga i ne čudi kako velik broj osoba u ranoj odrasloj dobi na budućnost ne gleda pozitivno, što ih lako može dovesti do anksioznosti i depresije, ali i smanjenog zadovoljstva vlastitim životom (Arnett, Žukauskienė i Sugimura, 2014).

1.6. Zadovoljstvo životom

Zadovoljstvo životom globalna je evaluacija osobnog života, a smatra se i kognitivnom komponentom subjektivne dobrobiti (Penezić, 2006). Odnosi se na proces vrednovanja u kojem osoba ocjenjuje kvalitetu svog života prema vlastitom jedinstvenom setu kriterija (Shin i Johnson, 1978). To su subjektivne procjene koje omogućavaju osobi korištenje bilo koje informacije koju smatra relevantnom za vrednovanje vlastitog života. Pojedine osobe pripisuju različitu težinu najvažnijim sastavnicama „dobroga života“, poput zdravlja i uspješnih odnosa, te imaju različite standarde „uspješnosti“ u pojedinim domenama života. Usprkos svim neslaganjima oko toga što sve uključuje konstrukt zadovoljstva životom, zbog širokog zanimanja za ovo područje autori su pokušavali povezati zadovoljstvo životom s brojnim različitim značajkama psihičkog i fizičkog funkcioniranja pojedinaca. Stoga Acton (1994) i Argyle (1997) povezuju zadovoljstvo životom s depresijom, mentalnim zdravljem, samopoimanjem, samopoštovanjem, osobnom kontrolom, ciljevima, moralom, opaženim zdravljem, stresom, brigama, naporima, socijalnom podrškom, obiteljskim funkcioniranjem, roditeljskim zadovoljstvom i zadovoljstvom poslom. Iz tog razloga je važno razumjeti globalnu procjenu nečijeg života, umjesto zadovoljstva pojedinim aspektima (Pavot i Diener, 1993). Trenutno raspoloženje i vremenske prilike utječu na procjene zadovoljstva životom i druge procjene subjektivne dobrobiti. Zadovoljstvo životom, kao i drugi aspekti subjektivne dobrobiti, imaju relativnu stabilnost kroz vrijeme, iako se umjereno mijenjaju u reakciji na životne promjene. Kako se krećemo kroz život, naši ciljevi i potrebe se mijenjaju, ali nam osjećaj dobrobiti ostaje relativno stabilan (Pavot i Diener, 1993). U skladu s time, proučavajući zadovoljstvo životom, znalo se postaviti pitanje može li se zadovoljstvo životom promatrati kao osobina ličnosti. Veenhoven (1995) je u svome radu jasno naveo nekoliko razloga koji daju negativan odgovor na navedeno pitanje. Naime, pokazalo se da zadovoljstvo životom nije stabilno, te da varira tijekom cijeloga životnog vijeka kako pojedinci periodično rade revizije svoga života. Zadovoljstvo životom se često mijenja i osjetljivo je na promjene

životnih uvjeta, stoga je napredak ili pogoršanje uvjeta života najčešće praćeno poboljšanjem ili pogoršanjem procjene zadovoljstva životom (Veenhoven, 1995). Posljednje, smatra se kako zadovoljstvo životom nije potpuno i samo internalno određeno, već se pokazalo da su procjene zadovoljstva pod utjecajem grupnih usmjerenja i osobnih značajki koje ne zasjenjuju okolinske utjecaje, već ih modificiraju (Veenhoven, 1995).

1.7. Odnos helikopter roditeljstva i ostalih varijabli

Nalazi već provedenih istraživanja u ovom području uglavnom ukazuju na slične procese. LeMoyne i Buchanan (2011) izvještavaju o prisutnosti smanjene psihološke dobrobiti, smanjene razine zadovoljstva životom i učestalijeg korištenja lijekova za anksioznost i depresiju među studentima koji svoje roditelje doživljavaju kao helikopter roditelje. Slične nalaze dobili su i Schiffrin i suradnici (2014), naime, helikopter roditeljstvo smanjuje psihološku dobrobit, točnije smanjuje razinu autonomije, kompetencije i povezanosti, što dalje vodi do smanjenja osjećaja zadovoljstva životom te pojave anksioznosti i depresije. Ballash, Leyfer, Buckley i Woodruff-Borden (2006) u svom su istraživanju pokazali kako roditeljska prevelika uključenost i kontrola, što su odlike helikopter roditeljstva, pridonose nedostatku osjećaja kontrole među studentima, što posljedično povećava i njihovu anksioznost. Do sličnih su nalaza došli i Segrin, Woszidlo, Givertz i Montgomery (2013), pri čemu helikopter roditeljstvo povećava stres i anksioznost, te smanjuje psihološku dobrobit mladih odraslih osoba. Što se tiče samoefikasnosti i helikopter roditeljstva, van Ingern i suradnici (2015) navode kako je helikopter roditeljstvo povezano s niskom razinom opće samoefikasnosti, ali i nedostatkom povezanosti s vršnjacima. Također, studenti su izvijestili i o smanjenom kapacitetu za izvršavanje zadataka. Nepovjerenje, osjećaj odvojenosti i slaba komunikacija s kolegama također je povezana s percepcijom vlastitih roditelja kao helikopter roditelja (van Ingern i sur., 2015), te se, prema Ryff (1989), može zaključiti kako dolazi i do smanjene psihološke dobrobiti, budući da su pozitivni odnosi s drugima jedna od šest sastavnica psihološke dobrobiti. Roditeljsko okruženje u kojemu vlada niska razina podrške usmjerene prema osamostaljenju djeteta i visoka razina psihološke kontrole uništava samoučinkovitost kod mladih odraslih osoba, što je poražavajuće za mladu osobu budući da je samoučinkovitost vrlo važna za održavanje mentalnog zdravlja i ostvarivanja rezultata u toj dobi (Liem, Cavell i Lustig, 2010; Givertz i Segrin, 2014; Reed i sur., 2016). Općenito, helikopter roditeljstvo ne pridonosi lakšoj prilagodbi osoba ranoj odrasloj dobi i njihovom razvoju, budući da, osim psihološke i ponašajne, predstavlja još

jednu vrstu kontrole koja nema pozitivno djelovanje na tu populaciju (Padilla-Walker i Nelson, 2012). S druge strane, postoje i istraživanja koja pokazuju kako postoje i neutralni, pa čak i pozitivni rezultati helikopter roditeljstva na mlade odrasle osobe, poput bolje psihološke prilagodbe i više razine zadovoljstva životom (Fingerman i sur., 2012; Padilla-Walker i Nelson, 2012). Takvi se nalazi mogu interpretirati na način da sve ovisi kako dijete doživljava ponašanje svojih roditelja i kako ga tumači, kao pretjerano ili ne, pozitivno ili negativno. Intenzivna roditeljska podrška i kontrola tako se može protumačiti kao prikladna, odnosno kao roditeljsko ulaganje u dijete umjesto kao pretjerana uključenost, što tada dovodi do više razine psihološke dobrobiti (Padilla-Walker i Nelson, 2012).

U radu se ukratko osvrćemo i na djelovanje toga je li mlada odrasla osoba jedinac u obitelji ili ne, kao i na redoslijed rođenja u slučaju kada nije. U prethodno provedenim istraživanjima, autori Schaller (1978) i Sputa i Paulson (1995), izvještavaju kako roditelji jedinaca obično više kontroliraju i upravljaju ponašanjem svoje djece. Prema Schaller (1978), prvorodena djeca procjenjuju svoje roditelje više na kontroli i strogoći nego srednja ili najmlađa djeca. No, Falbo i Polit (1986) ukazuju na to da prvorodena djeca i jedinci imaju toplije odnose s roditeljima negoli kasnije rođena djeca ili djeca iz većih obitelji. Istraživanja također pokazuju da s porastom članova obitelji, roditeljska ponašanja i načini uvođenja discipline postaju sve sličnija autoritarnom stilu. No, roditelji isto tako često pružaju više pažnje prvorodenoj, starijoj djeci kako bi na njih prenijeli dio odgovornosti vezane za odgoj mlađe djece (Kalliopuska, 1984). Ware (1973) predlaže i kako roditelji jednostavno imaju više vremena baviti se s jednim djetetom, bilo ono jedinac ili tek prvorodeno dijete, te spomenute razlike mogu proizlaziti iz toga.

