Odnos životnih vrijednosti i načina provoenja slobodnog vremena odraslih osoba

Jurić, Ante

Master's thesis / Diplomski rad

2020

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

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:162:783411

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Image not found or type unknown

Repository / Repozitorij:

University of Zadar Institutional Repository

zir.nsk.hr

Image not found or type unknown

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju
Diplomski sveučilišni studij Psihologije (jednopredmetni)

Ante Jurić

Odnos životnih vrijednosti i načina provođenja slobodnog vremena odraslih osoba

Diplomski rad

Zadar, 2020.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Diplomski sveučilišni studij Psihologije (jednopredmetni)

Odnos životnih vrijednosti i načina provođenja slobodnog vremena odraslih osoba

Diplomski rad

Student/ica:

Ante Jurić

Mentor/ica:

Izv. prof. dr. sc. Ivana Tucak Junaković

Zadar, 2020.

Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Ante Jurić,** ovime izjavljujem da je moj **diplomski** rad pod naslovom **Odnos životnih vrijednosti i načina provođenja slobodnog vremena odraslih osoba** 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, 10. veljače 2020.

Sveučilište u Zadru
Odjel za psihologiju

ODNOS ŽIVOTNIH VRIJEDNOSTI I NAČINA PROVOĐENJA SLOBODNOG VREMENA ODRASLIH OSOBA

Diplomski rad

Ante Jurić

izv. prof. dr. sc. Ivana Tucak Junaković

Zadar, 2020.

Sadržaj:

Sažetak 1
Abstract 2
1. UVOD 3
1.1. Životne vrijednosti: teorijska objašnjenja i načini mjerenja 3
1.1.1. Međukulturalne provjere Schwartzove teorije vrijednosti 6
1.1.2. Sustavi vrijednosti i utjecaj konteksta na vrijednosti 8
1.1.3. Individualne razlike u vrijednosnim prioritetima 10
1.2. Slobodno vrijeme 11
1.2.1. Istraživanja slobodnog vremena 12
1.2.2. Zadovoljstvo slobodnim vremenom i pojedinim aktivnostima u slobodno vrijeme 17
1.3. Odnos između životnih vrijednosti i slobodnog vremena 18
1.4. Životne vrijednosti i slobodno vrijeme kod odraslih osoba 21
2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE 22
3. METODA 24
3.1. Sudionici 24
3.2. Mjerni instrumenti 25
3.3. Postupak 27
4. REZULTATI 27
4.1. Deskriptivni parametri 27
4.2. Struktura životnih vrijednosti 32
4.3. Grupiranje aktivnosti slobodnog vremena 34
4.4. Zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena 35
4.5. Odnos životnih vrijednosti i aktivnosti slobodnog vremena 35
4.6. Rodne i dobne razlike 37
5. RASPRAVA 40
6. ZAKLJUČCI 50
7. LITERATURA 51

Odnos životnih vrijednosti i načina provođenja slobodnog vremena odraslih osoba

Sažetak

Životne vrijednosti su hijerarhijski organizirane ideje ili vjerovanja o poželjnim ciljevima ili ponašanjima, koja nadilaze specifične situacije te usmjeruju izbor i procjenu doživljenih događaja i ponašanja. Jedna od vrijednosti je slobodno vrijeme, koje se može definirati kao vrijeme u kojem osoba ne obavlja plaćeni posao, a sastoji se od dokolice, besposlice i dužnosti. Budući da su istraživanja o odnosu životnih vrijednosti i provođenja slobodnog vremena odraslih osoba vrlo rijetka, provedeno je istraživanje čiji je cilj bio utvrditi odnos životnih vrijednosti pojedinaca odrasle dobi s aktivnostima koje provode u slobodnom vremenu. U istraživanju je sudjelovalo 93 muškarca i 117 žena dobi od 30 do 60 godina. Sudionici su rješavali Schwartzov Upitnik vrijednosti i upitnik o provođenju slobodnog vremena te su izvještavali o zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena. Rezultati analize najmanjih udaljenosti pokazuju da se vrijednosti nisu rasporedile u vrijednosne tipove predviđene Schwartzovom teorijom, već se u području jednog tipa mogu naći vrijednosti drugog/ih tipa/ova. Aktivnosti slobodnog vremena grupirale su se u klastere: obiteljskih dužnosti, brige i dokolice. Sudionici istraživanja su procijenili da su prosječno osrednje zadovoljni količinom i načinom provođenja slobodnog vremena te da uglavnom imaju kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena. Utvrđene su značajne i niske povezanosti među nekim tipovima vrijednosti i aktivnostima slobodnog vremena, uglavnom očekivanog smjera. Ženama su univerzalizam, nezavisnost, dobrohotnost, sigurnost i postignuće važniji negoli muškarcima. Muškarci su provodili više slobodnog vremena od žena u drijemanju, zabavi, vježbanju i hobijima, a žene od muškaraca u obavljanju kućanskih poslova. Žene i muškarci nisu se razlikovali u zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena. Dob nije bila povezana s procjenama tipova vrijednosti. Starije osobe rjeđe su kupovale, zabavljale se i kontaktirale s prijateljima od mlađih. Dob se nije pokazala povezanom sa zadovoljstvom količinom i načinom provođenja te kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena.

Ključne riječi: životne vrijednosti, slobodno vrijeme, odrasla dob

Relation between life values and free time in adults

Abstract

Life values are hierarchically organized ideas or beliefs on preferable goals or behaviors, which transcend specific situations and guide choices and assessment of experienced events and behaviors. One of the values is free time, which can be defined as the time without working on a paid job, and consists of leisure, idleness and duties. Since research on relation between life values and free time in adults is very rare, the study was conducted with the goal of the research to discover relation between life values and free time activities in adults. The sample consisted of 93 men and 117 women age from 30 to 60. Participants answered Schwartz Value Survey, free time questionnaire and reported on satisfaction about quantity and way of spending free time and about control over way of spending free time. Results of smallest space analysis show that values were not divided up among the types predicted by Schwartz's theory, but values belonging to different types can be found within area of one value type. Free time activities grouped into: family duties, care and leisure clusters. Participants were moderately satisfied by quantity and way of spending free time, and mostly had control over way of spending free time. There were low correlations between some value types and free time activities, mostly as predicted. Women found universalism, self-direction, benevolence, security and achievement more important than men did. Men spent more free time napping, entertaining themselves, excersising and doing hobbies than women, while women spent more time doing housework than men. Men and women did not differ in satisfaction about quantity and way of spending free time and in control over spending free time. Age was not related to assessments of value types. Older participants shopped, entertained themselves and were in contact with their friends less than younger ones. Age did not correlate with satisfaction about quantity and way of spending free time and with control over spending free time.

Key words: life values, free time, adulthood

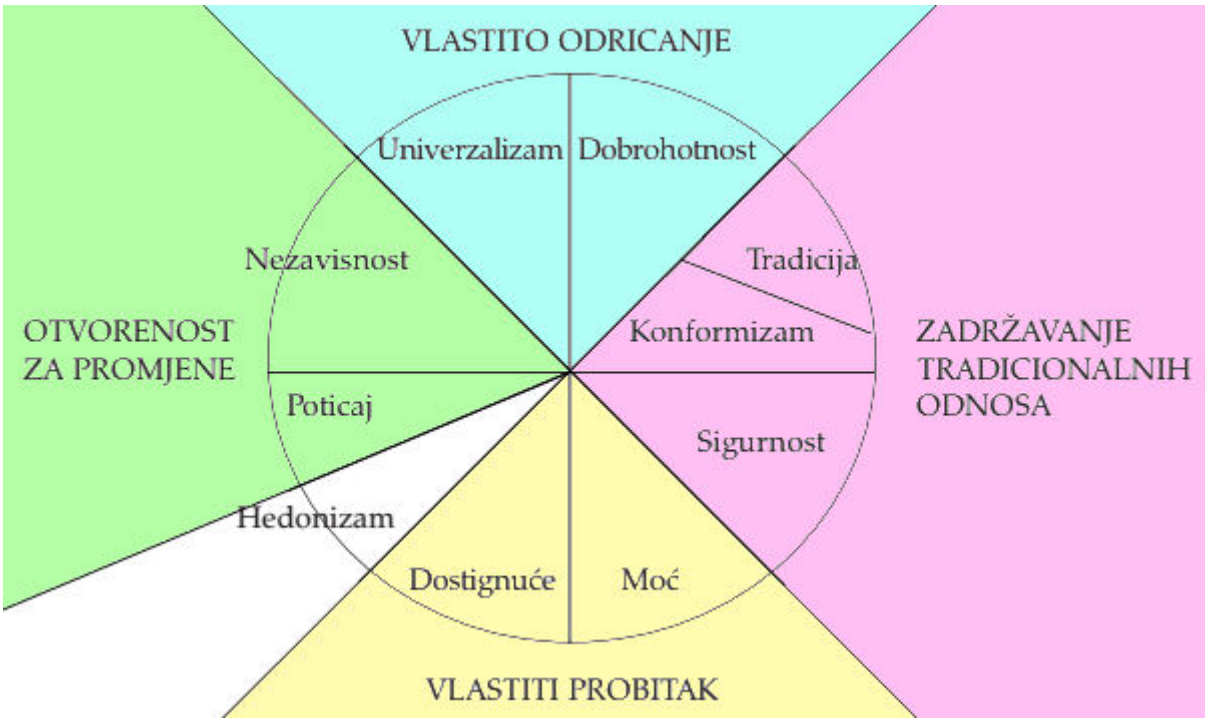
UVOD

Životne vrijednosti: teorijska objašnjenja i načini mjerenja

Životne vrijednosti u psihologiji mogu se odrediti kao viša razina stava (pogled na svijet), izrazi potreba (ciljevi kao dio motivacije), temeljna područja interesa (životni ciljevi i interesi) i doživljaji situacija ili ponašanja (Ferić, 2009). Prema Schwartzu i Bilskyju (1990) vrijednosti su s obzirom na relativnu važnost za pojedinca hijerarhijski organizirane ideje ili vjerovanja o poželjnim ciljevima ili ponašanjima, koja nadilaze specifične situacije te usmjeruju izbor i procjenu doživljenih događaja i ponašanja. Također postoji razilaženje u mišljenju istraživača s obzirom na to usmjeruju li vrijednosti ljudsko ponašanje prema onome što pojedinac misli da bi trebao činiti određeno socijalnim ili moralnim normama ili prema onome što osoba želi kako bi ostvarila sve vlastite potencijale (Rohan, 2000). S druge strane, znanstvenici se slažu da svi ljudi posjeduju iste univerzalne vrijednosti, dok im je važnost koju pridaju pojedinim vrijednostima različita. Od mnoštva autora koji su se bavili vrijednostima, jedan od najvažnijih je Rokeach koji je definirao vrijednosti kao vjerovanja o tome da su neka ponašanja ili stanja bivanja poželjnija od suprotnih. Po njemu su vrijednosti, za razliku od stavova, pojedinačna vjerovanja o nekom objektu i standardi ponašanja pojedinca. Također nadilaze objekte i situacije, njihov broj je ograničen te su smještene u središte psihičke strukture ličnosti kao usmjerivači i određivači stavova i ponašanja (Rokeach, 1973). On također dijeli vrijednosti na terminalne, koje su željena, tj. idealna krajnja stanja zadovoljenosti potreba, i instrumentalne, kao željene načine ponašanja koji dovode do ispunjenja terminalnih vrijednosti. Funkcije vrijednosti su motivacijska, zato što predstavljaju životne ciljeve i načine postizanja istih, i regulatorna jer djeluju kao referentni okvir ponašanja. Rokeachov *Upitnik vrijednosti* sastoji se od 18 terminalnih i 18 instrumentalnih vrijednosti koje osoba prilikom rješavanja rangira od osobno najvažnije do najmanje važne. Široka primjena u različitim kulturama pokazala je dobru pouzdanost i osjetljivost upitnika te njegovu prediktivnost za različita ponašanja. S druge strane, faktorizacija nije dala jednoznačne rezultate, stoga je i primjena tog upitnika u istraživanjima povezanosti samo nekih vrijednosti s individualnim razlikama u ponašanju, stavovima i demografskim varijablama dovela do nekoliko osnovnih kritika takvom pristupu proučavanja. Najvažnija od njih je da odnos među vrijednostima, odnosno postojanje konflikta između vrijednosti usmjeruje stavove i ponašanja, a ne jedna vrijednost.

Vrijednosne sustave, očito potrebne dotadašnjem teorijskom zaleđu, počeli su proučavati Schwartz i Bilsky (1990), te su se usmjerili vrsti cilja, tj. motivacijskog interesa kojem je određena vrijednost usmjerena. Time su odredili deset tipova vrijednosti: moć,

postignuće, hedonizam, poticaj, nezavisnost, univerzalizam, dobrohotnost, tradicija, konformizam i sigurnost, pretpostavljajući da su tipovi povezani na motivacijskom kontinuumu tako da se slični podržavaju, a različiti koče i da su univerzalni jer se u tom obliku javljaju u svakoj osobi. Tipovi vrijednosti predstavljeni su s 56 pojedinačnih vrijednosti, od kojih je neke Schwartz preuzeo od Rokeacha, a neke od ostalih autora koji su se bavili vrijednostima. Odnos tipova vrijednosti može se predstaviti primjerice kompatibilnošću između vrijednosti postignuća i moći s obzirom na to da se oba tipa zasnivaju na uspjehu i dominaciji nad drugima, dok vrijednosti postignuća koče vrijednosti dobrohotnosti zbog konflikta između brige za sebe i druge. Iz ovog proizlazi sklop svih tipova vrijednosti u kružnu strukturu vrijednosnog sustava (slika 1).



Slika 1. Schwartzova kružna struktura deset motivacijskih tipova vrijednosti.

Kompatibilni tipovi vrijednosti na kružnoj su strukturi prikazani blisko, a konfliktni na suprotnim stranama. Tradicija i konformizam prikazuju se u istom isječku zbog istog motivacijskog cilja podređivanja društvenim očekivanjima. Tradicija je bliža vanjskom rubu jer označava podređivanje apstraktnijim pojmovima, običajima i idejama, za razliku od konformizma koji se odnosi na prilagođavanje manje apstraktnim pojmovima i društvenim interakcijama. Ovih se 10 tipova može dodatno svrstati u 4 tipa više razine (vlastito odricanje, vlastiti probitak, otvorenost za promjene i zadržavanje tradicionalnih odnosa), a hedonizam se ne svrstava nigdje zbog istovremene povezanosti s otvorenošću za promjene i vlastitim probitkom. Struktura se postavlja na dvije dimenzije: vrijednosti prihvaćanja drugih kao

jednakih i brige za njihovu dobrobit nasuprot želje za vlastitim uspjehom i dominacijom nad drugima te vrijednosti naglašavanja slobode misli i djela i želje za promjenama nasuprot samoograničavanja, tradicionalnosti i stabilnosti. S obzirom na univerzalnost strukture vrijednosti Schwartz pretpostavlja da bi se hipotezom o povezanosti neke varijable s određenim tipom vrijednosti mogao pretpostaviti odnos te varijable s ostalim tipovima vrijednosti, gdje bi povezanost bila slična za kompatibilne tipove vrijednosti te bi se postupno smanjivala s odabirom vrijednosnih tipova dalje smještenih na kružnici.

Kako bi provjerio svoju teoriju, Schwartz (1992) je konstruirao upitnik *Schwartz Value Survey* (SVS) sastavljen od 56 vrijednosti podijeljenih na instrumentalne i terminalne pokraj kojih su i objašnjenja značenja. Poredane su tako da između svakih dviju koje pripadaju istom tipu vrijednosti mora biti minimalno tri vrijednosti koje pripadaju nekim drugim tipovima vrijednosti. Sudionici procjenjuju važnost svake vrijednosti na skali od -1, što označava da je vrijednost suprotna vrijednostima sudionika do 7, što označava da mu je vrijednost koju procjenjuje od iznimne važnosti. Za razliku od Rokeachova rangiranja Schwartzov postupak procjenjivanja pojedinih vrijednosti praktičniji je i ekonomičniji za sudionike, dopušta jednaku važnost za veći broj vrijednosti, utvrđivanje oprečnih vrijednosti primjenom negativnog dijela skale te širu paletu statističkih postupaka obrade rezultata. U svrhu izbjegavanja pomicanja subjektivnog doživljaja skale procjena sudionika i održavanja korelacija među vrijednostima na početku i na kraju upitnika, dio postupka na početku rješavanja upitnika od sudionika zahtijeva čitanje svih vrijednosti, procjenjivanje vrijednosti za koju smatra da je najvažnija, zatim procjenjivanje one za koju smatra da je najmanje važna, pa tek onda procjenjivanje i ostalih vrijednosti s popisa.

