

## СТРАТЕГИИ ЗА СООЧУВАЊЕ СО СТРЕС КАЈ ДЕЦАТА ЗГРИЖЕНИ ВО УСТАНОВИТЕ ЗА СОЦИЈАЛНА ЗАШТИТА

### *Кратка содржина*

*Во рамките на ова истражување се испитувани стратегиите за соочување за стрес кои ги користат децата згрижени во установите за социјална заштита. Овие деца најмногу ја користат стратегијата насочена кон решавање на проблемот ( $M=66.6$ ), а најмалку стратегијата насочена кон емоции ( $M=34.6$ ). Тие се состојат од 15 можни начини за соочување со стресот, па децата најмногу ја користат емоционалната поддршка ( $M=11,7$ ), активното справување ( $M=11,6$ ) и употребата на социјалната поддршка ( $M=11,5$ ), а најмалку употреба на супстанции ( $M=7,1$ ), бихевиоралната деранжираност ( $M=9$ ) и негаијата ( $M=9,2$ ).*

**Клучни зборови:** УСТАНОВИ ЗА СОЦИЈАЛНА ЗАШТИТА,  
СТРАТЕГИИ ЗА СООЧУВАЊЕ СО СТРЕС

Терминот стрес многу често го сретнуваме не само во современата психолошка наука туку и во популарната литература, како и во публикации од други подрачја. Стресот бил предмет на интерес на различните научни дисциплини (биолошки, психолошки, социјални науки) кои се разликуваат во однос на неговото дефинирање (Aldwin, 1994).

Така, Mason (1975, според Aldwin, 1994) идентификувал дека стресот се однесува на внатрешната состојба на организмот, на надворешниот настан или стресор и доживувањето кое произлегува од интеракцијата меѓу личноста и средината.

**Стресот како внатрешна состојба на организмот** ги опфаќа и физиолошките и емоционалните реакции. Истражувањата на физиолошките реакции на стресот се фокусираат на периферниот и централниот нервен систем, како и на функционирањето на невроендокриниот и имунолошкиот систем. Иако вообичаена е претпоставката дека стресот има негативен физиолошки ефект, сепак, стресот има и активирачки ефект кој може

да биде позитивен и негативен во зависност од контекстот. Емоционалните реакции на стресот обично се однесуваат на негативни чувства како што се анксиозност, бес, депресија, иритабилност, фрустрации, силни реакции на секојдневните проблеми, намалување на концентрацијата и проблеми со меморијата (Lazarus, 1991).

**Стресот како надворешно случување (стресор).** Во текот на историјата на стресот се гледало како на негативно надворешно случување кое од личноста бара нов вид на прилагодување. Најраните студии за стресот се фокусирани на големите трауми, како што се војните и природните катастрофи. Подоцна интересирањата се проширени на големите животни случувања како што се брак, развод, тагување, губење на работното место или пак, вработување. Некои истражувања се фокусирани на стресорите од физичкото опкружување како што е буката, загадувањето на средината и сл. Додека, пак, други ги истражувале вообичаените проблеми како што се стресорите поврзани со улогите или несреќите, дневните стресори во секојдневниот живот итн.

Третиот тип на дефинирање на стресот се однесува на **интеракцијата меѓу личноста и средината**, особено оние интеракции во кои има големи разлики меѓу личните ресурси и барањата на средината. Во современата психологија преовладува ваквиот пристап на истражување на стресот. Овој пристап е настанат во рамките на когнитивната психологија, а како претставник на таквиот пристап е Richard Lazarus.

