

# Odnos socijalne i emocionalne usamljenosti te preferirane samoće s doživljajem smisla života

---

Čurlin, Marina

Undergraduate thesis / Završni rad

2018

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:182886>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-09-18**



**Sveučilište u Zadru**  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJ

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Preddiplomski jednopredmetni sveučilišni studij psihologije

**Marina Čurlin**

**Odnos socijalne i emocionalne usamljenosti te  
preferirane samoće s doživljajem smisla života**

**Završni rad**

Zadar, 2018.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Preddiplomski jednopredmetni sveučilišni studij psihologije

Odnos socijalne i emocionalne usamljenosti te preferirane samoće s  
doživljajem smisla života

Završni rad

Student/ica:

Marina Čurlin

Mentor/ica:

Izv. prof. dr. sc. Ivana Tucak Junaković

Zadar, 2018.



## Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Marina Čurlin**, ovime izjavljujem da je moj **završni** rad pod naslovom **Odnos socijalne i emocionalne usamljenosti te preferirane samoće s doživljajem smisla života** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 26. rujan 2018.

## **Sadržaj:**

<b>1. UVOD</b> .....	<b>3</b>
<b>1.1. Usamljenost</b> .....	<b>3</b>
1.1.1. Usamljenost i različite socio-demografske značajke pojedinca.....	3
1.1.2. Promjene u usamljenosti prilikom prelaska na studij i za vrijeme studiranja.....	5
<b>1.2. Doživljaj smisla života</b> .....	<b>5</b>
1.2.1. Spolne razlike u doživljaju smisla života.....	6
1.2.2. Odnos doživljaja smisla života s usamljenošću, statusom ljubavne veze i njegove promjene prilikom prelaska na studij.....	7
<b>1.3. Preferirana samoća</b> .....	<b>8</b>
1.3.1. Odnos preferirane samoće i usamljenosti.....	8
1.3.2. Razlike u preferiranoj samoći s obzirom na spol, status ljubavne veze i njezine promjene tijekom razdoblja predodraslosti.....	9
<b>2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE</b> .....	<b>10</b>
<b>3. METODA</b> .....	<b>11</b>
3.1. Sudionici.....	11
3.2. Instrumenti.....	11
3.3. Postupak.....	13
<b>4. REZULTATI</b> .....	<b>13</b>
4.1. Osnovni deskriptivni statistici ispitivanih varijabli.....	13
4.2. Razlike u ispitivanim varijablama s obzirom na spol, godinu studija te status ljubavne veze.....	15
4.3. Povezanost ispitivanih varijabli.....	17
4.4. Povezanost ispitivanih varijabli na muškom i ženskom poduzorku.....	19
<b>5. RASPRAVA</b> .....	<b>20</b>
<b>6. ZAKLJUČCI</b> .....	<b>30</b>
<b>7. LITERATURA</b> .....	<b>31</b>

## SAŽETAK:

Odnos socijalne i emocionalne usamljenosti te preferirane samoće s doživljajem smisla života

Usamljenost je neugodno, averzivno i bolno iskustvo koje se javlja kada je mreža socijalnih odnosa pojedinca deficitarna, ili u svojoj kvaliteti, ili kvantiteti. Istraživanja pokazuju kako je usamljenost važan indikator subjektivne te psihološke dobrobiti, u koju spada i doživljaj smisla života. S druge strane, postoji samoća kao stanje ili situacija kada smo sami. Osobe koje imaju visoku preferenciju za samoću svojevremeno odabiru biti same te često percipiraju vrijeme provedeno u samoći kao pozitivno iskustvo. Stoga, za razliku od usamljenosti, takva preferirana samoća ne bi trebala biti negativno povezana s indikatorima dobrobiti. S obzirom na navedeno, cilj ovog istraživanja je bio, na prigodnom uzorku studenata, ispitati povezanost između emocionalne i socijalne usamljenosti te preferirane samoće s jedne i doživljaja smisla života s druge strane te utvrditi razlike s obzirom na spol, godinu studija (brucoši u odnosu na studente viših godina) te status ljubavne veze. U istraživanju je sudjelovalo 160 studentica i studenata Sveučilišta u Zadru različitih studijskih usmjerenja pri čemu su rezultati prikupljeni primjenom upitnika tipa papir-olovka. Upitnik se sastojao od sljedećih skala: *Skala socijalne i emocionalne usamljenosti*, *Adaptirana skala preferirane samoće* i *Skala smisla života*. U ovom istraživanju utvrđena je veća socijalna usamljenost i usamljenost u ljubavi kod mladića u odnosu na djevojke, ali nisu utvrđene spolne razlike u usamljenosti u obitelji, doživljaju smisla života te preferiranoj samoći. Također, studenti koji su u ljubavnoj vezi doživljavaju manju usamljenost u ljubavi, veći doživljaj smisla života i manje preferiraju samoću u odnosu na studente koji nisu u vezi. Nisu utvrđene razlike u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u obitelji s obzirom na status romantične veze. Nadalje, brucoši su usamljeniji u ljubavi i manje preferiraju samoću u odnosu na starije studente, ali nije utvrđena razlika u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i doživljaju smisla života između brucoša i starijih studenata. Preferirana samoća je umjereno pozitivno korelirala s usamljenošću u ljubavi na oba poduzorka mladića i djevojaka, ali nije korelirala sa ostalim tipovima usamljenosti. Nadalje, utvrđena je umjerena negativna povezanost između sva tri tipa usamljenosti i doživljaja smisla života. I na kraju, preferirana samoća je nisko negativno korelirala s doživljajem smisla života samo kod studentica, dok kod studenata nije utvrđena značajna povezanost.

Ključne riječi: socijalna i emocionalna usamljenost, preferirana samoća, doživljaj smisla života

## SUMMARY:

Relationship of social and emotional loneliness and preference for solitude with purpose in life

Loneliness is an unpleasant, aversive and painful experience that occurs when the network of social relationships of an individual is deficient either in quality or quantity. Research has shown that loneliness is an important indicator of subjective and psychological well-being, which includes purpose in life. On the other hand, there is solitude as a state or situation when we are alone. People who have a high preference for solitude choose to be alone and often perceive the time spent in solitude as a positive experience. Therefore, unlike loneliness, preference for solitude should not be negatively associated with indicators of well-being. Given the above, the aim of this study was to examine the correlation between emotional and social loneliness and the preference for solitude on the one side and the purpose in life on the other side and to determine the differences with regard to gender, year of study (freshmen contrary to students of senior years) and romantic relationship status. 160 students of different study groups from the University of Zadar participated in the study and the results were collected using a paper-pencil questionnaire. The questionnaire was consisted of the following scales: *Social and Emotional Loneliness Scale*, *Adapted Preference for Solitude Scale* and *Purpose in Life Scale*. In this research, greater social loneliness and loneliness in love were found in males compared to females, but no gender differences were found in family loneliness, purpose in life and preference for solitude. Also, students who have a romantic partner experience less loneliness in love, higher purpose in life and have lower preference for solitude compared to students who have not have romantic partner. There were no differences in social and family loneliness due to the status of romantic relationship. Furthermore, freshmen experience greater loneliness in love and have lower preference for solitude than senior students, but there were no differences in social loneliness, family loneliness and purpose in life between freshmen and senior students. Preference for solitude correlated positively and moderately with loneliness in love for both males and females, but did not correlate with other types of loneliness. Furthermore, a moderate negative correlation has been established between all three types of loneliness and purpose in life. Lastly, low negative correlation was found between preference for solitude and purpose in life only among females, while in males no significant relationship was found.

Keywords: social and emotional loneliness, preference for solitude, purpose in life

# 1. UVOD

## 1.1. USAMLJENOST

Usamljenost se definira kao psihološko stanje koje je rezultat razlike između idealnih i percipiranih osobnih odnosa (Peplau i Perlman, 1982). Usamljenost je subjektivno, neugodno, averzivno i stresno iskustvo koje se javlja kada je mreža socijalnih odnosa pojedinca deficitarna, ili u svojoj kvaliteti, ili kvantiteti (Perlman i Peplau, 1984). Postoje dva pristupa usamljenosti. Jedan pristup je jednodimenzionalni pristup koji gleda na usamljenost kao na globalni fenomen i mjeri usamljenost koristeći jedinstveni ukupni rezultat (Russell, 1982). Primjer takve mjere jest UCLA Skala usamljenosti (Russell, Peplau i Cutrona, 1980). Drugi istraživači predlažu multidimenzionalni pristup. Tako je Weiss (1973) predložio dva različita tipa usamljenosti, socijalnu i emocionalnu usamljenost. Kod socijalne usamljenosti, pojedinac je nezadovoljan zbog manjka socijalne mreže prijatelja i poznanika. S druge strane, emocionalno usamljena osoba nezadovoljna je zbog nedostatka bliskih, privrženih odnosa. Nakon toga, DiTomasso i Spinner (1993) predlažu novu tripartitnu teoriju usamljenosti razvijajući mjeru koja procjenjuje usamljenost u tri aspekta: prijateljskom, obiteljskom i romantičnom. U ovom pristupu, usamljenost u ljubavi i u obitelji smatraju se dijelom emocionalne usamljenosti iz razloga što je konstrukt emocionalne usamljenosti preširok da bi efikasno obuhvatio varijacije u usamljenosti u domenama obitelji i ljubavi. Razlikovanje ova tri tipa usamljenosti ukazuje na to da osobe mogu biti usamljene u jednoj domeni te isto tako biti zadovoljne u drugoj domeni (DiTommaso i Spinner, 1997). Primjerice, osoba može biti zadovoljna svojom socijalnom mrežom prijatelja te u isto vrijeme biti usamljena u ljubavi.

### 1.1.1. Usamljenost i različite socio-demografske značajke pojedinca

**Spol.** Iako usamljenost doživljavaju i muškarci i žene, u istraživanjima se pokazalo kako je spol povezan s individualnim razlikama u usamljenosti. Ipak, rezultati istraživanja spolnih razlika u usamljenosti nisu konzistentni. Neki istraživači pronašli su veći stupanj usamljenosti kod muškaraca (npr. Schultz i Moore, 1986; Wiseman, Gutfreundb i Luriec, 1995, Tümkaya, Aybek i Çelik, 2008; prema Salimi, 2011), drugi kod žena (npr. Borys i Perlman, 1985; Page, i Cole, 1991, Bugay, 2000; prema Salimi, 2011), dok neki istraživači nisu pronašli spolne razlike (Brage i Meredith, 1993, Neto i Barros, 2000, Mahon i sur., 2007; prema Medved i Keresteš, 2011). Radovi u kojima su utvrđene spolne razlike u usamljenosti razlikuju se u smjeru tih razlika te ih interpretiraju na različite načine. Veća usamljenost žena objašnjava se time da su žene spremnije priznati svoju



usamljenost za razliku od muškaraca jer se njih manje osuđuje u odnosu na usamljene muškarce (Borys i Perlman, 1985). Tako Schultz i Moore (1986) navode da u skalama gdje se navodi riječ usamljenost muškarci postižu niže rezultate. S druge strane, istraživanja koja su pronašla veću usamljenost kod muškaraca navode kako muškarci nemaju razvijene strategije suočavanja s usamljenošću u odnosu na žene (Jones, Sansone i Helm, 1983). Neka istraživanja su pokazala da žene imaju veće socijalne mreže nego muškarci (Veroff, Kulka i Douvan, 1981). Također, rezultati istraživanja ovise o vrsti korištene mjere usamljenosti, odnosno, koristi li se jednodimenzionalna ili multidimenzionalna mjera. Korištenjem multidimenzionalnih mjera dobiveni su konzistentniji rezultati (Lacković-Grgin, 2008). Cutrona (1982) navodi kako su žene emocionalno usamljenije, dok su muškarci socijalno usamljeniji. Nekić (2005, prema Lacković- Grgin, 2008) kod hrvatskih srednjoškolaca i studenata nalazi veću socijalnu usamljenost i usamljenost u ljubavi kod mladića, dok kod usamljenosti u obitelji nisu pronađene spolne razlike. Kao objašnjenje svojih nalaza, Nekić (2005, prema Lacković- Grgin, 2008) se poziva na istraživanje Argyla i Claesa o očekivanjima intimnosti i samootkrivanja te o ostvarenosti tih očekivanja. Ovi autori navode kako mladići imaju manja očekivanja od prijateljskih odnosa te manju razinu ostvarenosti tih očekivanja u odnosu na djevojke čime se objašnjava veća emocionalna usamljenost mladića. Veća socijalna usamljenost kod mladića u istraživanjima također se objašnjava nižim socijalnim vještinama mladića (Ozben, 2013). Ovakve spolne razlike u očekivanjima i ostvarenju socijalnih odnosa te socijalnim vještinama izgleda da ne utječu na razlike u usamljenosti u obitelji (Lacković-Grgin, 2008).

