

# Uloga perfekcionizma i socijalne anksioznosti u razvoju sindroma uljeza kod studenata

---

**Dolčić, Paula**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2024**

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

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:016810>

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

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



*Repository / Repozitorij:*

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





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA

Paula Dolčić

**ULOGA PERFEKCIONIZMA I SOCIJALNE  
ANKSIOZNOSTI U RAZVOJU SINDROMA  
ULJEZA KOD STUDENATA**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2024.





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA  
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

PAULA DOLČIĆ

**ULOGA PERFEKCIONIZMA I SOCIJALNE  
ANKSIOZNOSTI U RAZVOJU SINDROMA  
ULJEZA KOD STUDENATA**

DIPLOMSKI RAD

Mentor: izv. prof. dr. sc. Lovorka Brajković

Zagreb, 2024.

## **Sažetak**

Sindrom uljeza psihološki je fenomen karakteriziran pojedinčevom sumnjom u sebe, svoje sposobnosti i postignuća, usprkos dokazima koji govore suprotno, a prati ga osjećaj nepripadanja pojedinoj grupi te strah pojedinca da će biti otkriven kao prevarant ili varalica. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati stupanj izraženosti i spolne razlike u doživljavanju sindroma uljeza te provjeriti povezanost sindroma uljeza i socijalne anksioznosti, uzimajući u obzir ulogu perfekcionizma kao potencijalnog moderatora u predviđenom odnosu. U istraživanju je sudjelovalo 94 studenata Republike Hrvatske, pri čemu je 47 (50%) sudionika bilo muškog, a 47 (50%) ženskog spola. Prosječna dob sudionika iznosi 23 godine. Uzorak čine studenti društvenih znanosti (47,9%), tehničkog područja (22,3%), humanističkih znanosti (10,6%), biomedicine i zdravstva (6,4%), umjetničkog područja (5,3%), biotehničkih znanosti (5,3%), te prirodnih znanosti (2,1%). Istraživanje je provedeno putem interneta, na način da su ispitanici ispunjavali *online* upitnik, kojim su se prikupljali socio-demografski podaci o spolu, dobi i području studiranja, uz mjerne instrumente perfekcionizma, socijalne anksioznosti i sindroma uljeza. Perfekcionizam je izmjeren pomoću Burnsove Skale perfekcionizma (Penezić i sur., 1988), socijalna anksioznost ispitana je Liebowitz Ljestvicom socijalne anksioznosti (Stamać Ožanić i Kamenov, 2020), a kao mjera sindrom uljeza korištena je Clance Skala sindroma uljeza (Čarapina Zovko i sur., 2021). Rezultati su pokazali kako studenti u Hrvatskoj često doživljavaju simptome sindroma uljeza ( $M = 62,73$ ,  $SD = 16,72$ ). Utvrđeno je kako ne postoji statistički značajna razlika u doživljavanju sindroma uljeza s obzirom na spol. Perfekcionizam i socijalna anksioznost pokazali su se statistički značajnim pozitivnim prediktorima u predviđanju sindroma uljeza, a zajedno objašnjavaju 52,6% varijance kriterija. Nije pronađen statistički značajan moderatorski učinak perfekcionizma na povezanost između socijalne anksioznosti i sindroma uljeza. Buduća istraživanja trebaju uzeti u obzir metodološka ograničenja i specifičnosti ove studije, pri istraživanju sindroma uljeza i njegovih implikacija.

**Ključne riječi:** sindrom uljeza, sebi usmjereni perfekcionizam, socijalna anksioznost, studenti, spol

## **Abstract**

Impostor syndrome is a psychological phenomenon characterized by an individual's self-doubt regarding their abilities and achievements, despite evidence to the contrary. It is often accompanied by a feeling of not belonging to a particular group and a fear of being exposed as a fraud. This study aimed to examine the degree of expression and gender differences in experiencing impostor syndrome, and to explore the relationship between impostor syndrome and social anxiety, considering perfectionism as a potential moderator in the predicted relationship. A total of 94 Croatian students participated in the research, with 47 (50%) being male and 47 (50%) female gender. The average age of the participants was 23 years. The sample included students from social sciences (47.9%), technical fields (22.3%), humanities (10.6%), biomedicine and healthcare (6.4%), arts (5.3%), biotechnical sciences (5.3%), and natural sciences (2.1%). The research was conducted online, where respondents completed a questionnaire that collected socio-demographic data on gender, age, and field of study, as well as measuring instruments for perfectionism, social anxiety, and impostor syndrome. Perfectionism was measured using the Burns Perfectionism Scale (Penezić et al., 1988), social anxiety was assessed with the Liebowitz Social Anxiety Scale (Stamać Ožanić & Kamenov, 2020), and impostor syndrome was measured with the Clance Impostor Phenomenon Scale (Čarapina Zovko et al., 2021). The results showed that students in Croatia frequently experience symptoms of impostor syndrome ( $M = 62.73, SD = 16.72$ ). No statistically significant difference was found in the experience of impostor syndrome with regard to gender. Perfectionism and social anxiety were identified as statistically significant positive predictors of impostor syndrome, together explaining 52.6% of the variance. However, no statistically significant moderating effect of perfectionism on the relationship between social anxiety and impostor syndrome was found. Future research should take into account the methodological limitations and specifics of this study when investigating impostor syndrome and its implications.

**Key words:** impostor syndrome, self-oriented perfectionism, social anxiety, students, gender

## Sadržaj

<b>1. Uvod</b> .....	1
<i>1.1 Sindrom uljeza općenito</i> .....	1
<i>1.2 Značajke sindroma uljeza</i> .....	2
<i>1.3 Neuro-psiho-biološka podloga i evolucijsko podrijetlo sindroma uljeza</i> .....	4
<i>1.4 Društveni faktori razvoja sindroma uljeza</i> .....	5
<i>1.5 Prevalencija sindroma uljeza i pogođena populacija</i> .....	6
<i>1.6 Spolne razlike u sindromu uljeza</i> .....	7
<i>1.7 Anksioznost i sindrom uljeza</i> .....	8
<i>1.7.1 Socijalna anksioznost i sindrom uljeza</i> .....	9
<i>1.8 Perfekcionizam i sindrom uljeza</i> .....	10
<i>1.9 Zaključak</i> .....	12
<b>2. Cilj i problemi</b> .....	14
<b>3. Metoda</b> .....	15
<i>3.1 Sudionici</i> .....	15
<i>3.2 Instrumenti</i> .....	15
<i>3.3 Postupak</i> .....	17
<b>4. Rezultati</b> .....	19
<b>5. Rasprava</b> .....	24
<i>5.1 Metodološka ograničenja i prijedlozi za buduća istraživanja</i> .....	29
<i>5.2 Praktične implikacije istraživanja</i> .....	30
<b>6. Zaključak</b> .....	33
<b>7. Literatura</b> .....	34





## 1. Uvod

### 1.1 Sindrom uljeza općenito

Istraživanja vezana uz sindrom uljeza započela su 1978. godine, kada su Clance i Imes imenovali specifičan obrazac razmišljanja i ponašanja pri kojem pojedinci posjeduju internalizirani osjećaj sumnje u sebe, svoje sposobnosti i postignuća, usprkos činjeničnim dokazima i drugim ljudima koji tvrde drugačije, te osjećaj nepripadanja određenoj skupini koji obično dovodi do straha da će biti otkriveni kao prevaranti ili varalice (Bravata i sur., 2019; Rivera i sur., 2021).

Iako se danas za ovaj fenomen upotrebljavaju razni nazivi, poput „sindrom uljeza“, „imposter sindrom“, „fenomen varalice“ i slično, on nije sindrom u uobičajenom smislu riječi jer ne podrazumijeva niti bolest niti poremećaj, zbog čega su mu Clance i Imes (1978) izvorno nadjenuli naziv „fenomen varalice“. Sukladno tome, sindrom uljeza nije službeno klasificiran kao mentalni poremećaj unutar priručnika DSM-5 (Dijagnostički i statistički priručnik za mentalne poremećaje; Američka psihijatrijska asocijacija, 2013), već pojedinci koji od njega pate jednostavno ispoljavaju specifični skup povezanih emocija, stavova i ponašanja (Gadsby, 2020). Iako pojedinci koji doživljavaju sindrom uljeza ne pripadaju nijednoj dijagnostičkoj kategoriji, postoje klinički simptomi o kojima se najčešće izvještava, a neki od njih su anksioznost, depresija, nisko samopouzdanje i frustracija povezana s nemogućnošću ostvarivanja samonametnutih standarda ili postignuća (Kolligian i Sternberg, 1991).

Nedavni, ali i pionirski radovi predlažu da bi fenomen uljeza trebao biti sagledan kao fenomenološki kontinuum, na čijoj se jednoj krajnosti nalaze „pravi“ uljezi, odnosno „strateški“ varalice koji prisvajaju lažni identitet kako bi ciljano obmanjivali druge, a drugi ekstrem čine „percipirani“ varalice koji imaju tendenciju osjećati se neautentičnim prevarantima, iako to objektivno nisu (Chrousos i sur., 2020; Conrad, 1975; Kolligian i Sternberg, 1991; Leonhardt i sur., 2017). Ono što razlikuje pojedince koji se nalaze na suprotnim krajnostima kontinuuma, i na temelju čega ih se svrstava u pojedinu kategoriju jest stupanj sumnje u sebe, pri čemu više razine iste pripisujemo strateškim varalicama (Chrousos i sur., 2020; Leonhardt i sur., 2017). Unatoč tome što su dvije široke kategorije varalica kod većine autora na isti ili barem sličan način dosljedno i jasno definirane, prilikom proučavanja literature treba biti pažljiv u tumačenju naziva kategorija, vidjevši kako su različito imenovane kod pojedinih autora. Naime, termin „prave“ varalice kod jednih autora može se odnositi na pojedinca s visokom razinom sumnje u sebe, unatoč zaslugama za svoj položaj i postignuća (Leonhardt i sur., 2017), dok se drugi autori

istim nazivom koriste u imenovanju skupine pojedinaca koji svjesno i namjerno preuzimaju određeni identitet u strateške svrhe (Conrad, 1975; Kolligian i Sternberg, 1991).

No, koje god nazive i kategorije pojedinaca koji pate od sindroma uljeza uzimali u obzir, ono što je općenito istraživanjima dokazano jest da je ta skupina pojedinaca heterogena: različiti individualci ispoljavaju karakteristike fenomena varalice iz različitih psiholoških, socio-kulturalnih i razvojnih razloga, a za bilo kojeg specifičnog pojedinca njegovo stanje treba proučavati i objasniti pozivajući se na višestruke faktore (Clance i Imes, 1978; Gadsby, 2020; Leonhardt i sur., 2017).

## *1.2 Značajke sindroma uljeza*

Pojedinci koji doživljavaju sindrom uljeza žive u začaranom krugu koji čine strah od razotkrivanja, visoka razina anksioznosti te pretjerana priprema (Kolligian i Sternberg, 1991). Fraenza (2016) raspravlja o tome kako strah od otkrića, uz strah od neuspjeha, izaziva visoke razine tjeskobe, što potom dovodi do pretjerane pripreme i pridonosi visokim razinama perfekcionizma kod pojedinaca koji se nalaze u začaranom krugu sindroma varalice. Opisani negativni ciklus često je praćen uspjehom pojedinaca (dijelom i zbog pretjerane pripreme), što samo učvršćuje uvjerenja o tome kako njihov uspjeh nije legitiman, te se na taj način ciklus dalje nastavlja (Fraenza, 2016).

Chrousos i suradnici (2020) opisuju začarani krug sindroma uljeza navodeći kako se pojedinci osjećaju sklonima neuspjehu, njihovo djelovanje obilježeno je stalnim osjećajem nesigurnosti, a pri rješavanju zadataka koriste se odugovlačenjem, što je karakteristična strategija pojedinaca s visokim perfekcionizmom (Fatima i sur., 2024). Slično tomu, Maftai i suradnici (2021) zaključuju da osobe s izraženim doživljajem fenomena varalice osjećaju veliku anksioznost, zbog čega svoje zadatke izvršavaju na dva načina: ili odgađanjem rješavanja zadataka, odnosno odugovlačenjem, ili intenzivnom, odnosno pretjeranom pripremom za izvršenje nekog zadatka.

Jedna od najistaknutijih afektivnih značajki sindroma uljeza jest strah od otkrivanja, to jest razotkrivanja „varalice“, odnosno onoga koji ne pripada ulozi koju obnaša i ne zaslužuje uspjeh koji postiže (Gadsby, 2020). Individualci kao svoj najveći strah opisuju mogućnost da će biti razotkriveni kao nesposobni, manje inteligentni te stoga prevaranti (Leonhardt i sur., 2017). Kod osoba koje se neopravdano osjećaju poput varalica, strah od razotkrivanja proizlazi

iz arbitrarnih uvjerenja u vlastitu neadekvatnost, koja se usvajaju i održavaju zbog pristranog tretiranja dostupnih dokaza (Gadsby, 2020). Ta neutemeljena uvjerenja o nedostatku sposobnosti nisu samo lažna – oni su jednako, ako ne i sposobniji od svojih vršnjaka – nego i neopravdana, jer su pojedinci sa sindromom uljeza izloženi značajnim dokazima u prilog vlastitih sposobnosti (Gadsby, 2020). Neki od dokaza, koji upućuju na to da su pojedinci prikladno sposobni, su primjerice pozitivni rezultati testova, nagrade, pohvale kolega te jednostavno činjenica da se nalaze na poziciji na kojoj jesu (dok drugi nisu). Prirodno je zapitati se zašto navedeni dokazi ne uspijevaju postići učinak uvjerenja u vlastite sposobnosti, a odgovor leži u bihevioralnim značajkama sindroma uljeza (Gadsby, 2020). Kao što je već spomenuto, pojedinci pristrano tretiraju dokaze vezane za vlastite sposobnosti, na način da odbacuju pohvale, preispituju i umanjuju točnost i vrijednost pozitivne ocjene te se uključuju u druga ponašanja koja ih izoliraju od informacija koje potvrđuju njihovu kompetentnost (Leary i sur., 2000). Uz negativno tumačenje uspjeha, fenomen varalice obilježen je i pretjeranom usredotočenošću i prihvaćanjem pokazatelja neuspjeha (Leary i sur., 2000).