Pouzdanost upitnika mjerena Cronbachovim α koeficijentom kroz različita istraživanja je iznosila od .58 za hedonizam do .83 za univerzalizam te je i konvergentna i diskriminativna valjanost bila dobra (Ferić, 2009). U svrhu empirijske provjere teorije, Schwartz i Boehnke (2004) usporedili su nekolicinu modela koji su imali neke izmjene u odnosu na standardnu teoriju. Utvrđeno je da je deset tipova vrijednosti međusobno povezano u strukturu kružnog modela koja sadrži 4 tipa više razine. Tip hedonizma može se nalaziti u višem tipu otvorenosti za promjene, konformizam i tradicija mogu se povezati u jedan tip vrijednosti, a univerzalizam i sigurnost mogu imati podtipove skrbi za prirodu i skrbi za društvo te osobne sigurnosti i sigurnosti većih grupa. Prema jednom istraživanju (Perrinjaquet, Furrer, Usunier, Cestre i Valette-Florence, 2007) eksploratorni pristup strukturi predloženoj u Schwartzovoj teoriji pokazuje rezultate koji je potvrđuju, ali konfirmatorna faktorska analiza ne. Autori to objašnjavaju multikolinearnošću među tipovima vrijednosti i na njihovom uzorku dobivenom

niskom pouzdanošću tipova vrijednosti koje uzrokuju nisku konstruktnu i diskriminativnu valjanost, pa autori predlažu smanjenje broja vrijednosti i tipova vrijednosti te ujednačavanje broja pojedinih vrijednosti po tipu vrijednosti.

Za razliku od metode rangiranja, kojoj je glavni nedostatak prisilna diferencijacija vrijednosti koje nisu izrazito važne ni nevažne osobi, odnosno koje su joj osrednje važne, metoda procjenjivanja ima problem u nediferencijaciji vrijednosti, zato što sudionici procjenjuju većinu vrijednosti važnima, čemu je uzrok sama definicija vrijednosti kao poželjnih stanja. Kombinacija oba postupka predugo traje, pa se preporučuje da sudionici prvo odaberu najvažniju i najmanje važnu vrijednost, a tek onda krenu na procjenjivanje vrijednosti. Taj postupak olakšava procjenjivanje, navodi sudionika na upotrebu cijele skale procjene i daje rezultate koji su povezaniji s drugim varijablama (McCarty i Shrum, 2000). Još jedan od postupaka može biti uspoređivanje vrijednosti u parovima s mogućnošću odgovaranja osobe da su joj obje vrijednosti jednako važne (Oishi, Shimmack, Diener i Suh, 1998). Ovim postupkom sudionika se oslobađa od prisilnog izbora prisutnog u rangiranju, a onemogućava se visoko procjenjivanje svih vrijednosti. U svrhu ispitivanja osoba koje ne mogu previše apstraktno razmišljati tijekom rješavanja upitnika postoji i drugi upitnik *Portrait Values Questionnaire* (PVQ, Schwartz i sur., 2001), u kojem sudionici procjenjuju koliko su im zamišljeni likovi slični. Ti likovi opisani su kao oni koji imaju ciljeve i ponašanja koji bi pripadali osobi koja smatra određenu vrijednost važnom u životu. Sve skupa 40 likova predstavlja svih 10 tipova vrijednosti. Upitnik se pokazao prikladnijim za šire skupine sudionika od SVS-a (Schwartz i sur., 2001). Postoji još i skraćeni SVS kojemu su čestice vrijednosni tipovi objašnjeni važnim vrijednostima koje pripadaju tom tipu (Lindeman i Verkasalo, 2005) i skraćeni PVQ koji je zadržao samo 21 lik koji najbolje predstavlja pojedine vrijednosti (Verkasalo, Lönnqvist, Lipsanen i Helkama, 2009).

Međukulturalne provjere Schwartzove teorije vrijednosti

Schwartzov upitnik vrijednosti ima zadovoljavajuću međukulturalnu stabilnost: Schwartzova kružna struktura deset tipova vrijednosti potvrđena je na više od 200 uzoraka u više od 60 zemalja. Potpuno podudaranje teorije (deset tipova vrijednosti) i empirijskih podataka dobiveno je u 45 % uzoraka, a većina ostalih pokazala je osam tipova, s dva tipa između kojih granice nisu bile jasne (Schwartz i Sagiv, 1995). Prosječno dvanaest vrijednosti nije bilo unutar tipa vrijednosti kojemu je prema teorijskim postavkama pripadalo, među kojima se većina preklapala sa susjednim kompatibilnim područjima, a pet vrijednosti (osjećaj pripadnosti, smisao u životu, samopoštovanje, privatan život i biti zdrav) pojavljivalo se u

različitim tipovima vrijednosti (Schwartz i Sagie, 2000). Organizacija tipova vrijednosti više razine (otvorenost za promjene vs. zadržavanje tradicionalnih odnosa i vrijednosti vlastitog odricanja vs. vrijednosti vlastitog probitka) može se smatrati univerzalnom jer je gotovo svaki put odgovarala teorijskoj. Schwartz i Sagiv (1995) kažu da su metodološki problemi istraživanja, odnosno nerazumijevanje zadatka, slabo iskustvo ili nemotiviranost sudionika najčešće objašnjenje malog broja utvrđenih tipova vrijednosti. To je potvrđeno rezultatima na 88 uzoraka iz 41 zemlje, gdje se pokazalo da je jedna trećina rezultata koji nisu bili sukladni teoriji odraz kulturnih posebnosti, a ostatak odraz niske pouzdanosti mjerenja. Također se navodi da je struktura tipova vrijednosti univerzalna unatoč varijaciji prioriteta vrijednosti s obzirom na rod, dob, religiju, etnicitet, obrazovanje i socio-ekonomski status.

U jednom istraživanju Bardija i Schwartza (1996), u kojem se ispitivalo postoje li razlike u sustavima vrijednosti između zemalja istočne Europe i ostatka svijeta, jedina razlika u odnosu na druga geografska područja bila je da su se u zemljama istočne Europe visoko povezanima pokazale mir u svijetu, društvena pravda i jednakost (vrijednosti univerzalizma) te društveni poredak i nacionalna sigurnost (vrijednosti sigurnosti). Prema autorima ova struktura odražava često zajednički spominjane vrijednosti u govorima i djelima komunističkih vođa, pod kojima su zemlje istočne Europe bile sve do devedesetih godina dvadesetog stoljeća, a kratki period od nekoliko godina, koliko je od raspada komunističkih režima do istraživanja proteklo, te spora politička, socijalna i gospodarska promjena sustava nisu bili dovoljni za promjene usvojenih struktura vrijednosti.

U Hrvatskoj su 2001. godine (Ferić, 2002, prema Ferić, 2009) primjenom Upitnika vrijednosti (Ferić, 2002) najniže dobivene procjene važnosti bile za tradiciju i moć, a najviše za dobrohotnost i nezavisnost. Pouzdanost upitnika mjerena Cronbachovim α koeficijentom je iznosila od .57 za hedonizam do .78 za univerzalizam, slično drugim stranim istraživanjima. Struktura od 10 tipova vrijednosti također je potvrđena i na hrvatskom uzorku. Rijetke su se vrijednosti uvrstile u tipove kojima po teoriji ne pripadaju: bogatstvo, smisao u životu, prihvaćati svoj život, društvena pravda i mir u svijetu. Bogatstvo je analizom pripalo postignuću, iako je inače unutar tipa moći, što se može objasniti dodatnom analizom povezanosti s ostalim vrijednostima prema kojoj se bogatstvo pokazalo povezanim i s vrijednostima hedonizma i poticaja, a ne samo moći, pa je njegovo smještanje pomaknuto prema postignuću. Na isti način može se objasniti inače problematična vrijednost smisla u životu, koja je smještena u tipu sigurnosti, dok bi trebala biti unutar tipa dobrohotnosti. Naime, vrijednost smisla u životu pokazala se povezanom s nekima od vrijednosti iz tipa postignuća, što može biti posljedica prijevoda objašnjenja vrijednosti smisla života, koje glasi

cilj u životu, a nalikuje objašnjenju vrijednosti postignuća biti uspješan, koje glasi *ostvarivati ciljeve*. Vrijednost prihvaćati svoj život, analizom smještena u tip univerzalizma, po teoriji bi trebala pripadati tipu tradicije. Vrijednosti biti pobožan i biti ponizan, koje po teoriji pripadaju tipu tradicije, kao i prihvaćati svoj život, imale su najveće raspršenje rezultata. Vrijednost prihvaćati svoj život samo se pokazala negativno povezanom s vrijednošću biti utjecajan iz tipa postignuća, pa se smjestila u suprotni tip vrijednosti (univerzalizam). Mir u svijetu i društvena pravda pomaknute su iz tipa univerzalizma u tip dobrohotnosti, što pokazuje da je u Hrvatskoj samo djelomično došlo do izražaja ono što je ustanovljeno u zemljama istočne Europe. U Bardijevom i Schwartzovom (1996) istraživanju pet vrijednosti koje pripadaju tipovima univerzalizma i sigurnosti pokazalo se visoko povezanima u zemljama istočne Europe, te se za te zemlje pretpostavlja da čine iznimku zbog komunističkog režima koji je u njima bio izražen. Na hrvatskom uzorku dvije od tih pet vrijednosti (mir u svijetu i društvena pravda) smjestile su se između tipova univerzalizma i sigurnosti, u tip dobrohotnosti (Ferić, 2002, prema Ferić, 2009).

Sustavi vrijednosti i utjecaj konteksta na vrijednosti

Proučavanje sklopa vrijednosti u odnosu na pojedinačne vrijednosti omogućilo je opisivanje sustava vrijednosti, od kojih su najproučavaniji individualni, tj. usmjereni na pojedinca, te se pretpostavlja da svaki pojedinac ima samo jedan sustav vrijednosti (Schwartz, 1992). Dvosmjerni odnos postoji između vrijednosti i socijalizacije te vrijednosti i životnog iskustva, što se očituje u odnosu roditelja i djece (Whitbeck i Gecas, 1988) i u činjenici da je stabilnost individualnog poretka vrijednosti velika osim u slučaju sazrijevanja osobe ili velike promjene životnih okolnosti. Čak i tad promjena je spora i postupna, s dobi predvidljiva u smjeru od vlastitog probitka i otvorenosti za promjene prema zadržavanju tradicionalnih odnosa i dobrohotnosti. S promjenama životnih okolnosti promjena sustava vrijednosti izrazitija je kod mlađih osoba jer imaju manje životnih iskustava, pa su osjetljiviji na promjene u okolini (Inglehart, 1990, prema Ferić, 2009), što može biti uzrok tome da su mladi češće sudionici ispitivanja vrijednosti od osoba ostalih uzrasta.

Sustav vrijednosti može se proučavati i na većim razinama (supraindividualni sustav vrijednosti): organizacija, grupa, društava i sl. Rokeach (1979) navodi da se sustave vrijednosti navedenih skupina može mjeriti analizom sadržaja materijala ili govora članova grupe te mjerenjem individualnih vrijednosti i procjenama za tu grupu naglašenih vrijednosti koje su dobivene od istaknutih osoba i članova grupe. Različite skupine međusobno se

razlikuju s obzirom na hijerarhiju vrijednosti. Poredak vrijednosti vezan za određenu kulturu izrazito je stabilan kroz period od petnaestak godina (Rokeach i Ball-Rokeach, 1989).

Percipirani sustav vrijednosti, kao treći oblik koji se može proučavati, označava kako pojedinac doživljava vrijednosti drugih pojedinaca i skupina, s tim da Rohan (2000) razlikuje pogled na svijet kao vjerovanje o svijetu koje je funkcija hijerarhije vrijednosti osobe i ideologiju kao opis sklopa vezan za vrijednosti koji osoba upotrebljava nakon donošenja odluke. Za razliku od individualnih sustava vrijednosti, osoba može imati više percipiranih sustava vrijednosti. Također, ti su sustavi vrijednosti manje istraživani od ostalih, pa predstavljaju jednu od mogućih budućnosti psiholoških istraživanja u području vrijednosti.

Ako se individualni sustav vrijednosti, odnosno konstrukt osviještenosti vrijednosti promatra kao ovisan o kontekstu mjerenja, a ne sasvim stabilan sustav, onda se može govoriti o istraživanju vrijednosti u području kognitivne, a ne socijalne psihologije. Po takvom načinu razmišljanja, osoba nije uopće svjesna vlastitih vrijednosti dok ne dođe u kognitivnu disonancu kad se treba odlučiti na neko ponašanje, što nalikuje odnosu stavova i ponašanja. Ako se većini osoba tijekom socijalizacije eksplicitno ne objašnjava koje vrijednosti su važne za njih, one nakon odrastanja moraju same sebi osvijestiti zašto su se pri odgoju stavljali naglasci na baš određene vrijednosti, a dok ih konfliktna situacija na to ne natjera, malo je vjerojatno da će osobe same razmišljati o vrijednostima bez vanjskog poticaja (Maio i Olson, 1998). U takvoj se situaciji može lako dogoditi da osoba promijeni vrijednosti, pa su se one zato počele gledati kao ovisne o kontekstu. Što je neka vrijednost (u obliku informacije) bolje povezana s ostalim informacijama, veća joj je dostupnost pri dosjećanju, pa kontekst služi kao pobuđivanje, odnosno usmjeravanje mišljenja prema vrijednostima (Blackwood, 2000, prema Ferić, 2009). Također, dovoljno je da se osobi osvijesti vrijednosti emocionalnim pitanjima, tj. da se primjerice pita osobu koliko bi bila zadovoljna ispunjenjem cilja uobličenom u određenu vrijednost (Hirose, 2004). Pri istraživanju odnosa vrijednosti i ponašanja, tj. latencije pri dosjećanju vrijednosti, otkriveno je da su brzina procjenjivanja stupnja važnosti vrijednosti i stupanj te važnosti povezani, korelacija vrijednosti i stavova veća za vrijednosti koje se brže procjenjuju i brzina procjene stupnja važnosti vrijednosti veća ako sudionici prethodno misle o ponašanjima i stavovima u vezi s tim vrijednostima (Gilchrist, 1995).

Postoje neke indikacije da kontekst može djelovati na vrijednosti, odnosno da vrijednosti nisu tako stabilne (Seligman i Katz, 1996, prema Ferić, 2009; Blackwood, 1991, prema Ferić, 2009), ali Ferić (2006, prema Ferić, 2009) pokazuje da, bez obzira na to što neke vrijednosti mijenjaju prognostičku snagu i važnost za sudionike ovisno o kontekstu u nekim slučajevima, hijerarhija i struktura sustava vrijednosti ostaju stabilne. Tako se prethodni

rezultati koji ne idu u prilog stabilnosti sustava vrijednosti mogu, barem dijelom, objasniti mjerom koju su istraživači upotrijebili, Rokeachovim upitnikom vrijednosti, koji ima manju pouzdanost od Schwartzovog upitnika.

Individualne razlike u vrijednosnim prioritetima

Osobe se s obzirom na različita obilježja razlikuju i po važnosti pojedinih vrijednosti. Tako su mlađima važniji vrijednosni nadtipovi otvorenosti za promjene i vlastitog probitka od nadtipova vlastitog odricanja i zadržavanja tradicionalnih odnosa, dok stariji naglašavaju nadtipove zadržavanja tradicionalnih odnosa i vlastitog odricanja u odnosu na nadtipove vlastitog probitka i otvorenosti za promjene (Knafo i Schwartz, 2001). To se može objasniti posvećivanjem više pažnje obitelji, većom izraženošću radnih uloga, uključenošću u socijalne mreže i posvećenošću sigurnosti te manjim zanimanjem za izazove i promjene tijekom sazrijevanja. Tu valja napomenuti da roditelji pokušavaju prenijeti važne vrijednosti, pa Baer i sur. (1996, prema Ferić, 2009) navode iskrenost, pristojnost, toleranciju, poštivanje drugih i osjećaj odgovornosti kao vrijednosti koje roditelji nastoje prenijeti djeci, a pripadaju tipovima dobrohotnosti, univerzalizma i konformizma, od kojih je konformizam najteže prenijeti, pa se njegova važnost češće razvija s maturacijom. S većim obrazovanjem jača intelektualna fleksibilnost i otvorenost koje su povezane s vrijednosnim tipom nezavisnosti i poticaja. Budući da je obrazovanje povezano s većim nastojanjem preispitivanja trenutnih normi, obrazovaniji manje naglašavaju vrijednosti konformizma i tradicije (Schwartz i sur., 2001). Dosljednost ranga vrijednosti u različitim kontekstima je relativno velika, ali ipak postoje varijacije u pridavanju važnosti pojedinačnim vrijednostima s obzirom na kontekst koje se s dobi do kasne adolescencije dodatno povećavaju (Daniel, Schiefer i Knafo-Noam, 2012). Također je utvrđeno da vrijednosti vlastitog probitka predviđaju buduću agresiju kod adolescenata, a vrijednosti vlastitog odricanja razna ponašanja brige za druge i usklađenosti s drugima (Benish-Weisman, 2015). Pokazuje se i dvosmjernost međudjelovanja ponašanja i vrijednosti, pa se tako zbog određenog ponašanja mijenjaju vrijednosti (Vecchione, Döring, Alessandri, Marsicano, i Bardi, 2015). Povezanosti vrijednosti i ponašanja kod djece nešto su manje nego kod odraslih vjerojatno zbog toga što djeca nemaju potpunu slobodu odabira ponašanja kao odrasli. Ženama su važnije vrijednosti univerzalizma, dobrohotnosti i sigurnosti, a muškarcima nezavisnosti, postignuća, hedonizma, poticaja i moći, iako je razlika manja nego ona za dob (Schwartz i Rubel, 2005). Religioznijim pojedincima hedonizam, nezavisnost i poticaj manje su važni, a više konformizam i tradicija (Roccas i Schwartz, 1997). Osobe višeg socioekonomskog statusa više cijene vrijednosti postignuća, nezavisnosti,

poticaja i dobrohotnosti za razliku od onih nižeg socioekonomskog statusa, kojima su vrijednosti sigurnosti, konformizma i tradicije važnije (Minton, Shell i Solomon, 2005). Studenti društvenih usmjerenja više vrednuju univerzalizam i tradiciju, a studenti ekonomskog smjera postignuće i moć (Schwartz i sur., 2001). Liberalnim glasačima najvažnije su nezavisnost i poticaj, a najmanje važna tradicija, dok je konzervativcima nezavisnost najmanje važna, a najvažniji konformizam, sigurnost i postignuće (Barnea i Schwartz, 1998).