1.8. Svrha istraživanja

Može se reći kako istraživanja vezana izričito uz pojam helikopter roditeljstva nisu mnogobrojna (Reed i sur., 2016), dok ih na području Hrvatske gotovo i nema. Moguće je kako sam pojam, koji je preuzet iz engleskog jezika, u hrvatskom jeziku nema potpuno jasno značenje te ga se može shvatiti na nekoliko različitih načina, npr. „sposoban roditelj koji sve stiže“, dok je pravo značenje sintagme „roditelj koji je pretjerano zaštitnički nastrojen prema djeci“ (Marinić i Pavičić Takač, 2018). U skladu s nalazima prethodnih istraživanja, glavna svrha ovog rada je predvidjeti odnos između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, opće samoučinkovitosti, anksioznosti i zadovoljstva životom osoba mlade odrasle dobi na

području Hrvatske. Isto tako, provjeriti će se i postoje li razlike u helikopter roditeljstvu kod jedinaca i onih koji imaju jednog ili više brata/sestru, kao i razlike između prvorođene, srednje i najmlađe djece.

2. Cilj i problemi

Glavni cilj ovog istraživanja je predvidjeti odnos između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, opće samoučinkovitosti, anksioznosti i zadovoljstva životom osoba mlade odrasle dobi.

Problem 1: Utvrditi stupanj procijenjene sklonosti helikopter roditeljstvu roditelja mladih odraslih osoba, te stupanj samoprocijenjene psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti.

Hipoteza: Očekuju se rezultati oko srednje vrijednosti za skalu helikopter roditeljstva. Za skalu psihološke dobrobiti, skalu samoučinkovitosti i skalu zadovoljstva životom očekuju se rezultati iznad srednje vrijednosti, dok se za skalu anksioznosti očekuju rezultati niži od srednje vrijednosti. Očekuje se i kako u prosjeku procjene roditelja neće nadilaziti vrijednost iznad koje se kategoriziraju kao helikopter roditelji.

Problem 2: Ispitati postoji li statistički značajna povezanost između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti. Ispitati i postoji li statistički značajna razlika u razini psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti između osoba mlade odrasle dobi koje su svoje roditelje procijenile helikopter roditeljima i onih koji nisu.

Hipoteza: Postoji statistički značajna negativna povezanost između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstva životom, te pozitivna povezanost helikopter roditeljstva i anksioznosti. Isto tako, postoji statistički značajna razlika u razini psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti između osoba mlade odrasle dobi koje su svoje roditelje procijenile helikopter roditeljima i onih koji nisu, na način da osobe koje su svoje roditelje procijenile helikopter roditeljima, svoju psihološku dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom procjenjuju nižima, a anksioznost višom od osoba koje svoje roditelje nisu procijenile helikopter roditeljima.

Problem 3: Ispitati postoji li statistički značajna razlika u razini helikopter roditeljstva ovisno o tome je li osoba mlade odrasle dobi jedina u obitelji ili ima jednog ili više brata/sestru. Uz to, ispitati postoji li statistički značajna razlika u razini helikopter roditeljstva ovisno o tome je li osoba mlade odrasle dobi prvorodeno, srednje ili najmlađe dijete u obitelji.

Hipoteza: Postoji statistički značajna razlika u razini helikopter roditeljstva ovisno o tome je li osoba mlade odrasle dobi jedinac u obitelji ili ne, na način da će jedinci izvijestiti o višoj razini helikopter roditeljstva. Za drugi dio problema se, na temelju literature, ne može formulirati jasna hipoteza.

Problem 4: Utvrditi značajnost predviđanja psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti na temelju helikopter roditeljstva kao samostalnog prediktora i u kombinaciji s ostalim prediktorima.

Hipoteza: Helikopter roditeljstvo je statistički značajan prediktor psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti u slučaju kada je samostalan prediktor, kao i nakon dodavanja ostalih prediktora. Mlade odrasle osobe koje svoje roditelje procijene više na skali helikopter roditeljstva svoju će psihološku dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom procijeniti nižima, dok će anksioznost procijeniti višom.

3. Metoda

3.1. Sudionici

U ovom istraživanju ukupno je sudjelovalo 252 sudionika, od čega je 206 žena (81,7%) i 46 muškaraca (18,3%). Raspon dobi je od 18 do 25 godina ($M=22,13$, $sd=1,735$), te se smatra kako su to osobe mlade odrasle dobi (*eng. emerging adulthood*). U roditeljskom domu i dalje živi 70,6% sudionika. Što se tiče bračnog statusa/statusa veze, 55,6% sudionika nije u vezi, 37,3% sudionika je u vezi i ne živi s partnerom/partnericom, 4,8% je u vezi i živi u zajedničkom kućanstvu s partnerom/partnericom, 2% je u braku, a jedna osoba je navela da je u vezi na daljinu. Na pitanje o sadašnjem obrazovnom/radnom statusu, 84,1% sudionika izjasnilo se da su studenti, 13,9% ih je zaposleno, tri osobe izjasnile su se kao učenici, dok se po jedna osoba izjasnila kao nezaposlena i kao zaposlena studentica. Što se tiče broja braće/sestara, 49,6% sudionika ima jednog brata/sestru, 23,4% dvoje, 12,3% sudionika izjasnilo se da su jedinci, 9,5% ima tri brata/sestre te 5,2% sudionika ima više od tri brata/sestre. Gotovo jednak broj sudionika naveo je da su prvorođeno dijete (40,9%) i (naj)mlađe dijete (40,5%). Preostalih 18,7% navelo je da su srednje dijete u obitelji.

3.2. Instrumenti

Skala psihološke dobrobiti (*Scales of Psychological Well-Being- SPWB; Ryff, 1989; Ryff i Keyes, 1995*) u ovom je istraživanju korištena u skraćenoj verziji koja se sastoji od 42 tvrdnje koje opisuju različite aspekte psihološkog funkcioniranja i koje su podijeljene u šest subskala: autonomija, upravljanje okolinom, osobni rast, pozitivni odnosi s drugima, smisao života i samoprihvatanje. Svaka subskala mjeri jednu dimenziju psihološke dobrobiti s po sedam čestica. Subskala autonomije odnosi se na neovisnost i samoodređenje (npr. Bitnije mi je biti zadovoljan sam sa sobom nego dobiti odobrenje drugih ljudi). Subskala upravljanja okolinom odnosi se na aktivno sudjelovanje pojedinca u svojoj okolini kojom na taj način upravlja i nastoji je prilagoditi svom psihološkom stanju (npr. Dobro organiziram svoje vrijeme kako bih stigao napraviti sve što trebam). Kontinuirani razvoj potencijala kroz nova iskustva i suočavanje s izazovima odnosi se na predmet mjerenja subskale osobnog rasta (npr. Smatram da je važno imati nova iskustva koja potiču na razmišljanje o sebi i svijetu), a subskala pozitivnih odnosa s drugima usmjerava se na mjerenje održavanja toplog,

zadovoljavajućeg i povjerljivog odnosa s drugima, uz empatiju i intimnost (npr. Ljudi bi me opisali kao darežljivu osobu, onu koja je spremna svoje vrijeme provesti s drugima). Subskala smisla života odnosi se na ciljeve i osjećaje svrhovitosti u životnim aktivnostima (npr. Uživam osmišljavati planove za budućnost i raditi na tome da se oni ostvare). Posljednja subskala samoprihvatanja odnosi se na samoaktualizaciju i zrelost osobe iz koje proizlazi spremnost za prihvaćanjem i prepoznavanjem osobnih vrlina i mana (npr. Napravio sam neke pogreške u prošlosti, ali čini mi se da je sve na kraju ispalo dobro). Sudionici procjenjuju tvrdnje na skali od 6 stupnjeva, od 1 (izrazito se ne slažem) do 6 (izrazito se slažem). Ukupni rezultat na skali određuje se kao zbroj procjena na svim česticama (nakon što se rekodiraju one koje se obrnuto boduju) te se raspon rezultata kreće od 42 do 252, pri čemu viši rezultat upućuje na veću razinu psihološke dobrobiti. Osim ukupnog rezultata na skali, moguće je koristiti i prosječan rezultat na skali te rezultate na pojedinim subskalama.

Skala zadovoljstva životom (*The Satisfaction with Life Scale (SWLS)*; Diener i sur., 1985; Pavot i Diener, 1993) namijenjena je mjerenju globalnog zadovoljstva životom. Skala se sastoji od pet čestica, a kao primjer možemo navesti česticu: „U većini stvari, moj život je skoro idealan“. Na čestice se odgovara na skali od sedam stupnjeva, pri čemu 1 znači ‘U potpunosti se slažem’, a 7 ‘Uopće se ne slažem’. Ukupan rezultat se računa tako da se zbroje odgovori na svih pet tvrdnji, pri čemu viši rezultati upućuju na veće zadovoljstvo. Cronbachov koeficijent pouzdanosti iznosi $\alpha=,87$ (Pavot i Diener, 1993).