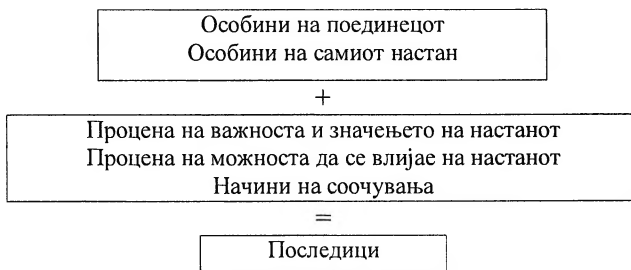
Лекарот Hans Selye стресот го дефинирал како неспецифичен склоп на телесните промени и како општ адаптациски синдром. Експериментирајќи со животни Selye утврдил дека постојат два вида телесни реакции на штетните дразби од средината. Реакциите на одредени телесни органи зависат од особините на дразбите, па така Selye ги нарекува *специфични реакции*. Тие реакции се различни во зависност од тоа дали организмот е изложен на глад, жед, топло, ладно, инфекции и сл. Втората група на реакции ги нарекува *неспецифични телесни промени*. Тие реакции не зависат од карактеристиките на дразбата, тие го штитат организмот од штетните дразби или му помагаат да се прилагоди (се нарекуваат адаптациски синдром) и се одвиваат во три фази:

1. *Фаза на аларм*, во која доаѓа до мобилизирање на организмот;
2. *Фаза на отпор*, во која бројни хормонални и хемиски промени ги поттикнуваат телесните одбрамбени механизми;
3. *Фаза на исцрпување*, каде штетното влијание на средината е спречено или организмот се откажал од борбата, па настанува повремени неможност нормално да функционира. Во драстични околности во фазата на исцрпување може да дојде и до смрт (Selye, 1956).

Недостаток на овој модел е што стресот се толкува исклучиво преку физиолошките, односно, телесните реакции на организмот, а дополнителна тешкотија на овој модел е што човечките реакции се објаснуваат врз основа на проучување на лабораториски животни.

Лазарус (1966), смета дека психолошкиот стрес секогаш претставува однос меѓу поединецот и средината, а не својство на средината или состојба на поединецот. Според неговото мислење стресот секогаш означува стресна трансакција меѓу одреден организам и одредено својство на средината. Гледиштето за стресот само како надворешно случување ги игнорира индивидуалните разлики во перцепцијата или процената на стресот. Она што е стресно за една личност во еден временски период не мора да биде стресно за некоја друга личност, или пак, за истата личност но, во друг временски период. Така, на пример, губитокот на работата има различно значење и последици за адолесцентот и средовечниот човек. Голема е веројатноста дека адолесцентот полесно ќе најде нова работа отколку средовечниот човек. Со самото тоа, исто случување може да биде помалку или повеќе стресно во зависност од индивидуалниот и социјалниот контекст.

Во рамките на моделот за стрес што го даде Лазарус, стресот обично се дефинира како склоп на емоционални, телесни и/или бихевиорални реакции до кои доаѓа кога некое надворешно случување ќе го процениме како опасно и/или вознемирувачко, односно како организација од психички и телесни реакции на стресорот кој ни поставува барања кои не можеме да ги исполниме.



*Слика 1. Лазарусов модел на стрес*

На сликата 1 прикажани се елементите од моделот за стрес на Лазарус без кои не може да се објасни стресниот однос меѓу поединецот и неговата средина. Особините на поединецот (особините на личноста, вредностите, целите и верувањата) и особините на средината (барања, ограни-

чувања, траење на настаните, социјална поддршка) се нарекуваат *влезни варијабли*. Тие влијаат истовремено и меѓузависно со когнитивната процена на ситуацијата на избирање на начините/стратегииите на соочувања, а преку нив и на последиците од стресните случувања.

Когнитивната процена на ситуацијата и соочувањето заземаат централно место во овој модел и претставуваат специфично обележје на психолошкиот стрес. Тие два процеса во најголема мера одредуваат какви ќе бидат последиците од стресната ситуација. Когнитивната процена на ситуацијата се однесува на процена на важноста и значењето на ситуацијата (примарна процена) и процена на можноста да се влијае на тоа случување (секундарна процена). Во рамките на примарната процена поединецот проценува дали таа ситуација е воопшто стресна за него. Поединецот може да процени дали трансакцијата со средината е ирелевантна, бенигно-позитивна или стресна. Процената се врши врз основа на степенот на опасност, несигурност, загрозувачките аспекти и постоењето на конфликт внатре во ситуацијата, како и количината на беспомошност која ја предизвикува таа ситуација.

Трансакцијата која е проценета за стресна за поединецот може да значи: непосредна опасност, повреда или губиток, закана или предизвик.