**Status ljubavne veze.** Odnosi s drugima osiguravaju nam različite socijalne zalihe od kojih su najvažnije privrženost i socijalna integracija (Weis, 1974). S obzirom da nedostatak bliskih, privrženih odnosa dovodi do emocionalne usamljenosti (Weiss, 1973), a trajna partnerska veza pruža mogućnos postizanja takvih odnosa ( Lacković-Grgin, Nekić i Penezić, 2009), valja pretpostaviti veću usamljenost u ljubavi kod osoba koje nisu u romantičnoj vezi. Prethodna istraživanja pokazala su da su oženjeni i oni u trajnoj izvanbračnoj vezi manje usamljeni od samaca koji nikada nisu bili u braku te od rastavljenih i udovaca (Lacković-Grgin, 2008). Veća usamljenost rastavljenih osoba objašnjava se, osim gubitkom bračnog partnera i propadanjem socijalne mreže koja se javlja nakon raskida braka, i gubitkom osjećaja vlastite vrijednosti (Lacković-Grgin, 2008). Nadalje, smrt partnera povezana je s većom usamljenosti pri čemu je ona izraženija kod muškaraca s obzirom da najčešće supruga involvira svoje muževe u obiteljske odnose te je ona važna osoba za socijalnu integraciju svojih muževa (Ćubela

Adorić, 2006). Još jedan faktor koji se pokazao važnim za usamljenost, a da je povezan s nedostatkom bliskih veza je stil privrženosti *odbijajuće izbjegavanje*. Osobe ovog stila privrženosti odbijaju ili umanjuju značenje emocionalne privrženosti (Bartholomew, 1990) te izjavljuju da se osjećaju ugodno bez bliske veze. No, moguće je da se osobe ovakvog stila svojim odbijanjem formiranja trajnih socijalnih veza zapravo štite od negativnih iskustava socijalnog odbacivanja (Fraley i Shaver, 1998). U tom slučaju, takve osobe vjerojatno imaju potrebu za pripadanjem te postoji mogućnost da se osjećaju usamljenima (Baumeister i Leary, 1995). No, osim samog postojanja ili nepostojanja romantične veze, pokazalo se da razina usamljenosti ovisi i o kvaliteti takve veze (Lacković-Grgin, 2008). Isto tako, pokazalo se da se osobe u braku mogu osjećati socijalno usamljenima, ako nemaju razvijenu socijalnu mrežu (Slater, 1963).

### **1.1.2. Promjene u usamljenosti prilikom prelaska na studij i za vrijeme studiranja**

Osim demografske varijable spol, još neke varijable mogle bi biti povezane s individualnim razlikama u usamljenosti. Naime, očekivanje promjena u usamljenosti prilikom prelaska na studij i za vrijeme studiranja u skladu je s teorijom uloga (Hanson, 1986). Prema toj teoriji, mijenjanjem različitih uloga tijekom života, mijenjaju se i odnosi s drugim ljudima. Mnogim studentima odlazak na studij predstavlja životnu promjenu, dolazak u novu društvenu sredinu (Hechanova-Alampay, Beehr, Christiansen, Van Horn, 2002). Neki od njih po prvi put odlaze od kuće i razdvajaju se od roditelja, što se može odraziti i na promjenu njihova odnosa s roditeljima. Iz tog razloga, mnogi od njih će se vjerojatno osjetiti usamljeno nakon preseljenja, dok ne steknu nove prijatelje i ne uklope se u novu zajednicu (Taylor, Peplau i Sears, 2000). Istraživanja pokazuju da se 75 % bruoša osjeća usamljeno tijekom prva dva tjedna na fakultetu (Cutrona, 1982). S obzirom na to da mnogi studenti odlaskom na studij moraju steći nove prijatelje, uklopiti se u novu zajednicu te se mijenja njihov odnos s roditeljima, valja pretpostaviti da će bruoši biti više socijalno usamljeni, usamljeni u ljubavi i obitelji u odnosu na studente starijih godina. U kratkom longitudinalnom istraživanju Lacković-Grgin i Sorić (1995, 1996, prema Lacković-Grgin, 2008) pronađena je veća usamljenost kod bruoša, ali samo kod onih koji su zbog studiranja promijenili mjesto boravka. No, tijekom vremena, usamljenost tih studenata se smanjila.

## **1.2. DOŽIVLJAJ SMISLA ŽIVOTA**

Istraživanja pokazuju kako je usamljenost važan indikator subjektivne dobrobiti. Subjektivna dobrobit jest multidimenzionalni konstrukt koji se odnosi na subjektivnu evaluaciju vlastita života (Diener, 2006). Subjektivna dobrobit sastoji se od svoje kognitivne

komponente, odnosno kognitivne evaluacije, kao što je zadovoljstvo životom te emocionalne komponente, odnosno, emocionalnih odgovora na različite životne događaje. Zadovoljstvo životom kao kognitivna komponenta subjektivne dobrobiti, odnosi se na pojedinačevu procjenu vlastitog života kao cjeline, ili nekih njegovih specifičnih domena (npr. zdravlje, posao). U emocionalne odgovore na životne događaje, koji mogu biti pozitivni i negativni spada sreća, kao dugotrajno raspoloženje, koja se odnosi na osjećanje više ugodnih nego neugodnih emocija većinu vremena (Diener, Suh, Lucas i Smith, 1999). Prijašnja istraživanja pokazala su kako je usamljenost povezana s nižim zadovoljstvom životom (Salimi, 2011), zlouporabom tvari (Rokach, 2005, prema Tu i Zhang, 2014), depresijom (Young, 1982, Alpass i Neville, 2003, prema Tu i Zhang, 2014) i lošim zdravljem (Hawkey, Masi, Berry i Cacioppo, 2006).

Još jedan važan indikator dobrobiti za koji se pokazalo da je povezan s usamljenosti jest i doživljaj smisla života. Doživljaj smisla života definiran je kao spoznaja reda, koherentnosti i svrhe u nečijoj egzistenciji, težnja ka i postizanje vrijednih ciljeva te prateći osjećaj ispunjenosti (Reker i Wong, 1988). Za osobni doživljaj smisla vjeruje se da je općenito stabilan, no da mijenjanjem sustava vrijednosti može doći do postupnih promjena u njegovom stupnju (Reker i Wong, 1988). Među poznatijim autorima koji se bavili proučavanjem smisla života, ubraja se i Victor Frankl (2010). On smatra da, ako pojedinac ne uspije pronaći smisao vlastitog života, kod njega može doći do tzv. noogene neuroze, odnosno osjećaja besmisla ili egzistencijalnog vakuuma pod čime se podrazumijeva stanje dosade i apatije (Frankl, 1997). Abraham Maslow također se bavi proučavanjem smisla života. On smatra da smisao života postoji unutar svake osobe. Samoaktualizacija prema njemu predstavlja psihičko stanje koje svatko od nas treba ostvariti tijekom svojeg razvoja te isto tako najviši cilj kojemu svatko od nas teži (Santrock, 2002). Ispunjavanje ciljeva posljedično našem životu daje smisao. Nemogućnost ostvarenja istih, može dovesti do osjećaja praznine i besmisla (Wong, 2012, prema Bijelić i Macuka, 2018).

### **1.2.1. Spolne razlike u doživljaju smisla života**

Što se tiče spolnih razlika u doživljaju smisla života, rezultati su nekonzistentni. Santos, Magramo, Oguan i Paat (2012) utvrdili su da žene izvješćuju o višim razinama traženja smisla u životu u odnosu na muškarce, dok muškarci izvješćuju o višim razinama prisutnosti smisla u odnosu na žene. Oni navode kako ovakvi rezultati sugeriraju da muškarci doživljavaju svoj život smislenijim te da su sigurniji u to što žele sa svojim životima u odnosu na žene. No, s druge strane, u istraživanju Garcia-Alandete, Lozana, Nohalesa i Martineza (2013) žene iskazuju više razine smisla u vlastitom životu u odnosu na muškarce. Garcia-Alandete i suradnici (2013) navode kako je Carol Ryff predložila model psihološke dobrobiti

koji uključuje šest dimenzija, a jedna od njih je i smisao života (Ryff, 1989, 1995, Ryff i Keyes, 1995, Cristopher, 1999; prema Garcia-Alandete i sur, 2013). Navode kako je nekoliko istraživanja pokazalo spolno tipične razlike u smislu života, odnosno, kako su žene različitih dobi ostvarile veće rezultate što se tiče smisla života (Garcia-Alandete, Rosa, Selles i Soucase, 2012, prema Garcia-Alandete i sur, 2013). No, oni sami navode kako teoretska polazišna točka modela autorice Ryff nudi samo nekoliko ideja i da su rezultati što se tiče spolnih razlika kontroverzni (Ryff, 1995, Ryff i Singer, 1998; prema Garcia-Alandete i sur, 2013). Moksnes, Espnes i Lillefjell (2012) su u svom istraživanju utvrdili da adolescenti iskazuju više razine doživljenog smisla u odnosu na adolescentice. Kao objašnjenje za takve rezultate, navode kako se djevojke teže prilagođavaju stresovima u domenama prijateljskih i obiteljskih odnosa, pubertetskog razvoja i slično, što može dovesti do osjećaja osobne neadekvatnosti te manjeg doživljaja koherentnosti vlastita života (Hampel i Peterman, 2006).

### **1.2.2. Odnos doživljaja smisla života s usamljenošću, statusom ljubavne veze i njegove promjene prilikom prelaska na studij**

S obzirom da je formiranje i održavanje pozitivnih bliskih odnosa jedan od primarnih motiva svakog pojedinca (Maslow, 1968), što se definira kao potreba za pripadanjem (Baumeister i Leary, 1995), tako socijalna isključenost može narušiti osjećaj smislene egzistencije (Williams 1997, 2002; prema Stillman i sur, 2009). Također, prema teoriji samoodređenja (Decy i Ryan, 1985, 1991, 2002; prema Ratelle, Simard, Guay, 2013), svaka osoba ima tri urođene psihološke potrebe. Zadovoljavanje ovih potreba esencijalno je za optimalno funkcioniranje, internalizaciju vrijednosti i subjektivnu dobrobit (Deci i sur, 1994, Ryan, 1995, Deci i Ryan 2000; prema Ratelle i sur, 2013). To su potreba za autonomijom (npr. imati mogućnost izbora i voljne kontrole), potreba za kompetencijom (npr. prilikom interakcije s okolinom biti sposoban producirati važne ishode) te potreba za povezanošću (npr. razvijanje značajnih odnosa s drugima). McCall i Simmons (1996) predlažu da socijalni odnosi donose smisao u ljudske živote iz razloga što osiguravaju sustav vrijednosti, daju svrhu i kreiraju očekivanja glede budućnosti, što stimulira formiranje ciljeva. Prijašnja istraživanja su pružila potporu ideji da su socijalni odnosi važni da bi pojedinac percipirao vlastiti život kao smislen. Postoje podaci kako su socijalni odnosi najčešći izvori značenja (Debats, 1999). U skladu s tim, valja pretpostaviti da će usamljenije osobe ujedno i doživljavati svoj život manje smislenim. To su u svom istraživanju potvrdili Stillman i suradnici (2009). Nadalje, što se tiče statusa ljubavne veze, s obzirom da je ostvarenje ljubavnih veza jedan od važnih zadataka tijekom predodraslosti, valja pretpostaviti da će nepostojanje ljubavne veze dovesti do manjeg osjećaja smisla života. U skladu s tim, kao što je prethodno navedeno bruceši mogu osjećati veću socijalnu izoliranost te time i manji

doživljaj smisla života zbog manjka socijalne povezanosti. Ljudi često povezuju prisutnost socijalnih odnosa sa osjećajem smislenosti. Kada se ljude pita što čini središnje značenje u životu, najčešći se odgovor odnosi na osobne odnose (Klinger, 1977, Ebersole, 1998, Little, 1998; prema Lambert i sur, 2013). Stillman i sur (2009) socijalnu isključenost definiraju kao percipirani deficit u socijalnom pripadanju. U svom su istraživanju testirali efekt socijalne isključenosti na doživljaj smisla života korištenjem između ostalog i usamljenosti kao operacionalizacije socijalne isključenosti. Kao objašnjenje svojih nalaza da su veće razine usamljenosti povezane s i utječu na manji doživljaj smisla života, predlažu da su ljudi duboko motivirani povezati se s drugim ljudima te da je to temeljni aspekt cjelokupnog ljudskog nastojanja. Smisao života je sam po sebi, prema ovim autorima, stečen socijalno. Biti odsječen od drugih potencijalno može dovesti do gubljenja pristupa svim socijalno posredovanim značenjima, svrhama i vrijednostima.