Skala opće samoefikasnosti (*General self-efficacy scale, GSE*; Schwarzer i sur., 1997) korištena je kao mjera samoefikasnosti, koja mjeri opći i stabilan osjećaj osobne efikasnosti u suočavanju s različitim stresnim situacijama. Za hrvatsku populaciju, skalu su preveli i adaptirali Ivanov i Penezić (2002). Originalna verzija sadržavala je 20, a zatim je reducirana na 10 čestica, koje se procjenjuju na skali od pet stupnjeva (0 = uopće se ne odnosi na mene, 5 = u potpunosti se odnosi na mene). Primjer čestice je „Uvjeren/a sam da bih se mogao uspješno nositi s neočekivanim događajima“. Ukupan rezultat oblikuje se kao linearna kombinacija procjena, pri čemu veći rezultat ukazuje na veću razinu opće samoefikasnosti. Koeficijent pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije Cronbach alpha iznosi od ,853 do ,874 (Ivanov i sur., 1998; Penezić i sur., 1998, 1999; prema Ivanov i Penezić, 2002).

Upitnik za generalizirani anksiozni poremećaj sa sedam stavaka (*Generalized Anxiety Disorder 7-item Questionnaire, GAD-7*; Spitzer, Kroenke, Williams i Löwe, 2006) koristi se

kao skala procjene generaliziranog anksioznog poremećaja. Sadrži sedam čestica čiji sadržaj po učestalosti sudionici procjenjuju na skali Likertova tipa od četiri stupnja, od 0 (nikad) do 3 (skoro svaki dan). Primjer čestice je „Nisam se mogao/la prestati brinuti niti kontrolirati koliko se brinem“. Ukupan rezultat na skali određuje se kao linearna kombinacija procjena na sve tvrdnje, a pritom veći rezultat ukazuje na višu razinu anksioznosti, a može varirati u rasponu od 0 do 21. Koeficijent pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije Cronbachov α iznosi 0,87 (Spitzer i sur., 2006).

Skala helikopter roditeljstva (*Helicopter Parenting Scale, HPS: LeMoyne i Buchanan, 2011*) sadrži osam čestica kojima se ispituje sudionikova procjena okruženja u kojem je odrastao, odnosno ponašanja roditelja tijekom njegova odrastanja, npr. „Moji roditelji su uvijek bili pretjerano uključeni u moje aktivnosti“. Zadatak sudionika je procijeniti stupanj u kojem se navedene tvrdnje odnose na njegov život na skali od 1 (izrazito se ne slažem) do 6 (izrazito se slažem). Ukupan rezultat određuje se kao zbroj odgovora na sve tvrdnje podijeljen s brojem tvrdnji. Pritom bi rezultat veći od 4 ukazivao na prisutnost helikopter roditeljstva.

Od sudionika se tražilo da upišu i sociodemografske podatke o spolu, dobi, broju braće/sestara i redoslijedu rođenja, mjestu stanovanja (naglasak na stanovanju u roditeljskom domu ili ne), bračnom statusu/statusu veze, sadašnjem radnom te obrazovnom statusu.

3.3. Postupak

Prije sastavljanja upitnika i samog povodenja istraživanja, bilo je potrebno zatražiti dozvole autora za korištenje upitnika helikopter roditeljstva, psihološke dobrobiti i zadovoljstva životom, dok su upitnici samoučinkovitosti i anksioznosti bili dostupni u javnoj domeni, zbog čega nije bilo potrebno dodatno tražiti dozvole za korištenje. Istraživanje je provedeno *on-line* metodom, što znači da su sudionici regrutirani objavljivanjem linka *on-line* upitnika u raznim *on-line* grupama na društvenim mrežama za koje se već znalo da su članovi osobe u ranoj odrasloj dobi, npr. „Klub mladih Gradskog društva Crvenog križa Zagreb“ ili „Ekonomski fakultet Zagreb“. Također su bili zamoljeni da slobodno i sami prosljede link *on-line* upitnika osobama u istoj dobnoj skupini. Prije početka ispunjavanja, sudionici su zamoljeni da pročitaju obavijest za sudionike u kojoj je objašnjena svrha istraživanja te način pristupanja upitniku. Pritom je naglašeno da je upitnik anonimn i da u bilo kojem trenutku mogu odustati od sudjelovanja. Sudionici su potom trebali označiti kako su suglasni s

navedenim, kako bi uopće mogli pristupiti ispunjavanju upitnika. Nije ih se tražilo ime i prezime niti bilo koja osobna identifikacijska informacija. Također je navedeno da se sudionici u slučaju zainteresiranosti za rezultate istraživanja mogu javiti autorici rada čija je e-mail adresa navedena u obavijesti za sudionike. Sudionici su najprije odgovarali na upitnik psihološke dobrobiti, zatim na upitnik zadovoljstva životom, potom na upitnik anksioznosti, samoučinkovitosti, te na upitnik helikopter roditeljstva. Na samom kraju su unijeli tražene sociodemografske podatke. Svi prikupljeni podaci čuvaju se kod autorice, te je onemogućen pristup bilo kojoj trećoj osobi.

4. Rezultati

Kao odgovor na prvi problem, u Tablici 1 prikazani su deskriptivni podaci za helikopter roditeljstvo, psihološku dobrobit, samoučinkovitost, zadovoljstvo životom i anksioznost.

Tablica 1. *Deskriptivni podaci za varijable helikopter roditeljstvo, psihološka dobrobit, samoučinkovitost, zadovoljstvo životom i anksioznost (N = 252)*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Raspon	
			Stvarni	Mogući
Helikopter roditeljstvo	2,91	,948	1,13 - 5,38	1 – 6
Psihološka dobrobit	150,99	9,812	113 - 171	42 – 252
Samoučinkovitost	38,74	6,120	20 - 50	10 – 50
Zadovoljstvo životom	25,35	5,857	9 - 35	5 – 35
Anksioznost	8,36	5,195	0 - 21	0 – 21

U procjeni tvrdnji o helikopter roditeljstvu, mlade odrasle osobe imale su tendenciju odgovaranja srednjim vrijednostima, pa tako prosječna vrijednost iznosi $M=2,91$ uz $SD=,948$. Na varijabli psihološka dobrobit sudionici izvještavaju o srednje visokoj psihološkoj dobrobiti ($M=150,99$, $SD=9,812$), te se može reći kako samoučinkovitost isto tako procjenjuju srednje visokom uz $M=38,74$, $SD=6,120$. Nadalje, sudionici zadovoljstvo životom procjenjuju srednje visokim ($M=25,35$, $SD=5,857$), dok su vlastitu anksioznost procijenili niskom ($M=8,36$, $SD=5,195$).

U svrhu odgovaranja na drugi problem i utvrđivanja postojanja statistički značajnih povezanosti između helikopter roditeljstva, psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti, izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije.

Tablica 2. *Matrica korelacija helikopter roditeljstva, psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti*

	1	2	3	4	5
1. Helikopter roditeljstvo	-	-,147*	-,195**	-,215**	,250**
2. Psihološka dobrobit		-	,390**	,592**	-,512**
3. Samoučinkovitost			-	,483**	-,410**
4. Zadovoljstvo životom				-	-,454**
5. Anksioznost					-

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

Rezultati korelacijske analize ukazuju na to kako su sve varijable međusobno statistički značajno povezane, gotovo sve na razini značajnosti $p < ,01$. U Tablici 2 je vidljivo kako je više helikopter roditeljstvo statistički značajno povezano s nižom psihološkom dobrobiti, premda se ta korelacija smatra vrlo niskom ($r = -,147$ uz $p < ,05$). Relativno niska korelacija utvrđena je između višeg helikopter roditeljstva i niže samoučinkovitosti uz $r = -,195$ i $p < ,01$. Nešto viša, no i dalje niska korelacija ($r = -,215$ uz $p < ,01$) dobivena je između višeg helikopter roditeljstva i nižeg zadovoljstva životom, kao i između helikopter roditeljstva i anksioznosti, s tim da je u ovom slučaju prisutna pozitivna povezanost ($r = ,250$ uz $p < ,01$), što znači kako su sudionici koji su helikopter roditeljstvo procijenili višim, iskazali i više rezultate na anksioznosti. Korelacije dobivene između psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti smatraju se srednje visokima i kreću se od $r = ,390$ do $r = ,592$, sve uz $p < ,01$. Pritom treba istaknuti kako su korelacije između psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstva životom pozitivne, dok su korelacije tih triju konstrukata s anksioznošću negativne.