*Непосредната* опасност се однесува на психолошката штета која е веќе направена. Заканата се однесува на антиципирање на штетата до која уште не е дојдено но, може да дојде, а *предизвикот* произлегува од тешките барања за кои личноста смета дека може да ги совлада со мобилизирање и развивање на ресурси за соочување (Lazarus, 1991).

Стресорите во најопшта смисла се однесуваат на било кој физички или социјален услов од средината или внатрешно барање кое поединецот го забележува како реална или потенцијална закана, штета или депривација. Petz (1992, стр. 42) стресорот го дефинира како „секоја надворешна или внатрешна дразба која од организмот бара задоволување на одредени барања, решавања на проблеми и зголемена активност или едноставно некој нов вид на прилагодување“. Исто така, стресорот може да се дефинира и како „настан кој го оценуваме како загрозувачки или опасен по нашиот живот, положбата во семејството, општеството, заедницата, материјалните добра и кој може да го поремети вообичаениот тек на нашиот живот“.

Бројот на можните извори на стрес е бесконечен, па според тоа постои и голем број различни критериуми за класификација на стресорите. Според некои квалификации стресорите се делат врз основа на нивното траење (краткотрајни и долготрајни) и интензитет (слаби, умерени, силни). Но, има и такви кои стресорите ги делат врз основа на реакциите кои ги

предизвикуваат или степенот на прилагодувањето кое се бара од поединецот (на пр. физиолошки, психолошки и социолошки).

Lazarus и Cohen (1977) ги класифицираат психолошките стресори со оглед на нивното траење, реакциите кои ги предизвикуваат и бројот на луѓе кои делуваат, во три општи категории: катаклизмички настани, важни животни настани и секојдневни стресори.

**Катаклизмички настани** - тие се изненадни, силни, неповратни и непроменливи т.е. им поставуваат на луѓето големи адаптивни барања и обично доведуваат до трајни пореметувања на психичкото и физичкото здравје. Овие настани на многу луѓе не им се случуваат, но кога ќе се случат предизвикуваат трајни последици и имаат силно негативно дејство. Тоа се природни, технолошки катастрофи или катастрофи предизвикани од човечки фактор. Ваквите стресори може сосема да ја блокираат можноста за целисходни реакции, да ја намалат можноста за соочување со стресот и да ги блокират емоциите.

**Важни животни настани** - по правило, случувања кои наметнуваат големи адаптивни барања на една или повеќе личности. Во голема мера тие влијаат на човековиот секојдневен живот, но не се случуваат секојдневно туку повремено. Многу од тие настани се случуваат скоро кај секој човек во текот на животот, но нивното јавување е ретко. Меѓу големите животни настани спаѓаат тешки телесни болести, смрт на блиска личност, губење работата, социјални загуби поради развод, преселба итн.

**Секојдневни стресори** - се стресори кои помалку или повеќе се постојано присутни во секојдневниот живот, брзо се решаваат и се заменуваат со други. Тие се дневни расправи кои може да се случуваат во семејството, на работното место, во трговијата, на улица. Поради својата долготрајност може да предизвикаат стресни реакции и да ја онеспособат личноста за успешно совладување на други стресори. Исто така, тие се во можност да предизвикаат акутни и хронични здравствени тегоби т.е. психички потешкотии. Од друга страна, пак, може позитивно да делуваат бидејќи преку нив се учиме како да ги совладуваме стресните ситуации, што ни помага во совладување на животните стресови.

Денеска во психолошката литература сретнуваме повеќе дефиниции за поимот соочување зависно од теоретската ориентација, односно, областа на истражување на авторите.

Најпрецизна и сеопфатна е дефиницијата за соочување со стрес што произлегува од трансакциската теорија за соочување или пристапот на Richard Lazarus и Susan Folkman (според Lazarus 1991). Тие нагласуваат дека соочувањето претставува процес во кој личноста константно настојува со помош на когнитивните или бихевиоралните напори да ги совлада, под-

несе или да ги намали интерните и/или екстерните барања кои се проценуваат дека се преголеми во однос на способностите на личноста.