### **1.3. PREFERIRANASAMOĆA**

U odnosu na usamljenost, postoji samoća kao stanje ili situacija kada smo sami i u kojem živimo i djelujemo bez osjećaja izolacije ili usamljenosti (Lacković- Grgin, 2008). Preferirana samoća je indikator koji ukazuje na to preferira li osoba stanje samoće ili ne (Long i sur, 2003, prema Toyoshima i Sato, 2017). Osobe koje imaju visoku preferenciju za samoću svojevrijedno odabiru biti same te iz tog razloga percipiraju vrijeme provedeno u samoći kao pozitivno (Toyoshima i Sato, 2017) te pritom doživljavaju ugodne, a ne neugodne emocije (Lacković-Grgin i Nekić, 2002). Važno je razlikovati samoću od izolacije. Izolacija kao jedan tip odvojenosti od drugih jest stanje koje osoba ne može promijeniti i koje je uzrokovano različitim barijerama (pravnim, vjerskim, političkim i slično). Dugotrajna izolacija je štetna i negativno utječe na mentalno i tjelesno zdravlje (Lacković-Grgin, 2008). S druge strane, preferirana samoća kao željeno stanje je potrebna pojedincu za filozofsku refleksiju i vijećanje sa samim sobom (Lacković-Grgin, 2008), produbljivanje vlastitih misli te bavljenje intelektualnim i kreativnim aktivnostima (Burger, 1995). S obzirom na navedeno, valja pretpostaviti kako preferencija za samoću pozitivno utječe na nečiju dobrobit. Marcoen i Goossens (1993) govore o samoći kao o želji osobe za povlačenjem od socijalnih interakcija kako bi se uključila u aktivnosti intrinzične prirode te stoga ona ne bi trebala imati negativnu konotaciju za razliku od usamljenosti ili izolacije.

#### **1.3.1. Odnos preferirane samoće i usamljenosti**

Prethodna istraživanja pokazala su da su preferirana samoća i usamljenost dva odvojena konstrukta koji su u umjerenoj međusobnoj povezanosti (Allen i Oshagan, 1995, Lacković Grgin i sur, 1998; prema Lacković-Grgin, Penezić i Sorić, 1998). Istraživanje

Lacković-Grgin i suradnika (1998) pokazalo je veću pozitivnu povezanost usamljenosti i samoće u mladima u odnosu na osobe srednje i starije životne dobi. Oni su zaključili da studenti u odnosu na osobe srednje i starije životne dobi, samoću više rabe za suočavanje s usamljenošću kao što to navode Rubinstein i Shaver (1982). Pozitivna povezanost usamljenosti i samoće može dakle značiti da, što osoba doživljava veći stupanj usamljenosti, to više preferira samoću kako bi se suočila sa svojom usamljenošću. Gotesky (1965, prema Lacković-Grgin, 2008) također navodi kako se samoća može rabiti kao način suočavanja s usamljenošću ukoliko je usmjerena na stišavanje neugodnih emocija i kognitivno restrukturiranje neugodnih iskustava iz interpersonalnih odnosa (Lacković-Grgin, 2008). Međutim, Lacković-Grgin i suradnici (1998) su utvrdili da se samoća također pokazala dobrim prediktorom usamljenosti. Ovaj nalaz pruža mogućnost drukčijih objašnjenja povezanosti usamljenosti i samoće. Osobe koje preferiraju samoću provode dosta vremena odvojene od drugih pa možda iz tog razloga ne uspiju razviti zadovoljavajuće socijalne odnose te posljedično osjećaju veću usamljenost. Ovaj nalaz objasnili su time što je emocionalna podrška bila negativno povezana i s usamljenošću i samoćom. Naime, ovaj rezultat ne slaže se s teorijskom pretpostavkom o pozitivnoj povezanosti samoće i afilijativne motivacije, odnosno s pretpostavkom o tome da samoća pomaže osobi postati dublje povezanom s drugima (Lacković-Grgin, 2008).

### **1.3.2 Razlike u preferiranoj samoći s obzirom na spol, status ljubavne veze te njezine promjene tijekom razdoblja predodraslosti**

Burger (1995) nije utvrdio spolne razlike u preferiranoj samoći kod studenata, dok su Lacković-Grgin i suradnici (1998) utvrdili kako djevojke više preferiraju samoću od mladića što sugerira da rabe samoću na konstruktivan način te da su možda više od mladića uspostavile kvalitetne interpersonalne odnose. Oni navode da su vjerojatno i druge karakteristike povezane sa spolom pridonijele tome da djevojke više preferiraju samoću (npr. veća introspektivnost žena) (Lacković-Grgin i sur, 1998). Wong i Csikszentmihalyi (1991) su utvrdili kako su djevojke provodile više vremena s prijateljima i manje vremena u samoći u odnosu na mladiće bez obzira na afilijativnu orijentaciju. No, isto su tako pokazali da bez obzira na spol, osobe koje su visoko afilijativne, češće izvješćuju o tome da žele biti s prijateljima i rjeđe izvješćuju o tome da žele biti same u odnosu na osobe koje su manje afilijativne. Što se pak tiče statusa romantične veze, moguće je očekivati da će osobe koje više preferiraju samoću biti one osobe koje nemaju ljubavnog partnera. Naime, samoća za njih može biti način suočavanja s nedostatkom ljubavne veze, ili možda njihova sama preferencija za samoću onemogućuje ostvarenje takvih veza.

Što se tiče promjena u preferiranoj samoći tijekom razdoblja predodraslosti pokazalo se kako osoba u prosjeku, od rođenja prema starijoj dobi, provodi sve više vremena u samoći (Larson, 1990). Istraživanja navode kako se za psihološku dobrobit, važnost uključivanja u bliske i intimne odnose povećava kroz adolescenciju prema predodraslosti (eng. emerging adulthood) (Rubin, Bukowski i Parker, 2006), ali da se isto tako povećava i važnost vremena provedenog u samoći (Larson, 1990). Na samoću se gleda negativnije u ranoj adolescenciji u odnosu na kasnu (Larson, 1990; Rubin i Coplan, 2010). Freeman, Csikszentmihalyi i Larson (1986, prema Wang, Rubin, Laursen, Booth-LaForce i Krasnor, 2013) pronašli su kako stariji adolescenti izvještavaju ne samo o povećanoj potrebi da budu sami, nego također izvještavaju o samoći kao o manje socijalno stigmatizirajućoj i manje otuđujućom nego prije. S obzirom na to, može se pretpostaviti da će bruceši manje preferirati samoću u odnosu na studente viših godina studija.

## **2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE**

S obzirom na navedeno, cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos socijalne i emocionalne usamljenosti i preferirane samoće s jedne strane te doživljaja smisla života s druge strane te ispitati razlike u navedenim varijablama s obzirom na spol studenata, godinu studija (bruceši nasuprot studentima viših godina) te status ljubavne veze.

1. Prvi problem je bio ispitati razlike u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između studenata i studentica.

H<sub>1</sub>: S obzirom na prethodna istraživanja pretpostavlja se veća socijalna usamljenost i usamljenost u ljubavi studenata u odnosu na studentice te nepostojanje razlike u usamljenosti u obitelji s obzirom na spol. Nadalje, zbog nekonzistentnih rezultata u pogledu spolnih razlika u doživljaju smisla života i preferiranoj samoći, polazi se od očekivanja da kod njih nema spolnih razlika.

2. Drugi problem je bio ispitati razlike u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između studenata/ica koji su u ljubavnoj vezi i onih koji nisu.

H<sub>2</sub>: S obzirom na prethodna istraživanja, pretpostavlja se da neće postojati značajna razlika u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u obitelji s obzirom na status ljubavne veze, ali da će studenti/ice koji nemaju ljubavnog partnera/icu biti usamljeniji u ljubavi, imati manji doživljaj smisla života te više preferirati samoću u odnosu na studente/ice koji imaju ljubavnog partnera/icu.

3. Treći problem je bio ispitati razlike u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između studenata/ica prve godine i studenata/ica viših godina studija.

H<sub>3</sub>: S obzirom na prethodna istraživanja, pretpostavlja se veća socijalna usamljenost, usamljenost u ljubavi i obitelji, manji doživljaj smisla života i manja preferirana samoća kod bruceša/ica u odnosu na studente/ice ostalih godina studija.

4. Četvrti problem je bio ispitati povezanost socijalne usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji s jedne strane te preferirane samoće s druge strane.

H<sub>4</sub>: S obzirom na prethodna istraživanja, pretpostavlja se postojanje pozitivne povezanosti između sve tri vrste usamljenosti i preferirane samoće.

5. Peti problem je bio ispitati povezanost socijalne usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji s jedne strane te doživljaja smisla života s druge strane.

H<sub>5</sub>: Sukladno rezultatima ranijih istraživanja, očekivala se negativna povezanost između sve tri vrste usamljenosti i doživljaja smisla života.

6. Šesti problem je bio ispitati povezanost između preferirane samoće i doživljaja smisla života.

H<sub>6</sub>: Sukladno rezultatima ranijih istraživanja, očekuje se postojanje pozitivne povezanosti između preferirane samoće i doživljaja smisla života.

### **3. METODA**

#### **3.1. Sudionici**

U istraživanju je sudjelovalo 160 studentica i studenata Sveučilišta u Zadru prosječne dobi 20.7 godina ( $SD=2.08$ , raspon dobi: 18-30). U uzorku je bilo 97 djevojaka (60.6%) i 63 mladića (39.4%) pri čemu je uzorak bio prigodan, a cilj je bio regrutirati što više studenata različitih studijskih usmjerenja. U uzorku je bilo zastupljeno 56.25% studenata prve, 2% studenata druge, 28.1% treće, 13.1% studenata četvrte te svega jedan student pete godine studija. Prosječna dob mladića je 20.1 ( $SD=2.03$ ) dok je prosječna dob djevojaka 21.03 ( $SD=2.04$ ). Većina studenata/ica (njih 122) studira izvan svog mjesta prebivališta u odnosu na njih 38 koji studiraju unutar svog mjesta prebivališta. Također, većina ih nije u ljubavnoj vezi (njih 96) u odnosu na njih 64 koji su u ljubavnoj vezi. Pri tome 68.3% mladića nije u ljubavnoj vezi u odnosu na 54.6% djevojaka te je 31.7% mladića u ljubavnoj vezi u odnosu na 45.4% djevojaka. Hi-kvadrat testom nije utvrđena značajna razlika u broju studenata i studentica koji su u vezi, niti je utvrđena značajna razlika između studenata i studentica koji nisu u vezi ( $\chi^2=2.95$ ,  $p>.05$ )

#### **3.2. Instrumenti**

Primijenjen je upitnik, koji je uz uvodna pitanja o dobi, spolu, godini studija, studijskom usmjerenju, mjestu prebivališta te statusu ljubavne veze uključivao veći broj skala.



*Skala socijalne i emocionalne usamljenosti* (Ćubela Adorić i Nekić, 2004), adaptirana je hrvatska verzija skale *Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA)*. Njezini autori su DiTomasso i Spinner (1993). Sastoji se od tri subskale kojima se, zasebno, ispituju usamljenost u domenama prijateljskih odnosa (subskala socijalne usamljenosti, 13 čestica), odnosa s obitelji (subskala usamljenosti u obitelji, 11 čestica) i ljubavnih veza (subskala usamljenosti u ljubavi, 12 čestica). Socijalna usamljenost definirana je kao rezultat percepcije vlastite socijalne neintegritiranosti, odnosno nedovoljne uključenosti u različite socijalne mreže kao što su prijatelji, susjedi i slično. Emocionalna usamljenost definirana je kao usamljenost zbog nepostojanja ili gubitka odnosa privrženosti, odnosno nezadovoljene potrebe za emocionalnom bliskošću i intimnošću u odnosima s drugima, poput partnera (usamljenost u ljubavi) ili članova obitelji (usamljenost u obitelji). Čestice pojedinih subskala su poredane jedna za drugom i primjenjuju se kao jedinstveni instrument. Na svim subskalama ispitanik odgovara na skali Likertovog tipa od sedam stupnjeva. Ukupan rezultat ispitanika na pojedinim subskalama dobiva se zbrajanjem procjena koje je dao na pripadajućim česticama. Veći rezultat na pojedinoj subskali ukazuje na veću usamljenost u toj određenoj domeni. Rezultati mogu varirati između 13 i 91 na subskali socijalne usamljenosti, 11 i 77 na subskali usamljenosti u obitelji, te 12 i 84 na subskali usamljenosti u ljubavi. U uzorcima studenata navedene subskale imaju solidnu pouzdanost (vrijednosti koeficijenta pouzdanosti su: za skalu socijalne usamljenosti .89, za usamljenost u obitelji .85, a za usamljenost u ljubavi .91) (Ćubela Adorić, 2004). U ovom istraživanju navedene subskale imaju također zadovoljavajuću pouzdanost (Cronbachalpha za subskalnu socijalne usamljenosti iznosi .93, za subskalnu usamljenosti u ljubavi .90 te za subskalnu usamljenosti u obitelji iznosi .90). Tipične čestice redom glase: “Nemam prijatelja koji dijeli moja stajališta”, “Osjećam se sama kad sam sa svojom obitelji” i “U ljubavnoj sam vezi s osobom čijoj sreći ja doprinosim”.