Kako bi se utvrdilo postoje li statistički značajne razlike u procijenjenoj razini psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti između sudionika koji su svoje roditelje procijenili više od vrijednosti četiri, koju se autori upitnika odredili kao vrijednost iznad koje je prisutno helikopter roditeljstvo, i onih koji su svoje roditelje procijenili niže od četiri, proveden je t – test na nezavisnim uzorcima.

Tablica 3. Aritmetičke sredine i standardne devijacije za sudionike koji su svoje roditelje procijenili helikopter roditeljima i one koji nisu, te rezultati t – testa na upitnicima psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti

	Helikopter roditeljstvo	N	M	SD	t	p
Psihološka dobrobit	Niže	215	151,67	9,637	2,656	,008
	Više	37	147,08	10,037		
Samoučinkovitost	Niže	215	39,13	5,996	2,421	,016
	Više	37	36,51	6,440		
Zadovoljstvo životom	Niže	215	25,69	5,883	2,296	,022
	Više	37	23,32	5,339		
Anksioznost	Niže	215	7,88	5,034	-3,636	,000
	Više	37	11,16	5,299		

U Tablici 3 prikazani su rezultati t – testa iz kojih se može zaključiti kako postoji statistički značajna razlika na upitnicima psihološke dobrobiti ($t=2,656$ uz $p<,05$), samoučinkovitosti ($t=2,421$ uz $p<,05$), zadovoljstva životom ($t=2,296$ uz $p<,05$) i anksioznosti ($t=-3,636$ uz $p<,05$) između mladih odraslih koji su svoje roditelje procijenili helikopter roditeljima i onih koji nisu. Prema vrijednostima aritmetičkih sredina (Tablica 3) može se zaključiti kako su sudionici koji su svoje roditelje procijenili više od vrijednosti četiri na skali helikopter roditeljstva svoju psihološku dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom procijenili nižom, a svoju anksioznost višom, u odnosu na sudionike koji su svoje roditelje procijenili niže od vrijednosti četiri na skali helikopter roditeljstva.

Kao odgovor na treći problem, kako bi se utvrdilo postoje li statistički značajne razlike u procijenjenoj razini helikopter roditeljstva između sudionika koji su jedinci u obitelji i koji imaju jednog ili više brata ili sestru, proveden je t – test na nezavisnim uzorcima.

Tablica 4. *Aritmetičke sredine, standardne devijacije za jedince i one koje imaju jednog ili više brata ili sestru i rezultati t – testa na upitniku helikopter roditeljstva*

	Broj braće/sestara	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Helikopter roditeljstvo	Jedinac	31	2,79	,962	-,732	,465
	1 i više	221	2,93	,947		

Rezultati t – testa pokazuju kako ne postoji statistički značajna razlika u procijenjenoj razini helikopter roditeljstva između osoba mlade odrasle dobi koje su jedinci i koji imaju jednog ili više brata ili sestru ($t=-,732$ uz $p>,05$). Izostanak razlike primjetan je i iz gotovo jednakih vrijednosti aritmetičkih sredina odgovora na skali koje su davali jedinci ($M=2,79$, $SD=,962$) i sudionici koji imaju jednog ili više brata/sestru ($M=2,93$, $SD=,947$).

Provedena je i ANOVA s ciljem ispitivanja postojanja statistički značajne razlike u razini helikopter roditeljstva ovisno o tome je li osoba mlade odrasle dobi prvorodeno, srednje ili najmlađe dijete u obitelji, ukoliko u obitelji ima više djece.

Tablica 5. *Aritmetičke sredine i standardne devijacije za sudionike koji nisu jedino dijete u obitelji ovisno o redosljedu rođenja i rezultati sažetka jednosmjerne analize varijance nezavisnih uzoraka na upitniku helikopter roditeljstva*

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Prvorodeno dijete	71	2,97	,955	,474	,623
Srednje dijete	48	2,81	,942		
Najmlađe dijete	102	2,96	,948		

Jednosmjernom analizom varijance utvrđeno je kako ne postoji statistički značajna razlika u procijenjenoj razini helikopter roditeljstva ovisno o tome je li osoba mlade odrasle dobi prvorodeno, srednje ili najmlađe dijete u obitelji s više djece ($F=,474$ uz $p>,05$).

Nadalje, u svrhu odgovaranja na četvrti problem, provedene su multiple hijerarhijske regresijske analize, prvenstveno kako bi se utvrdilo koliko helikopter roditeljstvo doprinosi u objašnjavanju varijance svakog od kriterija.

Tablica 6. *Rezultati hijerarhijske regresijske analize s psihološkom dobrobiti kao kriterijem*

Koraci	Prediktori	β	R^2	R^2 adj.	ΔR^2	F
1. korak	Helikopter roditeljstvo	-,147*	,022	,018	,022*	5,546*
	Helikopter roditeljstvo	,033				
2. korak	Zadovoljstvo životom	,433*	,429	,420	,407*	46,402*
	Anksioznost	-,296*				
	Samoučinkovitost	,066				

Napomena: * $p < ,05$

U prvoj hijerarhijskoj regresijskoj analizi s psihološkom dobrobiti kao kriterijem prvi blok čini varijabla helikopter roditeljstva, dok su u drugi blok dodane varijable zadovoljstvo životom, anksioznost i samoučinkovitost (Tablica 6).

Rezultati pokazuju kako se opisanim setom prediktorskih varijabli može objasniti značajnih 42,9% ukupne varijance kriterija ($R^2=,429$, $p<,05$).

U prvom koraku helikopter roditeljstvo objašnjava značajnih 2,2% varijance kriterija psihološke dobrobit ($R^2=,022$, $p<,05$), te se također pokazalo i kao značajan prediktor ($\beta=-,147$, $p<,05$).

U drugom koraku dodane su prediktorske varijable zadovoljstvo životom, anksioznost i samoučinkovitost, te se ukupna objašnjena varijanca psihološke dobrobiti povećala za 40,7% ($\Delta R^2=,407$, $p<,05$) i iznosi navedenih 42,9% ($R^2=,429$, $p<,05$). U ovom slučaju helikopter roditeljstvo se pokazalo neznačajnim prediktorom ($\beta=,033$, $p>,05$) kriterijske varijable, zajedno sa prediktorskom varijablom samoučinkovitosti ($\beta=,066$, $p>,05$). Značajnim prediktorima pokazale su se varijable zadovoljstvo životom ($\beta=,433$, $p<,05$) i anksioznost ($\beta=-,296$, $p<,05$).

Tablica 7. Rezultati hijerarhijske regresijske analize sa samoučinkovitosti kao kriterijem

Koraci	Prediktori	β	R^2	R^2 adj.	ΔR^2	F
1. korak	Helikopter roditeljstvo	-,195*	,038	,034	,038*	9,876*
	Helikopter roditeljstvo	-,061				
2. korak	Zadovoljstvo životom	,329*	,286	,275	,248*	24,759*
	Anksioznost	-,204*				
	Psihološka dobrobit	,082				

Napomena: * $p < ,05$

Prvi korak u drugoj hijerarhijskoj regresijskoj analizi sa samoučinkovitosti kao kriterijem sastoji se od varijable helikopter roditeljstvo, te su u drugom koraku dodane varijable zadovoljstvo životom, anksioznost i psihološka dobrobit (Tablica 7).

Rezultati hijerarhijske analize pokazuju kako se opisanim setom prediktorskih varijabli može objasniti značajnih 28,6% ukupne varijance samoučinkovitosti ($R^2=,286$, $p<,05$).

U prvom koraku helikopter roditeljstvo objašnjava značajnih 3,8% varijance kriterija ($R^2=,038$, $p<,05$), te se također pokazalo i kao značajan prediktor ($\beta=-,195$, $p<,05$).

Prediktorske varijable zadovoljstvo životom, anksioznost i psihološka dobrobit dodane su u drugom koraku, nakon čega se ukupna objašnjena varijanca samoučinkovitosti povećala za 24,8% ($\Delta R^2=,248$, $p<,05$) i sada iznosi 28,6% ($R^2=,286$, $p<,05$). I u ovom slučaju helikopter roditeljstvo se pokazalo neznačajnim prediktorom ($\beta=-,061$, $p>,05$) samoučinkovitosti, zajedno s prediktorskom varijablom psihološke dobrobiti ($\beta=,082$, $p>,05$). Značajnim prediktorima pokazale su se varijable zadovoljstvo životom ($\beta=,329$, $p<,05$) i anksioznost ($\beta=-,204$, $p<,05$).