Емпириските истражувања кои како теоретска основа го користат овој модел најчесто ги испитуваат карактеристиките на стресните ситуации. Во предвид ја земаат природата или текот на одредени стресни трансакции т.е. како личноста ги перцепира и проценува истите.

Друг начин за објаснување на соочувањето со стресот произлегува од пристапот насочен на димензиите на личноста, кој се темели на претпоставката дека реакциите на поединецот се трајни и непроменливи и дека не зависат од ситуациите туку од неговите особини. Оние кои го поддржуваат овој пристап говорат за соочувањето како особина, диспозиција, односно за стабилни стилови на соочување. Врз основа на овие сознанија произлегува дека поединецот повеќе стресни ситуации ќе ги решава на сличен начин.

Meѓу овие два пристапа се наоѓа пристапот на Carvera, Scheiera и Weintrauba (1989), според кои поединецот покрај поединечни начини за соочување со стресни ситуации, поседува и различни стилови на соочување (т.е. збир на поединечни стратегии) кои флексибилно ги користи во различни ситуации, а доследно во слични стресни ситуации.

Во своите истражувања Carver, Scheier и Weintraub, (1989), покажуваат дека стратегиите за соочување со стрес на смислен начин се поврзани со различни димензии на личноста, но, степенот на поврзаност не е толку висок за да може да се заклучи дека цртите на личноста ги детерминираат стратегиите за соочување со стрес. Сепак, поврзаност постои и интересно е да се спомене дека соочувањето насочено кон проблемот, кое се смета за општа функционална димензија на соочување, е позитивно поврзано со цртите на личноста, додека пак другите две стратегии, стратегиите насочени кон емоциите и избегнувањето, се негативно поврзани со цртите на личноста. Истите тие автори утврдуваат постоење на стилови на соочување применувајќи го својот повеќедимензионален прашалник, *Coping Orientation to Problems Experienced*, во диспозициски и ситуационски облик. Начините на соочување ги групираме или класифицираме врз основа на видот на реакцијата (бихевиорални/когнитивни, активни/пасивни), и врз основа на целта, функцијата на поединечен начин на соочување (приближување/избегнување, насоченост на симптомот/причината). Бидејќи овие критериуми се меѓузависни некои автори соочувањето го објаснуваат според двата критериума.

Најчесто се споменува поделба на стратегиите за соочување во однос на нивната функција, што ја дава Лазарус. Лазарус и соработниците сметаат дека постојат две темелни функции кои влијаат на стресните реакции (Lazarus, 1991). Едната од нив претставува обид за совладување на

проблемот кој е извор на стрес, односно менување на нарушениот однос со средината. Оваа широко прифатена група стратегии за соочување со стрес Лазарус и соработниците ја нарекле *стратегии за соочување насочени кон проблемот*, бидејќи се однесува на решавање на проблемот или преземање на акција. Опишаната стратегија преовладува кога луѓето мислат дека можат да направат нешто конструктивно во врска со стресното случување, односно кога проценуваат дека можат да го контролираат исходот од стресниот настан. Со насочување кон проблемот и негово решавање се менува односот поединец-средина, по пат на директна акција или по пат на когнитивно реконструирање. Во стратегијата за соочување насочена кон проблемот се вбројува: осмислено решавање на проблемот, истакнување на позитивното (реинтерпретација), барање информација, потиснување на конкурентните активности, прифаќање на соочувањето.

Втората група стратегии за соочување со стрес се *стратегииите насочени кон емоциите*. Тие имаат за цел намалување или полесно поднесување на емотивното возбудување предизвикано од стресната ситуација. Ако успееме да не мислиме на некоја стресна ситуација, барем привремено, таа нема да нè оптоварува. Во соочувањето насочено кон емоциите се вбројува изразувањето на чувствата и социјалната поддршка (барање совет, емоционална поддршка). Овој начин на соочување преовладува во ситуациите во кои е проценето дека не е можно да се контролираат стресните случувања или нивните последици (според Lazarus, 1991).