Slobodno vrijeme

Slobodno vrijeme može se definirati na različite načine, a pri opisu je važno diferencirati njemu slične pojmove poput dokolice, okupacije i besposlice. Parr i Lashua (2004) spominju nekolicinu definicija dokolice: slobodno vrijeme, aktivnost, razvoj zajednice, sudjelovanje u demokraciji i slobodno djelovanje, ali također naglašavaju kako je lako moguće da javnost ne zanima što znanstvenici kažu o dokolici i je li ona igra, stanje uma, rekreacija ili vježba, već se slika o njoj u javnom mnijenju gradi kroz odnose s javnošću i marketinške djelatnike (Sessoms, 1986, prema Parr i Lashua, 2004). Miliša i Bagarić (2012) navode kako dokolica više nema značenje koje je imala prije, već za današnje sudionike istraživanja ona postaje sinonim nestrukturiranog provođenja slobodnog vremena, tj. dosada i hedonistička razbibriga. Prema Božoviću (2008) pravo slobodno vrijeme ne može biti ostvareno bez igre, sportske, umjetničke ili stvaralačke, što dosta podsjeća na definiciju dokolice. Dokolica se tako prema autoru može objektivno definirati kao vrijeme, aktivnost ili okruženje, bilo od istraživača ili sudionika, ali taj induktivni pristup definiciji pojedinih zbivanja ili aktivnosti kao dokolice ne dopušta obratnu sveobuhvatnu definiciju dokolice kao određenog vremena, aktivnosti ili okruženja. To znači da, primjerice, dokolica može biti provođenje vremena u sportskoj aktivnosti ili u prirodi, ali svaka sportska aktivnost ili svako provođenje vremena u prirodi ne mogu ujedno biti definirani kao dokolica. Subjektivno, dokolica se može odrediti kao osobno iskustvo i zadovoljstvo ili značenje proizašlo iz određene aktivnosti. Shaw (1985) je istraživala faktore koje osoba percipira kod dokolice. Ono što je razlikuje od nedokolice kombinacija je bar tri faktora od sljedećih: užitak, sloboda izbora, relaksacija, intrinzična motivacija i nepostojanje evaluacije. Arai i Pedlar (2003) navode da je dokolica više od individualnog doživljaja i da u sklopu socijalnog kapitala ona doprinosi socijalnoj koheziji, povjerenju, otvorenosti, suradnji i zajedništvu. Pokazatelj toga je sudjelovanje osoba u sportskim događajima, festivalima, zajedničkim hobijima i volontiranju.

Slobodno vrijeme dio je šireg pojma okupacije, koju Bartolac (2013) opisuje kao skup svih vrsta aktivnosti koje određena osoba želi, treba ili mora obavljati u određenom kontekstu, a arbitrarno je dijeli (među ostalim podjelama) na produktivnost, brigu o sebi, drugima i mjestu stanovanja te razonodu (dokolicu). Previšić (2000, prema Valjan Vukić, 2013) čak smatra kako bi se slobodno vrijeme i rad trebali smatrati komplementarnima, a ne suprotnima. S druge strane, Mattingly i Bianchi (2003) zauzimaju perspektivu po kojoj aktivnosti brige za obitelj, sebe i kućanstvo ne pripadaju aktivnostima u slobodnom vremenu. S druge strane, neki umirovljeni Slovenci navode brigu o sebi i kućanstvu kao dio slobodnog vremena (Ovsenik i Vidic, 2013). Razliku između dokolice i besposlice kao oblika slobodnog vremena najbolje objašnjavaju Polić i Polić (2009) po kojima je besposlica vrijeme slobodno od posla, a dokolica vrijeme slobodno za stvaralaštvo. Navode da je besposlica kao oblik slobodnog vremena podložnija utjecaju kapitalizma, tj. komercijalizacije, postajući udaljenija od samoostvarenja i da bi u svrhu postizanja samoostvarenja osobe trebalo naučiti stvaralačkoj dokolici i igri.

Nekoliko teoretičara spominje funkcije i obilježja slobodnog vremena. Plenković (2000, prema Mlinarević, Miliša i Proroković, 2007) navodi sljedeća obilježja slobodnog vremena: sloboda kao bit čovjeka, stvaralaštvo preko kojeg se sloboda ostvaruje, djelovanje kao prijelazni oblik ljudskog življenja jer ima dijelove stvaralaštva i rada te rad mehaničkog karaktera koji treba povezati sa stvaralaštvom. Dumazedier (1967, prema Valjan Vukić, 2013) opisuje trostruku funkciju slobodnog vremena: razvoj ličnosti kao sloboda od automatizma mišljenja i rada, odmor kao sloboda od umora i zabava kao sloboda od dosade i monotonije. U pedagogiji su naglašena načela kojima se treba voditi pri odgoju slobodnog vremena, a to su načela: slobode – slobodni izbor aktivnosti prema osobnim potrebama, interesima i mogućnostima; smislenosti – ostvarivanje slobodnog vremena za neku svrhu (odmor, zabava...); individualnosti – izbor i kongruencija aktivnosti s osobnim sposobnostima, potrebama, interesima i mogućnostima; raznovrsnosti – aktivnosti unutar različitih područja djelatnosti; organiziranosti – opća i konkretna organizacija slobodnog vremena; amaterizma – zadovoljstvo zbog sudjelovanja u aktivnosti; i primjerenosti – vođenje računa o mogućnostima i sposobnostima osobe prema važnim osobinama (Plenković, 1997, prema Štefanek, 2017).

Istraživanja slobodnog vremena

Ako se promotre istraživanja na području aktivnosti u slobodnom vremenu, brojna su orijentirana na tjelesne aktivnosti i uglavnom su pisana s pedagoškog načina razmatranja.

Tako je utvrđeno da se studenti i studentice ne razlikuju u količini tjelesne aktivnosti, a ne razlikuju se značajno ni po vrsti tjelesne aktivnosti koju obavljaju (Lemut, 2014). Što se tiče (ne)aktivnosti, studentska populacija sjedi dnevno oko 5 sati, jednom tjedno se bavi visoko intenzivnom aktivnošću, jednom tjedno umjerenom, a tri dana tjedno hodaju. Studentice sjede i bave se visoko intenzivnom aktivnošću nešto više od studenata. Mišigoj-Duraković i Duraković (2006), Jurakić i Heimer (2012) te Heimer (2013) daju dobar pregled nekih demografskih podataka u kojima se vidi kako većina Hrvata nije dovoljno tjelesno aktivna, gdje su gradsko stanovništvo (pogotovo glavnog grada), žene i adolescenti dosta rizične skupine na koje treba posebno obratiti pažnju, a u slobodnom vremenu prosječno oko 55 % muškaraca i blizu 50 % žena nije dovoljno tjelesno aktivno. Potonji rad nalaže poticaje EU-a vladama i ministarstvima svojih država u promicanju cjeloživotne tjelesne aktivnosti. Zanimljivo je da zaposlene osobe (većinom ženskog spola) češće biraju sjedilačka ponašanja (čak i ona koja im se manje sviđaju) od fizičke aktivnosti u slobodnom vremenu te su uvjerenije da će slobodno vrijeme posvetiti tjelesnoj aktivnosti samo onda kada imaju dovoljno vremena na raspolaganju, pogotovo ako slobodnog vremena inače imaju relativno malo. Stoga se preporučuju programi koji bi pomogli zaposlenim osobama mlađe odrasle dobi, koje mnogo vremena provode na poslu, birati među različitim načinima provođenja slobodnog vremena (Rhodes i Blanchard, 2011). Andrijašević (2006) navodi kako su motivacija, interes i predanost osobe važni faktori u započinjanju rekreacije i ustrajnosti u njoj te da važnu ulogu u promoviranju tjelesnih aktivnosti imaju kineziolozi, koji bi trebali osmisliti rekreacijske programe. Programi bi trebali biti prilagođeni različitim osobama. Mlađima bi trebalo ponuditi dinamične, promjenjive i avanturističke sadržaje. „Yuppiejima“ treba ponuditi sportske aktivnosti na poslu, sportske team buildinge i poslovne edukacije o važnosti pravilne prehrane i vježbe za zdravlje. Osobama koje imaju pasivnu rutinu trebalo bi ponuditi edukacije o zdravlju i korektivne vježbe. Osobama koje se žele rekreirati, ali za to dosad nisu imale/nemaju vremena, treba ponuditi edukacije u smjeru promjene stavova i ponašanja s naglaskom na promjene raspoloženja. Naposljetku, starijim pasivnim osobama trebalo bi ponuditi sustavne animacije, informativne i zabavne rekreacijske programe poput izleta, balota ili mini-golfa. Važno je napomenuti da pri izvedbi navedenih rekreacijskih programa osobe ne bi trebale naprezati one dijelove tijela koji su već pod pritiskom zbog posla i da bi trebalo izbjegavati one situacije koje predstavljaju rizik za zdravlje (Andrijašević, 2006). Ovakve preporuke podsjećaju na važnost sportske aktivnosti koja se još u Jugoslaviji spominjala, u prvim godinama države samo s namjerom stvaranja boljih radnika i, ako zatreba, branitelja, a već krajem četrdesetih godina prošlog stoljeća u svrhu odmora i

zabave radnika. Tako Stanić (2016) spominje da se 1970-ih i 80-ih godina radnicima u ulogama turista nudilo rekreacijske programe prilagođene zanimanju na igralištima turističkih naselja. Zanimljivo je da se već u 1960-ima navodi dobrobit rekreacije u suzbijanju negativnog utjecaja suvremenog životnog stila, što je i danas poznata rečenica, a već 1950-ih propagirala se proizvodna gimnastika, kojom bi se za vrijeme pauze na poslu opustili napeti mišići i razgibali pasivni zglobovi. Takva nastojanja dovela su do stvaranja radničkih sportskih igara.

Brojni istraživači osvrću se na mlađe osobe, vjerojatno zbog veće im dostupnosti učenika i studenata i populističkih naslova u medijima o delinkventnoj mladosti. Brdar i Lončarić (2004) otkrili su da se učenici viših razreda osnovne škole i srednjoškolci mogu podijeliti s obzirom na to kako provode slobodno vrijeme na nekoliko skupina: (1) u zabavi i relaksaciji, kojoj češće pripadaju najstariji učenici, (2) nediferencirani s ispodprosječnim rezultatima na svim slobodnim aktivnostima, (3) u kulturnim sadržajima (knjige, izložbe, kazališta), kojoj češće pripadaju učenice i (4) u sportskim aktivnostima i neskloni socijalno nepoželjnoj zabavi, kojoj češće pripadaju učenici i mlađi. Shaw, Kleiber i Caldwell (1995, prema Brdar i Lončarić 2004) također navode da se formiranje identiteta kod mladića negativno povezuje s gledanjem TV-a, a kod djevojaka pozitivno sa sportskim i fizičkim aktivnostima.

Anić i Tončić (2014) ispitivali su studente riječkog sveučilišta trima načinima: metodom uzorkovanja iskustava (sudionici pomoću uređaja koji je stalno uz njih u slučajno odabranim trenucima odgovaraju na pitanje kojom se aktivnošću bave), pitanjem koja aktivnost slobodnog vremena im je omiljena i upitničkom mjerom (ček-lista) u kojoj se pitalo kojim su se aktivnostima slobodnog vremena studenti bavili tijekom prošlog tjedna. Hobiji su bili česti kao omiljene aktivnosti, rjeđi u upitniku, a gotovo nisu navedeni u uzorkovanju iskustava. U upitnicima je čitanje navedeno češće, a hobiji rjeđe, a u uzorkovanju iskustava češće su navedeni elektronički mediji, a hobiji i čitanje rjeđe. Istraživanje pokazuje kako su različite metode ispitivanja provođenja slobodnog vremena dale različite rezultate, što može upućivati na socijalnu poželjnost pri odgovaranju.

Leburić, Relja i Božić (2007) pokušale su znanstveno pristupiti zabavi mladih i zanemariti stereotipe pri promatranju diskoteka kao izvora negativnih posljedica za mlade. U svojim istraživanjima imale su uzorke osoba od 15 do 40 g. te nije postojala percepcija o određenom tipu osoba koji redovito posjećuje diskoteke. Kao motivi dolaska u diskoteku pokazali su se pražnjenje energije, upoznavanje ljudi, ples (koji je popularniji kod ženskog roda), glazba i upoznavanje partnera/ice (koje je popularnije kod muškog roda). Autorice

navode da se, zbog konteksta zaglušenosti i relativnog mraka u kojem gotovo ne postoji mogućnost uobičajene komunikacije, o diskotekama može govoriti kao o mjestima u kojima se traži izoliranost i bijeg od svakodnevice, a istovremeno zajedništvo, odnosno komunikacija pokretom i dodirom.

Iako se većina istraživanja usmjerila na provođenje slobodnog vremena u mladih, nekoliko recentnijih istraživanja bavilo se i slobodnim vremenom odraslih i starijih osoba. U jednom se hrvatskom istraživanju (Ajduković, 2017) provodila validacija Upitnika kognitivne rezerve. Kognitivna rezerva može se opisati kao mogućnost učinkovitog rješavanja zadatka unatoč poremećaju mozga pomoću individualnog kognitivnog obrasca, bilo originalnog, bilo nekog drugog. U tom istraživanju upotrijebljeni su Upitnik svakodnevnih aktivnosti. kojim se ispituje kojim se slobodnim aktivnostima i koliko često osobe trenutno bave, i Ljestvica slobodnih aktivnosti, kojom se ispituje kojim su se slobodnim aktivnostima i koliko tijekom života osobe bavile. Autorica navodi kako se osobe starije dobi rjeđe bave slobodnim aktivnostima, vjerojatno zbog opadanja izvršnih funkcija, a ne razlikuju se u količini i učestalosti provođenja slobodnih aktivnosti po rodu. Osobe koje imaju izraženiju kognitivnu rezervu i više rezultate na testu kognitivnih sposobnosti češće se bave većim brojem slobodnih aktivnosti, odnosno imaju više sposobnosti za sudjelovanje u njima. Osobe koje su se tijekom mladosti češće bavile različitim slobodnim aktivnostima i u starijoj dobi imaju više slobodnih aktivnosti kojima se češće bave. Obrazovaniji pojedinci u zahtjevnijim zanimanjima djelomično se češće bave većim brojem slobodnih aktivnosti. Ovi rezultati ukazuju na važnost cjeloživotnog učenja koje se ne mora nužno odvijati tijekom odrađivanja plaćenog posla, već može biti i dio dokolice odraslih osoba. Tako Dattilo, Ewert i Dattilo (2012) u proučavanju motivacije za učenjem odraslih tijekom slobodnog vremena navode tri primarne orijentacije: društveni kontakt, kognitivni interes i socijalna stimulacija. Te su se orijentacije razlikovale između mlađih i starijih kao i između onih koji su bili uključeni u tečajeve više puta i jednom. Odgovori na intervjuima otkrili su da su ishodi sudjelovanja bili: interpersonalni (upoznavanje ljudi i kontakt sa socijalnim grupama), intrapersonalni (zadovoljenje interesa, obogaćivanje, tjelesno i mentalno zdravlje i užitak) i osobna dobrobit (kreativnost, poboljšanje života, isprobavanje novih stvari, smanjenje stresa i bijeg iz svakodnevice). Slično, Rusac i Dujmović (2014) navode da starije osobe sve češće volontiraju zbog želje za napretkom, vlastitom dobrobiti i pomaganjem lokalno i globalno te iz osobnog zadovoljstva. Također je utvrđeno da osobe koje su u mlađoj dobi volontirale češće volontiraju i u starijoj dobi, a opet, neki tek po umirovljenju počinju volontirati jer tek tada imaju dovoljno slobodnog vremena, što govori o poteškoći usklađivanja vlastitih želja za

provođenjem slobodnog vremena i radnog vremena pojedinca. Određenim starijim volonterima poticaj za volontiranje može biti smrt bliske osobe jer im volontiranje pomaže u reintegraciji u društvo, smanjenju osjećaja usamljenosti i izoliranosti. Kad se pitalo umirovljene Slovence što za njih znači slobodno vrijeme, kako ga provode i koliko su zadovoljni njime, dio osoba rekao je da ga ima previše, odnosno da u njemu prevladava usamljenost, a dio da ga baš ima dovoljno i da dobro dođe u svrhu opuštanja i druženja (Ovsenik i Vidic, 2013). Također, pokazalo se da dokolica, socijalna podrška i aktivnosti dokolice mogu pomoći u smanjenju i ublažavanju učinka stresnih događaja i tako imaju pozitivno djelovanje na zdravlje te da je doživljaj dokolice kao pozitivne stabilan tijekom srednje dobi usprkos brojnim pozitivnim i negativnim događajima (Carpenter i Murray, 2002). Taj doživljaj djelomično je različit za muškarce i žene jer se pokazalo da žene više slobodnog vremena provode u kućanskim poslovima od muškaraca, dok se muškarci više bave drugim aktivnostima slobodnog vremena (poput odmora i gledanja TV-a), i ta se razlika najlakše uočava kad se promatra što jedna osoba iz obitelji radi dok druga (najčešće žena) obavlja kućanske poslove (Shaw, 1992). Žene također češće kombiniraju kućanske poslove i druge aktivnosti slobodnog vremena te provode više vremena s djecom od muškaraca, pogotovo kad su kućanice u punom radnom vremenu, tj. kad nemaju drugi plaćeni posao. Čak i kad provode vrijeme s djecom, žene provode više slobodnog vremena u obavljanju kućanskih poslova nego u ostalim aktivnostima od muškaraca koji s djecom češće provode vrijeme u drugim aktivnostima slobodnog vremena.