Tablica 8. Rezultati hijerarhijske regresijske analize sa zadovoljstvom životom kao kriterijem

Koraci	Prediktori	β	R^2	R^2 adj.	ΔR^2	F
1. korak	Helikopter roditeljstvo	-,215*	,046	,043	,046*	12,155*
2. korak	Helikopter roditeljstvo	-,075	,442	,433	,396*	48,951*
	Anksioznost	-,113				
	Psihološka dobrobit	,423*				
	Samoučinkovitost	,257*				

Napomena: * $p < ,05$

U trećoj hijerarhijskoj regresijskoj analizi kriterij je zadovoljstvo životom, dok prvi korak sadrži varijablu helikopter roditeljstvo, te su u drugom koraku dodane varijable anksioznost, psihološka dobrobit i samoučinkovitost (Tablica 8).

Rezultati pokazuju kako se opisanim setom prediktorskih varijabli može objasniti značajnih 44,2% ukupne varijance kriterija ($R^2=,442$, $p<,05$).

U prvom koraku helikopter roditeljstvo objašnjava značajnih 4,6% varijance zadovoljstva životom ($R^2=,046$, $p<,05$), te se također pokazalo i kao značajan prediktor ($\beta=-,215$, $p<,05$).

U drugom koraku dodane su prediktorske varijable anksioznost, psihološka dobrobit i samoučinkovitost, čime se ukupna objašnjena varijanca zadovoljstva životom povećala za 39,6% ($\Delta R^2=,396$, $p<,05$) i iznosi 44,2% ($R^2=,442$, $p<,05$). U ovom koraku helikopter roditeljstvo se pokazalo neznačajnim prediktorom ($\beta=-,075$, $p>,05$) kriterijske varijable, zajedno s prediktorskom varijablom anksioznosti ($\beta=-,113$, $p>,05$). Značajnim prediktorima pokazale su se varijable psihološka dobrobit ($\beta=,423$, $p<,05$) i samoučinkovitost ($\beta=,257$, $p<,05$).

Tablica 9. Rezultati hijerarhijske regresijske analize s anksioznošću kao kriterijem

Koraci	Prediktori	β	R^2	R^2 adj.	ΔR^2	F
1. korak	Helikopter roditeljstvo	,250*	,062	,059	,062*	16,615*
	Helikopter roditeljstvo	,134*				
2. korak	Psihološka dobrobit	-,340*	,345	,334	,282*	32,475*
	Samoučinkovitost	-,187*				
	Zadovoljstvo životom	-,133				

Napomena: * $p < ,05$

Prvi korak u zadnjoj hijerarhijskoj regresijskoj analizi s anksioznošću kao kriterijem sastoji se od varijable helikopter roditeljstvo, te su u drugom koraku dodane varijable psihološka dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom (Tablica 9).

Rezultati hijerarhijske analize pokazuju kako se opisanim setom prediktorskih varijabli može objasniti značajnih 34,5% ukupne varijance anksioznosti ($R^2=,345$, $p<,05$).

U prvom koraku helikopter roditeljstvo objašnjava značajnih 6,2% varijance anksioznosti ($R^2=,062$, $p<,05$), te se također pokazalo i kao značajan prediktor ($\beta=,250$, $p<,05$).

Prediktorske varijable psihološka dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom dodane su u drugom koraku, nakon čega se ukupna objašnjena varijanca anksioznosti povećala za 28,2% ($\Delta R^2=,282$, $p<,05$) i sada iznosi 34,5% ($R^2=,345$, $p<,05$). I u ovom slučaju helikopter roditeljstvo se pokazalo značajnim prediktorom ($\beta=,134$, $p<,05$) anksioznosti, zajedno s prediktorskom varijablom psihološke dobrobiti ($\beta=-,340$, $p<,05$) i samoučinkovitosti ($\beta=-,187$, $p<,05$). Neznačajnim prediktorom pokazala se varijabla zadovoljstvo životom ($\beta=-,133$, $p>,05$).

5. Rasprava

Glavni cilj ovog istraživanja bio je predvidjeti odnos između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, opće samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti osoba mlade odrasle dobi. Kako bi se dobio odgovor na postavljene probleme i hipoteze, provedeno je nekoliko analiza. U svrhu odgovaranja na prvi problem, analizom deskriptivnih podataka svake od skala dobivene su aritmetičke sredine i njihove standardne devijacije, kako bi se utvrdilo koje su prosječne vrijednosti sudionici ostvarili na kojoj skali. Iz same analize deskriptivnih podataka mogla se iščitati prosječna vrijednost ostvarena na skali helikopter roditeljstva koja ukazuje na to da sudionici ovog istraživanja, mlade odrasle osobe, u prosjeku svoje roditelje nisu procijenili helikopter roditeljima, što je u skladu s hipotezom. Na skali od jedan do šest u prosjeku su birali srednju vrijednost skale, no to i dalje ne znači prisutnost takvog stila roditeljstva. Prema LeMoyne i Buchanan (2011), tek ostvareni rezultat iznad vrijednosti četiri na skali helikopter roditeljstva označava prisutnost helikopter roditeljstva. Najmanju prosječnu vrijednost osobe mlade odrasle dobi ostvarile su na skali anksioznosti, dok su na skalama psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstva životom u prosjeku davali procjene iznad srednje vrijednosti skale, što je u skladu s hipotezom.

Korelacijskom analizom nastojalo se odgovoriti na drugi problem, čime su utvrđeni niski, ali značajni koeficijenti korelacije između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti. Najniža i negativna korelacija utvrđena je između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti iz čega proizlazi da osobe mlade odrasle dobi koje svoje roditelje procjenjuju više na helikopter roditeljstvu ostvaruju donekle niže rezultate na psihološkoj dobrobiti. Također se pokazalo kako takve osobe procjenjuju i vlastitu samoučinkovitost nižom. Ovakav nalaz u skladu je s rezultatima o kojima van Ingern i suradnici (2015) izvještavaju u svome radu, gdje je utvrđeno kako je helikopter roditeljstvo povezano s niskom razinom opće samoučinkovitosti, ali i nedostatkom povezanosti s vršnjacima. Nešto viša, no i dalje niska i negativna korelacija utvrđena je između helikopter roditeljstva i zadovoljstva životom, što znači da osobe mlade odrasle dobi koje svoje roditelje procjenjuju više na helikopter roditeljstvu izvještavaju o nižem zadovoljstvu životom. Najviša, ali i dalje niska korelacija dobivena je između helikopter roditeljstva i anksioznosti, pri čemu više helikopter roditeljstvo znači i višu razinu osjećaja anksioznosti kod mladih odraslih osoba. Smjer ovakvih korelacija u skladu je s očekivanjima, no snaga povezanosti nije, budući da se radi o niskim korelacijama. Kako bi se dobio još bolji

uvid u drugi problem, dodatno je, uz korelacijsku analizu, proveden i t-test kako bi se utvrdilo postoji li statistički značajna razlika u procijenjenoj razini psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti kod sudionika koji su svoje roditelje procijenili helikopter roditeljima i onih koji nisu. Obradom se ustanovilo kako statistički značajna razlika kod ovih skupina postoji, na način da su mlade odrasle osobe koje su svoje roditelje procijenile helikopter roditeljima svoju psihološku dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom procijenile nižima, a anksioznost višom u odnosu na mlade odrasle koji su svoje roditelje procijenili niže na skali helikopter roditeljstva. Važno je napomenuti kako je samo 37 sudionika svoje roditelje procijenilo više na skali helikopter roditeljstva, dok procjene roditelja njih 215 ne dosežu vrijednost koja bi njihove roditelje kategorizirala kao helikopter roditelje. Premda se t-testom utvrdilo kako razlike postoje, no s obzirom na prethodno utvrđene niske korelacije, može se reći kako su ovakvi rezultati donekle, ali ne i potpuno u skladu s rezultatima utvrđenima u ostalim istraživanjima iz ovog područja. Naime, LeMoyne i Buchanan (2011) u svome su istraživanju dobili rezultate koji ukazuju na to kako studenti koji svoje roditelje doživljavaju kao helikopter roditelje izvještavaju o prisutnosti smanjene psihološke dobrobiti, smanjene razine zadovoljstva životom, kao i o učestalijem korištenju lijekova za anksioznost i depresiju. Slične su rezultate u svom istraživanju dobili i Schiffrin i suradnici (2014), prema kojima prisutnost helikopter roditeljstva dovodi do smanjene psihološke dobrobiti, odnosno do smanjene razine autonomije, kompetencije i povezanosti, što posljedično vodi do smanjenja osjećaja zadovoljstva životom, te do pojave anksioznosti i depresije. Još jedna indirektna povezanost utvrđena je i u radu Ballasha, Leyfera, Buckleyja i Woodruff-Bordena (2006) pri čemu rezultati upućuju na to kako prevelika roditeljska uključenost i kontrola, što su odlike helikopter roditeljstva, pridonose nedostatku osjećaja kontrole među studentima, što kao posljedicu ima i povećanje njihove anksioznosti. Do sličnih su nalaza došli i Segrin, Woszidlo, Givertz i Montgomery (2013), pri čemu helikopter roditeljstvo povećava stres i anksioznost, te smanjuje psihološku dobrobit mladih odraslih osoba.