Меѓутоа, ваква груба поделба на соочување насочено кон емоции и соочување насочено кон проблемот се покажало недоволно прецизно бидејќи секоја од овие стратегии за соочување опфаќа специфични стратегии. Така, меѓу стратегиите насочени кон проблемот се сретнуваат планирање, преземање акција, активно соочување, потиснување на конкурентните активности, директна акција, решавање на проблемот, преговарање, барање информација и друго. Во стратегиите насочени кон емоциите се спомнуваат одрекување, самообвинување, потиснување, мечтаење, посакување.

Moos, (1990) исто така наведува два основни начина за соочување со стрес: *соочување насочено кон проблемот и соочување насочено кон емоциите*. Соочувањето насочено кон проблемот содржи когнитивни и бихевиорални напори за да се совлада и разреши стресната ситуација, додека пак соочувањето насочено кон емоциите вклучува когнитивни и бихевиорални напори за да се избегне размислувањето за стресната ситуација и да се намали непријатноста предизвикана со стресот.

Endler и Parker (1990) идентификувале трета група стратегии, нарекувајќи ги *стратегии на избегнување за соочување со стрес*. Овие стратегии се однесуваат на когнитивните, емоционалните и бихевиоралните обиди за оддалечување од изворот на стрес или од психичките и телесните

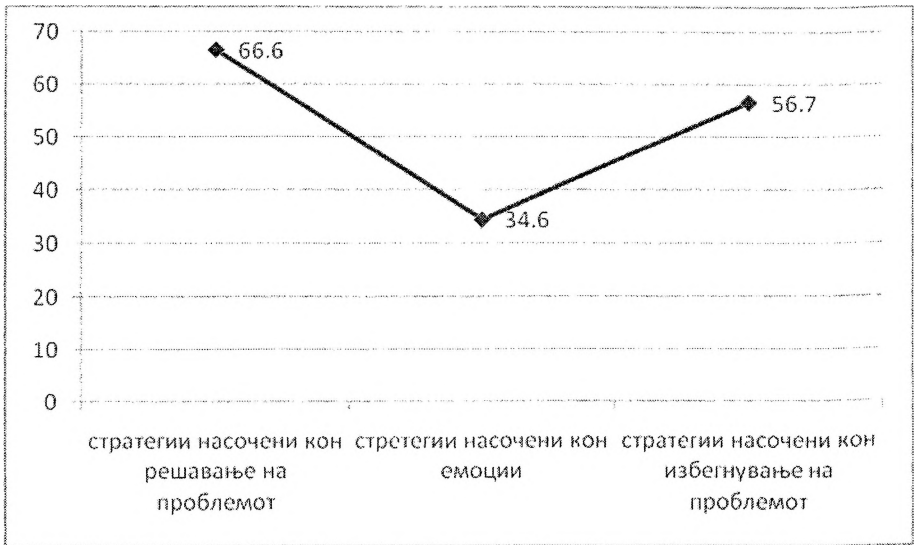
реакции на стресорот. Избегнувањето на акциите насочени кон проблемот т.е. негирање на сознанието дека нешто се случува, повлекувањето во себе, потиснувањето на емоциите, прекумерното консумирање алкохол и дрога, мечтаењето, користењето хумор, ноќни излегувања и самодеструктивното однесување се дел од стратегиите на избегнување за соочување со проблемот.

### *Истражување*

Во рамките на ова истражување беа испитувани стратегиите за соочување за стрес кои децата ги користат во рамки на установите за социјална заштита. Според Карвер и соработниците (Carver et al., 1989) како стратегии за соочување со стрес се наведуваат стратегиите насочени кон решавање на проблемот, стратегии насочени кон емоциите и стратегии насочени кон избегнување на проблемот. Со ова истражување се опфатени сите деца кои во моментот на истражувањето биле во својата матична установа и доброволно прифатиле да учествуваат во истражувањето, односно вкупно 154 деца, и тоа: 36 деца од СОС Детско Село, 54 деца од ЈУ 11 Октомври, 27 деца од ЈУ Скопје, 28 деца од ЈУ Ранка Милановиќ. На децата им беше зададен *Прашалникот за одредување стратегии за соочување со стрес* конструиран од Карвер и соработниците (Carver et al., 1989) и се состои од 50 тврдења на кои испитаниците одговараат на скала од Ликертов тип со петочлен избор (1. сосема неточно; 2. прилично неточно; 3. не сум сигурен; 4. прилично точно; 5. сосема точно).