*Adaptirana skala preferirane samoće* (Lacković-Grgin i Nekić, 2002) uključuje 7 čestica (npr. „Volim biti sam sa svojim mislima“) na koje se odgovora pomoću pet-stupanjske Likertove skale. Skala ispituje samoću kao želju osobe da bude sama, pri čemu ne doživljava neugodne nego ugodne emocije. Nastala je dodavanjem jedne čestice iz Burgerove (1995) skale preferirane samoće subskali *Ugodnost samoće (Comfort for Solitude)* koja je nastala faktorskom analizom *Upitnika osobnih stavova (Personal Attitude Survey)* autora Sumerlin i Bundrick (1996, prema Lacković-Grgin i Nekić, 2002). Ukupan rezultat na skali formira se kao linearna kombinacija procjena što znači da je mogući raspon rezultata od 7 do 35. U ranijim primjenama ove adaptirane skale na uzorcima adolescenata i odraslih utvrđena je njezina jednofaktorska struktura i zadovoljavajuća pouzdanost (Cronbachalpha od .74 do .79)

(Lacković-Grgin i Nekić, 2002). U ovom istraživanju također je utvrđena zadovoljavajuća pouzdanost (Cronbachalpha od .75).

*Skala smisla života* (Vulić-Prtorić i Bubalo, 2006) adaptirana je hrvatska verzija *Purpose in Life Testa* autora Crumbaugh i Maholicka (1964). Ispituje smisao života definiran kao spoznaja reda, sklada i svrhe u osobnoj egzistenciji, težnja ka ciljevima koji su vrijedni truda, njihovo ostvarenje i popratni osjećaj ispunjenja (Zika i Chamberlain, 1992). Skala ispituje emocionalni aspekt smisla tj. kvalitetu egzistencije i kognitivni aspekt smisla tj. svrhu egzistencije. Adaptirana skala smisla života sastoji se od 23 čestice (npr. „Uspješno pronalazim smisao, cilj i misiju u svom životu“) na koje se odgovara pomoću pet-stupanjske Likertove skale. Ukupan rezultat formira se kao zbroj procjena na svim česticama, nakon obrnutog bodovanja određenih tvrdnji. Moguć je raspon rezultata od 23 do 115, a postignut viši rezultat označava i viši doživljaj smisla života. Istraživanjem na uzorku hrvatskih srednjoškolaca pokazalo se da je skala jednofaktorski upitnik zadovoljavajuće pouzdanosti (Cronbachalpha od .89) (Vulić-Prtorić i Bubalo, 2006). U ovom istraživanju također je utvrđena zadovoljavajuća pouzdanost (Cronbachalpha od .94).

### **3.3. Postupak**

Podaci su prikupljeni grupno na studentima različitih studijskih usmjerenja Sveučilišta u Zadru u nekoliko navrata prije početka predavanja u predavaonicama. Pri tome je primijenjen upitnik tipa papir-olovka. Sudionicima je jasno naznačeno kako će se rezultati ovog istraživanja koristiti isključivo u znanstvene svrhe te će se podaci analizirati na grupnoj razini. Sudionici su zamoljeni da prilikom popunjavanja upitnika pažljivo pročitaju uputu koja prethodi svakoj novoj seriji pitanja te da što iskrenije odgovore na pitanja. Naglašeno im je kako je sudjelovanje u ovom istraživanju u potpunosti dobrovoljno i anonimno te se stoga podatak o njihovom imenu u upitniku nigdje nije tražio. Prilikom ispunjavanja upitnika sudionici su mogli upitati o eventualnim nejasnoćama, a također im je rečeno da se za sva pitanja o svojem sudjelovanju u istraživanju mogu obratiti na ponuđene mail adrese.

## **4. REZULTATI**

### *4.1. Osnovni deskriptivni podaci ispitivanih varijabli*

U prvom dijelu obrade rezultata provjereni su osnovni deskriptivni podaci ispitivanih varijabli (Tablica 1).

Tablica 1

Osnovni deskriptivni statistici *Skale smisla života*, *Adaptirane skale preferirane samoće* te pojedinih subskala *Skale socijalne i emocionalne usamljenosti* na uzorku studenata/ica Sveučilišta u Zadru ( $N=160$ )

	<i>M</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>SD</i>
Dob	20.68	18.00	30.00	2.08
Socijalna usamljenost	28.68	13.00	81.00	11.99
Usamljenost u ljubavi	43.09	10.00	78.00	18.65
Usamljenost u obitelji	18.21	11.00	53.00	9.47
Doživljaj smisla života	88.03	24.00	113.00	14.99
Preferirana samoća	23.56	7.00	35.00	5.04

Iz tablice je vidljivo kako su studenti ispodprosječno socijalno usamljeni, ispodprosječno usamljeni u obitelji te nešto ispod prosjeka u usamljenosti u ljubavi u odnosu na teoretski raspon rezultata. Nadalje, studenti su malo iznad prosjeka po preferiranoj samoći te iznad prosjeka u doživljaju smisla života.

Kao uvjet korištenja parametrijskih statističkih postupaka, potrebno je provjeriti jesu li distribucije rezultata za navedene varijable normalne. Rezultati Kolmogorov-Smirnovljeva testa normaliteta distribucije te indeksa asimetričnosti i spljoštenosti prikazani su u Tablici 2.

Tablica 2

Prikaz rezultata Kolmogorov-Smirnovljeva testa normaliteta distribucije te indeksa asimetričnosti i spljoštenosti na subskalama socijalne usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji, *Adaptiranoj skali preferirane samoće* te *Skali smisla života* ( $N=160$ )

	Kolmogorov-Smirnov	Asimetričnost	Spljoštenost
Socijalna usamljenost	.13**	1.27	1.90
Usamljenost u ljubavi	.09	-0.15	-1.15
Usamljenost u obitelji	.22**	1.69	2.41
Doživljaj smisla života	.16**	-1.31	2.24
Preferirana samoća	.06	-0.14	0.07

\*\* $p < .01$

Kolmogorov-Smirnovljevim testom dobiveno je da se rezultati na subskali socijalne usamljenosti, usamljenosti u obitelji i *Skali smisla života* ne distribuiraju normalno. No, prema kriteriju kojeg navodi Kline (2005), za distribucije koje nemaju indeks asimetričnosti veći od 3 i indeks spljoštenosti veći od 10 opravdano je koristiti parametrijske statističke postupke. S druge strane, Kolmogorov-Smirnovljevim testom dobiveno je da se rezultati na *Adaptiranoj skali preferirane samoće* i subskali usamljenosti u ljubavi distribuiraju normalno.

4.2. Razlike u ispitivanim varijablama s obzirom na spol, godinu studija te status romantične veze

*Razlike u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i ljubavi, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći s obzirom na spol*

U svrhu odgovora na prvi problem, odnosno, utvrđivanja razlika u ispitivanim varijablama s obzirom na spol ispitanika korišten je t-test za nezavisne uzorke ( Tablica 3).

Tablica 3

Rezultati t-testa za nezavisne uzorke u svrhu utvrđivanja spolnih razlika u navedenim varijablama ( $N_1=63$ ,  $N_2=97$ )

	Mladići ( $N=63$ )		Djevojke ( $N=97$ )		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Socijalna usamljenost	31.83	11.65	26.63	11.82	-2.73**
Usamljenost u ljubavi	47.68	16.59	40.11	19.38	-2.55*
Usamljenost u obitelji	19.49	9.55	17.37	9.37	-1.39
Doživljaj smisla života	85.83	17.05	89.46	13.38	1.51
Preferirana samoća	23.41	4.49	23.65	5.39	0.29

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$

Utvrđena je statistički značajna razlika u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u ljubavi između studenata i studentica. Studenti su u prosjeku više socijalno usamljeni i usamljeniji u ljubavi od studentica. Nije utvrđena statistički značajna razlika u usamljenosti u obitelji, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između studenata i studentica ( $p>.05$ ).

*Razlike u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i ljubavi, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći s obzirom na status ljubavne veze*

U svrhu odgovora na drugi problem, odnosno, utvrđivanja razlika u navedenim varijablama s obzirom na status ljubavne veze, odnosno između onih studenata/ica koji jesu i onih koji nisu u romantičnoj vezi, korišten je t-test za nezavisne uzorke (Tablica 4).

Tablica 4

Rezultati t-testa za nezavisne uzorke u svrhu utvrđivanja razlika u navedenim varijablama između studenata/ica koji jesu i onih koji nisu u ljubavnoj vezi ( $N_1=96$ ,  $N_2=64$ )

	Nisu u vezi ( $N_1=96$ )		U vezi ( $N_2=64$ )		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
Socijalna usamljenost	28.92	10.86	28.31	13.59	0.31
Usamljenost u ljubavi	55.02	11.51	25.20	11.66	15.97**
Usamljenost u obitelji	17.81	8.22	18.80	11.12	-0.64
Doživljaj smisla života	85.02	15.54	92.55	12.96	-3.20**
Preferirana samoća	24.64	5.01	21.94	4.68	3.43**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

Utvrđena je statistički značajna razlika u usamljenosti u ljubavi, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između studenata/ica koji su u ljubavnoj vezi i onih koji nisu. Studenti koji su u ljubavnoj vezi manje su usamljeni u ljubavi, imaju veći doživljaj smisla života te manje preferiraju samoću u odnosu na studente/ice koji nisu u ljubavnoj vezi. Nije utvrđena statistički značajna razlika u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u obitelji i između studenata/ica koji su u vezi i onih koji nisu ( $p > .05$ ).

*Razlike u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i ljubavi, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između bruceša/ica i studenata/ica viših godina studija.*

U svrhu odgovora na treći problem, odnosno utvrđivanja razlika u navedenim varijablama između bruceša/ica i studenata/ica viših godina studija korišten je t-test za nezavisne uzorke (Tablica 5).

Tablica 5

Rezultati t-testa za nezavisne uzorke u svrhu utvrđivanja razlike u navedenim varijablama između brućoša i studenata viših godina studija (2.,3.,4. i 5. godina zajedno) ( $N_1=90$ ,  $N_2=70$ ).

	Brućoši ( $N_1=90$ )		Studenti viših godina ( $N_2=70$ )		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Socijalna usamljenost	28.38	10.78	29.06	13.46	-0.35
Usamljenost u ljubavi	46.44	16.49	38.79	20.43	2.62**
Usamljenost u obitelji	18.17	9.01	18.26	10.09	-0.06
Doživljaj smisla života	87.16	16.18	89.16	13.33	-0.84
Preferirana samoća	22.76	5.02	24.59	4.92	-2.31*

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$

Nije utvrđena statistički značajna razlika u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i doživljaju smisla života između brućoša/ica i studenata/ica viših godina studija (druga, treća, četvrta i peta) ( $p>.05$ ). Utvrđena je statistički značajna razlika u usamljenosti u ljubavi između brućoša/ica i studenata/ica viših godina studija. Brućoši/ce su usamljeniji u ljubavi u odnosu na studente viših godina studija. Utvrđena je također statistički značajna razlika u preferiranoj samoći između brućoša/ica i studenata/ica viših godina studija. Studenti/ice viših godina studija više preferiraju samoću u odnosu na brućoše.

#### 4.3. Povezanost ispitivanih varijabli

Kako bi se utvrdila povezanost između svih varijabli relevantnih za ovo istraživanje, korišten je Pearsonov koeficijent korelacije. U tablici 5 prikazani su koeficijenti korelacija svih varijabli relevantnih za ovo istraživanje na ukupnom uzorku studenata/ica ( $N=160$ ).

Tablica 6

Rezultati Pearsonovog koeficijenta korelacije za utvrđivanje povezanosti između navedenih varijabli na ukupnom uzorku studenata/ica ( $N=160$ )

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.Dob	1					
2.Socijalna usamljenost	.15	1				
3.Usamljenost u ljubavi	-.04	.21*	1			
4.Usamljenost u obitelji	.17*	.51*	.16*	1		
5.Doživljaj smisla života	-.03	-.55*	-.41*	-.55*	1	
6.Preferirana samoća	.18*	.05	.34*	.12	-.16	1

\*  $p < .05$

*Povezanost između dobi i ostalih varijabli*

Utvrđena je statistički značajna slaba pozitivna povezanost između dobi s jedne strane te preferirane samoće i usamljenosti u obitelji s druge. Što je veća dob studenata/ica, to oni u prosjeku više preferiraju samoću te su usamljeniji u obitelji. Nadalje, nije utvrđena statistički značajna povezanost između dobi s jedne strane i socijalne usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i doživljaja smisla života s druge strane ( $p > .05$ ).

*Povezanost između tri vrste usamljenosti*

Utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost između sve tri vrste usamljenosti pri čemu su usamljenost u ljubavi s jedne strane te usamljenost u obitelji i socijalna usamljenost s druge strane slabo povezane, dok su usamljenost u obitelji i socijalna usamljenost umjereno povezane. Što su studenti/ice usamljeniji u ljubavi i što su usamljeniji u obitelji to su i socijalno usamljeniji. Također, što su studenti/ice više usamljeni u obitelji, to su više usamljeni u ljubavi.