Pri razmatranju straha od razotkrivanja i negativnih uvjerenja iz kojih izniče, ključna stvar koju treba imati na umu jest da ti individualci nemaju negativna uvjerenja vezano za sve njihove karakteristike relevantne za ulogu koju obnašaju, već mnogi vjeruju da zaista jesu šarmantni i marljivi (Gadsby, 2020; Hawley, 2019). Shodno tome, može se sa sigurnošću reći da sindrom uljeza nije jednostavno slučaj opće negativne samoprocjene, vidjevši kako se uvjerenja o vlastitoj neadekvatnosti vežu isključivo za određene vrste sposobnosti. Općenito, ali i osobito u akademskom kontekstu, uvjerenja o neadekvatnosti odnose se na nedostatak inteligencije, no relevantne značajke mogu varirati ovisno o različitim kontekstima i slučajevima (Gadsby, 2020).

Strah od razotkrivanja, jedno od ključnih obilježja sindroma varalice, obično navodi pojedince da učine sve što je u njihovoj moći kako drugi ne bi otkrili njihovu „prijevanu“ (Maftei i sur., 2021). Dakle, oni općenito prikrivaju svoje osjećaje tjeskobe i depresije, sabotiranje sebe i nisko samopoštovanje, to jest imaju tendenciju skrivati bitne dijelove svojih definirajućih karakteristika. Ta neiskrenost prema sebi i drugima u njihovoj okolini te opetovano ponašanje usmjereno na održavanje ili uljepšavanje vlastitog ugleda u društvu može biti nauštrb moralnog integriteta pojedinaca s izraženim doživljajem sindroma uljeza (Maftei i sur., 2021). Osim toga, ovaj strah uzrokuje brojne negativne psihološke posljedice, kao što su tjeskoba, stres i emocionalna iscrpljenost (Leonhardt i sur., 2017).

### *1.3 Neuro-psiho-biološka podloga i evolucijsko podrijetlo sindroma uljeza*

Uz psihološke osobine (npr. perfekcionizam) i društvene čimbenike (npr. društvena nejednakost) za koje je utvrđeno da doprinose sindromu uljeza, njegova potencijalna neurobiološka podloga i evolucijsko podrijetlo jedva su istraženi, stoga neka istraživanja naglašavaju potrebu ispitivanja psiho-bio-neurološke osnove i evolucijskih korijena fenomena (Chrousos i Mentis, 2020; Chrousos i sur., 2020). Prilikom razmatranja fenomena uljeza u evolucijskim terminima, bilo bi ključno odrediti u kojoj je mjeri ovaj fenomen manifestacija anticipatorne anksioznosti, to jest trag primitivnog stanja uzbuđenosti pri iščekivanju potencijalnih prijetnji (aktivni odgovor „borba ili bijeg“) ili manifestacija povlačenja od potencijalne prijetnje, djelotvornog odgovora za smanjenje izloženosti u opasnosti (odgovor obrambenog „bijega“ ili pasivnog „smrzavanja“), ili možda kombinacija jednog i drugog (Chrousos, 2009).

Chrousos i suradnici (2020) pitali su se može li se sindrom uljeza objasniti, i eventualno liječiti ciljanjem sustava i pojedinih medijatora stresa. Naime, iz psiho-biološke perspektive, model stresa koji se zasniva na neravnoteži truda i nagrade sugerira da nesrazmjer između napora (vezano za dužnosti i obveze) i nagrade (socijalne i/ili financijske prirode) može dovesti do kronične aktivacije stresnog sustava, stoga autori teoretiziraju da bi pojedinci koji pate od sindroma uljeza mogli subjektivno percipirati neravnotežu uloženog truda i nagrade, što ih može inhibirati u vidu osjećaja nagrađenosti za svoje uspjehe ili spriječiti da budu optimistični u vezi bilo kakvih nadolazećih nagrada u budućnosti (Chrousos i sur., 2020; Ota i sur., 2014). U istom kontekstu ne može se isključiti uloga poremećene razine posrednika stresa u doprinosu vezi između sindroma uljeza i neravnoteže napora i nagrade (Ota i sur., 2014). Sukladno tome, vrlo je vjerojatno da posrednici stresa, čije su razine povišene ili smanjene kao posljedica kroničnog stresa, potiskuju ili ne uspijevaju aktivirati sustav nagrade u mozgu (Chrousos i sur., 2020). S obzirom na to da kontinuirana ili vrlo česta aktivacija stresnog sustava može dovesti do desenzibilizacije sustava nagrada, osjećaja stalne unesrećenosti i pesimizma vezano za budućnost, dok povremeno izlučivani posrednici stresa poput serotonina („hormon sreće“), oksitocina („hormon pripadnosti/altruizma/suosjećanja“) i dopamina („hormon nagrade“) sudjeluju u postizanju osjećaja sreće i optimizma, za cjelovito razumijevanje sindroma uljeza izvan okvira psiholoških i socijalnih čimbenika, ključno je istraživanje i proučavanje navedenih posrednika i njihove uloge u razvoju fenomena (Chrousos i sur., 2020). Iako bi disfunkcija sustava stresa mogla biti povezana s nekim od najozbiljnijih i najtežih mentalnih i somatskih manifestacija sindroma varalice, ako se HPA os, glavni neuroendokrini sustav koji (između

ostaloga) kontrolira reakcije na stres, sagledava kao biološka osnova ili barem glavni prinositelj sindromu varalice, treba postupati s oprezom jer je taj sustav općenito povezan sa stresom, anksioznošću, depresijom i drugim psihopatologijama, ujedno povezanima i sa sindromom uljeza (Chrousos i sur., 2020). Općenito, čini se imperativnim razjasniti neurobiološku osnovu sindroma varalice kako bi se utabao put dijagnostičkom i terapijskom pristupu sindromu i komorbidnim poremećajima, pristupu usmjerenom na pacijenta s ciljem ublažavanja nelagode bez obzira na patološke međupovezanosti i uzročno-posljedične veze u podlozi (Chrousos i sur., 2020).

#### *1.4 Društveni faktori razvoja sindroma uljeza*

Unutar okvira socijalnih aspekata koji igraju ulogu u razvoju sindroma uljeza, u literaturi se kao navodni doprinosi spominju, između ostalog, vrlo zahtjevne obitelji, profesionalna okruženja i društvene nejednakosti (Chrousos i Mentis, 2020; Chrousos i sur., 2020). U sličnom tonu, istražujući ulogu dinamike obitelji u razvoju fenomena, rezultati Sonnack i Towell (2001) pokazali su da su percipirana pretjerana roditeljska zaštita i nedostatak brige u djetinjstvu povezani s višim razinama sindroma varalice na uzorku britanskih studenata. U istom istraživanju, nisko samopouzdanje također se pokazalo snažnim prediktorom manifestacije obilježja fenomena uljeza. Pojava koja je zanimljiva jest pojava da bi nedostatak roditeljske brige postao značajnim prediktorom sindroma tek kada bi se samopouzdanje isključilo iz modela, što upućuje na sugestiju da stil roditeljstva i samopouzdanje mogu imati zajednički učinak na razvoj sindroma varalice (Sonnack i Towell, 2001). Jednako tako, Yaffe (2021) utvrđuje da samopouzdanje posreduje povezanost između roditeljskog stila i doživljaja fenomena varalice među studenticama, ističući kako neke psihološke varijable mogu imati medijatorsku ulogu u vezi između stilova roditeljstva i fenomena varalice. Stoga, u svrhu unaprjeđenja našeg razumijevanja etiološkog mehanizma tog fenomena, posebno treba staviti naglasak na istraživanje i razmatranje uloge psiholoških čimbenika u razvoju sindroma uljeza, pogotovo anksioznosti čija je povezanost sa sindromom (i roditeljskim stilovima) dobro utvrđena (Yaffe, 2021).

### 1.5 Prevalencija sindroma uljeza i pogođena populacija

Do dvoje od troje ljudi u određenim okruženjima doživljava sindrom uljeza (Gravois, 2007), no njegova prevalencija može biti uvelike podcijenjena u sredinama kao što je akademska zajednica (Chrousos i sur., 2020). Iskustva pojedinaca unutar sustava visokog obrazovanja prožeta su čestim evaluacijama, prilikom čega su studenti opterećeni velikom količinom posla i rokovima. Tu pretpostavku potvrđuju i nalazi istraživanja Maftai i suradnika (2021), čiji se uzorak sastojao od 130 rumunjskih studenata i (većinom) studentica psihologije, a nalazima su utvrdili da više od 56% sudionika doživljava visoke i intenzivne simptome sindroma uljeza.

Kako učestale evaluacije prate program diplomskih studija, tako je to razdoblje u životima studenata koji doživljavaju fenomen uljeza ispunjeno tjeskobom. U današnje vrijeme, računalno posredovana komunikacija promijenila je fakultetsku učionicu jer se u takvom suvremenom digitalnom okruženju gube mnogi od društvenih znakova, kao što je govor tijela (Fraenza, 2016). Prirodno je stoga pretpostaviti da odsutnost tih znakova i pritiska uključivanja u međuljudsku interakciju može pružiti određenu razinu ugone pojedincima koji inače pate od visoke razine anksioznosti. Fraenza (2016) bavila se ispitivanjem teorije prema kojoj pojedinci u *online* diplomskim programima, zbog manje društvene interakcije i utjecaja, doživljavaju manje anksioznosti. Teorijska podloga tog istraživanja bio jest društveni utjecaj, prema kojem se studenti na fakultetu mogu osjećati pod pritiskom u tradicionalnom okruženju zbog društvenih znakova vršnjaka i profesora, kao i institucionalnih normi. Rezultati su podržali hipotezu da će studenti diplomskih studija koji se provode u *online* okruženju imati značajno niže rezultate na skali sindroma uljeza, u usporedbi sa studentima diplomskih studija u tradicionalnom okruženju, iako nije pronađena značajna razlika u anksioznosti kod dvije skupine studenata. Nadalje, u istom je istraživanju Fraenza (2016) utvrdila kako je najznačajniji prediktor rezultata na ljestvici sindroma uljeza perfekcionizam, iza kojeg slijedi anksioznost, značajno i pozitivno povezana sa sindromom uljeza, a potom i vrsta programa. Nije zanemariva činjenica da rezultati istraživanja pokazuju kako se općenito studenti diplomskih studija, bilo da su upisani u *online* ili tradicionalni program, suočavaju s anksioznošću i fenomenom uljeza (Fraenza, 2016).

U pogledu specifičnih studentskih populacija, visoka prevalencija sindroma uljeza dosljedno je utvrđena kod studenata informatike (npr. Duncan i sur., 2023; Rosenstein i sur., 2020; Zavaleta Bernuy i sur., 2022), kao i kod studenata medicine (npr. Alsaleem i sur., 2021; Rivera i sur., 2021; Shahjalal i sur., 2021). Osim što je fenomen varalice uobičajen u

medicinskoj profesiji, on utječe na sve razine obuke, a identificiranje pojedinaca s nedovoljno zastupljenom skupinom u području medicine (primjerice rasne, etničke, rodne, vjerske, LGBTQ i druge manjine) dodatno doprinosi razvoju i doživljaju sindroma varalice (Rivera i sur., 2021).

No, doživljaj sindroma uljeza i povezanih simptoma nije rezerviran i ograničen samo na akademsku zajednicu, već izlazi iz okvira sustava obrazovanja te se njegov utjecaj proteže i na profesionalne karijere pojedinaca. Doživljaj sindroma varalice potiče sumnju u sebe, utječe na sposobnost primanja povratne informacije, otpornost, dobrobit i uspjeh (Rivera i sur., 2021). Tako oni koji izrazito doživljavaju fenomen uljeza neće ulagati maksimalan trud, tražiti promaknuće ili iskorištavati prilike za profesionalni rast, a mogu imati i problem s javnim govorom i ostvarivanjem iskrenih odnosa s drugim zaposlenicima (Maftei i sur., 2021). Drugim riječima, zbog straha od uspjeha i straha od neuspjeha, pojedinci sa sindromom uljeza mogu zaglaviti na osnovnoj poziciji na svom radnom mjestu, unatoč svojim sposobnostima. Budući da to posljedično može dovesti do smanjene raznolikosti na rukovodećim pozicijama u pojedinim profesionalnim područjima, za učinkovito promicanje raznolikosti, jednakosti i uključenosti unutar društva, sindrom uljeza mora biti prepoznat i priznat te se s tim fenomenom treba suočiti, kako na razini pojedinca, tako i na razini društva. (Rivera i sur., 2021)

### *1.6 Spolne razlike u sindromu uljeza*

Sindrom uljeza prvi je put opisan u populaciji žena s visokim uspjehom, kada su Clance i Imes (1978) zaključile da su žene u većoj mjeri nego muškarci sklone pripisivati razlog svojih uspjeha i pozicije vanjskim okolnostima, kao što je sreća, ili nekim privremenim unutarnjim obilježjima (na primjer trud), koja se ne smatraju urođenim sposobnostima. Jednako tako, rezultati daljnjih istraživanja potvrdili su pretpostavku kako je za žene znatno vjerojatnije da će postići više rezultate na skali sindroma uljeza, u odnosu na muškarce (npr. Chrousos i sur., 2020; Villwock i sur., 2016; Wolfe, 2021). Na temelju toga, Chrousos i Mentis (2020) raspravljali su o tome kako bi navedena rodna specifičnost sindroma uljeza, konkretnije stalni nedostatak samopouzdanja i umanjivanje važnosti vlastitih postignuća, mogla biti faktor koji objašnjava veću stopu odustajanja kod žena u područjima u kojima prevladavaju muškarci (npr. STEM područja). U prilog spomenutim argumentima, koji zastupaju tvrdnju da je veća prevalencija fenomena uljeza kod žena u odnosu na muškarce, ide i potencijalna biološka osnova sindroma. Kako Chrousos i suradnici (2020) nalažu, visoka razina testosterona

povezana je s hijerarhijom, društvenom dominacijom i natjecanjem, dok se estrogen povezuje sa susretljivošću i suradnjom – ti učinci, usko povezani s vlastitim osjećajem sebe i društvenim ponašanjem, mogu igrati ulogu u razvoju sindroma varalice.