На Сликата 1 шематски е прикажано кои стратегиите за соочување со стрес ги користат децата згрижени во установите за социјална заштита. Може да се забележи дека овие деца најмногу ја користат стратегијата насочена кон решавање на проблемот ( $M=66,6$ ), а најмалку стратегијата насочена кон емоции ( $M=34,6$ ).

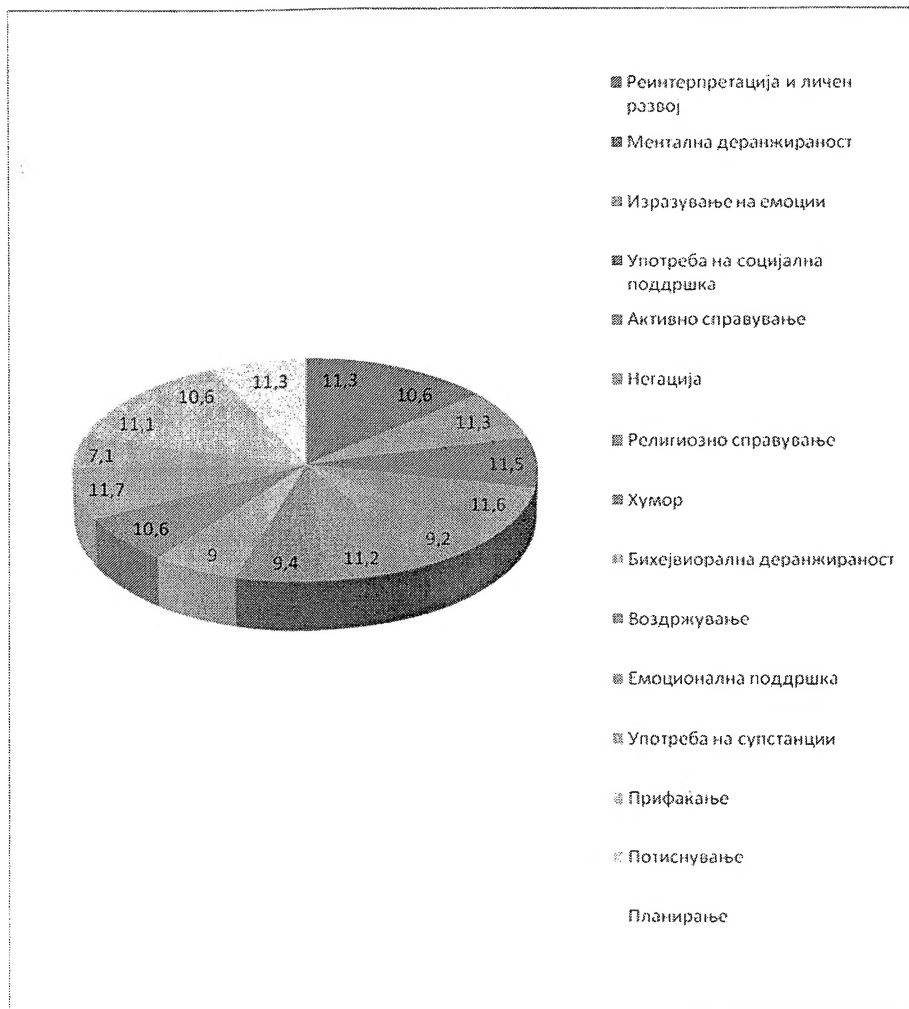




*Слика 1. Шематски приказ на користењето на различни стратегии за соочување со стрес*

Стратегии за соочување со стрес се поделени во 15 подкатегории кои децата ги користат за соочување со стрес, меѓу кои спаѓаат реинтерпретација и личен развој, ментална деранжираност, изразување на емоции, употреба на социјална поддршка, активно справување, негација, религиозно справување, хумор, бихевиорална деранжираност, воздржување, емоционална поддршка, употреба на супстанции, прифаќање и потиснување, а нивната застапеност е прикажана на Сликата 2.