*Povezanost između tri vrste usamljenosti i preferirane samoće*

Kao odgovor na četvrti problem, utvrđena je statistički značajna umjerena pozitivna povezanost između preferirane samoće i usamljenosti u ljubavi. Što studenti/ice više preferiraju samoću, to su usamljeniji u ljubavi. No, nije utvrđena statistički značajna povezanost između preferirane samoće s jedne strane, te socijalne usamljenosti i usamljenosti u obitelji s druge strane ( $p < .05$ )

*Povezanost između tri vrste usamljenosti i doživljaja smisla života*

Kao odgovor na peti problem, utvrđena je statistički značajna umjerena negativna povezanost između doživljaja smisla života s jedne strane te socijalne usamljenosti, usamljenosti u obitelji i usamljenosti u ljubavi s druge strane. Što su studenti/ice manje socijalno usamljeni te manje usamljeni u ljubavi i u obitelji to imaju veći doživljaj smisla života.

### *Povezanost između doživljaja smisla života i preferirane samoće*

Kao odgovor na šesti problem, nije utvrđena značajna povezanost između doživljaja smisla života i preferirane samoće ( $p < .05$ ).

#### *4.4. Povezanost ispitivanih varijabli na muškom i ženskom poduzorku*

U svrhu detaljnije analize, korišten je Pearsonov koeficijent korelacije kako bi se utvrdila povezanost svih relevantnih varijabli za ovo istraživanje na muškom ( $N=63$ ) i ženskom poduzorku ( $N=97$ ). Rezultati Pearsonovog koeficijenta korelacije za utvrđivanje povezanosti svih ispitivanih varijabli na poduzorcima nalaze se u Tablici 7 i 8 koje se nalaze se u Prilogu.

#### *Povezanost između dobi i ostalih varijabli na poduzorcima*

Kod studentica je utvrđena je statistički značajna slaba pozitivna povezanost između dobi s jedne strane, te socijalne usamljenosti i usamljenosti u obitelji s druge strane. Što su studentice starije, to su više socijalno usamljene i usamljene u obitelji. Nije utvrđena statistički značajna povezanost između dobi s jedne strane, i usamljenosti u ljubavi, doživljaja smisla života i preferirane samoće s druge strane ( $p > .05$ ).

Kod studenata, utvrđena je statistički značajna umjerena pozitivna povezanost između dobi i preferirane samoće. Što su studenti stariji, to u prosjeku više preferiraju samoću. Nadalje, nije utvrđena statistički značajna povezanost između dobi s jedne strane i socijalne usamljenosti, usamljenosti u obitelji, usamljenosti u ljubavi i doživljaja smisla života s druge strane ( $p > .05$ ).

#### *Povezanost između sve tri vrste usamljenosti*

Kod studentica, nije utvrđena statistički značajna povezanost između usamljenosti u ljubavi i socijalne usamljenosti ( $p > .05$ ). Utvrđena je statistički značajna umjerena pozitivna povezanost između usamljenosti u obitelji i socijalne usamljenosti. Što su studentice usamljenije u obitelji, više su socijalno usamljene. Nadalje, nije utvrđena statistički značajna povezanost između usamljenosti u obitelji i usamljenosti u ljubavi ( $p > .05$ ).

Kod studenata, utvrđena je statistički značajna umjerena pozitivna povezanost između usamljenosti u ljubavi i usamljenosti u obitelji s jedne strane i socijalne usamljenosti s druge strane. Što su studenti usamljeniji u ljubavi i što su usamljeni u obitelji to su i socijalno usamljeniji. Nadalje, nije utvrđena statistički značajna povezanost između usamljenosti u obitelji i usamljenosti u ljubavi ( $p > .05$ ).

#### *Povezanost između tri vrste usamljenosti i preferirane samoće*

Kod studentica i kod studenata, utvrđena je statistički značajna umjerena pozitivna povezanost između preferirane samoće i usamljenosti u ljubavi. Što studenti i studentice više preferiraju samoću, to su usamljeniji u ljubavi. Nadalje, nije utvrđena statistički značajna povezanost između preferirane samoće s jedne strane, te socijalne usamljenosti i usamljenosti u obitelji s druge strane ( $p > .05$ ).



### *Povezanost između tri vrste usamljenosti i doživljaja smisla života*

I kod studenata i studentica je utvrđena statistički značajna umjerena negativna povezanost između doživljaja smisla života s jedne strane te socijalne usamljenosti, usamljenosti u obitelji i usamljenosti u ljubavi s druge strane. Što su studenti i studentice manje socijalno usamljeni te manje usamljeni u ljubavi i u obitelji to im je veći doživljaj smisla života.

### *Povezanost između doživljaja smisla života i preferirane samoće*

Kod studentica, utvrđena je statistički značajna slaba negativna povezanost između preferirane samoće te doživljaja smisla života. Što studentice više preferiraju samoću, to imaju manji doživljaj smisla života. Nije utvrđena povezanost između preferirane samoće i doživljaja smisla života kod mladića ( $p > .05$ ).

## **5. RASPRAVA**

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos socijalne i emocionalne usamljenosti i preferirane samoće s jedne strane te doživljaja smisla života s druge strane te ispitati razlike u navedenim varijablama s obzirom na spol studenata, godinu studija te status ljubavne veze.

Prvi problem je bio usporediti razine socijalne usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji, doživljaja smisla života i preferirane samoće između studenata i studentica. Pretpostavljalo se da će mladići biti usamljeniji u ljubavi i socijalno usamljeniji u odnosu na studentice te da neće postojati razlike u usamljenosti u obitelji između mladića i djevojaka. Isto tako, pretpostavljalo se da neće postojati spolne razlike u doživljaju smisla života i preferiranoj samoći. Statističkom obradom utvrđena je značajna razlika u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u ljubavi između studenata i studentica pri čemu su studenti u prosjeku više socijalno usamljeni i usamljeniji u ljubavi od studentica, ali nije utvrđena značajna razlika u usamljenosti u obitelji, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći između studenata i studentica. Istraživanja pokazuju da, iako usamljenost mogu doživljavati i mladići i djevojke postoje neke razlike među spolovima. Ozben (2013) je u svom istraživanju pronašao da su studenti u prosjeku usamljeniji od studentica što je objasnio nižim razinama socijalnih vještina i zadovoljstva životom utvrđenih kod studenata. Viša socijalna usamljenost studenata u našem istraživanju, možda je posljedica nižih socijalnih vještina muškaraca, no iste nisu mjerene te bi buduća istraživanja trebala uzeti mjeru socijalnih vještina kako bi se utvrdio faktor u osnovi spolnih razlika u socijalnoj usamljenosti. Također, još neka istraživanja koja su pronašla veću usamljenost kod muškaraca navode kako muškarci nemaju razvijene strategije suočavanja s usamljenošću u odnosu na žene (Jones i sur, 1983). Neka istraživanja su pokazala da žene imaju veće socijalne mreže nego muškarci (Veroff i sur, 1981). Salimi (2011) je također pronašao veće razine usamljenosti kod studenata u odnosu na

studentice korištenjem SELSA-e. Svoje je rezultate objasnio time da žene više pričaju o svojim osjećajima i dijele svoje osjećaje s prijateljima otvorenije nego muškarci što pridonosi njihovoj nižoj razini usamljenosti u odnosu na mladiće. Također, ove razlike u usamljenosti mogu biti objašnjenje spolnim razlikama u samootkrivanju pogotovo ako se radi o romantičnim vezama. Razvijanje bliskih veza zahtijeva samootkrivanje. Dindia i Allen (1992, prema Salimi, 2011) utvrdili su kako su žene sklonije samootkrivanju u usporedbi s muškarcima tako da manje doživljavaju usamljenost. No, važno je napomenuti da je Salimi (2011) utvrdio ove spolne razlike samo za emocionalnu usamljenost, dok kod socijalne usamljenosti nisu utvrđene spolne razlike što je suprotno rezultatima ovog istraživanja. Nekić (2005, prema Lacković- Grgin, 2008) je kod hrvatskih srednjoškolaca i studenata pronašla veću socijalnu usamljenost i usamljenost u ljubavi kod mladića, dok kod usamljenosti u obitelji nisu pronađene spolne razlike. Kao objašnjenje svojih nalaza, Nekić (2005, prema Lacković-Grgin, 2008) se poziva na istraživanje Argyla i Claesa o očekivanjima intimnosti i samootkrivanja te o ostvarenosti tih očekivanja. Ovi autori nalaze kako mladići imaju manja očekivanja od prijateljskih odnosa te manju razinu ostvarenosti tih očekivanja u odnosu na djevojke čime se objašnjava veća emocionalna usamljenost mladića. Prema Weissu (1973), emocionalna usamljenost rezultira iz manjka bliske, intimne privrženosti drugoj osobi; dok socijalna usamljenost rezultira iz manjka mreže socijalnih odnosa u kojima je osoba dio grupe prijatelja koji dijele zajedničke interese i aktivnosti. Kod žena, kvaliteta socijalnih odnosa je bolja te je intimnost u tim odnosima dublja nego kod muškaraca, što objašnjava nižu emocionalnu i socijalnu usamljenost žena. Nadalje, dobivena neznačajna razlika u usamljenosti u obitelji između muškarca i žena govori nam u prilog tome da su usamljenost u ljubavi i u obitelji dvije različite facete emocionalne usamljenosti te da navedene spolne razlike u samootkrivanju, socijalnim vještinama te očekivanju intimnosti i ostvarenosti tih očekivanja, ne utječu na razlike u usamljenosti u obitelji.

Drugi problem bio je utvrditi razlike u prethodno navedenim varijablama s obzirom na status ljubavne veze. Pretpostavljalo se da će studenti/ice koji nisu u ljubavnoj vezi doživljavati veće razine usamljenosti u ljubavi u odnosu na one koji su u vezi, ali da između njih neće postojati razlike u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u obitelji. Također se pretpostavljalo da će studenti/ice koji nisu u ljubavnoj vezi više preferirati samoću te da će imati manji doživljaj smisla života što je i potvrđeno. Značajne razlike u usamljenosti u ljubavi, doživljaju smisla života i preferiranoj samoći nisu neuobičajene s obzirom da su socijalne veze najčešći izvori smisla u životu (Debats, 1999) te s obzirom na važnost ovih odnosa u periodu predodraslosti. Također, s obzirom da je formiranje i održavanje pozitivnih bliskih odnosa jedna od primarnih motivacija za svakog pojedinca (Maslow, 1968), ne čudi

da oni studenti koji nisu ostvarili privrženost s ljubavnim partnerom imaju manji doživljaj smisla života. Što se tiče usamljenosti, istraživanja pokazuju kako se razine usamljenosti studenata razlikuju s obzirom na postojanje ljubavne veze. Ozdemir i Tuncay (2008) pokazali su kako je usamljenost kod studenata povezana s ljubavnim odnosima. Weis (1973) navodi kako će se usamljenima osjećati one osobe koje se ne mogu povezati s drugim pojedincima. Ovaj nalaz je sličan nalazima Buyuksahina (2001) koji je utvrdio nižu razinu usamljenosti onih pojedinaca koji imaju bliske odnose u odnosu na one koji nemaju takve odnose. Ovi rezultati možda bi se mogli objasniti i relativnom distinktivnosti ljubavnih veza u odnosu na druge vrste socijalnih odnosa. Jedna primarna značajka po kojoj se razlikuju prijateljstva i ljubavne veze je znatna razlika u intimnosti (Moss i Schwebel, 1993). Bliski prijatelji također mogu dijeliti intimne detalje o svojim životima, no uloga intimnosti u ljubavnim odnosima dublja je i važnija. Zajedno s intimnosti, predanost i strast su dvije dodatne karakteristike koje su u središtu ljubavnih veza. I na kraju, što se tiče preferirane samoće, moguće je da oni studenti koji nisu ostvarili ljubavnu vezu koriste preferiranu samoću kao način suočavanja s usamljenošću. No, moguće je i obrnuto; studenti koji preferiraju samoću posjeduju neke karakteristike koje su onemogućile razvoj ljubavnih veza (npr. manjak socijalnih vještina, sramežljivost i sl.). Stoga bi buduća istraživanja trebala utvrditi razloge zbog kojih osobe preferiraju samoću, odnosno koriste li ju na konstruktivan način ili ne tj. utvrditi karakteristike osoba koje preferiraju samoću poput sramežljivosti. Isto tako, buduća istraživanja bi mogla, osim ispitivanja samog statusa ljubavne veze ispitati i kvalitetu ljubavnih veza budući da se pokazalo da samo postojanje ili nepostojanje ljubavne veze nije ono koje objašnjava koristi za nečiju dobrobit. Kvaliteta ljubavne veze također je važna za procjenu dobrobiti (Kansky, 2018). Stoga bi bilo zanimljivo utvrditi koliko ove karakteristike ljubavne veze pridonose osjećaju usamljenosti, doživljaju smisla života te preferiranoj samoći. Nepostojanje razlike u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u obitelji između studenata koji su u ljubavnoj vezi i onih koji nisu ukazuju nam na potrebu razlikovanja ova tri tipa usamljenosti te činjenicu da pojedinac može doživljavati usamljenost u jednom aspektu svojih odnosa s drugima, ali ne mora i u drugom aspektu. Odsutnost ljubavne veze kod nekih studenata nije povezana s manjkom socijalne mreže prijatelja i članova u obitelji u odnosu na studente koji imaju ljubavnu vezu.