No, iako se dugo vremena smatralo da je fenomen varalice češće i tipično prisutan među ženama, nedavne studije ga više ne razmatraju u kontekstu tog ranog stajališta, pokazujući da muškarci doživljavaju sindrom uljeza u usporedivoj stopi kao i žene (npr. Bravata i sur., 2019; Maftai i sur., 2021; Yaffe, 2021). Međutim, nedosljednosti se i dalje pojavljuju i u novijim istraživanjima, te se brojna zapažanja ne mogu generalizirati zbog neuravnoteženog broja ženskih i muških sudionika, a kada se raspravlja o prevalenciji sindroma uljeza unutar spolova, trebalo bi je sagledati u kulturalnom kontekstu istraživanja (Maftai i sur., 2021).

### *1.7 Anksioznost i sindrom uljeza*

Povezanost visokih razina anksioznosti s visokim razinama sindroma uljeza dosljedno je utvrđena u brojnim istraživanjima, od najranijih pa sve do najnovijih (Bravata i sur., 2019; Clance i Imes, 1978; Kolligian i Sternberg, 1991; Maftai i sur., 2021).

Toj tvrdnji idu u prilog i rezultati istraživanja Wolfe (2021), koja je u svome istraživanju pronašla značajnu pozitivnu korelaciju između rezultata sindroma uljeza i razina anksioznosti, na način da osobe s višim rezultatima na ljestvici sindroma uljeza doživljavaju i višu razinu anksioznosti, kao i da postoji znatno veća vjerojatnost da će žene ostvariti više rezultate na ljestvici fenomena varalice i na anksioznosti. Iako su rezultati istraživanja pokazali da povezanost te dvije varijable postoji i kod žena i kod muškaraca, otkriveno je i da su muški sudionici imali višu razinu značajnosti za taj odnos. Drugim riječima, iako je vjerojatnije da će se žene suočiti i sa sindromom uljeza i s anksioznošću, za muškarce koji pate od visoke razine anksioznosti više je vjerojatno da će doživljavati sindrom uljeza, u odnosu na žene s visokom razinom anksioznosti.

Slično tome, Maftai i suradnici (2021) ispitivali su odnos između sindroma varalice, odugovlačenja, depresije i anksioznosti. Sudionici istraživanja koji su postignuli viši rezultat na varijabli sindroma uljeza, imali su i više razine depresije i anksioznosti, a anksioznost se pokazala primarnim simptomom sindroma, kao posljedica konstantne i nekontrolirane zabrinutosti oko održavanja i poboljšavanja vlastitog ugleda u društvu, kognitivnih distorzija (primjerice o vlastitoj nesposobnosti za izvršenje zadatka) te straha od posljedica zbog



neizvršavanja nekog zadatka (Maftei i sur., 2021). Osobe koje pate od navedenih simptoma, koje ujedno prate i razdražljivost te umor, imaju tendenciju usvojiti odgađajući stil izvršavanja zadatka, stoga ne iznenađuje da je u istraživanju pronađen značajan pozitivan odnos između odugovlačenja i anksioznosti. Ti rezultati ukazuju na to da su pojedinci koji doživljavaju fenomen uljeza skloni više odugovlačiti, što zauzvat povećava njihovu anksioznost (Maftei i sur., 2021).

### *1.7.1 Socijalna anksioznost i sindrom uljeza*

Nadalje, Kolligian i Sternberg (1991) sugeriraju da je jedna od ključnih komponenti fenomena varalice socijalna anksioznost, povezana sa socijalnim situacijama i situacijama procjene. Prema Dijagnostičkom i statističkom priručniku za mentalne poremećaje (DSM-5; Američka psihijatrijska asocijacija, 2013) socijalna anksioznost definirana je kao intenzivan strah od negativne procjene od strane drugih ljudi, te kronična zabrinutost i sumnja u sebe u pogledu vlastitih socijalnih sposobnosti i uspješnosti. Također, utvrđeno je da socijalno anksiozni pojedinci imaju visoka očekivanja u pogledu svoje socijalne izvedbe i postaju pretjerano samokritični kada ne uspiju ispuniti ta očekivanja, a te navedene glavne komponente socijalne anksioznosti također su ključne i za definiciju perfekcionizma (Villiers, 2009).

Vidjevši kako pojedinci s visokim rezultatom na ljestvici sindroma uljeza vjeruju da su i drugi u njihovoj blizini zaokupljeni njihovim mislima i ponašanjima kao što su oni sami, skloni su visokom upravljanju dojmom koji ostavljaju na drugima te razvoju vještina samopromatranja, kreiranim za oblikovanje tuđeg mišljenja o sebi. Oni zato djeluju posebno skloni anksioznosti kao reakciji na potencijalni nadolazeći negativni ishod i prijetnju otkrivanja njihove prijevare (Kolligian i Sternberg, 1991). Njihovo istraživanje upućuje na to da doživljaj sindroma uljeza uključuje kompleksnu međuigru samokritičnosti, sklonosti depresiji i socijalnoj anksioznosti, visoko razvijenih vještina samopromatranja i snažnog pritiska za briljiranjem i postignućem. Drugim riječima, individualci koji pate od sindroma varalice perpetuiraju taj začarani krug jer, s ciljem minimiziranja anksioznosti koju osjećaju zbog pretjerane samokritičnosti, pomno prate vlastito ponašanje i dojam koji ostavljaju na drugima. Zauzvat, ekscesivno samopromatranje i kontrola, koji ih obično dovode do uspjeha, ima tendenciju dalje nastaviti krivo percipiranje sebe kao prevaranta, jer ti individualci vjeruju da, kada ne bi tako pažljivo pratili vlastito ponašanje, onda ne bi niti bili tako uspješni (Kolligian i Sternberg, 1991).

Dakle, osim prisutnosti generalizirane anksioznosti, koja se obično javlja u komorbiditetu sa sindromom uljeza (Bravata i sur., 2019), doživljavanje simptoma tog fenomena može pretežno proizlaziti iz specifične predispozicije pojedinaca za socijalnu anksioznost (Yaffe, 2021). Stoga čudi da se o socijalnoj anksioznosti, ujedno i najčešćem obliku anksioznosti kod adolescenata i odraslih (Yaffe, 2021), jedva raspravljalo u literaturi vezano za fenomen varalice, a rijetke studije dokazuju specifičnu vezu između fenomena i socijalne anksioznosti (Bernard i sur., 2020; Kolligian i Sternberg, 1991; Yaffe, 2021). Jednim od tih istraživanja, koje je proveo Yaffe (2021), utvrđena je socijalna anksioznost studenata kao snažan prediktor doživljaja sindroma varalice, te njezin medijatorski učinak na povezanost između roditeljskog stila i fenomena varalice. Studenti iz uzorka koji su svoje roditelje doživljavali manje brižnima, kao i studenti koji su svoje očeve doživljavali pretjerano zaštitnički nastrojenima, snažnije su izražavali simptome fenomena uljeza jer su imali višu razinu socijalne anksioznosti. Iako kauzalni smjer u odnosu socijalne anksioznosti i sindroma uljeza tek treba razumjeti i utvrditi, nalazi tog istraživanja dalje podupiru ulogu prve varijable kao etiološki povezane s fenomenom u pitanju (Yaffe, 2021).

### *1.8 Perfekcionizam i sindrom uljeza*

Jednako tako, i rezultati istraživanja Fraenza (2016) pokazali su da postoji značajan, pozitivan odnos između rezultata na ljestvici fenomena varalice i anksioznosti, ali i da se velik udio studenata diplomskih studija, bilo to u obliku *online* ili tradicionalnih programa, suočava s anksioznošću. S obzirom da nije pronađena značajna razlika u anksioznosti između te dvije skupine studenata, a oni koji su uključeni u *online* programe diplomskih studija ipak su doživljavali značajno više razine sindroma uljeza, nalazi su sugerirali da mora postojati još jedna komponenta uključena u rezultate studenata na ljestvici navedenog sindroma. Daljnjom analizom identificiran je društveno propisani perfekcionizam kao najznačajniji prediktor rezultata na fenomenu uljeza (Fraenza, 2016). Društveno propisani perfekcionizam povećava samoprocjenu i pažnju, što zatim utječe na percepciju vlastitih sposobnosti i ponašanja pojedinaca (Alden i Bieling, 1993), a društvena komponenta sindroma uljeza, kao što je već navedeno, odnosi se na osjećaj pojedinca da je prevario druge u vezi svojih sposobnosti i da će u tome biti otkriven. Stoga, rezultati istraživanja Fraenza (2016) dodatno potkrjepljuju pretpostavku o ulozi društvenih faktora u razvoju sindroma uljeza.

Perfekcionizam je dispozicija koja uključuje tendenciju težnje za besprijeckornom izvedbom, postavljanje pretjerano visokih standarda, izrazito kritičku samoprocjenu i netoleriranje pogrešaka (Yap i sur., 2014). Inicijalno, na perfekcionizam se gledalo kao na jednodimenzionalan konstrukt, definiran isključivo svojim disfunkcionalnim implikacijama, te je tako i kreirana Burnsova skala perfekcionizma koja mjeri sebi usmjereni perfekcionizam (Sindik, 2009). Ipak, danas se uvažava multidimenzionalna struktura perfekcionizma i uzima se u obzir razlika između njegovih osobnih i socijalnih aspekata (Penezić i sur., 1998). Frost i suradnici (1990) među prvima su konceptualizirali multidimenzionalnu prirodu perfekcionizma te opisali šest osobnih i socijalnih faktora: zabrinutost zbog pogrešaka, osobni standardi, roditeljska očekivanja, roditeljska kritika, sumnja u postupke i organizacija. Hewitt i Flett (1991) također prihvaćaju višestruku narav perfekcionizma te identificiraju tri komponente: sebi usmjereni, drugima usmjereni i socijalno poželjni perfekcionizam. Prema njihovom modelu, sebi usmjereni perfekcionizam uključuje ponašanja kao što je postavljanje visokih standarda za sebe i strogo ocjenjivanje i praćenje svog ponašanja, dok drugima usmjereni podrazumijeva nerealne standarde pojedinca za druge, očekivanje savršenstva od drugih i strogo ocjenjivanje tuđe izvedbe. Socijalno poželjni perfekcionizam obilježava uvjerenje ili percepcija pojedinaca da drugi ljudi imaju nerealne standarde za njih, strogo ih procjenjuju i stavljaju pritisak na njih da budu savršeni (Hewitt i Flett, 1991). Kombinirajući šest faceta koje su definirali Frost i suradnici (1990) te tri koje su definirali Hewitt i Flett (1991), Hill i suradnici (2004) predložili su sveobuhvatni model perfekcionizma, eliminirajući suvišne elemente i dodajući dvije nove dimenzije. Njihov model sastoji se od dva oblika perfekcionizma – savjesnog, kojeg čine dimenzije visoki standardi za druge, organizacija, planiranje i težnja izvrsnosti, te samoevaluacijskog, kojeg čine dimenzije zabrinutost oko pogrešaka, potreba za odobravanjem, roditeljski pritisak i ruminacija. Svejedno, Burnsova skala perfekcionizma i danas se često koristi, pa tako i u ovom istraživanju, te pokazuje značajnu, a često i visoku povezanost s ostalim dimenzijama perfekcionizma (Sindik, 2009). Osnovna manjkavost skale i jednodimenzionalnog koncepta perfekcionizma jest zanemarivanje njegovih interpersonalnih aspekata, također važnih za pojavu poteškoća u prilagodbi (Sindik, 2009).

Mansell i suradnici (1999) navode da socijalno anksiozni pojedinci netočno procjenjuju vlastitu izvedbu te pogrešno tumače očekivanja i socijalne znakove drugih, a obje te tendencije, ključne za razvoj i održavanje socijalne anksioznosti, povezane su s perfekcionizmom. Naime, u socijalnim situacijama, osobe s visokim razinama perfekcionizma ocjenjuju svoju izvedbu u odnosu na vlastite, nerealno visoke standarde, a vidjevši kako je te standarde gotovo nemoguće

ostvariti, povezani su s kognitivnim (npr. negativne izjave o sebi), bihevioralnim (npr. izbjegavanje kontakta očima) i fizičkim (npr. znojenje) simptomima anksioznosti (Yap i sur., 2014).

Za pojedince koji doživljavaju fenomen varalice, strah od uspjeha i/ili neuspjeha obično se javlja kada se suočavaju s novim dužnostima ili izazovima (Maftei i sur., 2021). Iz tog razloga, kako bi zaštitili svoje samopouzdanje, oni uglavnom koriste dva mehanizma suočavanja: odugovlačenje i perfekcionizam (Clance i Imes, 1978; Fatima i sur., 2024; Maftei i sur., 2021; Rohrman i sur., 2016). Također, visoke razine perfekcionizma ili straha od uspjeha ili neuspjeha mogle bi učiniti podcjenjivanje vlastitih sposobnosti evolucijski stabilnom strategijom, stoga neki istraživači teoretiziraju o sindromu uljeza kao samoobmanjujućoj tehnici s ciljem snižavanja razina anksioznosti prilikom vanjske procjene nečije izvedbe, neovisno o unutarnjem samopouzdanju osobe (Chrousos i sur., 2020).