Nadalje, t-testom se nastojalo utvrditi postoji li statistički značajna razlika u procijenjenoj razini helikopter roditeljstva između osoba mlade odrasle dobi koje su jedinci i onih koji to nisu i time odgovoriti na treći problem. Međutim, ovom analizom nije se potvrdilo očekivanje o postojanju razlike između ovih uzoraka. Jedinci i osobe koje imaju barem jednog brata ili sestru svoje roditelje su procijenili gotovo jednako na skali helikopter roditeljstva, što nije u skladu niti s nalazima autora Schaller (1978) i Sputa i Paulson (1995),

koji izvještavaju kako roditelji jedinaca obično više kontroliraju i upravljaju ponašanjem svoje djece. Odgovor na drugi dio trećeg problema dobiven je provođenjem ANOVA-e, kojom je utvrđeno kako ne postoji statistički značajna razlika u procjeni roditelja kao helikopter roditelja između mladih odraslih koji su prvorodena djeca, srednja ili najmlađa djeca u obiteljima u kojima ima više djece. Premda jasna hipoteza nije mogla biti postavljena, prema Schaller (1978), prvorodena djeca procjenjuju svoje roditelje više na kontroli i strogoći nego srednja ili najmlađa djeca. S druge strane, istraživanje Falbo i Polit, (1986) pokazuje da s porastom članova obitelji, roditeljska ponašanja i načini uvođenja discipline postaju sve sličnija autoritarnom stilu, a prvorodena djeca i jedinci imaju toplije odnose s roditeljima negoli kasnije rođena djeca ili djeca iz većih obitelji. Ware (1973) predlaže i kako roditelji jednostavno imaju više vremena baviti se s jednim djetetom, bilo ono jedinac ili tek prvorodeno dijete, te spomenute razlike mogu proizlaziti iz toga. Kao što se može primijetiti, niti nalazi prethodnih istraživanja nisu potpuno usuglašeni, te je moguće kako utvrđeni rezultat ovog istraživanja o nepostojanju značajne razlike između prvorodene, srednje i najmlađe djece, koji se ponešto razlikuje od nalaza već provedenih istraživanja, proizlazi i iz velikog vremenskog odmaka i promjena koje su zadesile današnje društvo, a koje su se dakako uvukle i u funkcioniranje današnjih obitelji (Arnett, 2014).

U svrhu odgovaranja na četvrti problem, Provedene su i četiri hijerarhijske regresijske analize kako bi se utvrdila značajnost helikopter roditeljstva kao prediktora kada se nalazi sam, u prvom koraku, i kada se dodaju ostale prediktorske varijable u drugom koraku. U slučaju triju analiza, kada su kriterijske varijable bile psihološka dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom, u prvom koraku helikopter roditeljstvo se pokazalo značajnim prediktorom ovih kriterija, no, kada su u drugom koraku u analizu uključeni i preostali prediktori, helikopter roditeljstvo više nije bilo značajan prediktor. Jedino u slučaju posljednje analize s anksioznošću kao kriterijem, varijabla helikopter roditeljstva je bila značajan prediktor i u prvom koraku, te se značajnost zadržala i u drugom koraku kada su u analizu uključeni prediktori psihološka dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom. Ovakvi rezultati nisu u skladu s očekivanjima da će helikopter roditeljstvo biti značajan prediktor psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti, ali postoji mogućnost kako bi svoje objašnjenje mogli pronaći u nalazima istraživanja koja pokazuju kako postoje neutralni, čak i pozitivni rezultati helikopter roditeljstva na mlade odrasle osobe, u vidu bolje psihološke prilagodbe i više razine zadovoljstva životom (Fingerman i sur., 2012; Padilla-Walker i Nelson, 2012).

Postoji nekoliko razloga kojima bi se mogli obrazložiti ovakvi rezultati koji nisu potpuno u skladu s očekivanjima. Uzorak sudionika korišten u ovom istraživanju je prigodan, koji je kao takav ograničen na relativno sličnu populaciju, u ovom slučaju studente, a čiji odgovori općenito mogu biti međusobno sličniji u usporedbi s odgovorima ostatka populacije. Premda se pri uzorkovanju ciljalo na mlade odrasle osobe u određenoj dobi, neovisno o tome jesu li studenti ili ne, u uzorku ipak prevladavaju studenti, koji se po svojim osobinama mogu uvelike razlikovati od mladih odraslih koji su se već zaposlili (LeMoyne i Buchanan, 2011). Nadalje, prilikom provođenja t-testa u svrhu utvrđivanja statistički značajne razlike između sudionika koji su jedinci i koji imaju jednog ili više brata ili sestru, veličina dva navedena uzorka nije niti približno jednaka, što bi u teoriji trebalo biti (Petz, 1997), te je navedena nejednakost mogla utjecati na rezultate. Međutim, u praksi ovaj slučaj predstavlja stvarnu sliku u populaciji, budući da je broj osoba bez brata ili sestre općenito dosta manji. Ovakvi rezultati mogli bi biti i odraz kulturalne norme, što znači kako postoji mogućnost da sudionici takva ponašanja i pretjeranu uključenost roditelja smatraju „normalnima“, odnosno kao dio norme u kulturi u kojoj žive. Naime, kultura u Hrvatskoj se dosta razlikuje od zapadne, te je uobičajenije da su roditelji uključeni u živote svoje već odrasle djece. Prema podacima Eurostat-a (2005), prosječna dob napuštanja roditeljskog doma u Hrvatskoj je 32 godine, što je čak šest godina kasnije od prosjeka u Europi. Prema tome, moguće je kako mladi odrasli helikopter roditeljstvo ne percipiraju kao nešto što bi moglo naškoditi njihovoj psihološkoj dobrobiti, samoučinkovitosti te općenitom zadovoljstvu, a neki ga mogu smatrati i poželjnim, te kao pomoć u svladavanju raznih problema i situacija (Kwon, Yoo i Bingham, 2016).

Ovakav stil roditeljstva može interferirati s djetetovim razvojem samostalnosti, samoučinkovitosti i odgovarajućim socijalnim vještinama za nošenje s izazovima i zahtjevima s kojima se susreću na fakultetima i u svakodnevnom životu (Spokas i Heimberg, 2009). Ipak, postoji mogućnost kako studenti koji izvještavaju o niskoj razini psihološke dobrobiti i visokoj razini anksioznosti svoje roditelje vide kao više nametljive u odnosu na studente koji ne izvještavaju o ovakvim stanjima, neovisno o tome koji stil roditeljstva preferiraju njihovi roditelji. Pritom studenti koji svoju psihološku dobrobit procjenjuju niskom, a anksioznost visokom, često krive svoje roditelje za vlastite nedaće i probleme, te zbog takvog stava ponekad čak odbijaju pomoć koju im roditelji pružaju, što samo može dovesti do još izraženijeg „jaza“ u odnosu roditelja i djece.

5.1. Ograničenja istraživanja

Postoji nekoliko nedostataka koji se mogu pripisati ovom istraživanju. Sudionici su, pri ispunjavanju skale helikopter roditeljstva, na tvrdnje odgovarali procjenama koje se temelje na sjećanju. Sjećanje je podložno promjenama, između ostalog prouzrokovanih protjecanjem vremena, te često može biti pogrešno ili manje točno od procjena o trenutnom stanju u kojemu se osoba nalazi ili o situaciji kroz koju osoba prolazi (Spokas i Heimberg, 2009). Nadalje, postoji mogućnost pojave socijalno poželjnog odgovaranja, premda je na početku istraživanja naglašeno da je upitnik anonimn i da se ne može otkriti identitet sudionika, socijalno poželjno odgovaranje učestala je pojava, pogotovo kada se radi o tvrdnjama koje se odnose na same vrijednosti i sposobnosti sudionika. Ljudi općenito često nisu skloni priznati ni radnje koje su naizgled bezazlene, a posebno su osjetljivi kada se radi o samoopisima (Milas, 2005). Kros-sekcijska istraživanja kao takva mogu onemogućiti da se s potpunom sigurnošću odredi što je čemu uzrok, odnosno je li helikopter roditeljstvo uzrok raznih simptoma kod djece ili je posljedica različitih ponašanja djece. Nalaze ovog istraživanja trebalo bi uzeti s oprezom što se tiče generaliziranja s obzirom da je uzorak ovog istraživanja prigodan, te s obzirom na relativnu homogenost uzorka. Premda se pri uzorkovanju ciljalo na mlade odrasle osobe koje su i studenti ali i one koje nisu, već su npr. zaposlene, u uzorku ipak prevladavaju studenti, koji se kao populacija mogu razlikovati od mladih odraslih koji to nisu (LeMoyne i Buchanan, 2011). Nadalje, *on-line* istraživanja općenito su istraživačka metoda kod koje je kontrola svedena na minimum zbog fizičke odvojenosti istraživača i sudionika, zbog čega ne možemo biti sigurni da je upitnik ispunjavao upravo taj sudionik kome je on poslan. Istraživač nije u mogućnosti promatrati sudionika i ne može znati obavlja li tijekom ispunjavanja upitnika i neki drugi posao koji bi ga mogao omesti u istraživanju i davanju potpuno iskrenih i relevantnih odgovora, dakle ne može kontrolirati usredotočenost sudionika na istraživanje. Pogotovo danas je kod mladih učestala pojava istovremenog obavljanja više zadataka, što može imati vrlo snažne negativne posljedice na kvalitetu rezultata istraživanja (Maliković, 2015). Postoji i mogućnost pojave nerazumijevanja uputa i materijala od strane sudionika, te zbog smanjene mogućnosti trenutnog objašnjavanja također može doći do smanjene kvalitete rezultata. Bez obzira što postoji visoka razina anonimnosti, postoji i niska razina odgovornosti sudionika što također može predstavljati problem (Maliković, 2015).