Treći problem je bio utvrditi razlike u navedenim varijablama između bruceša i studenata viših godina studija. Pretpostavljalo se da će bruceši doživljavati veće razine sve tri vrste usamljenosti, niži doživljaj smisla života te da će manje preferirati samoću u odnosu na studente viših godina studija. Statističkom analizom nije utvrđena značajna razlika u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i doživljaju smisla života između bruceša/ica i

studenta/ica viših godina studija. S druge strane, utvrđena je značajna razlika u usamljenosti u ljubavi i preferiranoj samoći između bruoša/ica i studenata/ica viših godina studija. Pri tome, bruoši su usamljeniji u ljubavi i manje preferiraju samoću u odnosu na studente viših godina studija. Istraživanja pokazuju kako bruošima dolazak na studij predstavlja novu situaciju koja u njihov život unosi mnogo promjena (Hechanova-Alampay i sur., 2002). Neki od njih se po prvi puta udaljavaju od kuće i razdvajaju se od roditelja, što može dovesti do promjene njihova odnosa s roditeljima. Iz tog razloga, mnogi od njih će se vjerojatno osjetiti usamljeno nakon preseljenja, dok ne steknu nove prijatelje i ne uklope se u novu zajednicu (Taylor i sur, 2000). No, u ovom istraživanju nisu utvrđene veća socijalna i usamljenost u obitelji kod bruoša u odnosu na studente viših godina studija. Istraživanja pokazuju da se 75% bruoša osjeća usamljeno tijekom prva dva tjedna na fakultetu (Cutrona, 1982). Ovo je istraživanje provedeno u kasnijem periodu te je moguće da su se bruoši već uklopili u novu zajednicu i stekli nove prijatelje te zbog toga nemaju veću razinu socijalne usamljenosti u odnosu na studente viših godina. Nadalje, pokazalo se da studenti koji doživljavaju usamljenost često ne posjeduju socijalne vještine ili kompetenciju nužne za započinjanje i razvijanje bliskih veza (Jones, Hobbs i Hockenbury, 1982). Moguće je da se socijalna usamljenost javlja samo kod tog specifičnog poduzorka bruoša, a ne kod bruoša općenito. Što se tiče usamljenosti u obitelji, u ovom istraživanju nije utvrđena razlika između bruoša i studenata viših godina studija što se očekivalo s obzirom na čestu promjenu odnosa s roditeljima koja se javlja u ovom periodu. Flanagan, Schulenber i Fuligni (1993) su usporedili odnose između studenata i roditelja kod studenata koji su se preselili izvan svog mjesta prebivališta u odnosu na studente koji su ostali unutar svog mjesta prebivališta. Oni su predložili da proces individuacije studenata i redefinicija njihovih odnosa s roditeljima može biti problematičnija za studente koji nisu napustili svoje mjesto prebivališta te još žive kod kuće sa svojim roditeljima. Pohađanje fakulteta dalje od kuće pruža adolescentima priliku donošenja odluka nezavisno od roditelja, odnosno roditeljske potpore i nadgledanja. Oni navode da ovo može biti povezano sa pozitivnom percepcijom i od strane studenata i roditelja što pozitivno utječe na njihov odnos. U ovom istraživanju, većina studenata studira izvan svog mjesta prebivališta te je možda to mogući razlog nedobivanja značajne razlike u usamljenosti u obitelji između bruoša i studenata starijih godina studija. Veća usamljenost u ljubavi bruoša u odnosu na starije studente može se objasniti specifičnim periodom razvoja u kojem se nalaze bruoši. Naime, privrženost, briga i intimnost u ljubavnim vezama postaju izraženije tek u kasnoj adolescenciji ili ranoj odrasloj dobi (Žulj, 2014) u odnosu na ranu adolescenciju. Moguće je da se bruoši nalaze u razdoblju u kojem im ovi aspekti ljubavnih veza postaju sve važniji, no nisu još te veze ostvarili zbog čega se osjećaju usamljeno u ljubavi. Kako adolescenti stare, i njihova se definicija ljubavi s vremenom mijenja (Furman i

Collins, 2007). Značajna razlika u preferiranoj samoći između brucoša i studenata starijih godina, pri čemu brucoši manje preferiraju samoću u odnosu na starije studente, biti će objašnjena u kasnijem odjeljku kada se bude raspravljalo o povezanosti dobi i preferirane samoće. Naime, moguće da je dob odgovorna za ove razlike između brucoša i studenta viših godina u smislu da je povezana s njihovom preferencijom samoće.

Četvrti problem bio je utvrditi povezanost između tri vrste usamljenosti s jedne strane te preferirane samoće s druge strane. Pretpostavljala se pozitivna povezanost između ove tri vrste usamljenosti i preferirane samoće. Utvrđena je značajna umjerena pozitivna povezanost između preferirane samoće i usamljenosti u ljubavi na cjelokupnom uzorku kao i na oba poduzorka mladića i djevojaka. Što studenti/ice više preferiraju samoću, to su usamljeniji u ljubavi. Ovo je u skladu s prethodno navedenim nalazom kako oni studenti koji su u ljubavnim vezama, manje preferiraju samoću u odnosu na one koji nisu u takvim vezama. To bi ukazivalo na mogućnost da se studenti s usamljenošću u ljubavi suočavaju pomoću samoće. No, kao što je prethodno navedeno, može vrijediti i obrnuto: veća preferencija samoće dovodi do veće usamljenosti u ljubavi zbog toga što ona onemogućava razvoj bliskih veza ili pak studenti koji preferiraju samoću posjeduju neke karakteristike koje su im onemogućile razvoj istih. U razdoblju predodraslosti, velika važnost usmjerena je na socijalne interakcije s vršnjacima (npr. cimeri, kolege) i veze (npr. ljubavni partneri, roditelji, prijatelji). Istraživanja su pokazala kako sramežljivi i povučeni predodrasli koji preferiraju samoću manje izlaze u odnosu na svoje vršnjake koji nisu sramežljivi i povučeni (Leck, 2006). Također se pokazalo da se takvi pojedinci osjećaju manje kompetentnima u ljubavnim vezama i manje socijalno prihvaćenima među vršnjacima (Nelson i sur, 2008) te da izvješćuju o manje kvalitetnim odnosima s prijateljima, ljubavnim partnerima i roditeljima (Nelson, 2012). Dakle, moguće je da su karakteristike onih pojedinaca koji preferiraju samoću odgovorne za njihovu veću usamljenost u ljubavi jer su im takve karakteristike onemogućile ostvarenje adekvatnih ljubavnih odnosa. Buduća istraživanja bi stoga trebala utvrditi je li sramežljivost osoba koje preferiraju samoću odgovorna za njihov veći osjećaj usamljenosti u ljubavi. Također, iako su Wang i suradnici (2013) pronašli kako je preferirana samoća maladaptivnija u ranoj adolescenciji u odnosu na kasnu, oni navode kako odnos između preferirane samoće i prilagodbe možda nije linearan tijekom vremena. Oni navode kako preferencija za samoću može postati maladaptivnija u kasnoj adolescenciji te pridonijeti osjećaju usamljenosti zbog novih socijalnih zahtjeva odraslosti (npr. prilagodba na fakultet, uspostavljanje ljubavnih odnosa). Statističkom obradom nije utvrđena značajna povezanost između preferirane samoće s jedne strane, te socijalne usamljenosti i usamljenosti u obitelji s druge ni kod muškaraca ni kod žena. Moguće je da ove karakteristike studenata koji

preferiraju samoću nisu povezane, odnosno ne narušavaju odnose s obitelji i vršnjacima već da to vrijedi samo za romantične veze.

Što se tiče dodatnih analiza, utvrđena je značajna slaba pozitivna povezanost između dobi s jedne strane te preferirane samoće i usamljenosti u obitelji s druge na cjelokupnom uzorku, ali ne i povezanost između dobi i socijalne usamljenosti. No, na razini poduzoraka, slaba pozitivna povezanost između dobi i preferirane samoće utvrđena je samo kod mladića, dok je slaba pozitivna povezanost između dobi s jedne strane i usamljenosti u obitelji te socijalne usamljenosti utvrđena samo kod djevojaka. Što je veća dob studenata to oni u prosjeku više preferiraju samoću, a što je veća dob studentica, to su one usamljenije u obitelji i socijalno. Što se tiče veće usamljenosti u obitelji s dobi, važno je naglasiti kako kroz adolescentske godine mladi provode sve manje vremena sa članovima obitelji i sve više vremena s vršnjacima (Larson i Richards, 1991) te se njihovi obiteljski odnosi mijenjaju. (Steinglass, 1987, Arnett, 2000; prema Johnson, Gans, Kerr i LaValle, 2010). Studenti se suočavaju sa zadatkom separacije i individuacije te često dolazi do psihološke borbe između povezanosti s obitelji s jedne strane i nezavisnosti s druge. Teoretičari obiteljskih sustava smatraju kako pojedinci trebaju zadržati osjećaj povezanosti s obitelji, ali u isto vrijeme diferencirati sebe od obitelji (Minuchin, 1974, Bowen, 1976; prema Johnson i sur, 2010 ). Brzo povlačenje od obiteljskih veza može pridonijeti većoj autonomiji, ali također može dovesti do neostvarenja socijalnih potreba. Tako da na kraju, potraga za autonomijom može dovesti do usamljenosti čime se možda može objasniti veća usamljenost u obitelji s porastom dobi studentica. Mogući razlog što je veća usamljenosti u obitelji s dobi dobivena samo kod studentica jest spolna razlika u procesu separacije od roditelja. Istraživanja su pokazala da se kontakt s članovima obitelji smanjuje i kod mladića i kod djevojaka tijekom perioda predodraslosti, ali da ovaj kontakt brže opada kod mladića (Sneed i sur, 2006). Također, Gilligan (1979, 1982) navodi kako teorije koje naglašavaju razvoj autonomije (tj. instrumentalnosti i separacije) mogu biti više karakteristika razvoja osobnosti mladića nego djevojaka. Nadalje, pokazalo se da su bliske obiteljske veze tijekom adolescencije i kasne odrasle dobi više povezane sa psihološkom dobrobiti djevojaka nego mladića (Campbell i Watkins, 1988, Mann, 198, Kenny i Donaldson, 1991, Johnson, 1993; prema Sneed i sur, 2006). Da bi osoba funkcionirala neovisno i preuzela odgovornosti zrele odrasle osobe (instrumentalnost), osoba mora posvetiti značajnu količinu vremena i energije aktivnostima i odnosima izvan obitelji (separacija). Da bi se to ostvarilo, potrebno je postizanje emocionalne i funkcionalne nezavisnosti od obitelji (Hoffman i Weiss, 1987). Možda upravo iz razloga što djevojke percipiraju obiteljske veze važnijima, a za proces separacije je važno emocionalno i funkcionalno odvajanje od roditelja, osjećaju se više usamljenima u obitelji kroz ovaj proces

separacije. Nadalje, utvrđena je veća socijalna usamljenost djevojaka s dobi, ali ne i mladića. Istraživanja pokazuju da tijekom razdoblja predodraslosti, kada mladi preuzimaju nove uloge može doći do ubrzavanja bliskih odnosa u nekim aspektima (npr. ljubavne veze), ali narušavanja odnosa u nekim drugim aspektima (npr. prijateljske veze). Barry, Madsen, Nelson, Carroll i Badger (2009) su pokazali kako, što je osoba dosegla veći broj kriterija odraslosti, to je imala lošiju kvalitetu odnosa s prijateljima, ali bolju kvalitetu odnosa s ljubavnim partnerom. Drugim riječima, prijateljstva mogu postati manje korisnima jednom kada osoba pristupi statusu odrasle osobe. S druge strane, ljubavni partneri postaju korisnijima u podupiranju mladih odraslih u nadolazećim razvojnim zadacima (brak, obitelj i karijera). No, ovo ne objašnjava zašto je samo kod djevojaka dobivena pozitivna povezanost između dobi i socijalne usamljenosti. Treba naglasiti da se radi o slaboj povezanosti. No, unatoč tomu, prema Barryju i suradnicima (2009) ovo bi ukazivalo na to da su djevojke dostigle više kriterija odraslosti, no u tom slučaju bi se očekivala pozitivna povezanost između dobi i usamljenosti u ljubavi kod mladića. Naime, ako oni nisu dosegli dovoljan broj kriterija odraslosti, to bi značilo da se više oslanjaju na prijatelje, a manje na ljubavne partnere. No ova povezanost nije utvrđena te bi se stoga različite korelacije između dobi i tipova usamljenosti s obzirom na spol trebale detaljnije ispitati budućim istraživanjima.