### *1.9 Zaključak*

Dakle, postoji značajna količina dokaza koji pokazuju sveprisutnost sindroma uljeza (Gravois, 2007), a posebno visoka prevalencija utvrđena je na populaciji studenata (Chrousos i sur., 2020; Fraenza, 2016; Maftei i sur., 2021). Unatoč tome što se dugo vjerovalo kako je fenomen varalice karakterističan i gotovo isključivo vezan za ženski spol (Chrousos i sur., 2020; Clance i Imes, 1978; Wolfe, 2021), nedavne studije pokazuju uravnoteženu stopu doživljaja sindroma kod žena i muškaraca (Bravata i sur., 2019; Maftei i sur., 2021; Yaffe, 2021), iako su nedosljednosti u istraživanjima i dalje prisutne. Osobe koje se suočavaju sa sindromom uljeza žive u konstantom strahu da će biti razotkriveni kao manje inteligentni i sposobni nego što ih drugi smatraju, unatoč dokazima koji upućuju da oni to nisu (Clance i Imes, 1978; Gadsby, 2020). Taj strah zauzvrat dovodi do vrlo visokih razina anksioznosti kod pojedinaca, koja se često navodi kao jedno od ključnih obilježja sindroma uljeza (Bravata i sur., 2019; Fraenza, 2016; Maftei i sur., 2021). Specifično, socijalna anksioznost pokazala se značajnim prediktorom fenomena uljeza (Bernard i sur., 2020; Kolligian i Sternberg, 1991; Yaffe, 2021), iako su se rijetke studije bavile tom specifičnom vezom. Socijalno anksiozni pojedinci pogrešno procjenjuju svoju izvedbu te očekivanja drugih, a sklonosti takvom ponašanju povezane su s perfekcionizmom (Mansell i sur., 1999). Također, kada se suočavaju s novim zadacima, kod pojedinaca koji pate od sindroma uljeza često se javlja strah od uspjeha, kao i strah od neuspjeha (Maftei i sur., 2021), a kako bi se nosili s tim strahovima, koriste perfekcionizam kao mehanizam suočavanja (Clance i Imes, 1978; Fatima i sur., 2024). Naime, perfekcionizam je u

literaturi dosljedno pronađen kao najznačajniji prediktor sindroma uljeza (Fraenza, 2016; Maftai i sur., 2021), a pokazalo se da osobe s visokim perfekcionizmom u socijalnim situacijama procjenjuju svoju izvedbu u odnosu na vlastite, nerealno visoke standarde koje je gotovo nemoguće ostvariti, stoga su povezani s kognitivnim, bihevioralnim i fizičkim simptomima anksioznosti (Yap i sur., 2014).

U ovome istraživanju ispitivala se prevalencija i spolne razlike u sindromu uljeza te specifična povezanost i uloga socijalne anksioznosti i perfekcionizma u razvoju sindroma uljeza među studentima Republike Hrvatske.

## 2. Cilj i problemi

Cilj ovog istraživanja je ispitati stupanj izraženosti i spolne razlike u doživljavanju sindroma uljeza te provjeriti povezanost sindroma uljeza i socijalne anksioznosti, uzimajući u obzir ulogu perfekcionizma kao potencijalnog moderatora u predviđenom odnosu, na uzorku studenata Republike Hrvatske.

### *Istraživački problemi*

1. Ispitati prevalenciju sindroma uljeza kod studenata na području Hrvatske.
2. Provjeriti postojanje spolnih razlika u razini doživljavanja sindroma uljeza.
3. Ispitati doprinos perfekcionizma i socijalne anksioznosti u objašnjavanju sindroma uljeza.
4. Provjeriti postojanje moderatorskog učinka perfekcionizma u odnosu između socijalne anksioznosti i sindroma uljeza.

### *Hipoteze*

H<sub>1</sub>: Prosječni student na području Hrvatske često doživljava sindrom uljeza, odnosno postiže rezultat u rasponu od 61 do 80 na Clance Skali sindroma uljeza (Čarapina Zovko i sur., 2021).

H<sub>2</sub>: Ne postoje statistički značajne razlike između muških i ženskih studenata u doživljavanju sindroma uljeza.

H<sub>3</sub>: Perfekcionizam i socijalna anksioznost statistički značajno predviđaju razinu sindroma uljeza kod studenata, pri čemu viši rezultati studenata na skali perfekcionizma i na skali socijalne anksioznosti predviđaju viši rezultat na ljestvici sindroma uljeza.

H<sub>4</sub>: Perfekcionizam značajno moderira odnos između socijalne anksioznosti i sindroma uljeza, na način da je taj odnos jači kod studenata s višim rezultatom na skali perfekcionizma.

### 3. Metoda

#### 3.1 Sudionici

Sudionici ovog istraživanja bili su studenti na području Republike Hrvatske. U istraživanju je sudjelovalo 94 studenata čiji su podaci uključeni u daljnju statističku obradu. U pogledu spola, 47 sudionika bilo je muškog (50%), a 47 ženskog spola (50%). Raspon dobi ispitanika kreće se od 19 do 37 godina, prilikom čega prosječna dob ispitanika iznosi 23 godine ( $M=23,05$ ;  $SD=2,97$ ). Najveći broj studenata koji čine uzorak ovog istraživanja studira u području društvenih znanosti (47,9%), a slijede ih studenti tehničkog područja (22,3%), i zatim studenti humanističkih znanosti (10,6%). Iz područja biomedicine i zdravstva dolazi 6 ispitanika, dok ih iz umjetničkog, te područja biotehničkih znanosti dolazi po 5. U uzorku je najmanje zastupljeno područje prirodnih znanosti, vidjevši kako u tom području studiraju samo 2 sudionika.

#### 3.2 Instrumenti

*Socio-demografski podaci.* Upitnikom se od sudionika tražilo da se prvo izjasne u pogledu spola, dobi te područja studiranja (društvene znanosti, humanističke znanosti, prirodne znanosti, biomedicina i zdravstvo, biotehničke znanosti, umjetničko područje, tehničko područje).

*Burnsova skala perfekcionizma.* Kako bi se procijenila dimenzija perfekcionizma, u istraživanju je primijenjena Burnsova skala perfekcionizma (*Burns Perfectionism Scale – BPS*), koju su na hrvatski jezik preveli Penezić i suradnici (1988). Skala sadrži niz od 10 čestica, a sudionici na skali Likertovog tipa s 5 stupnjeva navode stupanj slaganja s pojedinom tvrdnjom. Na originalnoj verziji skale stupnjevanje slaganja izraženo je na ljestvici od -2 do +2, no u verziji prilagođenoj na hrvatskom uzorku korištene su brojčane oznake od 1 (u potpunosti se ne slažem) do 5 (u potpunosti se slažem). Čestica "Ako se dovoljno trudim mogu se ponositi bilo čime što pokušam" bila je negativno povezana sa svim ostalim česticama upitnika, stoga je rekodirana na način da sudionici daju odgovore 1 – u potpunosti se slažem, 2 – djelomično se slažem, 3 – niti se slažem niti ne slažem, 4 – djelomično se ne slažem ili 5 – u potpunosti se ne slažem. Ukupni rezultat računa se kao linearna kombinacija procjena, a viši rezultat na skali ukazuje na višu razinu perfekcionizma kod sudionika.

Za procjenu unutarnje konzistentnosti skale, izračunat je Cronbachov alfa koeficijent koji iznosi 0,62 (Penezić i sur., 1988), što upućuje na nisku pouzdanost i nezadovoljavajuće psihometrijske karakteristike skale. U ovom je istraživanju vrijednost originalnog koeficijenta pouzdanosti iznosila  $\alpha=0,63$ , no nakon rekodiranja čestice "Ako se dovoljno trudim mogu se ponositi bilo čime što pokušam" Cronbachov alfa porastao je na 0,76. Stoga, pouzdanost skale perfekcionizma u ovome je istraživanju prihvatljivo visoka.

*Liebowitz Ljestvica socijalne anksioznosti.* Socijalna anksioznost u istraživanju je ispitana pomoću Liebowitz Ljestvice socijalne anksioznosti (*Liebowitz Social Anxiety Scale – LSAS*), prilagođene na hrvatski uzorak (Stamać Ožanić i Kamenov, 2020). Ljestvicu čine 24 stavke, a razvijena je na način da 11 stavki mjeri socijalnu interakciju, a 13 stavki socijalnu izvedbu, u situacijama kojih se socijalno anksiozni pojedinci boje ili ih izbjegavaju. Zadatak sudionika je ocijeniti dva aspekta svake od 24 situacije. Strah, to jest anksioznost koju ispitanici osjećaju u pojedinoj situaciji, procjenjuje se na skali od 0 do 3 (0 – nema ga, 1 – mali, 2 – srednji, 3 – jak), kao i izbjegavanje tih situacija, pri čemu je 0 – nikada, 1 – ponekad, 2 – često, 3 – vrlo često. Na taj način ljestvicom se dobiva 7 rezultata: strah od socijalne interakcije, strah od socijalne izvedbe, izbjegavanje socijalne interakcije, izbjegavanje socijalne izvedbe, ukupni strah, ukupno izbjegavanje te ukupna socijalna anksioznost, koja je od interesa u ovom istraživanju. Ukupni rezultat sudionika na socijalnoj anksioznosti dobiva se zbrajanjem odgovora za svaki od dvaju aspekata (strah i izbjegavanje) svih situacija, a može varirati od 0 do 144, pri čemu viši rezultat upućuje na viši stupanj socijalne anksioznosti. Bodovi na LSAS-u obično se interpretiraju na način da rezultat 0-29 bodova znači vrlo slabu ili nisku razinu socijalne anksioznosti, rezultat u rasponu 30-59 bodova smatra se pokazateljem umjerene socijalne anksioznosti, postizanje 60-89 bodova ukazuje na ozbiljnu, a 90 bodova i više na vrlo tešku ili ekstremnu socijalnu anksioznost.

Stamać Ožanić i Kamenov (2020) pokazali su kako podljestvica straha objašnjava ukupno 52,1% varijance za strah, a podljestvica izbjegavanja 47,5% varijance za izbjegavanje. Cronbachovi alfa koeficijenti pouzdanosti na svih 7 predloženih mjera koje se dobivaju upitnikom su visoki, a kreću se od 0,81 za izbjegavanje socijalne izvedbe, do 0,95 za ukupan rezultat na ljestvici. Za potrebe ovog istraživanja računao se samo ukupni rezultat na socijalnoj anksioznosti sudionika, a Cronbach alfa koeficijent za cijeli upitnik zadovoljavajuće je visok te iznosi 0,96.

*Clance Skala sindroma uljeza.* U svrhu ispitivanja razine sindroma uljeza kod sudionika, u istraživanju je korišten prijevod Clance Skale sindroma uljeza (*Clance Imposter Phenomenon*



*Scale – CIPS*) koji su na hrvatski jezik adaptirali Čarapina Zovko i suradnici (2021). Originalna skala autorice Clance izrađena je 1985. godine, psihometrijski je validirana te je trenutno najčešće korištena mjera za ispitivanje fenomena uljeza (Mak i sur., 2019). Upitnik se sastoji od 20 čestica na koje ispitanici odgovaraju na Likertovoj ljestvici od 1 do 5 (1 – nimalo istinito, 2 – rijetko, 3 – ponekad, 4 – često, 5 – posve istinito). Ukupni rezultat računa se kao suma zaokruženih odgovora na svim česticama, pri čemu je mogući raspon rezultata od 20 do 100. Česticama se procjenjuju različiti aspekti sindroma uljeza, uključujući strah od neuspjeha, strah od nemogućnosti ponavljanja uspjeha, strah od evaluacije, želju za isticanjem, odbacivanje priznanja za uspjeh, atribuciju uspjeha sreći, pogrešci ili šarmu, osjećaj ostavljanja lažnog dojma te osjećaj manje sposobnosti u odnosu na vršnjake (Čarapina Zovko i sur., 2021). Viši rezultat sudionika na skali upućuje na veću razinu i ozbiljniji utjecaj sindroma uljeza. Prema Čarapina Zovko i suradnicima (2021), ako sudionik postigne rezultat 40 ili manji, on u tom slučaju ima nekoliko karakteristika uljeza. Sudionici s rezultatom od 41 do 60 imaju umjeren doživljaj fenomena uljeza, a rezultat između 61 i 80 ukazuje na često doživljavanje sindroma. Konačno, ako sudionik postigne više od 80 bodova na skali, on često intenzivno doživljava sindrom uljeza.

Pouzdanost ove ljestvice u drugim istraživanjima, izražena u obliku Cronbachovog alfa koeficijenta, kreće se od 0,85 do 0,96 (Mak i sur., 2019). Koeficijent unutarne pouzdanosti, to jest Cronbachov alfa za ljestvicu sindroma uljeza u ovom istraživanju iznosio je 0,93, što se podudara s rangom pouzdanosti u dosadašnjim istraživanjima te upućuje na visoku pouzdanost skale.

### *3.3 Postupak*

Istraživanje je provedeno putem interneta, od 13. ožujka do 28. travnja 2024. godine. Podaci su prikupljeni pomoću Google obrasca, *online* alata za izradu upitnika, a sudionici su uključeni tako što je poveznica na istraživanje poslana elektroničkom poštom na adrese studentskih grupa s različitih fakulteta i smjerova. Poveznica je podijeljena i na društvenim mrežama, tako što je objavljena uz poziv na sudjelovanje, u raznim studentskim grupama na Facebooku, te na Instagramu i Redditu. Uz prigodno uzorkovanje, primijenjena je i metoda snježne grude, na način da je sudionicima upućena molba da poveznicu proslijede drugima koji odgovaraju ciljnoj populaciji.