Од Слика 2 може да се види дека децата кои се сместени во установите за социјална заштита најмногу ја користат емоционалната поддршка ( $M=11,7$ ), потоа активното справување ( $M=11,6$ ) и употребата на социјалната поддршка ( $M=11,5$ ), а најмалку ја користат стратегијата употреба на супстанции ( $M=7,1$ ), потоа бихевиоралната деранжираност ( $M=9$ ) и негацијата ( $M=9,2$ ).



*Слика 2. Шематски приказ на користените стратегии за соочување со стрес*

Децата згрижени во установите за социјална заштита најмногу ја користат стратегијата насочена кон решавање на проблемот ( $M=66,6$ ), а најмалку стратегијата насочена кон емоции ( $M=34,6$ ). Овие стратегии се состојат од 15 можни начини за соочување со стресот па децата кои се

сместени во установите за социјална заштита најмногу ја користат емоционалната поддршка ( $M=11,7$ ), потоа активното справување ( $M=11,6$ ) и употребата на социјалната поддршка ( $M=11,5$ ), а најмалку ја користат стратегијата употреба на супстанции ( $M=7,1$ ), потоа бихевиоралната деранжираност ( $M=9$ ) и негацијата ( $M=9,2$ ).

Според резултатите од ова истражување, постои поврзаност меѓу насилството и стратегиите за соочување со стрес кај децата во установите за социјална заштита, само во случаи кога децата се жртви на насилство: меѓу емоционалното насилство и стратегиите насочени кон решавање на проблемот, стратегиите насочени кон емоциите и стратегиите насочени кон избегнување на проблем. Исто така, постои поврзаност меѓу физичкото насилство и стратегиите насочени кон решавање на проблем, стратегиите насочени кон емоции и кон избегнување проблем. Друга поврзаност која може да се забележи е онаа меѓу занемарувањето (кога децата се жртви на насилство) и стратегиите насочени кон решавање на проблем, стратегиите насочени кон емоциите и стратегиите насочени кон избегнување на проблем.

Кога станува збор за стратегиите за соочување со стрес кај децата под ризик, потребно е да се разгледа моделот за ризик од злоставување од страна на врсниците (Juvonen и Graham, 2001). Според тој модел, во големите врснички групи, оние членови кои се наоѓаат во помоќна позиција, можат да ја искористат и да ги злоставуваат другите. Оние деца пак, кои се перципираат како послаби, посрамежливи и несигурни, или пак деца со потешкотии, се под голем ризик од таков вид на злоставување, но се претпоставува дека одвреме-навреме сите деца се наоѓаат во ситуација да бидат жртви. Но, дали тие деца ќе останат долгорочни жртви зависи од тоа дали и какви стратегии за соочување користат. Оние кои воопшто не користат стратегии, или пак користат стратегии за избегнување на проблемот, најверојатно ќе бидат мета на континуирано злоставување. Според овој модел, се претпоставува дека постои филтрирачки процес: во младата возраст многу деца доживуваат некој облик на насилство, но повеќето од нив имаат развиено соодветни стратегии за соочување и не дозволуваат насилството да стане сериозно или често. Меѓутоа, постои мала група на деца кои ги немаат усвоено потребните стратегии за соочување, а кај нив постои опасност и ризик да останат жртви подолг временски период.

Смит и соработниците (Smith et. al., 2001), утврдиле дека најчесто користени стратегии кај децата на возраст од 10-14 години се игнорирање, барање помош од возрасните и возвраќање, додека најретко се користат бегството од ситуацијата, молењето на пријател за помош и плачењето. Помалите деца, често изјавуваат дека го користат плачењето како една од

можните стратегии и бегството од ситуацијата, додека постарите деца - игнорирањето.