Pomorci se susreću s posebnim poteškoćama u provođenju slobodnog vremena jer im je ono sadržajno, prostorno i vremenski ograničeno. Dodig (1988) je još 1980-ih ispitivao kako pomorci provode slobodno vrijeme na brodu, u stranim lukama i kod kuće te koliko su zadovoljni slobodnim vremenom. Utvrdio je da bi u osiguranim uvjetima na brodu većina pomoraca htjela sudjelovati u rekreativno-sportskim sadržajima, manje bi njih čitalo, a još manje se bavilo umjetnošću. Motivi su uglavnom želja za pozitivnim doživljajem, oslobađanjem napetosti, zabavom i razonodom, nešto manje potreba za psihofizičkim zdravljem, a najmanje sklonost prema aktivnosti. Za slobodno vrijeme na brodu pomorci su spremni odvojiti najčešće dva, rjeđe tri i najrjeđe četiri sata dnevno. Gotovo svi pomorci smatraju da bi se trebalo više posvetiti problemu slobodnog vremena pomoraca na brodu i u svrhu njegova rješavanja usmjeriti se na materijalne uvjete, organizacijsku strukturu slobodnog vremena i veće sudjelovanje svih pojedinaca u odabiru sadržaja. U stranim lukama više pomoraca provodi slobodno vrijeme u zabavi, razonodi i osobnim potrebama, a manje u kulturnim, sportskim i umjetničkim sadržajima. Kod kuće pomorci najviše provode slobodno

vrijeme sami, manje s prijateljima i poznanicima, još manje s obitelji i rodbinom, a najmanje sa suprugom, što se objašnjava mladim uzorkom sudionika. Tada veći broj pomoraca od kulturno-zabavnih sadržaja uglavnom ide u diskoteke, gleda filmove i TV, a manji posjećuje kulturno-umjetničke sadržaje, dok od sportsko-rekreativnih sadržaja sličan broj pomoraca sudjeluje u sportskim događajima, ide na izlete, bavi se sportsko-rekreativnim sadržajima (trčanje, skijanje i sl.) i sportskom aktivnošću (nogomet, košarka i sl.). Zadovoljno je 17 % pomoraca, 54 % djelomično, a 29 % ih je nezadovoljno uvjetima i organizacijom slobodnog vremena, što je dobar pokazatelj nužnosti promjena na tom području (Dodig, 1988).

Zadovoljstvo slobodnim vremenom i pojedinim aktivnostima u slobodno vrijeme

Budući da se pokazalo da slobodno vrijeme utječe na dobrobit pojedinca (npr., Dattilo i sur., 2012), važno je ispitati i koliko je osoba zadovoljna slobodnim vremenom i aktivnostima u kojima provodi slobodno vrijeme. Studenti FER-a i Hrvatskih studija u jednom istraživanju (Brkljačić, Kaliterna Lipovčan i Tadić, 2012) naveli su da imaju prosječno 33 sata tjedno slobodnog vremena, od kojih trećinu provode sami, a ostatak u društvu: dvostruko manje s obitelji u odnosu na prijatelje, a, ako su u vezi, onda najviše s partnerom/icom. Aktivnosti kojima su se bavili uglavnom su zabavne i relaksirajuće prirode (TV, internet, igrice, društvene mreže, izležavanje), rjeđe čitanje, vježbanje, rekreacija, uljepšavanje, hobiji i učenje novih sadržaja, a najrjeđe duhovne, humanitarne i političke aktivnosti. Zadovoljstvo i kontrola slobodnog vremena pokazali su se umjerenima. Povezanost količine slobodnog vremena sa zadovoljstvom i kontrolom istog te srećom u životu bila je pozitivna i niska. Najveći broj studenata navodi da bi se više družio s prijateljima, vježbao, učio nove sadržaje, rekreirao se i bavio umjetnošću da ima više slobodnog vremena na raspolaganju. Od spomenutih aktivnosti većina je rijetka u stvarnom provođenju slobodnog vremena, te se tako pokazuje želja studenata da provode slobodno vrijeme u aktivnim i strukturiranim aktivnostima.

U Robinsonovom i Martinovom (2008) istraživanju u kojem se pokušalo povezati određene aktivnosti slobodnog vremena sa srećom navedeni su podaci iz jednog šireg istraživanja (*GSS – General Social Survey*), koji pokazuju da ljudi uglavnom najviše uživaju u, primjerice, seksu, aktivnostima s djecom, druženju s ostalima i čitanju, a najmanje u kućanskim poslovima (muškarci pogotovo) i kupovini. Zanimljiv je podatak da osobe koje nisu sretne imaju dva nepoželjna osjećaja: užurbanosti i viška vremena, a osjećaj viška vremena im je veći problem. Gledanje TV-a nije baš poželjna aktivnost, ali, kad se procjenjuje za prethodni dan, biva iznadprosječno poželjna, što autori objašnjavaju mogućim

odgovorom da su TV programi sveukupno gledano gubitak vremena, ali emisije gledane prethodni dan budu osobama dobre. Gledanje TV-a može se smatrati negativnim prediktorom opće sreće, i to, prema autorima, zbog kratkotrajnih dobrobiti dobivenih gledanjem i utočišta koje nesretnim osobama gledanje TV-a pruža. Stoga se gledanje TV-a uspoređuje s ovisnošću koja također pruža trenutno zadovoljstvo, a dugotrajno vodi nesreći, te sa stanjem pod utjecajem opojnih sredstava koje ublažava osjećaj socijalne ili individualne neadekvatnosti.

U jednom hrvatskom istraživanju (Prizmić, Kaliterna Lipovčan i Burušić, 2009) zdravstveni radnici najzadovoljniji su bili količinom slobodnog vremena utrošenog u obavljanje kućanskih poslova i obiteljskih obveza, a najmanje zadovoljni mogućnošću vježbanja, sudjelovanja u različitim organizacijama i praćenja novosti. Proučavane su varijable zadovoljstva životom kao kognitivna, opći osjećaj sreće kao afektivna i zadovoljstvo poslom kao treća komponenta opće dobrobiti pojedinca. Jedini značajni prediktor zadovoljstva životom bilo je zadovoljstvo količinom slobodnog vremena utrošenog u kupovinu. Ravnoteža poslovnog i privatnog života predvidjela je zadovoljstvo poslom, a opća sreća bila je samo negativno povezana s dobi osobe. Zadovoljstvo različitim slobodnim aktivnostima bilo je u značajnim korelacijama samo sa sličnim aktivnostima, kao što je kupovina za kućanstvo povezana s kupovinom za užitak ili korelacije između onih aktivnosti koje su se odvijale van kuće, kao što su sudjelovanje u organizacijama, edukacija ili trening i praćenje novosti. Najniže korelacije rezultata zadovoljstva različitim slobodnim aktivnostima bile su između kućanskih aktivnosti i onih van kuće poput korelacija između aktivnosti sudjelovanja u organizacijama i kućanskih poslova ili između aktivnosti edukacije i odgoja djece.

Smjenski rad može biti jedna od varijabli koje su u negativnoj povezanosti sa zadovoljstvom slobodnim vremenom. Ipak se pokazalo da se muškarci zaposleni u stručnim djelatnostima na području kemijske industrije podijeljeni na smjenske i nesmjenske radnike statistički značajno ne razlikuju u procjeni različitih pokazatelja kvalitete života, među kojima je i slobodno vrijeme, nego samo u procjeni zadovoljstva poslom i materijalnim stanjem. To autorice objašnjavaju povezanošću smjenskog rada s nezadovoljstvom poslom i nedovoljnom kompenzacijom radnika od strane poslodavaca za smjenski rad (Slakoper i Brkić, 1999).

Odnos između životnih vrijednosti i slobodnog vremena

U sociološkoj literaturi navodi se da je životni stil kombinacija životnih vrijednosti i ponašanja ili implicitnih i eksplicitnih vrijednosti, te tako predstavlja poveznicu između individualnosti i kolektivnosti (Chaney, 2003, prema Miliša i Bagarić, 2012). Ponašanje osoba

uključuje ponašanje u slobodnom vremenu, koje je možda i najbolji izraz želja osobe da se ponaša na određeni način. Mladi, na koje također djeluje još uvijek velika nezaposlenost, prema Pljakiću (2013), imaju višak slobodnog vremena koji često postaje dosada i asocijalno ponašanje, čime se ograničava uloga slobodnog vremena u samoostvarenju i razvoju pojedinca kroz usvajanje i stvaranje kulturnih sadržaja. Odnos je dvosmjeran, pa tako, prema Brankoviću (2009, prema Pljakić, 2013), samo određene kulturne vrijednosti pomoću procesa učenja, razvoja posebnosti ličnosti i kulturnog stvaralaštva pojedinca vode ponašanje tijekom slobodnog vremena u smjeru izgradnje osobe, dok Polić (2003) navodi da potrošačka kultura postavlja na mjesto glavne vrijednosti novac, kojim osobe kupuju slobodno vrijeme (najčešće besposlicu) i nepotrebne stvari. Pedagoški gledano, na stavove i ponašanja postoji velik utjecaj vršnjaka s kojima se učenici druže u slobodnom vremenu, pa bi škola trebala također osamostaliti učenike u stjecanju znanja i provođenju slobodnog vremena prema ličnosti pojedinca i u svrhu izgrađivanja iste, te tako u izgrađivanju vrijednosti (Nola, 1990, prema Valjan Vukić, 2013). Slično, Radin (2001) kaže da postoji veliki potencijal slobodnog vremena i slobodnih aktivnosti u (samo)ostvarivanju prijateljstva i ljubavi kao najviše rangiranih vrijednosti među mladima. Miliša i Bagarić (2012) smatraju da su mladima danas važnije neke hedonističke i individualističke vrijednosti koje obilježavaju pomak prema rizičnom načinu razmišljanja, kao što se i načini provođenja slobodnog vremena mijenjaju prema takvim vrijednostima, pa te dvije varijable (vrijednosti i slobodno vrijeme) kombinacijom danas po njima uglavnom stvaraju rizične životne stilove.

Ovime dolazimo i do nekoliko većih nedostataka proučavanja ove teme, a to su da se odnos životnih vrijednosti i slobodnog vremena dosad uglavnom ispitivao na uzorku mlađih osoba, odnosno učenika osnovnih, srednjih i viših škola te da se vrijednosti i slobodno vrijeme češće opisuju na neempirijski način, senzacionalistički i bez eksplicitnog empirijskog povezivanja, vjerojatno zbog kompleksnosti konstrukata. U svom je istraživanju na mladima Dragun (2012) odvojeno proučavao vrijednosti i slobodno vrijeme i nije ih povezivao statističkim analizama. Proveo je istraživanje na zadarskim maturantima i otkrio da su mladi po strukturi slobodnog vremena i vrijednosnim sustavima uglavnom bili usmjereni na bliske odnose, moderni i slični mladima u dotadašnjim istraživanjima te da su bili sličniji drugim uzorcima i s modernijom strukturom za slobodno vrijeme nego za vrijednosti. To znači da su mladi često provodili slobodno vrijeme u upotrebi suvremenih tehnoloških načina komunikacije i medija (glazba, TV, video, internet). Vrijednosti mladih po autoru se mogu podijeliti na nekoliko faktora: konvencionalno-moralne (poštenje, vjera, osnivanje obitelji, ljubav i zauzimanje za drugog), konvencionalno-samoostvarujuće (učenje, kulturno uzdizanje,

dobri obiteljski odnosi), hedonističke (zabava, druženje, seks, putovanja i novac), autonomno samoostvarenje (biti svoj), konvencionalno-domoljubne (nacionalna pripadnost i domoljublje) te socijalno-kompetitivne (moć i politički angažman). Vrijednosti koje su sudionici procijenili osobno najvažnijima bile su: zdravlje, prijateljstvo, dobri obiteljski odnosi, poštenje i ljubav. Nešto manje važnima smatrali su sljedeće vrijednosti: druženje, poštovanje od drugih, zabava i osnivanje obitelji. Srednje su im važne bile vrijednosti: učenja, zauzimanja za drugog, vjere, autonomije, materijalnog blagostanja i domoljublja. Niže su rangirali vrijednosti: putovanja, kulturnog uzdizanja, seksa i popularnosti. Najnižim procjenama važnosti učenici su procijenili vrijednosti moći i političkog angažmana. Slobodno vrijeme mladih u ovom je istraživanju podijeljeno na sljedeće faktore: individualno-recepcijske aktivnosti (glazba, TV, internet), socijalno-recepcijske aktivnosti (kafići, disko i izlasci s prijateljima ili partnerom/icom), sportsko-zanimacijske aktivnosti, kulturno-individualne aktivnosti (časopisi, izložbe, šetnje), edukacija i kulturno-socijalne aktivnosti (volontiranje, tečajevi, vjerske aktivnosti). Mladi su najčešće provodili slobodno vrijeme u slušanju glazbe, gledanju TV-a, surfanju internetom, u kafićima i izlascima s prijateljima, nešto manje u hobijima, izlascima s partnerom/icom i izlascima u klubove, a puno manje u šetnjama, sportu i čitanju časopisa, još manje u čitanju knjiga, odlascima u kino ili kazalište, angažiranošću u župi, posjetima izložbama i volontiranju. Jedina poveznica između vrijednosti i slobodnog vremena autoru je u zaključnim mislima gdje navodi da su dobiveni vrijednosni sustavi plodno tlo za kulturno i strukturirano provođenje slobodnog vremena zbog visokog vrednovanja odnosa s bliskim osobama, poštenja, zauzimanja za druge i neovisnosti od tuđih utjecaja, odnosno konvencionalno-moralne vrijednosne orijentacije. U svrhu ostvarivanja takvog potencijala traži od starijih osoba u društvu, medija, institucija i udruga prikladan angažman u razvoju izvannastavnih programa i sadržaja.