Prije ispunjavanja upitnika, sudionici su mogli pročitati kratku uputu koja je sadržavala opću svrhu istraživanja te napomenu kako je njihovo sudjelovanje anonimno i dobrovoljno, uz naglasak na pravo odustajanja u bilo kojem trenutku. Također, obznanjeno je da će rezultati biti analizirani na grupnoj razini, da će se koristiti isključivo u istraživačke svrhe i da ne postoje točni i netočni odgovori, stoga se sudionike zamolilo da odgovaraju iskreno. Navedeno je i okvirno vrijeme potrebno za ispunjavanje upitnika. U uputi je zatim naznačeno kako će se odabir tipke "Dalje" smatrati pristankom sudionika na sudjelovanje te korištenje podataka prikupljenih istraživanjem. Na kraju je priložena *e-mail* adresa na koju se ispitanici mogu obratiti za dodatne informacije i pitanja o istraživanju i rezultatima, te im se zahvalilo na sudjelovanju.

#### 4. Rezultati

Najprije su izračunati deskriptivni podaci varijabli i testiran je normalitet distribucije kako bi se provjerilo zadovoljavanje preduvjeta za provedbu parametrijskih postupaka (Tablica 1).

Tablica 1. *Deskriptivni podaci perfekcionizma, socijalne anksioznosti i sindroma uljeza (N=94)*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>max</i>	<i>A</i>	<i>S</i>	Shapiro-Wilk
Perfekcionizam	3,05	0,68	1,6	4,5	0,066	-0,740	0,982
Socijalna anksioznost	50,32	27,33	2	116	0,349	-0,468	0,975
Sindrom uljeza	62,73	16,72	30	97	0,000	-0,876	0,978

Napomena: A – koeficijent asimetričnosti, S – koeficijent spljoštenosti

Normalnost distribucije provjerena je Shapiro-Wilk testom, a dodatno su izračunate vrijednosti koeficijenata asimetričnosti i spljoštenosti. Gledajući dobivene podatke u Tablici 1, zaključujemo kako Shapiro-Wilk test nije statistički značajan, što ukazuje na normalnu distribuciju rezultata prediktorskih (perfekcionizam i socijalna anksioznost) i kriterijske varijable (sindrom uljeza). U pogledu asimetričnosti, najviši koeficijent ima varijabla socijalne anksioznosti (0,349), a kada govorimo o spljoštenosti, od normalne distribucije najviše odstupa varijabla sindroma uljeza, čiji koeficijent iznosi -0,876. Prema Kline (2005), distribucija značajno odstupa od normalne kada je koeficijent asimetričnosti manji od -3 ili veći od 3, a koeficijent spljoštenosti manji od -10, odnosno veći od 10. Vidjevši kako su svi dobiveni koeficijenti asimetričnosti i spljoštenosti unutar prihvatljivog ranga, dokazana je normalnost distribucija.

Iz deskriptivnih podataka u Tablici 1 možemo uočiti da prosječna vrijednost sudionika na varijabli perfekcionizma iznosi  $M = 3,05$  ( $SD = 0,68$ ), što ukazuje na blago naginjanje uzorka studenata prema višim razinama perfekcionizma. Što se tiče socijalne anksioznosti, prosječna vrijednost sudionika na ljestvici jest  $M = 50,32$  ( $SD = 27,33$ ), a kako rezultat između 30 i 59 bodova ukazuje na umjerenu, a 60-89 bodova na ozbiljnu socijalnu anksioznost, zaključujemo da su rezultati studenata orijentirani ka većoj socijalnoj anksioznosti.

Prvi istraživački problem bio je ispitati prevalenciju sindroma uljeza kod hrvatskih studenata. Pretpostavljalo se da će aritmetička sredina rezultata svih sudionika na Skali sindroma uljeza biti u rasponu od 61 do 80, što ukazuje na višu razinu sindroma uljeza (Čarapina Zovko i sur., 2021). Osvrćući se na Tablicu 1, iz prikaza rezultata na varijabli sindroma uljeza primjećujemo da aritmetička sredina iznosi  $M = 62,73$  ( $SD = 16,72$ ), iz čega zapažamo da prosječni student uzorka često doživljava izučavani sindrom, kako je i bilo u skladu s očekivanjima.

Nadalje, drugi problem ovog istraživanja bio je provjeriti postoje li spolne razlike u razini doživljavanja fenomena uljeza kod studenata. Potencijalna razlika između muškaraca i žena u uzorku provjerena je računanjem t-testa za nezavisne uzorke. Prije same provedbe parametrijskih postupaka, ispitana je pretpostavka o jednakosti varijanci (homoscedasticitet) te je dobivena vrijednost Levene testa  $F = 0,577$ , pri čemu je  $p > 0,05$ , ukazujući na zadovoljavanje uvjeta homogenosti varijanci za daljnju statističku obradu.

Tablica 2. Deskriptivni podaci i rezultati t-testa za utvrđivanje razlike u doživljavanju sindroma uljeza s obzirom na spol

	Muškarci ( $n = 47$ )		Žene ( $n = 47$ )		$t$	$df$	Cohenov $d$
	$M$	$SD$	$M$	$SD$			
Sindrom uljeza	61,74	17,26	63,72	16,27	-0,572	92	-0,118

Kao što je vidljivo iz podataka u Tablici 2, nije pronađena statistički značajna razlika između muškaraca i žena u intenzitetu doživljavanja obilježja sindroma uljeza ( $t(92) = -0,572$ , uz  $p > 0,05$ ). Time je prihvaćena druga hipoteza ( $H_2$ ) ovog istraživanja.

Zatim, kako bismo odgovorili na treći problem, to jest ispitati doprinos perfekcionizma i socijalne anksioznosti u predviđanju sindroma uljeza, provedena je regresijska analiza. Prvotno su u Tablici 3 prikazane međusobne korelacije prediktora i kriterija, izražene pomoću Pearsonovog koeficijenta korelacije ( $r$ ). Uobičajeno je da se vrijednosti  $r$  između 0 i -0,25 te 0 i 0,25 smatraju indikativnima za nepostojanje povezanosti, dok vrijednosti od -0,25 do -0,50, odnosno od 0,25 do 0,50 ukazuju na slabu povezanost među varijablama. Vrijednosti  $r$  koje se nalaze u rangu od -0,50 do -0,75 te 0,50-0,75 upućuju na srednje jaku povezanost, a od -0,75 do -1 te 0,75-1 na vrlo visoku korelaciju između varijabla (Dawson i Trapp, 2004).

Tablica 3. Prikaz korelacijske matrice prediktora i kriterijske varijable (N=94)

	1.	2.	3.
1. Sindrom uljeza	-		
2. Perfekcionizam	0,551***	-	
3. Socijalna anksioznost	0,597***	0,257**	-

Napomena: \*\*  $p < 0,01$ , \*\*\*  $p < 0,001$

Na ovom je uzorku korelacijskom analizom utvrđena statistički značajna, pozitivna umjerena povezanost oba prediktora s kriterijem sindroma uljeza (Tablica 3), naznačujući da članovi uzorka s većim perfekcionističkim tendencijama, kao i oni s izraženijom socijalnom anksioznošću, ujedno češće i intenzivnije doživljavaju sindrom uljeza u odnosu na sudionike s nižim rezultatima na prediktorskim varijablama od interesa. Ti su nalazi očekivani i u skladu s rezultatima prethodno navedenih istraživanja (Bernard i sur., 2020; Dudau, 2014; Rohrmann i sur., 2016; Yaffe, 2021). Iz Tablice 3 možemo uočiti i kako varijabla socijalne anksioznosti ima nešto veću korelaciju s varijablom sindroma uljeza, u odnosu na perfekcionizam.

Također, na temelju dobivenih nalaza uviđamo kako postoji statistički značajna, ali relativno slaba pozitivna korelacija između prediktora, na način da članovi uzorka koji iskazuju više razine perfekcionizma, u prosjeku postižu i više rezultate na dimenziji socijalne anksioznosti. Osim toga, dodatnom provjerom utvrđeno je da nema multikolinearnosti, s obzirom na to da se vrijednost faktora povećanja varijance VIF iznosi 1,1, *Tolerance* iznosi 0,93, a vrijednost Durbin-Watsonova testa jest 2,22, čime je utvrđena i nezavisnost reziduala. Budući da su prihvatljive mjere VIF-a vrijednosti manje od 10 (Myers, 1990), vrijednosti *Tolerance* oko 1 indikator je niske, a iznad 0,2 kolinearnosti koja nije zabrinjavajuća (Menard, 1995), te rezultat Durbin-Watsonova testa blizu 2 ukazuje da nema autokorelacije (Field, 2009), zadovoljene su svi uvjeti za provođenje regresijske analize.

Tablica 4. Prikaz dobivenih koeficijenata regresijske analize za predviđanje sindroma uljeza pomoću perfekcionizma i socijalne anksioznosti

<i>R</i>	$R^2$	Prilagođeni $R^2$	Standardna pogreška procjene
0,725	0,526	0,516	11,634

Tablica 5. Rezultati provjere značajnosti regresijskog modela za predviđanje sindroma uljeza na temelju perfekcionizma i socijalne anksioznosti

	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>
Regresija	13665,622	2	6832,811	50,48***
Rezidual	12316,729	91	135,349	
Ukupno	25982,351	93		

Napomena: \*\*\*  $p < 0,001$

Tablica 6. Prikaz *B* i beta koeficijenata prediktora multiple regresije za predviđanje sindroma uljeza

	<i>b</i>	Standardna pogreška	$\beta$	<i>t</i>
Perfekcionizam	10,503	1,842	0,426	5,703***
Socijalna anksioznost	0,298	0,046	0,487	6,526***

Napomena: \*\*\*  $p < 0,001$

Iz rezultata prikazanih u Tablici 4 i 5, vidljivo je da je regresijski model za predviđanje doživljavanja sindroma uljeza kod studenata značajan, pri čemu dobiveni koeficijenti multiple korelacije iznose  $R = 0,725$  i  $R^2 = 0,526$ , uz  $F(2, 91) = 50,48$ , te  $p < 0,001$ . Dakle, kombinacijom prediktora perfekcionizam i socijalna anksioznost objašnjeno je 52,6% varijance kriterija. Oba prediktora u modelu pokazala su se statistički značajnima, a promatrajući standardizirane  $\beta$  koeficijente prikazane u Tablici 6, zaključujemo da se boljim prediktorom pokazala socijalna anksioznost, koja ima veći doprinos u predviđanju fenomena uljeza ( $\beta = 0,487$ , uz  $p < 0,001$ ). Iako u literaturi prevladava Dobivenim rezultatima potvrdili smo i treću hipotezu ( $H_3$ ), kojom smo pretpostavljali statistički značajan doprinos perfekcionizma i socijalne anksioznosti kao prediktora u objašnjavanju sindroma uljeza. S obzirom na nalaze u dosadašnjim istraživanjima te pronađenu statistički značajnu i umjereno visoku korelaciju prediktorskih varijabli s kriterijem, ovi su rezultati očekivani.

Za provjeru četvrte hipoteze ( $H_4$ ), ispitano je postojanje moderatorskog efekta varijable perfekcionizam na odnos između socijalne anksioznosti i sindroma uljeza. Pretpostavljali smo postojanje pozitivnog moderatorskog učinka, to jest da će pojedinci s visokim razinama

perfekcionizma i socijalne anksioznosti statistički značajno intenzivnije doživljavati sindrom uljeza u odnosu na pojedince koji su socijalno anksiozni, no imaju nižu razinu perfekcionizma. Prije provedbe statističkih postupaka za utvrđivanje značajnosti moderirajućeg učinka perfekcionizma centrirane su prediktorske varijable, odnosno od sirovih ukupnih rezultata sudionika na dvama prediktorima oduzeta je njihova aritmetička sredina, kako bismo smanjili multikolinearnost. Zatim je stvorena interakcijska varijabla koja predstavlja umnožak centriranih rezultata perfekcionizma i socijalne anksioznosti, te je uvrštena kao prediktor u regresijsku jednadžbu za predviđanje sindroma uljeza, zajedno s centriranim prediktorima perfekcionizam i socijalna anksioznost. Moderirajućom multiplom regresijskom analizom testiran je stupanj u kojem je snaga linearne veze između stupnja socijalne anksioznosti i doživljavanja sindroma uljeza u funkciji razine perfekcionizma.

Tablica 7. Rezultati moderatorske regresijske analize sa sindromom uljeza kao kriterijem

	<i>b</i>	Standardna pogreška	$\beta$	<i>t</i>
Perfekcionizam	10,612	1,890	0,430	5,615***
Socijalna anksioznost	0,298	0,046	0,487	6,476***
Perfekcionizam * Socijalna anksioznost	0,020	0,068	0,021	0,286

Napomena: \*\*\*  $p < 0,001$

Na temeljem podataka iz Tablice 7 jasno zaključujemo da se interakcijska varijabla perfekcionizma i socijalne anksioznosti nije pokazala statistički značajnom ( $p=0,775$ ). Drugim riječima, nalazima istraživanja nije potvrđeno da je perfekcionizam značajna moderatorska varijabla, već rezultati ukazuju na to da nema značajnog utjecaja na povezanost socijalne anksioznosti i sindroma uljeza. Time je opovrgnuta četvrta hipoteza ovog istraživanja ( $H_4$ ).

## 5. Rasprava

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati prevalenciju i spolne razlike u doživljavanju sindroma uljeza te provjeriti ulogu perfekcionizma i socijalne anksioznosti u razvoju sindroma uljeza, na uzorku studenata u Hrvatskoj.

Prvi istraživački problem odnosio se na provjeru stupnja izraženosti sindroma uljeza kod studenata Republike Hrvatske. Pokazalo se da studenti uzorka u prosjeku ostvaruju 62,73 boda na Skali sindroma uljeza, što je rezultat koji se nalazi u rangu 61-80, a koji prema Čarapina Zovko i suradnicima (2021) upućuje na često doživljavanje sindroma. Stoga, nalazima je potvrđena prva hipoteza, odnosno utvrđeno je da je prevalencija fenomena uljeza među hrvatskim studentima visoka. To je i bilo u skladu s očekivanjima utemeljenima na prethodnim istraživanjima koja izvještavaju o visokoj rasprostranjenosti sindroma uljeza, posebno kod studenata (Gravois, 2007; Chrousos i sur., 2020).