5.2. Prijedlozi za buduća istraživanja

Ovakve nedoumice u budućnosti bi se mogle razjasniti provođenjem longitudinalnih istraživanja. Kada bi se istraživanje provelo u nekoliko navrata, počevši u dobi od ulaska u adolescenciju pa sve do mlade odrasle dobi i osamostaljivanja, sudionici bi uvijek davali procjene trenutnog stanja i ne bi se morali oslanjati na svoje sjećanje. Isto tako, mogle bi se pratiti eventualne promjene u stilu roditeljstva i kako se roditelji ponašaju kada njihova djeca postanu mlade odrasle osobe, pokazuju li znakove helikopter roditeljstva ili podupiru, ohrabruju i usmjeravaju svoju djecu u osamostaljenju. Još jedan ekonomičniji način izbjegavanja oslanjanja na sjećanje je korištenje pitanja koja su usmjerena na trenutni odnos, dakle korištenje ili kreiranje takvog upitnika. Od koristi bi bilo i kada bi se u buduća istraživanja kao sudionike uključilo odrasle osobe, kako bi se dobio uvid u njihovo trenutno funkcioniranje u različitim područjima života, te kakav je utjecaj na njih moglo imati helikopter roditeljstvo, ukoliko bi svoje roditelje procijenili takvima. Jedan od prijedloga za buduća istraživanja svakako je uključivanje roditelja, na način da bi se posebnim upitnikom za roditelje mjerile i njihove percepcije o vlastitom ponašanju koje ukazuje na postojanje helikopter roditeljstva. Time bi se njihove procjene mogle uspoređivati s procjenama njihove djece. Za dobivanje još boljeg uvida, mogao bi se koristiti poseban upitnik za majku i poseban za oca, s obzirom na to da eventualna prisutnost razlika u stilu roditeljstva između roditelja može utjecati na cjelokupnu obiteljsku dinamiku (Schiffrin i sur., 2014). Pritom se misli i na stupanj u kojem roditelji potiču autonomiju i samostalnost kod vlastite djece. No, osim mjere helikopter roditeljstva, mogle bi se uvesti i mjere procjene djetetove npr. psihološke dobrobiti od strane roditelja, također kako bi se provjerila usklađenost njihovih percepcija i utvrdila točnost procjena. Isto tako, bilo bi zanimljivo provjeriti je li roditelj sklon provoditi ovakav stil roditeljstva samo u odnosu s jednim djetetom ili sa svom djecom, što može ukazati i na „porijeklo“ helikopter roditeljstva, odnosno je li mu roditelj sklon sam po sebi ili možda postoje neke osobine djeteta, drugi situacijski čimbenici ili elementi obiteljske dinamike koji roditelje potiču na ponašanja u skladu s helikopter roditeljstvom. Uključivanjem većeg broja muških sudionika moglo bi se utvrditi i postoje li eventualne razlike u razini i izraženosti helikopter roditeljstva kod sinova i kćeri.

No, vrlo važno bi bilo ispitati i kako djeca zapravo reagiraju na helikopter roditeljstvo i je li ovakav stil roditeljstva za njih nužno negativan ili im možda odgovara takav način pretjerane uključenosti, brige, kontrole i „sputavanja“ za ulazak u svijet odraslih.

U različitim kulturama postoje različite socijalne norme koje se odnose na roditeljsku uključenost i pružanje autonomije svojoj djeci, te se stoga razlikuje i njihov doprinos u oblikovanju ponašanja djece, što posebno dolazi do izražaja u mladoj odrasloj dobi i pri susretu sa raznim razvojnim zadacima (McElhaney i Allen, 2012). Stoga, kako bismo dobili još bolji uvid u ovaj fenomen, važno bi bilo provoditi ovakva istraživanja i u kulturama koje se razlikuju od zapadnjačkih, pogotovo izvan SAD-a, budući da se većina istraživanja provodi upravo na tom području.

5.3. Praktične implikacije ishoda istraživanja

Ovakva istraživanja mogu koristiti široj populaciji, počevši od roditelja i njihove djece, pa sve do stručnjaka koji se u svom radu susreću s mladim odraslim osobama. Roditelji su često nedovoljno educirani o odgoju, stilovima roditeljstva i strategijama koje mogu biti korisne i olakšati cjelokupan proces. Na ovaj način mogli bi se upoznati s terminom i posljedicama koje helikopter roditeljstvo može imati na samoučinkovitost, psihološku dobrobit i mentalno zdravlje djece. Helikopter roditeljstvo postaje sve rasprostranjeniji pojam i sve je više mladih odraslih osoba koje se susreću s raznolikim izazovima, bilo na fakultetima, poslu ili socijalnim odnosima, koje je ovakav oblik roditeljstva prouzrokovao. Kada su se trebali sami suočavati s problemima i zadacima koje je pred njih donosilo svako razvojno razdoblje, to su vrlo često, ako ne i uvijek umjesto njih radili njihovi roditelji. Stoga ne bi bilo naodmet proširiti svijest o ovom pojmu na što širu populaciju, a pogotovo na one osobe koje se na svojim radnim mjestima često susreću s mladim odraslima, poput djelatnika na fakultetima. Tu posebnu važnost mogu imati baš ovakva istraživanja, ali i istraživanja koja bi uključila roditelje, kako bismo bolje razumjeli način njihova funkcioniranja i kako bismo se mogli što ispravnije ponašati u interakciji njima.

Mlade odrasle osobe koje pate od simptoma anksioznosti, depresije, niskog samopouzdanja i samoučinkovitosti često se s istima nose na pomalo neprikladne načine i povlače se u sebe, počinju se izolirati od svijeta koji ih okružuje (LeMoyne i Buchanan, 2011). U tom se slučaju treba obratiti pozornost na to jesu li takvi simptomi potpomognuti ponašanjem roditelja u obliku helikopter roditeljstva ili se ovakav stil pojavio kao odgovor roditelja na ponašanja svoje djece. Ovakvim situacijama s posebnim oprezom trebaju pristupiti terapeuti u svome radu kako bi prepoznali što čemu doprinosi i intervenirali na odgovarajući način. S druge strane, danas se, iz same okoline kojom su mlade odrasle osobe

svakodnevno okružene, na njih stavlja velik pritisak za uspjehom i visokim postignućima, stoga je za razumjeti da ponekad dobrovoljno puštaju svoje roditelje da se uključe u njihove aktivnosti i navode ih prema dobrim ocjenama, strategijama učenja i zaposlenju. Svijest o helikopter roditeljstvu omogućiti će bolje razumijevanje ovakvih simptoma i ponašanja mladih odraslih, te njihovih otpora i strahova s kojima pristupaju novim i nepoznatim životnim situacijama.