Mlinarević i sur. (2007) ispitali su varijacije u slobodnom vremenu te radne i obrazovne vrijednosti mladih u Slavoniji i Zadru. Premda se u radu navode samo radne i obrazovne, a ne životne vrijednosti, ova dva konstrukta mogu biti približni pokazatelj životnih vrijednosti. U Slavoniji je ekstrahirano nekoliko faktora za slobodno vrijeme: (1) orijentacija dokoličarenja (odmor, razonoda, kontakti s prijateljima pomoću tehnologije i medija), (2) orijentacija na zabavu (tulumi, kafići, restorani, klubovi, koncerti), (3) obiteljska orijentacija (crkva, tradicijske i društvene igre, folklor, obiteljski poslovi i kućni ljubimci), (4) orijentacija na sport (organizirane sportske aktivnosti u klubovima i izvannastavnim aktivnostima, praćenje sportskih događaja, briga o zdravlju i izgledu te računalne i igre na sreću) i (5) kulturna orijentacija (strukturirani kulturni, obrazovni i društveni sadržaji). U Zadru mladi kao

i u Slavoniji najčešće pasivno provode slobodno vrijeme (kafići, TV, radio, novine), a najrjeđe u kulturnim i društveno angažiranim sadržajima. U istraživanju je utvrđeno da je oko polovica mladih zadovoljna provođenjem slobodnog vremena (nešto manje u Zadru), a najviše se nezadovoljstva kod mladih javlja zbog nedostatka mjesta na kojima bi se moglo provoditi slobodno vrijeme. Mladi Slavonci imaju 3, 4 i više sati dnevno slobodnog vremena, što je dobar pokazatelj da je u Hrvatskoj manji postotak mladih nezadovoljnih količinom slobodnog vremena, kao i novcem koji im stoji na raspolaganju za tu svrhu (u Zadru je nešto više takvih nego u Slavoniji) (Mlinarević i sur., 2007). Mladi su rangiranjem pokazali da se obrazuju najčešće s namjerama poboljšanja materijalnog statusa i zaposlenja na željenoj poziciji, a od radnih vrijednosti najvažnijom vrednuju siguran posao te nešto manje važnima visoku zaradu, fleksibilno radno vrijeme te kreativan i raznolik posao. Pasivni načini provođenja slobodnog vremena otkriveni su kao glavni izbor mladih, a njihove obrazovne i radne vrijednosti bile su najviše ekstrinzično orijentirane. S obzirom na to, u radu se navodi zahtjev usmjeren restrukturiranju upotrebe slobodnog vremena mladih, počevši od osiguranih preduvjeta, preko mreže ustanova, prikladnih prostora i voditelja do sredstava za kreativni, društveni i aktivni život mladih.

Životne vrijednosti i slobodno vrijeme kod odraslih osoba

Postoji nekolicina istraživanja koja se bave odnosom vrijednosti i slobodnog vremena odraslih osoba, ali se u njima uglavnom ispituje samo određeni način provođenja slobodnog vremena, pa su takvi rezultati više vezani za manji dio populacije (često klinički), npr. istraživanje o vrijednostima i alkoholizmu (Nordfjærn i Brunborg, 2015). Tako je utvrđeno da su Norvežani od 40 do 79 godina koji su imali hedonistički tip vrijednosti manje vjerojatno apstinirali, a oni s visoko vrednovanim konformizmom i univerzalizmom češće su apstinirali. Postignuće i hedonizam bili su povezani s većom upotrebom alkohola, a s manjom tipovi univerzalizma, tradicije i konformizma. Budući da je hedonizam povezan s većom upotrebom i manjom apstinencijom od alkohola, kao intervencijska mjera preporučuje se alternativni način postizanja zadovoljstva i dobrobiti kod osoba srednje i starije dobi. Suprotna povezanost konformizma, s druge strane, objašnjava se uzorkom jer je kod osoba te dobi moguće veća povezanost između ponašanja i nadtipa zadržavanja tradicionalnih vrijednosti nego za mlađu populaciju.

Premda su studije koje se izravno bave odnosom vrijednosti i slobodnog vremena odraslih osoba rijetke, postoji nekoliko istraživanja u kojima su se ispitivali slični konstrukti. Tako se u jednom longitudinalnom istraživanju (Janke, Carpenter, Payne i Stockard, 2011)

ispitivao utjecaj percepcije životne strukture (kojoj pripadaju životne vrijednosti) na percipiranu slobodu (kontrolu) tijekom provođenja aktivnosti dokolice, a sloboda je važna jer se smatra primarnom karakteristikom iskustva dokolice (Ellis i Witt, 1984, prema Janke i sur., 2011). Pokazalo se da osobe koje percipiraju da su trenutno u stabilnoj fazi života doživljavaju više slobode u aktivnostima dokolice od osoba koje trenutno prolaze kroz životne promjene. Drugo istraživanje (Jerneić i Šverko, 2001) pokazalo je da kod odraslih prediktor smanjenja utrošenog slobodnog vremena na aktivnosti učenja, dokolice i društveno korisnog rada može biti prijelaz iz komunističkog u kapitalistički sustav, koji je sa sobom donio kod mnogih lošiju ekonomsku situaciju, prosječni porast u vrijednostima utilitarizma i individualnosti i pad u vrijednostima sudjelovanja u odlučivanju i altruizma.

Budući da su istraživanja u ovom području na nekliničkim uzorcima odraslih osoba vrlo rijetka, provedeno je istraživanje kako bi se ispitao odnos životnih vrijednosti i načina provođenja slobodnog vremena u nekliničkom uzorku odraslih osoba.

Za vrijednosti teorijsko polazište je u Schwartzovoj teoriji životnih vrijednosti. Što se slobodnog vremena tiče, nema eksplicitne teorije od koje se polazi, ali na osnovi teorijskih razmatranja okupacije o kojima govori Bartolac (2013) te operacionalizacije slobodnog vremena odraslih osoba koju predlažu Jopp i Hertzog (2010), u ovom istraživanju zahvaćene aktivnosti slobodnog vremena mogle bi se podijeliti u nekoliko pretpostavljenih kategorija. U jednoj bi kategoriji bile dužnosti kojima bi pripadale aktivnosti koje se obavljaju iz potrebe, a ne iz vlastite želje (zdravstvena briga, kućanski poslovi i jedenje obroka), i aktivnosti koje se obavljaju iz potrebe i želje (kupovina, provođenje vremena s obitelji i kućnim ljubimcima). Sljedećoj bi kategoriji, kategoriji aktivne i pasivne zabave te odmora, pripadale individualne (spavanje, hobiji i zabava) i socijalne aktivnosti (kontakt s prijateljima, sudjelovanje u udrugama, sportske aktivnosti i vježbanje). Posljednja kategorija bila bi kategorija obrazovanja, kojoj bi pripadale klasične obrazovne aktivnosti (obrazovanje i sudjelovanje u kulturnim manifestacijama) te aktivnosti koje se zasnivaju na otvorenosti prema iskustvu (praćenje novosti i putovanja).

CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE

Cilj istraživanja bio je utvrditi u kakvom su odnosu životne vrijednosti pojedinaca odrasle dobi s aktivnostima koje provode u slobodnom vremenu.

Problemi:

1. Odrediti glavne tipove vrijednosti i ispitati odnose među njima u odraslih osoba.

2. Ispitati osnovne stilove provođenja slobodnog vremena u odraslih osoba.
3. Ispitati zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena.
4. Ispitati povezanost između provođenja slobodnog vremena i vrijednosnih tipova kod odraslih.
5. Ispitati razlike u tipovima vrijednosti, provođenju, zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena s obzirom na dob i rod.

Hipoteze:

1. Pretpostavilo se da će glavni tipovi vrijednosti i odnosi među njima, odnosno vrijednosna struktura, biti isti ili slični predviđanjima prema Schwartzovoj teoriji, pa će se vrijednosti rasporediti u deset glavnih tipova s pripadajućim specifičnim vrijednostima:
   a. moć: društvena moć, bogatstvo, društveni ugled, autoritet, očuvanje slike o sebi u društvu
   b. postignuće: samopoštovanje, ambicioznost, utjecajnost, sposobnost, inteligencija, uspješnost
   c. hedonizam: zadovoljstvo, uživanje u životu
   d. poticaj: uzbudljiv život, raznovrstan život, odvažnost
   e. nezavisnost: sloboda, kreativnost, privatni život, samostalnost, izabiranje vlastitih ciljeva, znatiželja
   f. univerzalizam: jednakost, unutarnji sklad, mir u svijetu, jedinstvo s prirodom, mudrost, svijet lijepog, društvena pravda, tolerancija, očuvanje okoliša
   g. dobrohotnost: duhovni život, smisao u životu, zrela ljubav, iskreno prijateljstvo, odanost, iskrenost, uslužnost, odgovornost, spremnost na opraštanje
   h. tradicija: poštivanje tradicije, umjerenost, poniznost, prihvaćanje vlastita života, pobožnost
   i. konformizam: pristojnost, samodisciplina, poštivanje roditelja i starijih, poslušnost
   j. sigurnost: osjećaj pripadnosti, društveni poredak, nacionalna sigurnost, uzvraćanje usluga, obiteljska sigurnost, zdravlje, čistoća

2. Pretpostavilo se da će se izdvojiti nekoliko stilova provođenja slobodnog vremena: dužnosti, kojima pripadaju aktivnosti koje se obavljaju iz potrebe (zdravstvena briga, kućanski poslovi i jedenje obroka) i aktivnosti koje se obavljaju iz potrebe i želje (kupovina, provođenje vremena s obitelji i kućnim ljubimcima); zatim aktivna i pasivna zabava te odmor, kojima pripadaju individualne (spavanje, hobiji i zabava) i socijalne aktivnosti (kontakt s prijateljima, sudjelovanje u udrugama, sportske aktivnosti i vježbanje) te obrazovanje, kojemu bi pripadale klasične obrazovne aktivnosti (obrazovanje i sudjelovanje u kulturnim manifestacijama) te aktivnosti koje se zasnivaju na otvorenosti prema iskustvu (praćenje novosti i putovanja).
3. Pretpostavilo se da će osobe biti uglavnom zadovoljne količinom i načinom provođenja slobodnog vremena te da će procijeniti kako uglavnom imaju kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena.
4. Pretpostavilo se da će ljudi određenih tipova vrijednosti provoditi slobodno vrijeme u stilu koji je najbliži tom tipu vrijednosti, primjerice: osobe hedonističkog tipa vrijednosti češće će provoditi slobodno vrijeme u individualnim aktivnostima aktivne i pasivne zabave i odmora od ostalih; osobe s tipom univerzalizma i dobrohotnosti češće će provoditi vrijeme u socijalnim aktivnostima aktivne i pasivne zabave i odmora; osobe s tipovima tradicije, konformizma i sigurnosti češće će provoditi vrijeme u aktivnostima koje se obavljaju iz potrebe ili iz potrebe i želje; osobe s tipovima nezavisnosti i poticaja češće će provoditi vrijeme u klasičnim obrazovnim aktivnostima; a osobe s tipovima postignuća i moći u aktivnostima koje se zasnivaju na otvorenosti prema iskustvu.
5. Pretpostavilo se da će osobe različite dobi imati različite tipove vrijednosti i stilove provođenja slobodnog vremena, i to da će stariji biti bliži od mlađih vrijednostima sigurnosti, konformizma i tradicije te provođenju slobodnog vremena u kućanskim poslovima i organizacijama, a da će mlađi pokazati veću sklonost od starijih vrijednostima postignuća, poticaja, hedonizma i nezavisnosti te provođenju slobodnog vremena u obrazovanju i zabavi/odmoru, dok dob sudionika neće biti povezana sa zadovoljstvom količinom i načinom provođenja te kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena. Također se pretpostavilo da će ženama biti važnije vrijednosti univerzalizma, dobrohotnosti i sigurnosti negoli muškarcima, da će češće provoditi vrijeme s obitelji, u kućanskim aktivnostima i u kulturnim sadržajima te biti manje zadovoljne količinom slobodnog vremena nego muškarci. S druge strane, očekivalo se da će muškarcima biti važnije vrijednosti nezavisnosti, postignuća, hedonizma,

poticaja i moći negoli ženama, da će biti zaokupljeniji sportskim aktivnostima od žena, dok se po zadovoljstvu načinom provođenja i kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena neće značajno razlikovati u odnosu na žene.

METODA

Sudionici

Uzorak se prikupljao prigodno i metodom snježne grude. To znači da se sudionicima prilazilo preko poznanstava, odnosno da su upitnik dobivale osobe koje su poznavale istraživača ili osobu koju je istraživač već ispitao. Kriterij za sudjelovanje u istraživanju bio je da osobe imaju od 30 do 60 godina, da su zaposlene i da nisu umirovljene. Od ukupnog broja upitnika dio je odbačen zbog neispravnog rješavanja, odnosno neadekvatnog načina odgovaranja i nepotpunih podataka. Konačnom uzorku od 210 sudionika pripadaju zaposlene osobe od 30 do 60 godina (M_{dob}= 42.64, SD_{dob}=9.24), od kojih je bilo 93 muškarca i 117 žena (tablica 1). 51.90 % sudionika bilo je srednje stručne spreme, 12.38 % više, a 33.33 % visoke stručne spreme. Nekolicina sudionika nije imala završeno srednjoškolsko obrazovanje (*N*=5). U gradovima sa 100 000 stanovnika ili više živjelo je 35.24 % sudionika. 16.67 % sudionika navelo je da živi u mjestu koje ima od 40 000 do 100 000 stanovnika, a 35.71 % sudionika navodi mjesto od 2 000 do 40 000. Manji dio sudionika (12.38 %) živio je u mjestu koje ima do 2 000 stanovnika. Većina je sudionika procijenila svoje materijalno stanje prosječnim (70.48 %). Većina je sudionika za vrijeme provođenja ovog istraživanja bila u bračnom odnosu (70 %). Dio sudionika nije bio ni u kakvom partnerskom odnosu (17.62 %), dok je manji broj osoba naveo kako je u izvanbračnoj vezi (7.14 %), rastavljen/a (4.76 %) ili udovac/ica (0.48 %). Djecu je imalo 72.86 % sudionika ovoga istraživanja te su u prosjeku imali dvoje djece (*M*=2.05). Prosječna veličina kućanstava sudionika bila je *M*=3.51 osoba.

Mjerni instrumenti

U ovom ispitivanju upotrijebljeni su: hrvatska inačica Schwartzovog upitnika vrijednosti *(SVS-HR)*, ček-lista načina provođenja slobodnog vremena, tri pitanja o zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te o kontroli nad provođenjem slobodnog vremena te tri demografska pitanja o spolu, dobi i radnom statusu. SVS-HR sastoji se od 56 čestica od kojih ima 30 vrijednosti u obliku pojmova i 26 ponašanja koja označavaju vrijednosti. Odgovori na čestice mogu biti u rasponu od -1 do 7 (skala ima 9 stupnjeva), gdje brojevi predstavljaju sljedeća značenja: -1 suprotno mojim vrijednostima, 0 nevažno, 3 važno,

6 vrlo važno i 7 od iznimne važnosti. 56 čestica određuje važnost deset motivacijskih tipova koje predstavljaju: moć, postignuće, hedonizam, poticaj, nezavisnost, univerzalizam, dobrohotnost, tradicija, konformizam i sigurnost (slika 1). Ferić (2007) navodi da istraživanja potvrđuju međukulturalnu strukturalnu stabilnost i dobre metrijske karakteristike: dobru konvergentnu i diskriminativnu valjanost 10 tipova vrijednosti te Cronbachovu α pouzdanost od .58 za tip hedonizma do .83 za tip univerzalizma, što je, unatoč malom broju čestica za pojedine motivacijske tipove, zadovoljavajuće.

Uputa sudionicima za ispunjavanje upitnika vrijednosti glasila je: *Ovim upitnikom ispituje se koje su vrijednosti Vama osobno važne kao usmjeravajuća načela u Vašem životu, a koje smatrate manje važnima ili sporednima. Upitnik se sastoji od DVIJE LISTE vrijednosti, a ispod svake u zagradi je navedeno i dodatno objašnjenje njezina značenja. Vaš je zadatak procijeniti koliko je svaka od navedenih vrijednosti važna Vama osobno kao usmjeravajuće načelo u Vašem životu. Vaše procjene upišite na crtu ispred SVAKE od navedenih vrijednosti, a pri procjenjivanju se služite ponuđenom ljestvicom (od "-1" do "7") gdje veći broj označava veći stupanj važnosti koju pridajete pojedinoj vrijednosti,* ispod čega je bila otisnuta sljedeća ljestvica:

Suprotno
Od
mojim
iznimne
vrijednostima Nevažno Važno Vrlo važno
važnosti
-1----------0----------1--------2----------3--------4-------5-----------6----------7-

Nakon toga uputa se nastavila na sljedeći način: *Molimo Vas da upitnik ispunjavate na sljedeći način: PRVO PROČITAJTE SVE vrijednosti navedene u LISTI 1, te odaberite jednu koja je Vama osobno najvažnija kao usmjeravajuće načelo u Vašem životu i procijenite stupanj njezine važnosti. ZATIM odaberite vrijednost koja je u potpunosti suprotna Vašim vrijednostima i procijenite je sukladno važnosti koju joj pridajete. ZATIM unutar postavljenog raspona procijenite važnost svih preostalih vrijednosti u Listi 1.*

Na sljedećoj stranici nalazio se zadnji dio upute za SVS-HR: *Pred Vama se nalazi LISTA 2 u kojoj su vrijednosti opisane kao oblici ponašanja koji za Vas osobno mogu biti više ili manje važni. Vaš je zadatak isti kao i pri procjenjivanju vrijednosti s prethodne liste, dakle PRVO PROČITAJTE SVE vrijednosti navedene u LISTI 2, te odaberite jednu koja je Vama osobno najvažnija kao usmjeravajuće načelo u Vašem životu i procijenite stupanj njezine važnosti. ZATIM odaberite vrijednost koja je u potpunosti suprotna Vašim vrijednostima i procijenite je*

sukladno važnosti koju joj pridajete. ZATIM unutar postavljenog raspona procijenite važnost svih preostalih vrijednosti u Listi 2.