Što se pak tiče umjerene pozitivne povezanosti između dobi i preferirane samoće na uzorku mladića, brojna istraživanja su pokazala kako se ulaženjem u kasnu adolescenciju povećava afinitet za samoću (Marcoens i Goossens, 1993) te da se povećava i važnost vremena provedenog u samoći (Larson, 1990). Mlađi adolescenti percipiraju samoću averzivnim stanjem te imaju negativna gledišta prema samoći i ponašanjima povlačenja (Larson, 1990; Rubin i Coplan, 2010). Za razliku od toga, samoća se percipira pozitivnijom u kasnoj adolescenciji (Coplan i Weeks, 2010, prema Wang i sur, 2013). S obzirom da je umjerena pozitivna povezanost između dobi i preferirane samoće utvrđena samo na poduzorku mladića, ali ne i na poduzorku djevojaka, to ukazuje na mogućnost kako se pozitivnija percepcija samoće s porastom dobi te njezino korištenje na konstruktivan način s porastom dobi odnosi samo na mladiće. I na kraju, nije utvrđena povezanost između dobi s jedne strane te usamljenosti u ljubavi i doživljaja smisla života s druge strane ni kod mladića ni kod djevojaka. Za osobni doživljaj smisla života vjeruje se da je općenito stabilan, no da može proći kroz promjene tijekom životnog vijeka kako se mijenjaju sustavi vrijednosti (Reker i Wong, 1988). Moguće je da je općenita stabilnost doživljaja smisla života razlog nedobivanja značajne povezanosti između dobi i doživljaja smisla života. Također, moguće je da tijekom ovog perioda predodraslosti ne dolazi do značajnih promjena u odnosima s ljubavnim partnerima kao što je to slučaj kod članova obitelji. Kao još jedna od dodatnih

analiza, utvrđena je značajna pozitivna povezanost između sve tri vrste usamljenosti na cjelokupnom uzorku. No, na razini poduzoraka, nije utvrđena značajna povezanost između usamljenosti u ljubavi i socijalne usamljenosti kod žena, no utvrđena je umjerena povezanost između ova dva tipa usamljenosti kod muškaraca. Što su studenti više usamljeni u ljubavi to su više socijalno usamljeni. Moguće je da kod mladića, zbog manjka socijalnih vještina o kojima izvješćuju neka istraživanja, njihove socijalne mreže ovise o socijalnoj mreži njihovih partnerica. Odnosno, istraživanja su pokazala kako je supruga važna osoba za socijalnu integraciju svojih muževa (Ćubela Adorić, 2006, prema Lacković-Grgin, 2008) što možda vrijedi i za izvanbračne parove. Također, utvrđena je značajna umjerena pozitivna povezanost između usamljenosti u obitelji i socijalne usamljenosti i kod mladića i kod djevojaka. Što su studentice i studenti usamljeniji u obitelji, više su socijalno usamljeni. I naposljetku, nije utvrđena značajna povezanost između usamljenosti u obitelji i usamljenosti u ljubavi ni kod muškaraca ni kod žena. Mogući razlog ovakvim rezultatima jest što kod skale *Socijalne i emocionalne usamljenosti* (Ćubela Adorić i Nekić, 2004), koja je korištena treba biti oprezan pri interpretaciji rezultata u terminima socijalne i emocionalne usamljenosti. Na primjer, u obje je skupine ispitanika (hrvatskih srednjoškolaca i studenata Sveučilišta u Zadru) (Ćubela i Nekić, 2002, prema Ćubela Adorić, 2004) subskala usamljenosti u obitelji imala veću korelaciju sa subskalom socijalne usamljenosti nego sa subskalom usamljenosti u ljubavi koja intencionalno mjeri isti konstrukt.

Peti problem bio je utvrditi povezanost između socijalne usamljenosti, usamljenosti u ljubavi i obitelji s jedne strane te doživljaja smisla života s druge strane. Sukladno rezultatima ranijih istraživanja, očekivala se negativna povezanost između socijalne usamljenosti, usamljenosti u obitelji i ljubavi s jedne strane te doživljaja smisla života s druge strane. Statističkom obradom podataka utvrđena je značajna umjerena negativna povezanost između doživljaja smisla života s jedne strane te socijalne usamljenosti, usamljenosti u obitelji i usamljenosti u ljubavi na cijelom uzorku, kao i na poduzorcima mladića i djevojaka. Time je potvrđena početna pretpostavka. Što su studenti manje socijalno usamljeni te manje usamljeni u ljubavi i u obitelji, to imaju veći doživljaj smisla života. Stillman i suradnici (2009) su u svom istraživanju potvrdili pretpostavku o tome kako socijalna isključenost uzrokuje te je povezana sa globalnom redukcijom u percepciji života kao smislenog. Odnos između socijalne isključenosti i smisla života bio je procijenjen korištenjem laboratorijski potaknutog iskustva odbačenosti te osjećajem usamljenosti. Pokazano je kako su i odbačenost i usamljenost bili negativno povezani s doživljajem smisla života. Oni su dakle, usamljenost definirali kao jednu vrstu socijalne isključenosti; usamljenost je za njih prolongiran osjećaj socijalne isključenosti negativne valencije (Peplau i Perlman, 1982) te su naglasili da postoje



razlike između odbačenosti i usamljenosti, ali i sličnosti, od kojih je najveća ta da su obje deficiti u socijalnom pripadanju. Kao objašnjenje toga da je usamljenost negativno povezana s doživljajem smisla života navode kako su ljudi duboko motivirani povezati se s drugim ljudima. Značenje je, prema ovim autorima, stečeno socijalno. Kada smo odsječeni od drugih, gubimo pristup svim socijalno posredovanim značenjima, svrhama i vrijednostima (Stillman i sur, 2009). U svoja četiri istraživanja, Lambert i suradnici (2013) su pokazali da je snažan osjećaj pripadanja predviđao i čak uzrokovao kod ljudi percepciju visoke razine smisla u njihovim životima. Njihov rad pokazuje da odnosi koji osiguravaju osjećaj pripadanja doprinose većoj percepciji smisla u životu. Drugim riječima, prošla istraživanja pokazala su da je sama prisutnost odnosa bila povezana s percipiranjem života kao smislenog, dok je njihovo istraživanje pronašlo da oni odnosi koji promiču osjećaj pripadanja najviše doprinose percepciji smisla života. Imati osjećaj pripadanja znači imati odnose s ljudima, ili sa grupom ljudi, koji doprinose osjećaju uklopljenosti. Negativna povezanost između usamljenosti u obitelji i doživljaja smisla u skladu je s istraživanjem Lamberta i suradnika (2010) koji su kroz pet studija pokazali kako obiteljski odnosi pridonose osjećaju smisla života kod mladih odraslih sudionika njegovog istraživanja te da su ti odnosi snažan izvor značenja u životu. Važnost obiteljskih odnosa u ovom periodu objašnjen je karakteristikama predodraslosti, a to su istraživanje, razvoj identiteta i formiranje novih figura privrženosti (primarno ljubavnog partnera). Oni navode kako se mlade odrasle osobe tijekom traganja za smislom vlastita života, istraživanja i formiranja identiteta, vraćaju sigurnoj bazi vlastitih obitelji kako bi pronašli osjećaj smisla, sigurnosti i identiteta s obzirom da ovaj period karakterizira velika nestabilnost identiteta.

I na kraju, šesti problem je bio utvrditi povezanost između preferirane samoće i doživljaja smisla života pri čemu se očekivala njihova pozitivna povezanost. Osobe koje preferiraju samoću nezavisno odabiru biti same te iz tog razloga percipiraju vrijeme provedeno u samoći kao pozitivno (Toyoshima i Sato, 2017). U skladu s tim, Burger (1995) je zaključio kako je stanje samoće potrebno da bismo produbili vlastite misli i bavili se intelektualnim i kreativnim aktivnostima te da stoga preferencija za samoću pozitivno utječe na nečiju dobrobit. Kao što je već spomenuto, u kasnoj adolescenciji raste potreba za provođenjem vremena u samoći. Studentima je samoća potrebna i za učenje (Lacković-Grgin i sur, 1998). Long i Averill (2003) navode kako nam samoća pruža mogućnosti koje nam se inače ne nude u našem uobičajenom socijalnom okruženju. Naime, samoća nam omogućuje da se angažiramo u aktivnostima ili mislima koje su nama intrinzično privlačne. Statističkom obradom podataka na ukupnom uzorku nije utvrđena povezanost između preferirane samoće i doživljaja smisla života, no utvrđene su neke razlike s obzirom na spol. Naime, utvrđena je

značajna slaba negativna povezanost između preferirane samoće te doživljaja smisla života samo na ženskom poduzorku dok kod muškarca nije pronađena značajna povezanost. Što studentice više preferiraju samoću, to imaju manji doživljaj smisla života. Moguće je da djevojke gledaju na povlačenje negativnije nego mladići, internalizirajući negativna gledišta vršnjaka o povlačenju te se mogu negativno osjećati u vezi sebe, što može utjecati na njihov manji doživljaj smisla života. Moguće je da su vršnjaci veći izvor utjecaja za žene te da je kod njih izraženija potreba za pripadanjem. Buduća istraživanja trebala bi stoga ispitati razlike u gledištima na socijalno povlačenje s obzirom na spol te razlike u potrebi za pripadanjem. Kako povučeni pojedinci često nisu članovi vršnjačkih socijalnih grupa (Rubin i Coplan, 2010), to može potaknuti osjećaj otuđenosti kod mladih koji preferiraju samoću te pridonijeti manjem doživljaju smisla života. Također, iako neznčajne, korelacije između preferirane samoće i doživljaja smisla života na ukupnom uzorku i na mladićima imaju tendenciju kretanja u negativnom smjeru, što može upućivati na to da je ovaj uzorak ispitanika koristio samoću na manje konstruktivan način. To bi značilo da ispitanici možda nisu koristili samoću za produblјivanje vlastitih misli, povećanje intelektualnih aktivnosti i kreativnosti, filozofsku refleksiju, vijećanje sa samim sobom i slično, što bi moglo pridonijeti pozitivnoj vezi između preferirane samoće i doživljaja smisla života.

Neke preporuke za buduća istraživanja bile bi provesti istraživanje na većem broju studenata, a posebice voditi računa o izjednačavanju broja muških i ženskih sudionika. U ovom istraživanju, broj muških sudionika je bio manji u usporedbi s brojem ženskih što je moglo utjecati na navedene povezanosti. Nadalje, kao što je već spomenuto, bilo bi poželjno ispitati i samu kvalitetu ljubavnih veza, a ne samo status ljubavne veze kako bi se utvrdilo i koje su karakteristike ljubavnih veza povezane s osjećajem usamljenosti u ljubavi, doživljajem smisla života te s preferiranom samoćom. Važno je i utvrditi razloge preferiranja samoće kod ispitanika (koriste li ju na konstruktivan način ili ne) te ispitati neke njihove karakteristike poput sramežljivosti kako bi se dobio uvid u to jesu li te karakteristike pojedinaca koji preferiraju samoću povezane s većom usamljenosti u ljubavi te s manjim doživljajem smisla života. Isto tako, s obzirom na navedene razlike u usamljenosti u ljubavi i preferiranoj samoći između bruoša i studenata viših godina studija, bilo bi poželjno u budućim istraživanjima posebno ispitati razlike u navedenim varijablama između bruoša koji su zbog studiranja napustili mjesto prebivališta i onih koji su ostali u svom mjestu prebivališta. Također, bilo bi poželjno provesti istraživanje u prvim tjednima fakulteta s obzirom da tada bruoši vjerojatno još nisu formirali socijalne veze. Zaključno, rezultati ovog istraživanja pružaju nam vrijedne nalaze iz razloga što postoji malo istraživanja koja su se bavila odnosom usamljenosti i preferirane samoće s doživljajem smisla života te su se

prethodna istraživanja uglavnom bavila usamljenošću kao globalnim jednodimenzionalnim fenomenom. Ovo istraživanje pokazuje kako su sva tri aspekta odnosa s drugima: obiteljski, prijateljski i romantični aspekt povezani s doživljajem smisla života. Bilo bi zanimljivo u budućim istraživanjima procijeniti relativni doprinos svakog od ova tri aspekta doživljaju smisla života.