Jedno od takvih istraživanja provela je Fraenza (2016) te pronašla da studenti diplomskih studija upisani tradicionalni program u prosjeku ostvaruju 65,68 bodova na Clance Skali sindroma uljeza, rezultat koji se nalazi u istom rangu kao i aritmetička sredina uzorka ovog istraživanja. Uz to, istraživanjem Fraenza (2016) dobiven je srednji rezultat studenata upisanih u *online* programe koji iznosi 54,17, a indikator je umjereno visokog doživljaja sindroma uljeza. Ti rezultati navedene studije odgovaraju nalazima ovog istraživanja, na način da pokazuju kako se kod studenata općenito javlja fenomen uljeza, umjerenog ili jakog intenziteta. Nadalje, Maftai i suradnici (2021) utvrdili su da 56,15% studenata u ima iskustvo nošenja sa sindromom varalice, iako su u uzorku mnogo zastupljenije žene (85%), te je provedeno isključivo na studentima psihologije u Rumunjskoj. Osim toga, istraživanje koje su Maqsood i suradnici (2018) proveli na studentima medicine kako bi ustanovili stupanj rasprostranjenosti sindroma uljeza dovelo je do podataka da se čak 38,09% studenata u uzorku suočava s umjerenim, 54,49% s intenzivnim i 4,76% s vrlo intenzivnim simptomima sindroma.

Dakle, rezultati ovog istraživanja dosljedni su s rezultatima brojnih drugih istraživanja o učestalosti pojave sindroma uljeza kod studenata. No, u velikom broju dosadašnjih istraživanja sindroma, izučavane su specifične studentske populacije, prilikom čega su vrlo zastupljeni studenti medicine i STEM područja. Mogući razlog za to jest da se radi o okolinama koje su vrlo zahtjevne i stresne te se u njima pojedinci konstantno moraju ponovno dokazivati, što je posebno teško ako teže visokom postignuću i perfekcionizmu. Tako istraživanje Duncan i suradnika (2023), čiji je uzorak činilo 86 studenata informatike iz SAD-a, sugerira kako njih



91,86% doživljava sindrom uljeza od umjerenog do visokog intenziteta, dok su Alsaleem i suradnici (2021) dobili da na uzorku od 502 studenta medicine u Saudijskoj Arabiji, njih 41,2% pati od simptoma sindroma uljeza. U našem je istraživanju potvrđena visoka učestalost doživljavanja sindroma uljeza na uzorku studenata u kojem su zastupljena sva područja studiranja.

Neki od potencijalnih razloga za široku rasprostranjenost sindroma uljeza među studentima su učestale evaluacije (Prata i Gietzen, 2007), visoka očekivanja i visoki zahtjevi od buduće profesije, pogotovo kod studenata medicine (Qureshi i sur., 2017), te više razine perfekcionizma i socijalne anksioznosti, utvrđene i na uzorku studenata ovog istraživanja koje dokazano pridonose većem stupnju osjećaja fenomena varalice (Maftai i sur., 2021; Yaffe, 2020). Također, suočeni s brojnim situacijama procjene, dužnostima i izazovima studenti mogu strahovati od neuspjeha (i uspjeha) i sumnjati u vlastite sposobnosti (Maftai i sur., 2021), posebno ako si nametnu previsoke standarde zbog sklonosti perfekcionizmu, a i kada ih ostvare imaju tendenciju pripisivati svoj uspjeh sreći i vanjskim okolnostima umjesto sebi (Clance i Imes, 1978). Stoga pate od straha da će biti razotkriveni kao varalice, što uzrokuje anksioznost i dalje perpetuira ciklus sindroma uljeza (Gadsby, 2020; Maftai i sur., 2021).

Naš sljedeći cilj bio je istražiti postoji li statistički značajna razlika u doživljavanju sindroma varalice s obzirom na spol. Kao što smo ranije već naveli, fenomen uljeza prvi je put opisan u populaciji žena (Clance i Imes, 1978), a brojne naknadne studije pokazale su rodnu specifičnost sindroma za žene te je stoga većina istraživanja bila fokusirana na razumijevanje sindroma uljeza kod žena (Vaughn i sur., 2019). Primjerice, Kumar i Jagacinski (2006) kod studenata psihologije je pronašli su značajnu razliku u intenzitetu i učestalosti izučavanog sindroma s obzirom na spol. Također, Villwock i suradnici (2016) utvrdili su kako duplo veći postotak ženskih studenata medicine u SAD-u pokazuje simptome fenomena uljeza (49,4%), odnosu na muškarce (23,7%). Jednako tako, nalazi Rosenstein i suradnika (2020) pokazali su da od 200 studenata informatike u Sjevernoj Americi, njih 54% često ispoljava simptome sindroma uljeza, s time da je učestaliji kod žena (71%) nego kod muškaraca (52%).

Faktori koji igraju ulogu u povećanoj razini sindroma uljeza kod žena između ostaloga uključuju implicitne i eksplicitne društvene poruke koje aludiraju da žene nisu dobre vođe jer su previše emocionalne, da nisu kvalificirane za STEM područja jer su slabe u matematici i prirodnim znanostima, te da nisu psihološki sposobne za položaje na višoj razini (Nance-Nash, 2020). Nastavno na to, Chrousos i suradnici (2020) navode kako nedostatak samopouzdanja i

umanjivanje važnosti vlastitih postignuća, što su simptomi fenomena varalice, mogu objasniti veću stopu odustajanja žena u područjima u kojima prevladavaju muškarci, primjerice STEM područja. Dodatno, prethodno smo spomenuli kako postoji dosljedno utvrđena pozitivna veza između fenomena uljeza i perfekcionizma (Clance i Imes, 1978; Dudau, 2014; Rohrmann i sur., 2016), a vidjevši kako je perfekcionizam izraženiji kod žena u odnosu na muškarce (Elison i Partridge, 2012), ne čudi da je ista rodna pristranost pronađena i za sindrom uljeza u brojnim istraživanjima.

Međutim, postoje nekonzistentnosti u rezultatima vezanima za spolne razlike s obzirom na iskustvo fenomena uljeza, a novija istraživanja pokazala su kako je doživljavanje simptoma sindroma uljeza među spolovima u egalno, te opada sagledavanje spola kao etiološkog čimbenika koji doprinosi razvoju izučavanog sindroma (Yaffe, 2021). Tako Bravata i suradnici (2019) izvještavaju da je fenomen varalice jednako učestao kod muškaraca i kod žena, kroz razne dobne skupine. Yaffe (2021) također ne pronalazi razliku između muških i ženskih studenata iz različitih akademskih institucija Izraela, unatoč tome što je uzorak većinski bio sačinjen od žena (75%) u odnosu na muškarce (25%). Zbog navedenog, u ovom istraživanju hipoteza je postavljena na način da se ne očekuje značajna razlika između muških i ženskih studenata s obzirom na razinu sindroma uljeza, a rezultati su podržali tu premisu i hipoteza je prihvaćena. Već smo naveli i kako su je broj muških i ženskih studenata u uzorku podjednako zastupljen (50% jednih i 50% drugih) te studenti dolaze iz svih područja studiranja.

Budući da uzorak studija u kojima je pronađena značajna razlika između spolova s obzirom na fenomen varalice uglavnom čine studenti iz pojedinog područja (npr. Kumar i Jagacinski, 2006; Rosenstein i sur., 2020; Vaughn i sur., 2019; Villwock i sur., 2016) postoji potreba za novim istraživanjima koja će se baviti ispitivanjem razlike u prevalenciji sindroma varalice kod muškaraca i žena općenito, a ne gotovo isključivo samo u određenim područjima. Moguće je da generalno nema značajne spolne razlike u sindromu uljeza, ali i da su u pojedinim poljima žene snažnije pogođene, i obrnuto. Donošenje daljnjih zaključaka izvan dosega je ovog istraživanja, no buduća bi istraživanja trebala uzeti u obzir i provjeriti navedeno. Još jedno potencijalno objašnjenje za utvrđenu jednakost spolova u doživljavanju sindroma uljeza jest razina perfekcionizma kod muškaraca i kod žena. Iako smo prethodno naveli da je perfekcionizam viši kod žena (Elison i Partridge, 2012), istraživanja sugeriraju da muškarci, za razliku od žena, imaju značajno više razine perfekcionizma usmjerenog prema drugima (Hill i sur., 1997), ali i da muškarci koji su visoki na sebi usmjerenom perfekcionizmu, varijabli od interesa u ovom istraživanju, vjerojatnije imaju osobinu samouvjereni dominantnost, u odnosu

na žene (Stoeber i sur., 2021). Stoga, drugim istraživanjima trebalo bi dodatno istražiti ulogu i međuigru spola i različitih aspekata perfekcionizma u razvoju sindroma uljeza.

Treći problem ovog istraživanja bio je ispitati doprinos perfekcionizma i socijalne anksioznosti u objašnjenju sindroma uljeza kod studenata u Hrvatskoj. Hipotezu smo postavili na način da se očekuje statistička značajnost oba prediktora, tako što viši rezultati studenata na ljestvicama perfekcionizma i socijalne anksioznosti predviđaju viši rezultat na skali sindroma uljeza. Iz rezultata regresijske analize možemo zaključiti kako su i perfekcionizam i socijalna anksioznost značajni prinositelji sindromu uljeza kod studenata u Hrvatskoj, pri čemu socijalna anksioznost ima nešto veću prediktivnu vrijednost od perfekcionizma. Time je potvrđena i treća hipoteza ovog istraživanja. Iako se tek nekoliko istraživanja bavilo provjerom odnosa između fenomena varalice i socijalne anksioznosti (Yaffe, 2021), njihovi rezultati dosljedni su s nalazima ovog istraživanja. Jednu od najranijih studija u čijem su interesu bili navedeni konstrukti proveli su Kolligian i Sternberg (1991), a rezultati studije sugeriraju umjereno visoku povezanost između socijalne anksioznosti i izučavanog sindroma. Isto tako, Bernard i suradnici (2020) proveli su istraživanje na 226 studenata u SAD-u (pri čemu ih je 77% bilo ženskog spola) te utvrdili pozitivnu povezanost CIPS-a sa socijalnom anksioznošću. Osim toga, Yaffe (2021) je u već spomenutom istraživanju pronašao da je socijalna anksioznost snažan prediktor izražavanja sindroma uljeza.

Sukladno s nalazima ovog istraživanja, i mnoga druga pronašla su značajnu vezu između perfekcionizma i fenomena varalice. Clance i Imes (1978) tvrdile su kako pojedinci koji doživljavaju sindrom varalice koriste perfekcionizam kao obrambeni mehanizam. Nadalje, Rohrmann i suradnici (2016) pokazali su kako postoji značajna povezanost iskustva fenomena uljeza i dimenzija perfekcionizma. U istraživanju su za procjenu perfekcionizma koristili 2 subskale Frost Multidimenzionalne skale perfekcionizma (FMSP), pri čemu je dobivena jaka korelacija na podljestvici Zabrinutost oko pogrešaka i sumnje ( $r = 0,57$ , uz  $p < 0,01$ ), dok je korelacija fenomena uljeza s podljestvicom Osobni standardi slaba ( $r = 0,21$ , uz  $p < 0,01$ ). Također, Dudău (2014) je istražila odnos perfekcionizma i sindroma varalice na 129 studenata psihologije u Rumunjskoj, pri čemu je od psihometrijskih instrumenata primijenila CIPS i Hill Inventar perfekcionizma (HPI). HPI daje rezultate za svaku od 8 prethodno navedenih dimenzija perfekcionizma, koje su definirali Hill i suradnici (2004). Nalazi Dudău (2014) upućuju na značajnu pozitivnu vezu ukupnog perfekcionizma s fenomenom varalice, uz veličinu učinka koja je srednja do velika ( $r = 0,48$ ,  $r^2 = 0,23$ , uz  $p < 0,01$ ). Preciznije, fenomen uljeza visoko je korelirao s 3 od 4 dimenzije savjesnog perfekcionizma (zabrinutost oko

pogrešaka, potreba za odobrenjem i ruminacija) i slabo korelirao s percipiranim pritiskom roditelja. S druge strane, jedina značajna korelacija utvrđena za samoevaluacijski perfekcionizam odnosila se na slabu negativnu povezanost sindroma uljeza s dimenzijom organizacije (Dudău, 2014).

S time, rezultati našeg istraživanja suglasni su s prethodnim nalazima značajne povezanosti između perfekcionizma i socijalne anksioznosti sa sindromom uljeza, te značajnog doprinosa perfekcionizma i socijalne anksioznosti izučavanom sindromu. Ultimativno, pokazalo se kako socijalno anksiozni pojedinci neispravno procjenjuju vlastitu izvedbu i očekivanja drugih ljudi, da su pretjerano samokritični i ispoljavaju simptome anksioznosti kada ne uspiju zadovoljiti svoje nerealno visoke standarde, a to su ujedno i ključna obilježja perfekcionista (Mansell i sur., 1999; Villiers, 2009; Yap i sur., 2014). Zato, iako su objektivno uspješni, nisu uspjeli ostvariti svoje ciljeve te strahuju da će biti razotkriveni kao nesposobni, neinteligentni i prevaranti (Leonhardt i sur., 2017). Taj strah od otkrića zauzvrat izaziva visoku razinu anksioznosti, što pridonosi visokim razinama perfekcionizma kod pojedinaca koji se nalaze u začaranom krugu sindroma varalice (Fraenza, 2016).