Popis (ček-lista) načina provođenja slobodnog vremena sastavljen je od 16 čestica koje bi trebale dovoljno široko pokriti čitavo slobodno vrijeme, a opet dovoljno usko diferencirati među različitim načinima provođenja slobodnog vremena. Većina čestica pripada upitniku ili je sastavljena od više čestica iz istog upitnika upotrijebljenog u radu Prizmić i sur. (2009) te su dodane čestice putovanja, kulturne manifestacije, hobiji te briga i druženje s kućnim ljubimcima. Sudionici su trebali označiti koliko općenito provode slobodnog vremena u svakoj od navedenih aktivnosti, gdje su jedinice učestalosti redom bile: više od 12 sati dnevno, 6-12 sati dnevno, 2-6 sati dnevno, do sat ili dva dnevno, nekoliko puta tjedno, jednom tjedno, nekoliko puta mjesečno, jednom mjesečno, nekoliko puta godišnje, jednom godišnje, rjeđe od jednom godišnje i nikad.

Uputa za ček-listu aktivnosti u slobodnom vremenu glasila je: *Ovim upitnikom ispituju se aktivnosti tijekom slobodnog vremena. Molimo Vas da označite znakom x ili √ (viđeno) koliko općenito provodite slobodno vrijeme (vrijeme u kojem ne spavate noću i vrijeme u kojem ne radite svoj plaćeni posao) u svakoj od sljedećih aktivnosti,* a potom je slijedila ček-lista.

Još su sudionici trebali odgovoriti na tri pitanja o slobodnom vremenu. Prva dva pitanja bila su o zadovoljstvu količinom i načinom provođenja slobodnog vremena. Odgovore su davali na skali od pet stupnjeva, od 1 (*Uopće nisam zadovoljan/na*) do 5 (*U potpunosti sam zadovoljan/na*). Treće pitanje bilo je o percipiranoj kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena, odnosno vlastitom biranju aktivnosti slobodnog vremena. Odgovore su davali na skali od pet stupnjeva, od 1 (*Uopće nemam kontrolu*) do 5 (*Sasvim imam kontrolu*).

Postupak

Ispitivanje je provođeno tijekom ljeta (od srpnja do rujna) 2018. g. na širem području Dalmacije. Osobe su popunjavale upitnik o životnim vrijednostima i slobodnom vremenu, dobiven izravno od istraživača. Sudionicima je rečeno da pročitaju uputu i riješe upitnik onako kako je u uputi navedeno. Također im je u uputi napisano da je istraživanje anonimno, da će se prikupljeni podaci upotrijebiti samo u svrhu istraživanja za diplomski rad na Odjelu za psihologiju Sveučilišta u Zadru i da u bilo kojem trenutku mogu odustati od sudjelovanja u njemu.

REZULTATI

Deskriptivni parametri

U svrhu provedbe različitih analiza rezultata dobivenih u ovom istraživanju, potrebno je naznačiti osnovne parametre istih rezultata, stoga su u nastavku prikazane tablice deskriptivnih parametara (tablica 1, 2 i 3).

Tablica 1 Deskriptivni parametri (broj sudionika, aritmetička sredina, standardna devijacija, najmanji, najveći postignuti rezultat, asimetričnost i spljoštenost) procjena važnosti životnih vrijednosti

	N	*M*	*SD*	Min	Maks	Asimetr	Spljošt		*N*	*M*	*SD*	Min	Maks	Asimetr	Spljošt
jednakost	210	5.30	1.60	0	7	-1.02	0.57	mir u svijetu	199	5.43	1.61	1	7	-0.98	0.01
unutarnji sklad	182	6.02	1.20	2	7	-1.35	1.06	pošt. tradicije	212	4.19	2.01	-1	7	-0.49	-0.49
društvena moć	211	0.89	1.83	-1	7	1.14	1.17	zrela ljubav	199	5.38	1.54	-1	7	-1.18	1.38
zadovoljstvo	189	4.50	1.51	1	7	0.10	-1.04	samodisciplina	212	4.60	1.67	-1	7	-0.62	-0.02
sloboda	212	5.86	1.17	0	7	-1.40	2.96	privatni život	186	5.69	1.25	2	7	-0.94	0.04
duhovni život	190	4.62	1.88	-1	7	-0.72	-0.02	obit. sigurnost	212	6.54	0.91	0	7	-3.35	16.08
osj. pripadnosti	210	4.22	1.69	0	7	-0.45	-0.30	društveni ugled	199	3.68	1.88	-1	7	-0.37	-0.64
društv. poredak	193	4.21	1.88	-1	7	-0.28	-0.48	jed. s prirodom	212	4.04	1.78	-1	7	-0.28	-0.56
uzbudljiv život	211	3.44	1.81	-1	7	0.07	-0.56	raznovrstan život	201	3.93	1.70	0	7	-0.04	-0.60
smisao u životu	205	5.47	1.29	0	7	-1.08	1.12	mudrost	212	5.22	1.43	-1	7	-0.98	1.28
pristojnost	211	5.33	1.41	0	7	-1.00	0.80	autoritet	210	2.07	1.94	-1	7	0.42	-0.72
bogatstvo	209	2.83	1.85	-1	7	-0.01	-0.58	iskr. prijateljstvo	212	5.86	1.16	2	7	-1.14	0.83
nac. sigurnost	209	4.67	1.93	-1	7	-0.72	-0.02	svijet lijepog	209	3.99	1.89	-1	7	-0.32	-0.42
samopoštovanje	212	5.65	1.12	2	7	-0.98	0.52	društvena pravda	212	5.38	1.44	-1	7	-1.10	1.49
uzvrać. usluga	212	4.67	1.95	-1	7	-1.05	0.72	biti samostalan	211	5.31	1.67	-1	7	-1.34	1.51
kreativnost	212	4.38	1.71	0	7	-0.43	-0.50	biti umjeren	201	4.00	1.85	-1	7	-0.49	-0.24

	N	*M*	*SD*	Min	Maks	Asimetr	Spljošt
biti odan	211	5.72	1.25	0	7	-1.48	2.60
biti ambiciozan	208	4.29	1.52	-1	7	-0.49	0.18
biti tolerantan	210	4.95	1.49	-1	7	-0.79	0.56
biti ponizan	204	3.95	2.07	-1	7	-0.45	-0.53
biti odvažan	212	3.60	1.83	-1	7	-0.10	-0.68
čuvati okoliš	203	4.89	1.57	-1	7	-0.59	-0.06
biti utjecajan	212	2.03	1.87	-1	7	0.13	-0.82
pošt. rod. i star.	209	5.57	1.44	0	7	-1.28	1.67
izab. vlast. cilj.	210	5.41	1.33	1	7	-0.87	0.25
biti zdrav	211	6.56	0.87	3	7	-2.34	5.45
biti sposoban	212	5.33	1.36	2	7	-0.72	-0.34
prihv. svoj život	210	4.74	1.71	-1	7	-0.76	0.18
biti iskren	210	5.91	1.09	2	7	-1.29	1.83
čuv. sliku o sebi	212	3.83	2.04	-1	7	-0.36	-0.80
biti poslušan	212	3.00	2.23	-1	7	-0.08	-0.90
biti inteligentan	212	5.15	1.40	0	7	-0.68	-0.01
biti uslužan	205	4.50	1.57	0	7	-0.29	-0.41
uživati u životu	212	4.57	2.02	-1	7	-0.70	-0.18

	N	*M*	*SD*	Min	Maks	Asimetr	Spljošt
biti pobožan	210	3.77	2.60	-1	7	-0.39	-0.98
biti odgovoran	211	5.64	1.19	1	7	-1.05	0.84
biti znatiželjan	210	4.00	1.71	-1	7	-0.37	-0.22
biti spr. na prašt.	212	4.87	1.57	-1	7	-0.78	0.53
biti uspješan	211	4.62	1.47	0	7	-0.60	0.33
biti čist	212	5.46	1.52	-1	7	-1.24	1.52

Tablica 2 Deskriptivni parametri (aritmetička sredina, standardna devijacija, Cronbach α, broj čestica, asimetričnost i spljoštenost) tipova vrijednosti

	M	*SD*	Cronbach α	Broj čestica	Asimetričnost	Spljoštenost
univerzalizam	5.01	0.94	.76	9	-0.26	-0.26
moć	2.64	1.26	.68	5	0.14	-0.37
hedonizam	4.54	1.55	.55	2	-0.30	-0.68
nezavisnost	5.09	0.91	.67	6	-0.46	0.35
dobrohotnost	5.34	0.87	.80	9	-0.49	0.34
sigurnost	5.21	0.91	.66	7	-0.66	0.33
poticaj	3.65	1.42	.70	3	0.26	-0.80
konformizam	4.62	1.25	.71	4	-0.43	-0.20
postignuće	4.51	0.99	.76	6	-0.39	0.09
tradicija	4.14	1.39	.69	5	-0.41	-0.27

U istraživanju je sudjelovalo 210 sudionika ($N_{\text{žene}}$=117, $N_{\text{muškarci}}$=93) dobi od 30 do 60 godina. U tablici 1 navodi se broj sudionika jer se može primijetiti kako je na nekim česticama manji broj sudionika davao procjene važnosti nego na ostalima. Od životnih vrijednosti kojima su sudionici mogli dati procjene važnosti u rasponu od -1 do 7 prosječno najnižu procjenu važnosti dobila je društvena moć (0.89), a prosječno najviše su procjene sudionici dali vrijednostima obiteljske sigurnosti (6.54) i biti zdrav (6.56). Što se tiče tipova vrijednosti prikazanih u tablici 2, njihove aritmetičke sredine, standardne devijacije i Cronbachovi α koeficijenti nalikuju onima dobivenima u dosadašnjim istraživanjima Schwartzove teorije vrijednosti (Ferić, 2009). Sudionicima je najvažniji tip dobrohotnosti (5.34), a najmanje važan tip moći (2.64), dok su Cronbachovi α koeficijenti za pojedine tipove vrijednosti varirali od .55 za hedonizam te .80 za dobrohotnost. Cronbachov α koeficijent za čitavu skalu životnih vrijednosti pokazuje visoku pouzdanost (α=.93).

Tablica 3 Rezultati provođenja aktivnosti slobodnog vremena izraženi u postotcima

	više od 12 sati dnevno	6-12 sati dnevno	2-6 sati dnevno	do sat ili dva dnevno	nekoliko puta tjedno	jednom tjedno	nekoliko puta mjesečno	jednom mjesečno	nekoliko puta godišnje	jednom godišnje	rjeđe od jednom godišnje	nikad
kućanski poslovi	0.95	2.86	15.24	46.19	20	4.29	2.86	2.38	0.48	0	0.48	3.33
kupovina	0	0	0.95	12.86	57.62	14.76	7.14	3.33	1.43	0	0	0
provođenje vremena s obitelji	6.19	25.71	37.14	18.57	8.10	0.95	0.95	0.48	0.95	0.48	0	0
jedenje obroka	0	2.38	10.48	82.38	1.43	0	0	0	0.48	0	0	0
dnevno spavanje (drijemanje)	0	9.05	5.24	19.05	15.71	13.33	10	3.81	6.67	0.95	2.86	13.33
zabava	0.48	1.90	2.38	7.62	20	15.24	18.10	13.81	16.19	0.48	1.43	0.95
vježbanje i sport	0	0	3.33	5.71	27.14	10.95	15.71	7.62	10	2.38	4.29	12.38
kontakt s prijateljima	0	2.86	5.24	10	43.33	11.90	17.14	4.76	2.86	0	0	0
sudjelovanje u udrugama	0	0.48	0.48	0.48	3.81	6.19	7.62	2.86	22.38	6.19	10.95	38.10
obrazovanje	0.48	0	0.95	5.71	8.10	5.24	7.14	6.19	20.48	8.10	14.76	17.62
praćenje novosti	0.95	1.90	3.33	44.29	35.71	3.81	5.71	2.38	0.48	0	0	0.95
zdravstvena briga	0.95	0	1.90	8.57	6.67	2.38	6.67	7.62	42.38	17.62	2.38	1.43
putovanja	0	0	0	0.48	0.95	0.95	1.90	3.81	43.33	25.24	16.67	6.19
kulturne manifestacije	0	0	0	0	1.43	0.95	10.48	8.57	50	8.10	7.62	12.38
hobiji	0.48	0.48	0.95	4.76	17.14	11.90	18.10	10	12.38	1.43	4.29	17.14
briga o kućnim ljubimcima	1.43	2.38	6.19	16.19	10.95	1.90	3.33	1.43	1.43	0	3.33	50.95

Od aktivnosti za koje su sudionici mogli izjaviti da se njima bave u slobodnom vremenu u rasponu od nikad do više od dvanaest sati dnevno prosječno najrjeđom se pokazala briga i druženje s kućnim ljubimcima, a prosječno najčešćom provođenje vremena s obitelji (tablica 3). Nekim su se aktivnostima sudionici bavili prosječno češće na dnevnoj, a nekima na tjednoj ili mjesečnoj bazi. Sudionici najčešće provode prosječno dva do šest sati vremena dnevno s obitelji, a do sat ili dva dnevno u jedenju obroka, kućanskim poslovima, praćenju novosti, drijemanju i brizi o kućnim ljubimcima. Najčešće nekoliko puta tjedno sudionici odlaze u kupovinu, provode slobodno vrijeme u kontaktu s prijateljima te vježbaju, a nekoliko puta mjesečno se zabavljaju i bave hobijima. Nekoliko puta godišnje sudionici sudjeluju u kulturnim manifestacijama, putuju, provode vrijeme u zdravstvenoj brizi, različitim udrugama te se obrazuju. Za neke od ovih aktivnosti (sudjelovanje u udrugama i druženje s kućnim ljubimcima) najveći postotak sudionika naveo je da se njima uopće ne bavi u slobodno vrijeme, a za neke je između deset i dvadeset posto sudionika navelo da se njima nikad ne bavi u slobodno vrijeme: obrazovanje, hobiji, drijemanje, vježbanje i sudjelovanje u kulturnim manifestacijama.

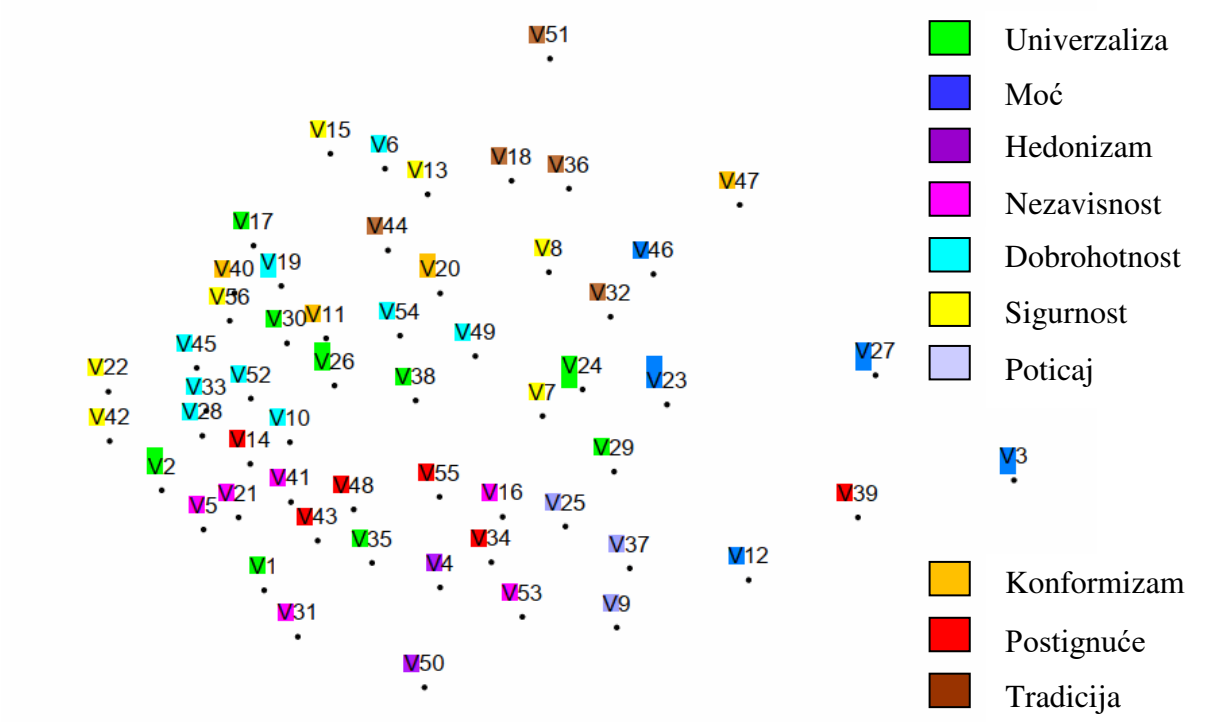
Tablica 4 Deskriptivni podaci (aritmetička sredina, standardna devijacija, dobiveni raspon, asimetričnost i spljoštenost krivulja raspodjele) zadovoljstva količinom, načinom provođenja i kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena

	M	*SD*	Minimum	Maksimum	Asimetričnost	Spljoštenost
količina	3.11	0.95	1	5	-0.50	-0.15
način	3.40	0.83	1	5	-0.65	0.58
kontrola	3.60	0.87	1	5	-0.72	0.49

Prosječno zadovoljstvo količinom i načinom provođenja slobodnog vremena bilo je umjereno, dok su osobe prosječno procijenile da uglavnom imaju kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena (tablica 4).