6. Zaključak

Analizom deskriptivnih podataka utvrđene su srednje vrijednosti iz kojih je vidljivo kako mladi odrasli u ovom istraživanju svoje roditelje u prosjeku nisu procijenili helikopter roditeljima, psihološku dobrobit, samoučinkovitost i zadovoljstvo životom procijenili su srednje visokima, dok su anksioznost procijenili niskom. Korelacijskom analizom dobili smo uvid u povezanosti između helikopter roditeljstva i psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom koje su značajne, negativne i niske. Drugim riječima, mladi odrasli koji su svoje roditelje procijenili više na helikopter roditeljstvu, izvještavaju o nižoj razini psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstva životom. S druge strane, utvrđena je značajna pozitivna povezanost helikopter roditeljstva i anksioznosti, što znači da mladi odrasli koji svoje roditelje procijenjuju više na helikopter roditeljstvu također izvještavaju o višoj razini anksioznosti. Kako bi se dobio još bolji uvid, t-testom se provjerilo postoji li statistički značajna razlika u razini psihološke dobrobiti, samoučinkovitosti, zadovoljstva životom i anksioznosti između sudionika koji su svoje roditelje procijenili iznad granične vrijednosti za helikopter roditeljstvo i onih koji su svoje roditelje procijenili ispod te vrijednosti. Utvrđeno je kako razlika postoji; mladi odrasli čiji roditelji ulaze u kategoriju helikopter roditelja ostvarili su niže rezultate na psihološkoj dobrobiti, samoučinkovitosti i zadovoljstvu životom, dok su svoju anksioznost procijenili višom. Nadalje, provedenim t-testom utvrđeno je kako ne postoji statistički značajna razlika u procjeni helikopter roditeljstva između mladih odraslih koji su jedinci i onih koji imaju jednog ili više brata ili sestru. To se može vidjeti i po srednjim vrijednostima ovih dvaju skupina koje su gotovo jednake. Kako bi se provjerilo postoji li statistički značajna razlika u procijenjenoj razini helikopter roditeljstva kod sudionika koji nisu jedinci, ovisno o tome jesu li prvorodena djeca, srednja djeca ili najmlađa djeca, provedena je ANOVA, kojom je utvrđeno kako statistički značajna razlika u procjeni helikopter roditeljstva između navedenih sudionika ne postoji. Naposljetku su provedene četiri hijerarhijske regresijske analize u kojima je u prvi korak uključena varijabla helikopter roditeljstva, a drugi varijable psihološka dobrobit, samoučinkovitost, zadovoljstvo životom i anksioznost, no kako je uvijek jedna od njih bila kriterij, u bloku su se nalazile po tri varijable. U svakoj analizi helikopter roditeljstvo se pokazalo značajnim prediktorom u prvom koraku, dok se u drugom koraku, nakon dodavanja ostalih prediktora, ta značajnost gubi, osim u slučaju anksioznosti kao kriterija.

Literatura

- Acton, G. J. (1994). Well-Being as a Concept for Theory, Practice, and Research. *Worldviews on Evidence-based Nursing presents the archives of Online Journal of Knowledge Synthesis for Nursing*, 1(1), 88-101.
- Argyle, M. (1997). Is happiness a cause of health?. *Psychology and Health*, 12(6), 769-781.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press, USA.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R. i Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child development perspectives*, 1(2), 68-73.
- Ballash, N., Leyfer, O., Buckley, A. F. i Woodruff-Borden, J. (2006). Parental control in the etiology of anxiety. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 9(2), 113-133.
- Bandura, A. (2010). Self-efficacy. *The Corsini encyclopedia of psychology*, 1-3.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American psychologist*, 37(2), 122.
- Baumrind, D. (2005). Patterns of parental authority and adolescent autonomy. *New directions for child and adolescent development*, 2005(108), 61-69.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental psychology*, 4(1p2), 1.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.
- Begić, D. (2016). *Psihopatologija*. Zagreb: Medicinska naklada.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. i Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Eurostat. (2005). *Europe in figures: Eurostat yearbook 2005* (Vol. 1). Office for Official Publications.
- Falbo, T., i Polit, D. F. (1986). Quantitative review of the only child literature: Research evidence and theory development. *Psychological Bulletin*, 100(2), 176.

- Fingerman, K. L., Cheng, Y. P., Wesselmann, E. D., Zarit, S., Furstenberg, F. i Birditt, K. S. (2012). Helicopter parents and landing pad kids: Intense parental support of grown children. *Journal of Marriage and Family*, 74(4), 880-896.
- Givertz, M. i Segrin, C. (2014). The association between overinvolved parenting and young adults' self-efficacy, psychological entitlement, and family communication. *Communication Research*, 41, 1111–1136.
- Hollander, E., Simeon, D. i Arbanas, G. (2006). *Anksiozni poremećaji*. Zagreb: Naklada Slap.
- Ivanov, L. i Penezić, Z. (2002). Skala opće samoefikasnosti. *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, 156-175.
- Kalliopuska, M. (1984). Empathy and birth order. *Psychological reports*, 55(1), 115-118.
- Kins, E., Beyers, W., Soenens, B. i Vansteenkiste, M. (2009). Patterns of home leaving and subjective well-being in emerging adulthood: the role of motivational processes and parental autonomy support. *Developmental psychology*, 45(5), 14-16.
- Kwon, K. A., Yoo, G. i Bingham, G. E. (2016). Helicopter parenting in emerging adulthood: Support or barrier for Korean college students' psychological adjustment?. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 136-145.
- Lavrič, T. (2012). *Anksioznost pri mladih*. Doktorska disertacija. Maribor: Fakulteta za zdravstvene vede.
- LeMoyne, T. i Buchanan, T. (2011). Does “hovering” matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418.
- Liem, J. H., Cavell, E. C. i Lustig, K. (2010). The influence of authoritative parenting during adolescence on depressive symptoms in young adulthood: Examining the mediating roles of selfdevelopment and peer support. *The Journal of Genetic Psychology*, 171(1), 73–92.
- Maliković, M. (2015). Internetska istraživanja. *Sveučilišni priručnik, Filozofski fakultet u Rijeci*.
- Marano, H. E. (2008). *A nation of wimps: The high cost of invasive parenting*. New York, NY: Broadway Books.
- Marinić, I. i Pavičić Takač, V. (2018). Roditelj helikopter: (ne)potreban kalk. *Strani jezici: časopis za primijenjenu lingvistiku*, 46(4), 11-36.
- McElhaney, K. B. i Allen, J. P. (2012). Sociocultural perspectives on adolescent autonomy. *Adolescence and beyond: Family processes and development*, 161-176.

- Milas, G. (2005). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Padilla-Walker, L. M. i Nelson, L. J. (2012). Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of adolescence*, 35(5), 1177-1190.
- Pavot, W., Diener, E. i Suh, E. (1998). The temporal satisfaction with life scale. *Journal of personality Assessment*, 70(2), 340-354.
- Pavot, W. i Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28(1), 1-20.
- Penezić, Z. (2006). Zadovoljstvo životom u adolescentnoj i odrasloj dobi. *Društvena istraživanja-Časopis za opća društvena pitanja*, (4-5), 643-669.
- Reed, K., Duncan, J. M., Lucier-Greer, M., Fixelle, C. i Ferraro, A. J. (2016). Helicopter parenting and emerging adult self-efficacy: Implications for mental and physical health. *Journal of Child and Family Studies*, 25(10), 3136-3149.
- Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D. i Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- 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.
- Schaller, J. (1978). A critical note on the conventional use of the birth order variable. *The Journal of Genetic Psychology*, 133(1), 91-95.
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J. i Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548-557.
- Schwarzer, R., Bäßler, J., Kwiatek, P., Schröder, K. i Zhang, J. X. (1997). The assessment of optimistic self-beliefs: comparison of the German, Spanish, and Chinese versions of the general self-efficacy scale. *Applied Psychology*, 46(1), 69-88.
- Segrin, C., Wosidlo, A., Givertz, M. i Montgomery, N. (2013). Parent and child traits associated with overparenting. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(6), 569-595.
- Shin, D. C. i Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social indicators research*, 5(1-4), 475-492.

- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. i Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092-1097.
- Spokas, M. i Heimberg, R. G. (2009). Overprotective parenting, social anxiety, and external locus of control: Cross-sectional and longitudinal relationships. *Cognitive therapy and research*, 33(6), 543.
- Sputa, C. L. i Paulson, S. E. (1995). Birth order and family size: Influences on adolescents' achievement and related parenting behaviors. *Psychological Reports*, 76(1), 43-51.
- Ungar, M. (2009). Overprotective parenting: Helping parents provide children the right amount of risk and responsibility. *The American Journal of Family Therapy*, 37(3), 258-271.
- van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., Wimer, D. J., Knutt, A. D. i Roberts, A. (2015). Helicopter parenting: The effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self-efficacy. *American Counseling Association*, 18, 7–20.
- Veenhoven, R. (1995). The Study of Life Satisfaction. *A Comparative Study of Satisfaction with Life in Europe*, 11-48.
- Ware, H. (1973). The limits of acceptable family size: evidence from Melbourne, Australia. *Journal of Biosocial Science*, 5(3), 309-328.