Četvrtom i posljednjom hipotezom u ovom istraživanju pretpostavljen je moderatorski model odnosa varijabli perfekcionizma, socijalne anksioznosti i sindroma uljeza. Očekivali smo da će kod pojedinaca s visokim perfekcionistačkim tendencijama biti pojačan odnos socijalne anksioznosti i sindroma uljeza, u odnosu na one koji imaju nižu razinu sebi usmjerenog perfekcionizma. Daljnjom analizom nije utvrđena statistička značajnost perfekcionizma kao moderatorske varijable, čime je četvrta hipoteza istraživanja odbačena.

Razlog tomu može ležati u pronađenoj značajnoj pozitivnoj korelaciji između perfekcionizma i socijalne anksioznosti koja može zamagliti interakcijski efekt, makar povezanost bila niska te nije utvrđena multikolinearnost prediktora. Naime, za procjenu perfekcionizma u ovom istraživanju korištena je Burnsova Skala perfekcionizma koja mjeri sebi usmjeren perfekcionizam, istovremeno zanemarujući drugima usmjereni te društveno propisani perfekcionizam. Drugim riječima, mjerili smo konstrukt koji podrazumijeva postavljanje strogih standarda za sebe i pomno procjenjivanje i praćenje vlastitih postupaka (Hewitt i Flett, 1991), što je karakteristika i socijalno anksioznih pojedinaca (Mansell i sur., 1999; Villiers, 2009). Hayes (2018) naglašava važnost niske povezanosti između prediktora i moderatora, kako bi se jasnije mogli razlučiti njihovi efekti na kriterijsku varijablu i pridonosi većoj statističkoj snazi u detekciji interakcijskih efekata. Stoga bi se u budućim istraživanjima

moderatorskog modela izučavanih varijabli pri procjeni perfekcionizma trebala uzeti u obzir njegova multidimenzionalna priroda.

Također, socijalna anksioznost i sindrom uljeza karakterizirani su drukčijim psihološkim procesima i oblikovani različitim čimbenicima koji su nezavisni i nisu izravno povezani s perfekcionizmom, ili ih on ne moderira na jednak način. Primjerice, prema DSM-V socijalnu anksioznost obilježava strah od negativne evaluacije (Američka psihijatrijska asocijacija, 2013), dok je sindrom uljeza definiran strahom pojedinaca da će biti otkriveni kao „prevaranti“ (Clance i Imes, 1978), a obje varijable mogu biti pod utjecajem drugih faktora poput prethodnog iskustva ili specifičnih aspekata socijalne situacije.

Od metodoloških razloga valja spomenuti kako je istraživanje provedeno na relativno malom uzorku ( $N = 94$ ) što može dovesti do niske statističke snage, a time i otežati dobivanje statistički značajnih podataka, u ovom slučaju moderatorskog učinka (Hayes, 2018). Osim toga, i pouzdanost Burnsove Skale perfekcionizma na ovom je uzorku jedva prolazno zadovoljavajuća, što može pridonijeti nestabilnosti rezultata i time smanjiti mogućnost detekcije moderirajućeg efekta.

### *5.1 Metodološka ograničenja i prijedlozi za buduća istraživanja*

Od metodoloških ograničenja ovog istraživanja za početak treba navesti manjkavosti uzorka. Broj sudionika koji čine uzorak relativno je malen ( $N = 94$ ), a članovi su prikupljeni putem interneta, namjernim (prigodnim) uzorkovanjem i tehnikom snježne grude.

Jedan od nedostataka *online* provedenih istraživanja koji se najčešće spominje jest nemogućnost kontrole uvjeta u kojima sudionici ispunjavaju upitnik, pri čemu u slučaju nerazumijevanja ili nedoumica sudionici istraživača mogu kontaktirati isključivo putem *mail* adrese. Također, ne postoji mogućnost kontrole nad time tko ispunjava upitnik. Unatoč tome što je poveznica na istraživanje poslana ciljanoj skupini, već smo rekli da uzorak čine i članovi prikupljeni tehnikom snježne grude, što znači da ne možemo sa stopostotnom sigurnošću tvrditi da su u uzorku zastupljeni isključivo predstavnici ciljane populacije. Pri *online* ispunjavanju upitnika nije bilo moguće vraćati se na pitanja, niti ne odgovoriti na njih, stoga je moguće da su ispitanici na pojedina pitanja odgovarali tek toliko da mogu nastaviti dalje. Osim toga, poopćavanje rezultata otežava i činjenica da su ispitanici dobrovoljno sudjelovali u istraživanju, što može značiti da u uzorku nisu dovoljno zastupljeni pojedinci koji nisu voljni ispunjavati

takvu vrstu upitnika. Nadalje, uzorak čine studenti iz različitih dijelova Hrvatske, no kako se nije ispitivalo iz kojeg područja dolaze, ne možemo generalizirati nalaze istraživanja na sve studente u Hrvatskoj. Također, iako su u našem uzorku zastupljena sva područja studiranja, gotovo polovica sudionika (47,9%) studenti su društvenih znanosti.

Manjkavost ovog istraživanja leži i u uporabljenim instrumentima. Naime, sva 3 primijenjena upitnika iziskuju samoprocjenu ispitanika, što za sobom povlači mogućnost utjecaja trenutnog raspoloženja i samosvijesti na odgovore, te rizik od previše subjektivne i pristrane prosudbe o vlastitim emocijama, mišljenjima i ponašanjima. Također, moguće je da su sudionici davali socijalno poželjne odgovore, unatoč tome što je u uputi naglašeno kako je istraživanje anonimno, da se rezultati nikako ne mogu povezati s pojedinim sudionikom te smo ih zamolili da daju iskrene odgovore. U pogledu nedostataka konkretnih upitnika korištenih u istraživanju, moramo napomenuti i granično zadovoljavajuću pouzdanost Burnsove Skale perfekcionizma, koja je mogla imati utjecaj na dobivene rezultate istraživanja.

Kao još jedno od metodoloških ograničenja nameće se i sam nacrt istraživanja, s time da smo proveli transverzalno istraživanje koje ne omogućava zaključivanje o uzročno-posljedičnim odnosima među istraživanim varijablama.

Buduća bi istraživanja trebala uključivati veći uzorak, reprezentativan za Hrvatsku, u kojem su adekvatno zastupljeni sudionici iz različitih područja studiranja. Osim toga, bilo bi korisno proučavati i druge populacije (npr. učenici osnovnih i srednjih škola, zaposleni...), a posebno vrijedno bilo bi provesti longitudinalno istraživanje za utvrđivanje utjecaja izučavanih prediktora na pojavu sindroma uljeza. Također, valjalo bi dodatno uključiti i ispitati utjecaje drugih potencijalnih prediktora sindroma, kao što su na primjer stres i samopouzdanje. K tomu, pri ispitivanju perfekcionizma kao prediktora i potencijalnog moderatora odnosa između sindroma uljeza i drugih varijabli, trebale bi se koristiti pouzdanije mjere u odnosu na Burnsovu Skalu perfekcionizma, te uzeti u obzir multidimenzionalnu prirodu tog konstrukta.

## *5.2 Praktične implikacije istraživanja*

Pregledavajući literaturu, možemo uočiti kako iskustvo sindroma varalice ostvaruje značajan negativan utjecaj na život pogođenih pojedinaca. Pokazalo se kako sindrom uljeza potiče sumnju u sebe te utječe na sposobnost primanja povratne informacije, otpornost, uspjeh i dobrobit osoba koje pate od njega (Rivera i sur., 2021). Uz to, povezan je s anksioznošću i

depresijom (Kolligian i Sternberg, 1991), niskim samopoštovanjem i samopouzdanjem te nestabilnim pojmom o sebi (Qureshi i sur., 2017). Budući da oni koji izrazito doživljavaju fenomen uljeza neće ulagati maksimalan trud, tražiti promaknuće ili iskorištavati prilike za profesionalni rast, učinci sindroma varalice manifestiraju se i u slabijem napretku u karijeri (Maftai i sur., 2021). Vidjevši kako je prevalencija sindroma uljeza veća kod rasnih, etničkih i religioznih manjina (Chrousos i Mentis, 2020), to može rezultirati nedostatkom raznolikosti na visokim pozicijama u profesionalnim područjima (Rivera i sur., 2021). Uzimajući u obzir navedene posljedice i nalaz ovog istraživanja koji upućuje na to da studenti u prosjeku često doživljavaju visoke razine fenomena uljeza, jasan je značaj i važnost istraživanja i razumijevanja istog.

Stoga, vrijednost ovog istraživanja očituje se u dodatnom širenju svijesti o rasprostranjenosti i reperkusijama sindroma uljeza, te pružanju uvida u odnos sindroma s perfekcionizmom i socijalnom anksioznošću, posebno među studentima u Hrvatskoj ako napomenemo da gotovo nema studija na ovim područjima u čijem je središnjem interesu bio fenomen uljeza.

Nadalje, bitan doprinos našeg istraživanja predstavlja činjenica da su u uzorku zastupljeni studenti svih područja (iako ne podjednako), s obzirom na to kako su dosadašnja ispitivanja sindroma uljeza pretežito bila usmjerena na studente medicine i STEM područja. Isto tako, valja istaknuti vrijednost nalaza kojim je, na uzorku u kojem su jednako zastupljena oba spola, utvrđeno kako ne postoji statistički značajna razlika između muškaraca i žena u doživljavanju sindroma varalice, s obzirom na to kako je izučavani fenomen dugo vremena sagledavan kao tipično žensko obilježje. Zato, rezultati ovog istraživanja mogu potaknuti razumijevanje i podršku za sve pogođene sindromom uljeza, ne ograničavajući se na jedan spol, priznati iskustvo oba spola i jednako ih potaknuti na traženje pomoći. Konačno, već smo spomenuli kako je socijalna anksioznost najčešći tip anksioznosti kod adolescenata i odraslih (Yaffe, 2021) te jedno od glavnih obilježja fenomena varalice (Kolligian i Sternberg, 1991). Ipak, odnos sindroma uljeza i specifične socijalne anksioznosti izučavan je u relativno malom broju istraživanja koje utvrđuju pozitivnu povezanost ta dva konstrukta te značajnu prediktivnu vrijednost socijalne anksioznosti u predviđanju fenomena varalice (Bernard i sur., 2020; Kolligian i Sternberg, 1991; Yaffe, 2021). Prethodne nalaze podržavaju i rezultati ovog istraživanja, pridonoseći nekolicini istraživanja koja su izučavala iste konstrukte.

Kako bi se pojedincima čije je svakodnevno funkcioniranje narušeno doživljavanjem sindroma uljeza pomoglo na adekvatan način, prevenirala buduća iskustva fenomena,

poboljšala kvaliteta života, povećala vjerojatnost napredovanja u karijeri te osigurala uključenost pojedinaca različitih pozadina unutar društva, potrebno je suočiti se sa sindromom uljeza na individualnoj i društvenoj razini. Unatoč tome što Clance i Imes (1978) nalaže kako pojedinci koji pate od sindroma uljeza ne vjeruju da će ikad biti sposobni svoja postignuća smatrati zasluženima i valjanima, danas postoje dva glavna aspekta intervencije koja se provode u borbi protiv fenomena varalice, koja uključuju komunikaciju i edukaciju (Wolfe, 2021). Chrousos i Mentis (2020), navode kako odgovarajuće mentorstvo, traženje pomoći stručnjaka i odgovarajuća psihoterapija mogu pomoći u prevladavanju sindroma, a Maftai i suradnici (2021) naglašavaju važnost adresiranja mehanizama suočavanja kod pojedinaca, pri čemu maladaptivne tehnike rješavanja problema treba zamijeniti učinkovitim i produktivnim tehnikama. Osim toga, bilo bi korisno razmotriti ciljanje perfekcionističkih tendencija i simptoma socijalne anksioznosti u tretmanu osoba s intenzivnim iskustvom fenomena varalice, vidjevši da su se ti konstrukti pokazali ključnima u razvoju istog.

Konkretno, širenje svijesti o postojanju fenomena te njegovoj prirodi i posljedicama trebalo bi započeti u ranom obrazovanju, primjerice uvođenjem pojma i teme sindroma varalice u obrazovni program ili održavanjem radionica školskog psihologa s učenicima. Također, na fakultetima bi se isto trebale provoditi edukativne radionice s ciljem razvoja strategija za prevenciju i nošenje sa sindromom uljeza, na primjer dijeljenjem vlastitog iskustva profesora i upoznavanjem sa stvarnom situacijom u određenom području djelatnosti, kako bi studenti mogli imati realistična očekivanja te prepoznati i cijeliti svoje sposobnosti i postignuća. Slično, i na radnom mjestu treba osvijestiti zaposlenike, ali i poslodavce o simptomima i posljedicama fenomena uljeza na život i karijeru pojedinaca, pri čemu Ljudski resursi mogu predložiti i implementirati mentorske programe i organizirati jedan na jedan sastanke kako bi dobili zaposlenici dobivali redovite povratne informacije i mogli samopouzdanom graditi svoju karijeru. Na taj bi se način osobama koje pate od sindroma uljeza, ali i onima koji su podložni njegovom razvoju, pružila pomoć i podrška u razumijevanju i suočavanju s njime.



## 6. Zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati prevalenciju i spolne razlike u doživljavanju sindroma uljeza kod studenata u Republici Hrvatskoj, te provjeriti odnos perfekcionizma, socijalne anksioznosti i sindroma uljeza.

Rezultati su pokazali da aritmetička sredina uzorka na Clance Skali sindroma uljeza iznosi  $M = 62,73$  ( $SD = 16,72$ ), čime smo utvrdili da studenti u Hrvatskoj često doživljavaju simptome sindroma uljeza (Čarapina Zovko i sur., 2021).

Zatim, u skladu s očekivanjima nije pronađena statistički značajna razlika u intenzitetu i učestalosti sindroma uljeza s obzirom na spol, već smo utvrdili podjednak stupanj izraženosti sindroma kod muških i ženskih studenata.