Struktura životnih vrijednosti

Iz korelacijske matrice 56 pojedinačnih vrijednosti provedena je Guttman-Lingoesova tehnika analize najmanjih udaljenosti (*SSA*) u programu *R* (verzija 3.6.1), funkcijom *mds* u paketu *psych.* Analizom se ispitao prvi problem, po kojem se trebalo odrediti glavne tipove vrijednosti i ispitati odnose među njima. Dobivena je elipsoidna struktura rezultata najbolje vidljiva na grafu (slika 2).

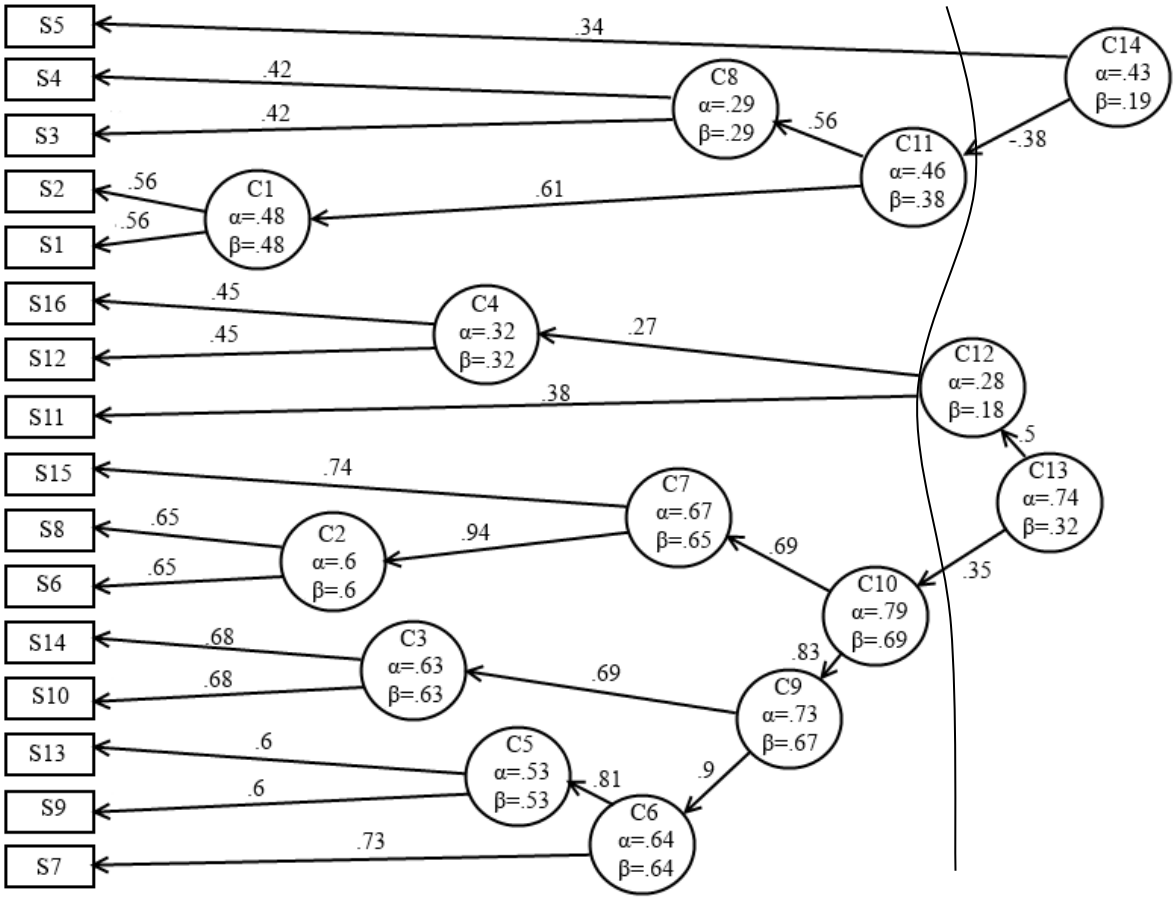


Slika 2. Grafički prikaz rezultata analize najmanjih udaljenosti životnih vrijednosti, gdje brojevi označavaju pojedinačne vrijednosti: 1 jednakost, 2 unutarnji sklad, 3 društvena moć, 4 zadovoljstvo, 5 sloboda, 6 duhovni život, 7 osjećaj pripadnosti, 8 društveni poredak, 9 uzbudljiv život, 10 smisao u životu, 11 pristojnost, 12 bogatstvo, 13 nacionalna sigurnost, 14 samopoštovanje, 15 uzvraćanje usluga, 16 kreativnost, 17 mir u svijetu, 18 poštivanje tradicije, 19 zrela ljubav, 20 samodisciplina, 21 privatni život, 22 obiteljska sigurnost, 23 društveni ugled, 24 jedinstvo s prirodom, 25 raznovrstan život, 26 mudrost, 27 autoritet, 28 iskreno prijateljstvo, 29 svijet lijepog, 30 društvena pravda, 31 biti samostalan, 32 biti umjeren, 33 biti odan, 34 biti ambiciozan, 35 biti tolerantan, 36 biti ponizan, 37 biti odvažan, 38 čuvati okoliš, 39 biti utjecajan, 40 poštivati roditelje i starije, 41 izabirati vlastite ciljeve, 42 biti zdrav, 43 biti sposoban, 44 prihvaćati svoj život, 45 biti iskren, 46 čuvati sliku o sebi u društvu, 47 biti poslušan, 48 biti inteligentan, 49 biti uslužan, 50 uživati u životu, 51 biti pobožan, 52 biti odgovoran, 53 biti znatiželjan, 54 biti spreman na praštanje, 55 biti uspješan i 56 biti čist.

Vrijednosti koje pripadaju tipu hedonizma, poticaja i moći raspoređene su na uskim područjima (isječcima) elipsoidnog polja vrijednosti. Vrijednosti koje su skup pet vrijednosnih tipova: univerzalizma, nezavisnosti, dobrohotnosti, sigurnosti i tradicije nisu jednoznačno određene vlastitim tipovima, već su neke od njih smještene unutar drugih tipova vrijednosti. Vrijednosti postignuća i konformizma smještene su tako da presijecaju područja nekoliko tipova vrijednosti. Uočava se pomiješanost u rasporedu pojedinih vrijednosti koja nije sasvim nalik tipovima vrijednosti pretpostavljenima Schwartzovom strukturom.

Grupiranje aktivnosti slobodnog vremena

U svrhu dobivanja odgovora na drugi problem, tj. ispitivanja osnovnih stilova provođenja slobodnog vremena u odraslih osoba provedena je klaster analiza na rezultatima ček-liste aktivnosti slobodnog vremena.



Slika 3. Grafički prikaz rezultata hijerarhijske klaster analize na aktivnostima slobodnog vremena, gdje brojevi pokraj slova S označavaju pojedine aktivnosti: 1 kućanski poslovi, 2 kupovina, 3 provođenje vremena s obitelji, 4 jedenje obroka, 5 dnevno spavanje (drijemanje), 6 zabava, 7 vježbanje i sport, 8 kontakt s prijateljima, 9 sudjelovanje u udrugama, udruženjima i organizacijama, 10 obrazovanje, 11 praćenje novosti, 12 zdravstvena briga, 13 putovanja, 14 kulturne manifestacije, 15 hobiji i 16 briga i druženje s kućnim ljubimcima. Brojevi pokraj slova C označavaju broj klastera, koeficijent α označava prosječnu, a β najgoru moguću *split-half* pouzdanost, dok brojevi na strelicama označavaju povezanosti između pojedinih klastera te između pojedinih čestica i klastera. Vertikalna linija predstavlja prestanak daljnje klasterizacije, odnosno konačnom broju klastera pripadaju samo oni s lijeve strane linije.

Pokazalo se da su se aktivnosti slobodnog vremena grupirale u tri konačna klastera i dvije nesvrstane čestice (linija na slici 3) ako se za kriterij uzme da β koeficijent (najmanja moguća *split-half* pouzdanost) novog klastera mora biti veći od bar jednog od β koeficijenata. Tako aktivnosti drijemanja i praćenja novosti ostaju van klastera. Prvi klaster nazvan klaster obiteljskih dužnosti sadrži: kućanske poslove, kupovinu, provođenje vremena s obitelji i jedenje obroka. U drugom su klasteru nazvanom briga zdravstvena briga i briga i druženje s

kućnim ljubimcima. Ostale aktivnosti pripadaju trećem i najvećem klasteru nazvanom dokolica: zabava, vježbanje i sport, kontakt s prijateljima, sudjelovanje u udrugama, udruženjima i organizacijama, obrazovanje, putovanja, kulturne manifestacije i hobiji. Usprkos pretpostavljenom većem broju klastera gotovo sve aktivnosti dokolice grupirale su se u jedan klaster, odvojen od klastera dužnosti i brige.

Zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena

U svrhu dobivanja odgovora na treći problem, prema kojem se ispitivalo zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrola nad načinom provođenja slobodnog vremena, izračunate su aritmetičke sredine rezultata dobivenih na tim varijablama. U rezultatima prikazanima u tablici s deskriptivnim parametrima (tablica 4) može se vidjeti da su osobe u prosjeku osrednje zadovoljne količinom i načinom provođenja slobodnog vremena te da prosječno procjenjuju kako uglavnom imaju kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena.

Odnos životnih vrijednosti i aktivnosti slobodnog vremena

U četvrtom se problemu ispitivao odnos vrijednosti i aktivnosti slobodnog vremena. Budući da su se aktivnosti slobodnog vremena grupirale u tri dosta široka klastera, od kojih najveći uključuje brojne i međusobno različite aktivnosti iz domene dokolice, tako dobiveni klasteri ne omogućuju dovoljnu diferencijaciju među različitim aktivnostima slobodnog vremena. Stoga u analizi povezanosti slobodnog vremena i tipova vrijednosti dobiveni klasteri nisu korišteni kao stilovi provođenja slobodnog vremena, već su ispitane povezanosti tipova vrijednosti sa svakom od pojedinih aktivnosti u slobodnom vremenu. S druge strane, unatoč tome što nije u potpunosti potvrđena Schwartzova struktura životnih vrijednosti, Cronbach α koeficijenti za deset tipova vrijednosti bili su slični onima dobivenima u ranijim istraživanjima (Ferić, 2009), pa su za analizu povezanosti aktivnosti slobodnog vremena i vrijednosti upotrijebljeni pretpostavljeni tipovi vrijednosti. Stoga su izračunati Spearmanovi koeficijenti povezanosti među pojedinim aktivnostima slobodnog vremena i tipovima vrijednosti.

Tablica 5 Spearmanov koeficijent korelacije među tipovima vrijednosti i aktivnostima slobodnog vremena

	univerzal	moć	hedoniz	nezavis	dobrohot	sigurnost	poticaj	konform	postign	tradicija
kućanski poslovi	.26*	-.04	-.02	-.00	.20*	.16*	-.01	.19*	.05	.17*
kupovina	-.02	-.08	.04	.04	-.01	-.11	.01	-.06	.02	-.07
provođenje vremena s obitelji	.10	.07	-.12	-.02	.06	.18*	-.05	.14*	.12	.14
jedenje obroka	-.04	.04	-.04	-.07	.00	.05	.00	.08	-.02	.08
dnevno spavanje (drijemanje)	-.02	.17*	.09	.03	-.05	.12	.10	.04	.07	.09
zabava	-.02	-.0	.16*	.12	-.02	-.13	.21*	-.06	.04	-.09
vježbanje i sport	.01	-.11	-.06	.08	-.07	-.18*	.08	-.17*	-.02	-.24*
kontakt s prijateljima	.09	-.06	.19*	.21*	.06	-.07	.16*	-.00	.09	-.06
sudjelovanje u udrugama	.22*	.02	-.12	.12	.13	-.09	.08	.07	.09	.09
obrazovanje	.24*	-.05	-.03	.25*	.02	-.19*	.20*	-.12	.03	-.20*
praćenje novosti	.09	.04	.02	.03	.01	.02	.03	-.03	-.02	.00
zdravstvena briga	.15*	.02	.14*	.09	.05	-.01	.08	.03	.01	.00
putovanja	.07	-.02	.07	.10	-.09	-.20*	.17*	-.12	.01	-.18*
kulturne manifestacije	.20*	-.05	.00	.19*	-.01	-.13	.16*	-.13	.03	-.12
hobiji	.05	-.05	-.08	.08	.01	-.20*	.02	.02	-.02	-.06
briga o kućnim ljubimcima	.10	.12	.05	.01	-.03	-.02	.08	.06	.07	-.07

*p<.05

Rezultati su pokazali (tablica 5) da postoje statistički značajne povezanosti (njih 31) između određenih aktivnosti slobodnog vremena i tipova vrijednosti. Povezanosti označene zvjezdicom (njih osam) u nastavku teksta negativne su (veća procjena važnosti vrijednosti povezana je s rjeđim sudjelovanjem u pojedinoj aktivnosti), dok su ostale pozitivne. Statistički značajnima pokazale su se povezanosti među: (1) kućanskim poslovima i univerzalizmom, dobrohotnošću, sigurnošću, konformizmom i tradicijom; (2) provođenjem vremena s obitelji i sigurnošću i konformizmom; (3) dnevnim spavanjem (drijemanjem) i moći; (4) zabavom i hedonizmom i poticajem; (5) vježbanjem (sportom) i sigurnošću*, konformizmom* i tradicijom*; (6) kontaktom s prijateljima i hedonizmom, nezavisnošću i poticajem; (7) sudjelovanjem u udrugama, udruženjima te organizacijama i univerzalizmom; (8) obrazovanjem i univerzalizmom, nezavisnošću, sigurnošću*, poticajem i tradicijom*; (9) zdravstvenom brigom i univerzalizmom i hedonizmom; (10) putovanjima i sigurnošću*, poticajem i tradicijom*; (11) kulturnim manifestacijama i univerzalizmom, nezavisnošću i poticajem te (12) hobijima i sigurnošću*. Aktivnosti kupovine, jedenja obroka, praćenja novosti i brige o kućnim ljubimcima nisu bile povezane ni s jednim tipom vrijednosti, a vrijednost postignuća ni s jednom aktivnošću slobodnog vremena. Gotovo sve značajne povezanosti su niske.

Rodne i dobne razlike

Zadnji problem bio je ispitati razlike u tipovima vrijednosti, provođenju, zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena s obzirom na dob i rod, što se postiglo Mann-Whitneyjevim *U* testom i *t*-testom za rodne razlike te Spearmanovim i Pearsonovim koeficijentom korelacije za povezanost s dobi.

