

SADRŽAJ

| | |
|---|-----------|
| I. KONCEPTUALIZACIJE STRESA | 11 |
| - POVIJESNI PREGLED ISTRAŽIVANJA STRESA | 13 |
| - - Vitalisti i Claude Bernard (1813.-1878.) | 13 |
| - - Walter B. Cannon (1871.-1945.) | 15 |
| - - Hans Selye (1907.-1982.) | 16 |
| - - Suvremene konceptualizacije stresa | 18 |
| - - Pristupi istraživanju stresa | 19 |
| 2. STRES KAO PODRAŽAJ | 21 |
| - - Velike životne promjene ili događaji | 23 |
| - - Kronični stresni događaji | 25 |
| - - Svakodnevni problemi | 27 |
| - - Velike krizne situacije i traume | 30 |
| - - - Prirodne katastrofe, tehnološke katastrofe i rat | 30 |
| - - - Osobne traume | 32 |
| 3. STRES KAO REAKCIJA ORGANIZMA | 32 |
| - FIZIOLOGIJA STRESA | 32 |
| - - Pregled homeostatskih kontrola | 33 |
| - - - Unutarnji refleksi kojima organi reguliraju svoje funkcije | 35 |
| - - - Autonomni živčani sustav | 36 |
| - - - Endokrine kontrole | 40 |
| - - - Integracija autonomnih i endokrinih utjecaja | 42 |
| - - - Hipotalamus | 47 |
| - - - Fiziološka kontrola stresnog odgovora | 48 |
| - - - Integracija stresnog odgovora u kortikalnim strukturama | 52 |
| - STRES I IMUNOSNO FUNKCIONIRANJE | 57 |
| - - Uloga i djelovanje imunosnog sustava | 57 |
| - - - Stanice imunosnog sustava | 58 |
| - - - Posrednici imunosnog sustava | 61 |
| - - - Urođena otpornost | 63 |
| - - - Stečena imunost i uspostavljanje pamćenja imunosnog sustava | 64 |
| - - - Testovi imunosne funkcije | 66 |

| | |
|--|---------------|
| - - - Interakcije središnjeg živčanog sustava i imunosne funkcije | 68 |
| - - - Učinci imunosnog funkcioniranja na ponašanje | 69 |
| - - Učinci stresa na imunosno funkcioniranje | 69 |
| - - Interakcija psihičkih faktora i imunosne funkcije i njezini učinci na zdravstvene ishode | 73 |
| - - - Povezanost psihičkog stresa s imunosnim promjenama i/ili zdravstvenim indikatorima (S/D-I i/ili S/D-I-Z) | 76 |
| - - - Metodološki nedostaci ispitivanja efekata stresa na imunost | 86 |
| 4. STRES KAO TRANSAKCIJA IZMEĐU POJEDINCA I OKOLINE | 88 |
| - - Uzročni prethodnici | 90 |
| - - - Varijable ličnosti | 90 |
| - - - Varijable okoline | 90 |
| - - Posredujući procesi u transakcijskom modelu stresa i suočavanja | 92 |
| - - - Kognitivna procjena | 92 |
| - - - Suočavanje sa stresnim situacijama | 94 |
| - - Ishodne varijable u procesu stresa | 94 |
| II. POSREDNICI ODNOSA STRESA I ZDRAVLJA | 97 |
| 5. KONTROLA I STRES | 99 |
| - VRSTE KONTROLE | 99 |
| - - Ponašajna ili objektivna kontrola | 100 |
| - - Subjektivna ili percipirana kontrola | 102 |
| - KONTROLA, STRES I ZDRAVLJE | 106 |
| - - Izravni i moderatorski efekti kontrole na zdravlje | 106 |
| - - Kontrola i zdravstveni ishodi | 107 |
| - - - Kontrola i psihički ishodi | 107 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| - - - | Kontrola i ponašajni ishodi | 108 |
| - - - | Kontrola i biološki ishodi | 109 |
| 6. | SUOČAVANJE SA STRESOM | 114 |
| - | DEFINICIJE I TEORIJSKI PRISTUPI SUOČAVANJU | 114 |
| - - | Definicije suočavanja | 114 |
| - - | Teorijski pristupi stresu i suočavanju | 117 |
| - - - | Transakcijski pristup suočavanju | 118 |
| - - - | Strukturalni pristup suočavanju | 119 |
| - | MJERENJE SUOČAVANJA | 128 |
| - - | Taksonomije suočavanja | 128 |
| - - - | Vremenski aspekt suočavanja | 131 |
| - - - | Pristupi istraživanju načina suočavanja | 132 |
| - - | Instrumenti za mjerenje suočavanja | 133 |
| - - - | Mjere stilova ili dispozicija suočavanja | 134 |
| - - - | Situacijski specifične mjere suočavanja | 139 |
| - - - | Mjere suočavanja za djecu i adolescente | 143 |
| - - - | Mjere suočavanja sa stresnim situacijama povezanim s tjelesnim zdravljem | 146 |
| - - - | Mjere suočavanja na hrvatskom jeziku | 147 |
| - - | Problemi mjerenja suočavanja | 151 |
| - | KORELATI SUOČAVANJA | 156 |
| - - | Suočavanje i osobine ličnosti | 156 |
| - - | Spolne razlike u suočavanju sa stresom | 162 |
| - - | Dobne razlike u suočavanju sa stresom | 165 |
| - | SUOČAVANJE SA STRESOM I ZDRAVLJE | 168 |
| - - | Suočavanje i psihičko zdravlje | 168 |
| - - | Suočavanje i tjelesno zdravlje | 169 |
| - - - | Suočavanje i subjektivni zdravstveni ishodi | 169 |
| - - - | Suočavanje i objektivni zdravstveni ishodi | 171 |
| - - | Suočavanje, procjena kontrole i prilagodba - hipoteza sukladnosti | 178 |
| - - | Izravni, medijacijski i moderatorski efekti varijabli u odnosu stresa i zdravstvenih ishoda | 179 |
| - - - | Izravni efekti | 179 |
| - - - | Medijacijski efekti | 180 |