Фелпс (Phelps, 2001) како резултат на истражување спроведено кај деца на возраст од 9-15 години со помош на Скалата за стратегии за соочување наведува дека постарите деца се повеќе склони кон употреба на екстернализацијата, а помалку кон употреба на интернализацијата и дистанцирањето за разлика од помладите. Девојчињата повеќе ги користат стратегиите насочени кон решавање на проблеми и стратегиите за барање социјална поддршка, додека машките се повеќе склони кон екстернализација. Екстернализацијата претставува стратегија за соочување која се манифестира со агресивен образец на однесување и тоа пцуење, викање на други, фрлање на работи во лутина. Интернализацијата пак претставува стратегија која се состои од повлекување во себе, плачење, претерана загриженост, самосожалување. Дистанцирањето се однесува на негирање на проблемот, односно стратегија насочена кон избегнување на проблемот, а се состои од избегнување да се размислува за проблемот, забораване на сè што се однесува на проблемот. Барањето на социјална поддршка е стратегија која се состои во размислувања што да се направи за настанот да не се повтори, смислување на начини за решавање на актуелниот проблем, како и донесување одлуки со кои ќе се најде начин за решавање на проблемот.

### *Заклучок*

Мора да се напомене дека децата во установите за социјална заштита во најголема мера како адекватен начин за соочување со стресот ја користат емоционалната и социјалната поддршка што е репер за добрите емоционални и социјални односи кои владеат во установите без оглед дали станува збор за односот дете-дете или дете-вработен. Исто така, овие деца во голема мера активно се справуваат со проблемот, односно се спремни да преземат акции и напор за да го елиминираат стресот.

Радуваат податоците дека децата згрижени во установите за социјална заштита најмалку од сè употребуваат супстанции (алкохол и дрога) за да го елиминираат стресот, да се повлекуваат во себе или пак да го негираат проблемот.

*Литература*

- Aldwin, C.M. (1994) *Stress, Coping and Development: An Integrative Perspective*. New York: Guilford Press
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. Toronto: Multi-Health Systems, Inc.
- Juvonen, J. & Graham, S. (2001). *Peer Harassment in School: The Plight of the Vulnerable and Victimized*, The Guilford Press, New York.
- Lazarus, R.S. & Cohen, J.B. (1977). Environmental Stress. In I. Altman and J.F. Wohlwill (eds.), *Human Behavior and Environment*. (Vol 2) New York: Plenum.
- Lazarus, R.S., (1991). Emotion and adaptation. New York: Oxford University Press. In Pervin, L. A. (Ed.). *Handbook of personality: Theory and Research*, pp 609-637, New York: Guilford
- Lazarus, R.S., (1991). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill (New York)
- Moos, R.H. (1990) *Coping with Life Crisis-An Integrated Approach*, New York, Plenum Press.
- Petz, B. (1992). *Psihologijski rjecnik*. Zagreb : Prosvjeta
- Phelps, C.E. (2001). Children's responses to overt and relational aggression. *Journal of Clinical Child Psychology*, 30, 240-252.
- Selye, H. (1966). *The stress of life*. New York, NY, US: McGraw-Hill
- Smith, P.K., Shu, S., & Madsen, K. (2001). Characteristics of victims of school bullying: Developmental changes in coping strategies and skills. In J. Juvonen & S. Graham (Eds.), *Peer harassment in school: The plight of the vulnerable and victimized* (pp.332-351). London: Guilford Press.

*Sofija ARNAUDOVA*

## **STRATEGIES FOR FACING STRESS IN CHILDREN CARED IN SOCIAL SECURITY INSTITUTIONS**

### ***Abstract***

*Strategies for coping with stress in children sheltered in social care institutions*

*In this research are examined the strategies for coping with stress that are used by children sheltered in institutions for social protection. These children mostly used a strategy aimed at solving the problem ( $M = 66.6$ ), and at least a strategy aimed at emotions ( $M = 34.6$ ). This strategies are consisted of 15 possible ways of coping with stress so most children use emotional support ( $M = 11.7$ ), active coping ( $M = 11.6$ ) and the use of social support ( $M = 11.5$ ), and at least use of substances ( $M = 7.1$ ), behavioural strategies ( $M = 9$ ) and negation ( $M = 9.2$ ).*

***Key words:*** SOCIAL CARE INSTITUTIONS, STRATEGIES FOR COPING WITH STRESS