Prediktori perfekcionizam i socijalna anksioznost pokazali su se statistički značajnima u predviđanju sindroma uljeza, pri čemu ta dva prediktora zajedno objašnjavaju 52,6% varijance kriterija. I perfekcionizam i socijalna anksioznost pozitivno su korelirani sa sindromom uljeza, a prediktor socijalna anksioznost demonstrirao je značajniji doprinos, odnosno nešto veću prediktivnu vrijednost, u odnosu na perfekcionizam.

Nalazima istraživanja nije potvrđeno da je perfekcionizam značajna moderatorska varijabla u odnosu između socijalne anksioznosti i sindroma uljeza, nego je dobiveno kako nema značajnog utjecaja sebi usmjerenog perfekcionizma na povezanost te dvije varijable.

U budućim istraživanjima sindroma uljeza i povezanih konstrukata trebalo bi uzeti u obzir navedena metodološka ograničenja, kako bi se značajnim nalazima i novim spoznajama dodatno proširilo i obogatilo razumijevanje te teme.

## 7. Literatura

- Alden, L. E. i Bieling, P. M. (1993). Perfectionism in an interpersonal context. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 114-124. DOI: <https://sid.ir/paper/640434/en>
- Alsaleem, L., Alyousef, N., Alkaff, Z. i Alzaid, L. (2021). Prevalence of Self-Esteem and Imposter Syndrome and Their Associated Factors among King Saud University Medical Students. *Journal of Nature and Science of Medicine*, 4(3). DOI: [10.4103/jnsm.jnsm\\_167\\_20](https://doi.org/10.4103/jnsm.jnsm_167_20)
- Bernard, D. L., Jones, S. C. T. i Volpe, V. (2020). Impostor Phenomenon and Psychological Well Being: The Moderating Roles of John Henryism and School Racial Composition Among Black College Students. *Journal of Black Psychology*, 46(2-3), 195-227. DOI: <https://doi.org/10.1177/0095798420924529>
- Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., Nelson, R. S., Cokley, K. O. i Hagg, H. K. (2019). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine*, 35(4), 1252-1275. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
- Clance, P. R. i Imes, S. (1978). The Impostor Phenomenon in High Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241-247. DOI: 10.1037/h0086006
- Chrousos, G. P. (2009). Stress and disorders of the stress system. *Nature reviews. Endocrinology*, 5, 374-381. DOI: [10.1038/nrendo.2009.106](https://doi.org/10.1038/nrendo.2009.106)
- Chrousos, G. P. i Mentis, A. A. (2020). Impostor Syndrome Threatens Diversity. *Science*, 367(6479), 749-750. DOI: <https://doi.org/10.1126/science.aba8039>
- Chrousos, G. P., Mentis, A. A. i Dardiotis, E. (2020). Focusing on the Neuro-Psycho-Biological and Evolutionary Underpinnings of the Impostor Syndrome. *Frontiers in Psychology*, 11. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01553
- Conrad, S. (1975). Imposture as a defense. U P. Giovacchini (ur.), *Tactics and techniques in psychoanalytic therapy* (vol.2, str. 413-426). New York: Aronson.
- Čarapina Zovko, I., Milić, J., Vucemilovic, F. B., Jemrić, N., Sulić, P., Turudić, M., Vidović, D., Jelovica, D., Padjen, I., Ivanac, G., Ivić, V., Škrlec, I. i Biloglav, Z. (2021). Translation of the Clance Impostor phenomenon scale into the Croatian language.

*Southeastern European Medical Journal* 5(1), 145-156. DOI: 10.26332/seemedj.v5i1.190

Dawson, B. i Trapp, R. G. (2004). *Basic & clinical biostatistics*. McGraw-Hill Professional.

Dudău, D. P. (2014). The relation between perfectionism and impostor phenomenon. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 127, 129-133. DOI:10.1016/j.sbspro.2014.03.226

Duncan, L., Taasobshirazi, G., Vaudreuil, A., Kota, J. S. i Sneha, S. (2023). An Evaluation of Impostor Phenomenon in Data Science Students. *International journal of environmental research and public health*, 20(5), 4115. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph20054115>

Elison, J. i Partridge, J. A. (2012). Relationships between shame-coping, fear of failure, and perfectionism in college athletes. *Journal of sport behavior*, 35(1), 19-39.

Fatima, R., Hassan, S., Akram, A. i Raza, S. (2024). Supervisor Perfectionism and Student Performance, Creativity and Academic Procrastination. *Journal of Health and Rehabilitation Research* 4(1), 266-274. DOI: [10.61919/jhrr.v4i1.371](https://doi.org/10.61919/jhrr.v4i1.371)

Field, A. (2009). *Discovering statistics using spss (and sex and drugs and rock'n'roll)*. Sage publications.

Fraenza, C. B. (2016). The Role of Social Influence in Anxiety and the Imposter Phenomenon. *Online Learning*, 20(2). DOI: [10.24059/olj.v20i2.618](https://doi.org/10.24059/olj.v20i2.618)

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF01172967>

Gadsby, S. (2020). Imposter Syndrome and Self-Deception. *Australasian Journal of Philosophy*, 100(2). DOI: [10.1080/00048402.2021.1874445](https://doi.org/10.1080/00048402.2021.1874445)

Gravois, J. (2007, 9. studenog). You're Not Fooling Anyone. *The Chronicle of Higher Education*. [https://www.chronicle.com/article/youre-not-fooling-anyone/?emailConfirmed=true&email=pauladolcic@gmail.com&success=false&bc\\_nonce=pmjp2msb4gj3rrfiymmwwj&sra=true](https://www.chronicle.com/article/youre-not-fooling-anyone/?emailConfirmed=true&email=pauladolcic@gmail.com&success=false&bc_nonce=pmjp2msb4gj3rrfiymmwwj&sra=true)

- Hawley, K. (2019). What is Impostor Syndrome? *Aristotelian Society Supplementary*, 93(1), 203-226. DOI: 10.1093/arisup/akz003
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. The Guilford Press.
- Hewitt, P. L. i Flett, G.L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B. i Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 82(1), 80-91. DOI: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8201\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8201_13)
- Hill, R. W., Zrull, M. C. i Turlington, S. (1997). Perfectionism and Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment*, 69(1), 81-103. DOI: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6901\\_5](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6901_5)
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Sage publications. DOI: <https://doi.org/10.4135/9781483385693>
- Kolligian, J. i Sternberg, R. J. (1991). Perceived Fraudulence in Young Adults: Is There an "Impostor Syndrome"? *Journal of personality assessment*, 56(2), 308-326. DOI: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602\\_10](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602_10)
- Kumar, S. i Jagacinski, C. M. (2006). Imposters have goals too: The impostor phenomenon and its relationship to achievement goal theory. *Personality and Individual Differences* 40(1), 147-157. DOI: 10.1016/j.paid.2005.05.014
- Leary, M. R., Patton, K. M., Orlando, A. E. i Wagoner Funk, W. (2000). The Impostor Phenomenon: Self-Perceptions, Reflected Appraisals, and Interpersonal Strategies. *Journal of Personality*, 68(4), 725-756. DOI: [10.1111/1467-6494.00114](https://doi.org/10.1111/1467-6494.00114)
- Leonhardt, M., Bechtoldt, M. N. i Rohrmann, S. (2017). All Impostors Aren't Alike - Differentiating the Impostor Phenomenon. *Frontiers in psychology*, 8, 1505. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01505>

- Maftai, A., Dumitriu, A. i Holman, A. C. (2021). „They will discover I'm a fraud!“ The Impostor Syndrome among Psychology Students. *Studia Psychologica*, 63(4), 337-351. DOI: <https://doi.org/10.31577/sp.2021.04.831>
- Mak, K. K. L., Kleitman, S. i Abbott, M. J. (2019). Impostor Phenomenon Measurement Scales: A Systematic Review. *Frontiers in psychology*, 10, 671. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00671>
- Mansell, W., Clark, D. M., Ehlers, A. i Chen, Y. P. (1999). Social anxiety and attention away from emotional faces. *Cognition and Emotion*, 13(6), 673-690. DOI: <https://doi.org/10.1080/026999399379032>
- Maqsood, H. (2018). The descriptive study of imposter syndrome in medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 6(10), 3431. DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20184031>
- Menard, S. (1995). *Applied logistic regression analysis*. Sage publications.
- Myers, R. (1990). *Classical and modern regression with applications*. Duxbury.
- Nance-Nash, S. i Norton, B. D. (2020). Why imposter syndrome hits women and women of colour harder. *BBC Worklife*, 24.
- Ota, A., Mase, J., Howteerakul, N., Rajatanun, T., Suwannapong, N., Yatsuya, H. i Ono, Y. (2014). The effort-reward imbalance work-stress model and daytime salivary cortisol and dehydroepiandrosterone (DHEA) among Japanese women. *Scientific reports*, 4, 6402. DOI: <https://doi.org/10.1038/srep06402>
- Penezić Z, Ivanov, L. i Proroković, A. (1998) Samoefikasnost i perfekcionizam kod studenata. *Radovi - Razdio filozofije, psihologije, sociologije i pedagogije*, 37(14), 67-80. DOI: 10.15291/radovifpsp.2498
- Prata, J. i Gietzen, J. W. (2007). The Impostor Phenomenon in Physician Assistant Graduates. *The Journal of Physician Assistant Education* 18(4), 33-36. DOI: 10.1097/01367895-200718040-00007

- Qureshi, M. A., Taj, J., Latif, M. Z., Zia, S., Rafique, M. i Chaudhry, M. A. (2017). Imposter Syndrome among Pakistani Medical Students. *Annals of King Edward Medical University*, 23(2). DOI: <https://doi.org/10.21649/akemu.v23i2.1647>
- Rivera, N., Feldman, E. A., Augustin, D. A., Caceres, W., Gans, H. A. i Blankenburg, R. (2021). Do I Belong Here? Confronting Imposter Syndrome at an Individual, Peer, and Institutional Level in Health Professionals. *MedEdPORTAL: The AAMC Journal of Teaching and Learning Resources*, 17, 11166. DOI: [https://doi.org/10.15766/mep\\_2374-8265.11166](https://doi.org/10.15766/mep_2374-8265.11166)
- Rohrmann, S., Bechtoldt, M. N. i Leonhardt, M. (2016). Validation of the Impostor Phenomenon among Managers. *Frontiers in Psychology*, 7, 821. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00821>
- Rosenstein, A., Raghu, A. i Porter, L. (2020, 11.-14. ožujka). *Identifying the Prevalence of the Impostor Phenomenon Among Computer Science Students* (Simpozij). SIGCSE 2020: Proceedings of the 51st ACM Technical Symposium on Computer Science Education, New York, NY, SAD. DOI: <https://doi.org/10.1145/3328778.3366815>
- Shahjalal M., Khan, M. N. A., Mohsin, F. M., Rokon, S., Rahman, R., Alam, M. M. i Mahumud, R. A. (2021). Distribution of Imposter Syndrome among Medical Students of Bangladesh: A Cross-Sectional Study. *F1000Research*, 10(1059). DOI: <https://doi.org/10.12688/f1000research.55444.1>
- Sindik, J. (2009). Povezanost manifestnog i doživljajnog perfekcionizma sa situacijskim parametrima učinkovitosti košarkaša. *Hrvatski športsko-medicinski vjesnik*, 24(1), 98-112.
- Sonnak, C. i Towell, T. (2001). The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 863-874. DOI: [10.1016/S0191-8869\(00\)00184-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00184-7)
- Stamać Ožanić i Kamenov, Ž. (2020). Rodne i dobne razlike u socijalnoj anksioznosti. *Socijalna psihijatrija*, 48(2), 168-187. DOI: [10.24869/spsih.2020.168](https://doi.org/10.24869/spsih.2020.168)
- Stoeber, J., Smith, M. M., Saklofske, D. H. i Sherry, S. B. (2021). Perfectionism and interpersonal problems revisited. *Personality and Individual Differences*, 169(110106). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110106>

- Vaughn, A. R., Taasoobshirazi, G. i Johnson, M. L. (2019). Impostor phenomenon and motivation: women in higher education. *Studies in Higher Education*, 45(4), 780-795. DOI: <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1568976>
- Villiers, D.P. (2009). *Perfectionism and social anxiety among college students* (Doktorska disertacija, Northeastern University, SAD). <https://www.semanticscholar.org/paper/Perfectionism-and-social-anxiety-among-college-Villiers/080043dfb8050c09fb764774e322ba55143278af>
- Villwock, J. A., Sobin, L. B., Koester, L. A. i Harris, T. M. (2016). Impostor Syndrome and Burnout among American Medical Students: A Pilot Study. *International journal of medical education*, 7, 364-369. DOI: <https://doi.org/10.5116/ijme.5801.eac4>
- Wolfe, J. (2021). *The Imposter Phenomenon and Its Relationship Between Anxiety and Students* (Dodiplomski rad, National College of Ireland, Irska). DOI: <https://norma.ncirl.ie/4975/>
- Yaffe, Y. (2021). Students' Recollections of Parenting Styles and Impostor Phenomenon: The Mediating Role of Social Anxiety. *Personality and Individual Differences*, 172. DOI: [10.1016/j.paid.2020.110598](https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110598)
- Yap, K., Scott, J. H., Francis, A. J. P., Schuster, S. E. (2014). Perfectionism and Its Relationship with Anticipatory Processing in Social Anxiety. *Australian Journal of Psychology*, 66(3). DOI: [10.1111/ajpy.12045](https://doi.org/10.1111/ajpy.12045)
- Zavaleta Bernuy, A., Ly, A., Harrington, B., Liut, M., Petersen, A., Sharmin, S. i Zhang, L. (2022, 3.-5. ožujka). *Additional Evidence for the Prevalence of the Impostor Phenomenon in Computing* (Simpozij). SIGCSE 2022: Proceedings of the 53rd ACM Technical Symposium on Computer Science Education, New York, NY, USA. DOI: <https://doi.org/10.1145/3478431.3499282>