| | |
|--|------------|
| - - - Moderatorski efekti | 183 |
| - Problemi istraživanja suočavanja | 187 |
| 7. SOCIJALNA PODRŠKA I STRES | 189 |
| - DEFINICIJE I FUNKCIJE SOCIJALNE PODRŠKE | 189 |
| - - - Socijalna podrška kao pokazatelj socijalne integracije | 191 |
| - - - Funkcionalni aspekti socijalne podrške | 191 |
| - - - Percipirana socijalna podrška | 194 |
| - - - Percepcija socijalne podrške kao stabilna dimenzija ličnosti | 196 |
| - MJERENJE SOCIJALNE PODRŠKE | 197 |
| - - - Kvantitativne nasuprot kvalitativnim mjerama socijalne podrške | 198 |
| - - - Specifične nasuprot općenitim mjerama socijalne podrške | 199 |
| - - - Prilježena nasuprot percipiranoj socijalnoj podršci | 199 |
| - - Instrumenti za mjerenje socijalne podrške | 200 |
| - - - Mjere socijalne integracije | 200 |
| - - - Mjere percipirane i prilježene socijalne podrške (funkcionalne mjere) | 205 |
| - - - Mjere prilježene socijalne podrške | 208 |
| - TEORIJSKI PRISTUPI U RAZUMIJEVANJU ODNOSA IZMEĐU SOCIJALNE PODRŠKE I ZDRAVLJA | 210 |
| - - Socijalna podrška kao dio procesa stresa i suočavanja | 210 |
| - - - Podržavajuća ponašanja davatelja socijalne podrške | 211 |
| - - - Percepcija socijalne podrške | 212 |
| - - - Socijalna podrška i suočavanje | 213 |
| - - Socijalno-konstruktivistički pristup | 214 |
| - - - Socijalno-kognitivni pristup | 214 |
| - - - Simbolički interakcionizam | 215 |
| - - Pristup usmjeren na ispitivanje socijalnih odnosa | 216 |
| - - Mehanizmi djelovanja socijalne podrške na zdravlje | 217 |

| | |
|--|------------|
| - - - Model glavnih efekata | 218 |
| - - - Model djelovanja socijalne podrške u stresnim situacijama (stress-buffering model) | 220 |
| - SOCIJALNA PODRŠKA, STRES I ZDRAVLJE | 222 |
| - - Socijalna podrška i podložnost bolestima | 222 |
| - - Socijalna podrška i fiziološko funkcioniranje | 223 |
| - - - Socijalna podrška i kardiovaskularni sustav | 223 |
| - - - Socijalna podrška i funkcioniranje endokrinog sustava | 229 |
| - - - Socijalna podrška i funkcioniranje imunosnog sustava | 231 |
| - - Metodološki i konceptualni problemi pri ispitivanju odnosa između socijalne podrške i fiziološkog funkcioniranja | 234 |
| - - Socijalna podrška i kronične bolesti | 235 |
| - - Socijalna podrška i mortalitet | 239 |
| - - Socijalna podrška i socijalna napetost | 239 |
| | |
| III. STRES I ZDRAVSTVENI ISHODI | 243 |
| | |
| 8. STRES, BOLEST I ZDRAVLJE | 245 |
| - STRES I TJELESNE BOLESTI | 245 |
| - - Stres i kardiovaskularne bolesti | 245 |
| - - - Psihosocijalni stres i različita patofiziološka stanja koja mogu dovesti do kardiovaskularnih incidenata | 252 |
| - - Stres i bolesti posredovane imunosnim sustavom | 256 |
| - - - Stres i infektivne bolesti | 256 |
| - - - Stres i autoimunosne bolesti | 262 |
| - - - Stres i multipla skleroza | 263 |
| - - - Stres i astma | 265 |
| - - - Stres i karcinom | 271 |
| - - Stres i dijabetes | 275 |
| - - Metodološki problemi istraživanja stresa i bolesti | 279 |
| - POZITIVNI EFEKTI STRESA NA ZDRAVLJE | 280 |
| | |
| Literatura | 289 |
| Kazalo pojmova | 365 |