## 6. ZAKLJUČCI

1. Utvrđena je veća socijalna usamljenost i usamljenost u ljubavi kod mladića u odnosu na djevojke, ali nisu utvrđene spolne razlike u usamljenosti u obitelji, doživljaju smisla života te preferiranoj samoći.
2. Utvrđeno je da studenti/ice koji su u ljubavnoj vezi doživljavaju manju usamljenost u ljubavi, veći doživljaj smisla života i manje preferiraju samoću u odnosu na studente/ice koji nisu u vezi. Nisu utvrđene razlike u socijalnoj usamljenosti i usamljenosti u obitelji s obzirom na status ljubavne veze.
3. Utvrđeno je da su brucoši/ice usamljeniji u ljubavi i manje preferiraju samoću u odnosu na studente/ice viših godina studija, ali nije utvrđena razlika u socijalnoj usamljenosti, usamljenosti u obitelji i doživljaju smisla života između brucoša/ica i studenata/ica viših godina studija.
4. Utvrđeno je da je preferirana samoća umjereno pozitivno povezana s usamljenošću u ljubavi, ali nije povezana s usamljenošću u obitelji i socijalnom usamljenošću.
5. Utvrđena je umjerena negativna povezanost između sva tri tipa usamljenosti i doživljaja smisla života.
6. Nije utvrđena povezanost između preferirane samoće i doživljaja smisla života.

## 7. LITERATURA

- Barry, C. M., Madsen, S. D., Nelson, L. J., Carroll, J. S. i Badger, S. (2009). Friendship and romantic relationship qualities in emerging adulthood: differential associations with identity development and achieved adulthood criteria. *Journal of Adult Development*, 16, 209-222.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Baumeister, R.F. i Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 487-529.
- Bijelić, L. i Macuka, I. (2018). Smisao života: Uloga religioznosti i stavova prema smrti. *Psihologijske teme*, 27(2), 159-176.
- Borys, S. i Perlman, D. (1985). Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 63-74.
- Burger, P. M. (1995.). Individual differences in preference for solitude. *Journal of Research in Personality*, 29, 85-108.
- Buyuksahin, A. (2001). Comparison of university students with and without close relationships in terms of some psychological factors. Ankara University, Institute of Social Sciences.
- Cutrona, C. E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. (pp. 291–309). New York: Wiley Interscience.
- Ćubela Adorić, V. (2006): Prisni odnosi u odrasloj i starijoj dobi, 161-219, U: K. Lacković-Grgin i V. Ćubela Adorić (Ur): *Odabrane teme iz psihologije odraslih*, Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Ćubela Adorić, V. (2004). Skala socijalne i emocionalne usamljenosti. U: A. Proroković, K. Lacković-Grgin, V. Ćubela Adorić, Z. Penezić (ur), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Sv. 2, 52-61. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39, 30–57.
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 397–404.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., i Smith, H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.

- DiTomasso, E. i Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA). *Personality and Individual Differences, 14*, 127-134.
- Flanagan, C., Schulenberg, J. i Fuligni, A. (1993). Residential setting and parent-adolescent relationships during the college years. *Journal of Youth and Adolescence, 22*(2), 171-189.
- Fraley, R. i Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study of adult attachment dynamics in separating couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*, 291-322.
- Frankl, V. E. (2010). *Čovjekovo traganje za smislom*. Zagreb: Planetopija.
- Frankl, V. E. (1997). *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju*. Zagreb: Provincijalat franjevac trećoredaca.
- Furman, W. i Collins, W.A. (2007). Adolescent Romantic Relationships and Experiences. U: K. H. Rubin, W. Bukowski, i B. Laursen (Ur.). *Peer interactions, relationships, and groups*. New York: Guilford Press.
- Garcia-Alandete, J., Lozano, B. S., Nohales, S. P. i Martinez, E. R. (2013). Predictive role of meaning in life on psychological well-being and gender specific differences. *Acta Colombiana de Psicología, 16*, 75-82.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gilligan, C. (1979). *Woman's place in man's life cycle*. Harvard Educational Review, 49, 431– 446.
- Hampel, P., i Peterman, F. (2006). Perceived stress, coping, and adjustment in adolescents. *Journal of Adolescent Health, 38*, 409–415
- Hanson, R.O. (1986). Relational Competence, relationships, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 1050-1058.
- Hawkey, L. C., Masi, C. M., Berry, J. D. i Cacioppo, J. T. (2006). Loneliness is a unique predictor of age-related differences in systolic blood pressure. *Psychology and Aging, 21*(1), 152–164.
- Hechanova-Alampay, R., Beehr, T. A., Christiansen, N. D. i Van Horn, R. K. (2002). Adjustment and Strain among Domestic and International Student Sojourners: A Longitudinal Study. *School Psychology International, 23*, 458-474.
- Hoffman, J., i Weiss, B. (1987). Family dynamics and presenting problems in college students. *Journal of Counseling Psychology, 34*, 157– 163.

- Johnson, V. K., Gans, S. E., Kerr, S. i LaValle, W. (2010). Managing the transition to college: family functioning, emotion coping, and adjustment in emerging adulthood. *Journal of College Student Development* 51(6), 607-621.
- Jones, W. H., Sansone, C., Helm, B. (1983): Loneliness and interpersonal judgments, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9, 437-441.
- Jones, W. H., Hobbs, A. S., i Hockenbury, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 682– 689.
- Kansky, J. (2018). What's love got to do with it?: Romantic relationships and well-being. U: E. Diener, S. Oishi, i L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.
- Kline, R.B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford.
- Lacković-Grgin, K., Nekić, M. i Penezić, Z. (2009). Usamljenost žena odrasle dobi: Uloga percipirane kvalitete bračnog odnosa i samostišavanja. *Suvremena psihologija*, 12(1), 7-22
- Lacković-Grgin K. (2008). *Usamljenost: Fenomenologija, teorije i istraživanja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Lacković-Grgin, K. i Nekić, M. (2002). Adaptirana skala preferirane samoće. U: K.Lacković-Grgin, A. Proroković, V. Čubela i Z. Penezić (Ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika* (Vol. 1, str. 23-24). Zadar: Filozofski fakultet u Zadru.
- Lacković-Grgin, K., Penezić, Z. i Sorić, I. (1998) Usamljenost i samoća studenata: uloga afilijativne motivacije i nekih osobnih značajki. *Društvena istraživanja*, 7(4-5) (36-37), 543-558.
- Lambert, N. M., Sillman, T.F., Hicks, J. A., Kamble, S., Baumeister, R. F. i Fincham, F. D. (2013). To Belong is to matter: Sense of belonging enhances meaning in life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(11), 1418-1427.
- Lambert, N. M., Stillman, T.F., Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A. i Graham, S. M. (2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 5(5), 367-376.
- Larson, R. W., i Richards, M. H. (1991). Daily companionship in late childhood and early adolescence: Changing developmental contexts. *Child Development*, 62, 284–300.
- Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10, 155–183.
- Leck, K. (2006). Correlates of minimal dating. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 549–567.

- Long, C. R. i Averill, J. R. (2003). Solitude: An exploration of benefits of being alone. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 33(1), 21–44.
- Marcoen, A., i Goossens, L. (1993). Loneliness, attitude towards aloneness, and solitude: Age differences and developmental significance during adolescence. U: S. Jackson and H. Rodriguez-Tomé (eds), *Adolescence and its social worlds*. Hove, U.K.: Lawrence Erlbaum, pp. 197–225.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand.
- McCall, G. J., i Simmons, J. L. (1996). *Identities and interactions: An examination of human associations in everyday life*. New York: Free Press.
- Medved, A. i Keresteš, G. (2011). Usamljenost u ranoj adolescenciji: spolne i dobne razlike te povezanost sa socijalnim odnosima. *Društvena istraživanja*, 20 (2), 457-478.
- Moksnes, U. K., Espnes, G. A. i Lillefjell, M. (2012). Sense of coherence and emotional health in adolescents. *Journal of Adolescence*, 35(2),433-441.
- Moss, B. F., i Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42, 31-37.
- Nelson, L. (2012). Going it alone: Comparing subtypes of withdrawal on indices of adjustment and maladjustment in emerging adulthood. *Social Development*, 22(3), 522-538.
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Badger, S., Barry, C. M., Carroll, J. S., i Madsen, S. D. (2008). Associations between shyness and internalizing behaviors, externalizing behaviors, and relationships during emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(5), 605–615.
- Ozben, S. (2013). Social skills, life satisfaction and loneliness in Turkish univeristy students. *Social Behavior and Personality*, 41 (2), 2013-214.
- Ozdemir, U. i Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2:29.
- Peplau, L. A., i Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 183-205). New York: Wiley Interscience.
- Perlman, D., i Peplau, L. A. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. U: L. A. Peplau i S. Goldston (Eds.), *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness* (pp. 13-46). Rockville, MD: U.S. Government Printing Office.
- Ratelle, C.F., Simard, K. i Guay, F. (2013). University Students' Subjective Well-being: The role of autonomy support from parents, friends, and the romantic partner. *Journal of Happiness Studies*, 14 (3), 893-910.

- Reker, G. T. i Wong, P. T. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. U: J. E. Birren, i V. L. Bengtson (Eds), *Emergent Theories of Aging*, pp. 214-246. New York : Springer.
- Rubenstein, C., i Shaver, P. (1982). The experience of loneliness. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theories, research, and therapy* (pp. 206 –223). New York, NY: Wiley.
- Rubin, K. H. i Coplan, R. J. (2010). *The Development of Shyness and Social Withdrawal*. New York: Guilford.
- Rubin, K. H., Bukowski, W., i Parker, J. (2006). Peerinteractions, relationships, and groups. U: N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology (6th edition): Social, emotional, and personality development* (pp. 571–645). New York: Wiley.
- Russell, D. (1982). The measurement of loneliness. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy* (pp. 81–104). New York, NY: Wiley.
- Russell, D., Peplau, L. A., i Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472–480.
- Salimi, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia – Social and Behavioral Sciences* 29 , 292 – 295.
- Santos, M. C.J., Magramo, C., Oguan, F. i Paat, J. (2012). Meaning in life and subjectivewell-being: Is a satisfying life meaningful? *International Refereed Research Journal*, 4(1), 32-40.
- Santrock, J. (2002). *Psychology*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Schultz, N. R. i Moore, D. (1986.). The loneliness experience of college students: Sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 111-119.
- Slater, P.E. (1963). On Social Regression, *American Sociologist Review*, 28, 3, 339-364.
- Sneed, J. R., Johnson, J. G., Cohen, P., Giligan, C., Chen, H., Crawford, T. N. i Kasen, S. (2006). Gender differences in the age-changing relationship between instrumentality and family contact in emerging adulthood. *Developmental Psychology* ,42( 5), 787–797.
- Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, C. N. i Fincham, F. D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*,45(4): 686-694.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A. i Sears, D. O. (2000). *Social psychology*. New Jersey: Prentice Hall.



- Toyoshima, A. i Sato, S. (2017). Examination of the relationship between preference for solitude and emotional well-being after controlling for the effect of loneliness. *Human Sciences*, 3, 171-183.
- Tu, Y. i Zgang, S. (2014). Loneliness and subjective well-being among Chinese undergraduates: The mediating role of self-efficacy. *Social Indicators Research* 124(3):1-18.
- Veroff, J., Kulka, R. A. i Douvan, E. (1981). *Mental Health in American: Patterns of Help-Seeking from 1957 to 1976*. New York: Basic Books.
- Vulić-Prtorić, A. i Bubalo, J. (2006). Skala smisla života. U: V. Čubela Adorić, Z. Penezić, A. Proroković, I. Tucak (Ur), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Sv.3, 49-53, Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Wang, J.M., Rubin, K.H., Laursen, B., Booth-LaForce, C. i Rose-Krasnor, L. (2013). Preference-for-solitude and adjustment difficulties in early and late adolescence. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 42(6), 834-842.
- Weiss, R. (1974). The provision of social relationships. U: Z. Rubin (ed), *Doing unto others: Joining, molding, conforming, helping, loving*, 17-26. New York: Prentice Hall.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wong, M. M., i Csikszentmihalyi, M. (1991). Affiliation motivation and daily experience: Some issues on gender differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(1), 154-164.
- Zika, S. i Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83, 133-145.
- Žulj, A. (2014). *Povezanost romantičnih odnosa i prilagodbe u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi*. Osijek: Odsjek za psihologiju Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku.

PRILOG

Tablica 7

Interkorelacije korištenih varijabli dobivene na ženskom poduzorku (N=97)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.Dob	1					
2.Socijalna usamljenost	.26*	1				
3.Usamljenost u ljubavi	-.02	.11	1			
4.Usamljenost u obitelji	.27*	.46*	.15	1		
5.Doživljaj smisla života	.00	-.51*	-.48*	-.45*	1	
6.Preferirana samoća	.07	.05	.35*	.14	-.22*	1

\* $p < .05$

Tablica 8

Interkorelacije korištenih varijabli dobivene na muškom poduzorku (N=63)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.Dob	1					
2.Socijalna usamljenost	.12	1				
3.Usamljenost u ljubavi	.03	.32*	1			
4.Usamljenost u obitelji	.08	.55*	.12	1		
5.Doživljaj smisla života	-.14	-.58*	-.31*	-.65*	1	
6.Preferirana samoća	.38*	.07	.34*	.10	-.09	1

\* $p < .05$