Tablica 6 T-test na rezultatima tipova vrijednosti, zadovoljstva količinom i načinom provođenja te kontrole nad načinom provođenja slobodnog vremena s obzirom na rod

	M		*t*	*df*
	žene	muškarci		
univerzalizam	5.27	4.67	4.83*	210
moć	2.59	2.70	-0.63	210
hedonizam	4.64	4.40	1.15	210
nezavisnost	5.23	4.92	2.44*	210
dobrohotnost	5.54	5.10	3.79*	210
sigurnost	5.35	5.03	2.55*	210

poticaj	3.69	3.59	0.49	210
konformizam	4.72	4.48	1.39	210
postignuće	4.64	4.36	2.02*	210
tradicija	4.30	3.95	1.82	210
količina	3.01	3.25	-1.82	208
način	3.30	3.52	-1.89	208
kontrola	3.56	3.65	-0.74	208

*p<.05

Tablica 7 Mann-Whitneyjev *U*-test na rezultatima aktivnosti slobodnog vremena s obzirom na rod

	Suma rangova		*N*		*U*
	žene	muškarci	žene	muškarci	
kućanski poslovi	8837	12899	116	92	2051*
kupovina	11925.5	9395.5	117	89	5022.5
provođenje vremena s obitelji	11544	10401	117	92	4641
jedenje obroka	11621.5	9288.5	114	90	5066.5
dnevno spavanje (drijemanje)	14516.5	7638.5	117	93	3267.5*
zabava	13681	7847	116	91	3661*
vježbanje i sport	13409	8536	117	92	4258*
kontakt s prijateljima	12324.5	8996.5	115	91	4810.5
sudjelovanje u organizacijama	12626.5	9318.5	116	93	4947.5
obrazovanje	11591	8309	109	90	4214
praćenje novosti	12799	9146	116	93	4775
zdravstvena briga	12080.5	9447.5	116	91	5261.5
putovanja	12827	9118	116	93	4747
kulturne manifestacije	11693	10252	117	92	4790
hobiji	12998.5	8737.5	115	93	4366.5*
druženje s kućnim ljubimcima	12306	9639	116	93	5268

*p<.05

Napomena: veće vrijednosti sume rangova za aktivnosti slobodnog vremena označavaju rjeđe sudjelovanje u njima.

Pokazuje se (tablica 6) da su sljedeći tipovi vrijednosti statistički značajno različito procijenjeni s obzirom na rod: univerzalizam, nezavisnost, dobrohotnost, sigurnost i postignuće. Sve ove tipove vrijednosti žene su procijenile važnijima od muškaraca. Muškarci i žene razlikovali su se u učestalosti provođenja sljedećih aktivnosti slobodnog vremena: kućanski poslovi, dnevno spavanje (drijemanje), zabava, vježbanje i sport te hobiji (tablica 7). U svakoj od navedenih aktivnosti muškarci su provodili više slobodnog vremena, osim u kućanskim poslovima.

Zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrola nad načinom provođenja slobodnog vremena nisu se pokazali statistički značajno različitima za žene i muškarce (tablica 6).

Tablica 8 Pearsonov koeficijent korelacije između dobi i tipova vrijednosti, zadovoljstva količinom i načinom provođenja te kontrole nad načinom provođenja slobodnog vremena

	dob
univerzalizam	.13
moć	.10
hedonizam	-.13
nezavisnost	-.12
dobrohotnost	-.05
sigurnost	.10
poticaj	-.10
konformizam	.04
postignuće	-.10
tradicija	.11
količina	.07
način	.00
kontrola	-.04

Tablica 9 Spearmanov koeficijent korelacije između dobi i aktivnosti slobodnog vremena

	dob
kućanski poslovi	.02
kupovina	-.15*
provođenje vremena s obitelji	-.04
jedenje obroka	-.07
dnevno spavanje (drijemanje)	.07
zabava	-.19*
vježbanje i sport	-.11
kontakt s prijateljima	-.30*
sudjelovanje u organizacijama	-.00
obrazovanje	-.10
praćenje novosti	.12
zdravstvena briga	-.11
putovanja	.03
kulturne manifestacije	.04
hobiji	-.09
druženje s kućnim ljubimcima	.03

*p<.05

Tipovi vrijednosti nisu se pokazali povezanima s dobi (tablica 8). S dobi je opadala učestalost provođenja vremena u aktivnostima kupovine, zabave i kontakta s prijateljima (tablica 9). Sve su povezanosti niske. Zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrola nad načinom provođenja slobodnog vremena nisu se pokazale statistički značajno povezanima s dobi (tablica 8).

RASPRAVA

Cilj istraživanja bio je ispitati u kakvom su odnosu životne vrijednosti pojedinaca odrasle dobi s aktivnostima koje provode u slobodnom vremenu.

Započelo se problemom određivanja glavnih tipova vrijednosti i ispitivanja odnosa među njima, te je pretpostavljeno da će se vrijednosti rasporediti prema Schwartzovoj teoriji vrijednosti u deset tipova. Dobiveni rezultati djelomično su u skladu s pretpostavkom. Neke

vrijednosti grupirale su se kao u teoriji: za tip hedonizma, poticaja i moći, ali je većina vrijednosti bila dvo- ili višeznačno raspoređena u nekim drugim tipovima, pa tako tipovi vrijednosti univerzalizma, nezavisnosti, dobrohotnosti, sigurnosti i tradicije nemaju oštre međusobne granice, već se među vrijednostima koje pripadaju jednom tipu nalaze vrijednosti koje bi po teoriji trebale pripadati drugim tipovima vrijednosti. Nadalje, nekim tipovima vrijednosti (postignuće i konformizam) čestice uopće nisu smještene unutar isječka polja vrijednosti, već bi se prije mogle opisati pravcem koji presijeca to polje, odnosno pravcem koji stvara odsječak u polju (slika 2). Objašnjenja ovakvih rezultata može biti nekoliko. S obzirom na broj čestica, možda je uzorak bio premali kako bi se pokazalo stvarno grupiranje čestica u deset tipova vrijednosti te bi s većim uzorkom možda bila jasnija granica među različitim tipovima. Nadalje, možda su neki sudionici imali određene motivacijske poteškoće pri rješavanju upitnika, nisu shvatili uputu ili je se držali. Ako je tome tako, možda bi neki drugi instrument koji bi bio prikladniji za različite situacije rješavanja u kojima se sudionici možda ne mogu u potpunosti koncentrirati bio primjereniji, primjerice *PVQ* ili skraćeni oblik tog upitnika (Schwartz i sur., 2001; Verkasalo, Lönnqvist, Lipsanen i Helkama, 2009).

U drugom se problemu ispitivalo osnovne stilove provođenja slobodnog vremena. Pretpostavljeno je da će se izdvojiti nekoliko stilova provođenja slobodnog vremena: dužnosti, s aktivnostima koje se obavljaju iz potrebe (zdravstvena briga, kućanski poslovi i jedenje obroka) i aktivnostima koje se obavljaju iz potrebe i želje (kupovina, provođenje vremena s obitelji i kućnim ljubimcima); potom aktivna i pasivna zabava te odmor, s individualnim (spavanje, hobiji i zabava) i socijalnim aktivnostima (kontakt s prijateljima, sudjelovanje u udrugama, sportske aktivnosti i vježbanje) te obrazovanje, s klasičnim obrazovnim aktivnostima (obrazovanje i sudjelovanje u kulturnim manifestacijama) te aktivnosti koje se zasnivaju na otvorenosti prema iskustvu (praćenje novosti i putovanja). Rezultati prema klaster analizi, u kojoj je konačni broj klastera bio tri, nisu u skladu s hipotezom. U prvom klasteru nazvanom obiteljske dužnosti nalaze se: kućanski poslovi, kupovina, provođenje vremena s obitelji i jedenje obroka. Drugom klasteru nazvanom briga pripadaju zdravstvena briga te briga i druženje s kućnim ljubimcima. Najveći broj aktivnosti pripada trećem klasteru nazvanom dokolica: zabava, vježbanje i sport, kontakt s prijateljima, sudjelovanje u udrugama, udruženjima i organizacijama, obrazovanje, putovanja, kulturne manifestacije i hobiji (slika 3). Uz ta tri klastera dvije su aktivnosti ostale nesvrstane prema kriteriju da je β koeficijent (najmanja moguća *split-half* pouzdanost) novog klastera veći od bilo kojeg od β koeficijenata iz prethodnog koraka grupiranja (Revelle, 1979). Aktivnosti spavanja i praćenja novosti prema tome ne pripadaju ni jednom klasteru. Nalaz da je spavanje

van svih klastera u ovom slučaju može se objasniti time što su sve druge čestice aktivnosti koje od osobe zahtijevaju svijest, a spavanje samo rubno pripada kategoriji aktivnosti. Praćenje novosti je možda preširoko definirana čestica u ovom istraživanju, pa se možda nije mogla tako lako jednoznačno kategorizirati u određeni klaster jer se praćenje novosti može obavljati istovremeno obavljajući druge aktivnosti: komunicirajući s obitelji, prijateljima, surfajući internetom, sudjelujući u udrugama te kulturnim manifestacijama i tijekom obrazovanja. Vjerojatno objašnjenje grupiranja zdravstvene brige te brige i druženja s kućnim ljubimcima u jedan klaster može biti isti pojam *brige* koji se nalazi u objema česticama. Sve su četiri čestice iz prvog klastera grupirale u pretpostavljeni klaster dužnosti. Najveći klaster dokolice možda pokazuje kako među osobama ne postoji jasna podjela prema sličnim aktivnostima, odnosno da osobe koje se, primjerice, češće druže s prijateljima više sudjeluju samo u udrugama kao drugom obliku socijalne aktivnosti ili da osobe koje se češće obrazuju više sudjeluju samo u različitim kulturnim manifestacijama. Možda sudionici ovog istraživanja imaju raznolikije interese od očekivanih i tako sudjeluju u raznovrsnijim aktivnostima. S druge strane, možda su ostale aktivnosti u upotrijebljenoj ček-listi već dovoljno specifične i ne mogu se dodatno kategorizirati. Primjer takve kategorizacije je u podacima iz Victoria longitudinalne studije (Jopp i Hertzog, 2010), gdje su aktivnosti slobodnog vremena osoba mlađe, srednje i starije dobi podijeljene na 11 faktora: aktivnosti s bliskim socijalnim partnerima, javne aktivnosti usmjerene na grupu, religijske aktivnosti (ova prva tri faktora autori grupiraju u socijalne aktivnosti), tjelesne, razvojne, iskustvene i izrađivačke aktivnosti, igranje, gledanje televizije, putovanje te upotreba tehnologije. Navedeni faktori slični su česticama u ček-listi aktivnosti slobodnog vremena upotrijebljenoj u ovom istraživanju.

U trećem problemu ispitivano je zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrola nad načinom provođenja slobodnog vremena. Predvidjelo se da će osobe biti uglavnom zadovoljne količinom i načinom provođenja slobodnog vremena te da će procijeniti kako uglavnom imaju kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena. Rezultati su samo djelomično potvrdili pretpostavke jer su pokazali da su sudionici prosječno osrednje zadovoljni količinom i načinom provođenja slobodnog vremena, dok je procjena kontrole nad načinom provođenja slobodnog vremena blago iznad teoretskog prosjeka od tri (tablica 4). Izgleda da su sudionici samo osrednje zadovoljni količinom i načinom provođenja slobodnog vremena slično kao i studenti u jednom hrvatskom istraživanju o slobodnom vremenu (Brkljačić i sur., 2012), dok nešto veća prosječna procjena kontrole nad načinom provođenja slobodnog vremena možda može biti znak socijalno poželjnog odgovaranja ili nespremnosti

sudionika da priznaju kako im jedan važan dio života (slobodno vrijeme) nije pod kontrolom. Naime, ako su sudionici samo prosječno zadovoljni načinom provođenja slobodnog vremena, a procjenjuju da uglavnom imaju kontrolu nad tim istim načinom, pravo pitanje je zašto onda ne promijene vrstu aktivnosti kojom se bave. Također, kako Rusac i Dujmović (2014) navode da su neki umirovljeni sudionici jednog njihovog istraživanja tek po umirovljenju počeli volontirati jer prije nisu imali vremena zbog posla, a htjeli su volontirati i prije, može biti da je i ovim sudionicima (koji su još uvijek zaposleni) posao taj koji ih sprječava u većem zadovoljstvu količinom, a možda i načinom provođenja slobodnog vremena.

Za četvrti problem, u kojem se ispitivao odnos vrijednosti i aktivnosti slobodnog vremena, izračunati su Spearmanovi koeficijenti korelacije. Pretpostavilo se da će postojati povezanost između određenih tipova vrijednosti i stilova provođenja slobodnog vremena, primjerice, da će: osobe hedonističkog tipa vrijednosti češće provoditi slobodno vrijeme u individualnim aktivnostima aktivne i pasivne zabave i odmora od ostalih; osobe s tipom univerzalizma i dobrohotnosti češće provoditi vrijeme u socijalnim aktivnostima aktivne i pasivne zabave i odmora; osobe s tipovima tradicije, konformizma i sigurnosti češće provoditi vrijeme u aktivnostima koje se obavljaju iz potrebe ili iz potrebe i želje; osobe s tipovima nezavisnosti i poticaja češće provoditi vrijeme u klasičnim obrazovnim aktivnostima; a osobe s tipovima postignuća i moći u aktivnostima koje se zasnivaju na otvorenosti prema iskustvu. Nisu postojale jasne granice među različitim tipovima vrijednosti i stilovima provođenja slobodnog vremena, kako je navedeno u rezultatima vezanima za prvi i drugi problem. Ipak je analiza provedena na tipovima vrijednosti zbog zadovoljavajućih Cronbach α koeficijenata pouzdanosti (Ferić, 2009) za sve tipove. Nađene su niske povezanosti, gdje zvjezdica u nastavku teksta označava negativnu povezanost (veća procjena važnosti vrijednosti povezana je s rjeđim sudjelovanjem u pojedinoj aktivnosti), dok su ostale značajne povezanosti pozitivne. Statistički su značajne bile povezanosti među: (1) univerzalizmom i kućanskim poslovima, sudjelovanjem u udrugama, udruženjima te organizacijama, putovanjima, zdravstvenom brigom i kulturnim manifestacijama; (2) moći i dnevnim spavanjem (drijemanjem); (3) hedonizmom i zabavom, kontaktom s prijateljima i zdravstvenom brigom; (4) nezavisnošću i kontaktom s prijateljima, obrazovanjem i kulturnim manifestacijama; (5) dobrohotnošću i kućanskim poslovima; (6) sigurnošću i kućanskim poslovima, provođenjem vremena s obitelji, vježbanjem (sportom)*, obrazovanjem*, putovanjima* i hobijima*; (7) poticajem i zabavom, kontaktom s prijateljima, obrazovanjem, putovanjima i kulturnim manifestacijama; (8) konformizmom i kućanskim poslovima, provođenjem vremena s obitelji i vježbanjem (sportom)* te (9) tradicijom i kućanskim poslovima, vježbanjem (sportom)*,

obrazovanjem* i putovanjima*. S druge strane, postignuće nije bilo značajno povezano ni s jednom aktivnošću, dok kupovina, jedenje obroka, praćenje novosti i briga o kućnim ljubimcima nisu bili povezani ni s jednim tipom vrijednosti.

Može se reći kako su rezultati djelomično u skladu s hipotezom jer su osobe s: (1) hedonističkim tipom vrijednosti češće provodile slobodno vrijeme u zabavi, (2) tipom univerzalizma češće sudjelovale u udrugama, (3) tipom sigurnosti i konformizma češće provodile slobodno vrijeme s obitelji i u kućanskim poslovima, (4) tipom tradicije češće provodile vrijeme u kućanskim poslovima, a (5) tipom nezavisnosti i poticaja češće provodile slobodno vrijeme obrazujući se. Jedno od objašnjenja općenito slabih povezanosti među vrijednostima i aktivnostima slobodnog vremena može biti da su osobe od istraživača podcijenjene u smislu broja aktivnosti kojima se u slobodno vrijeme bave u odnosu na vlastite vrijednosti. Ovaj uzorak pokazuje raznolikost u aktivnostima slobodnog vremena gotovo bez obzira na važnost koju pridaje određenim vrijednostima. U jednom istraživanju Bardija i Schwartza (2003) vrijednosti su se pokazale uže povezanima s ponašanjima. Istraživači su za to istraživanje sastavili popis ponašanja prema tipovima vrijednosti iz Schwartzove teorije te su ispitali povezanost tipova vrijednosti s tipovima ponašanja. Unatoč postojanju povezanosti, čak i tako bliski konstrukti nisu u svim slučajevima pokazali pretpostavljenu visoku povezanost te su neki tipovi vrijednosti bili povezani s nekongruentnim tipovima ponašanja, pa je time i jasnija niska povezanost vrijednosti i aktivnosti u slobodnom vremenu u ovom istraživanju. Također, vjerojatno je na ove rezultate utjecala prethodno spomenuta ne pretjerano jasna granica među tipovima vrijednosti i grupiranje aktivnosti provođenja slobodnog vremena u tri široka klastera. Specifična raspodjela i međusobna slaba diferencijacija rezultata koji se odnose na vrijednosti i aktivnosti slobodnog vremena može biti jedan od razloga njihove slabe naknadne povezanosti.

Neke značajne povezanosti tipova vrijednosti i aktivnosti slobodnog vremena proizlaze iz zadovoljenja motivacijskih ciljeva u osnovi tipova vrijednosti (Ferić, 2009). Tako slobodno vrijeme provedeno u zabavi i u kontaktu s prijateljima pomaže osobi u postizanju ciljeva ugode i zadovoljenja tjelesnih želja, koji se vezuju za hedonizam. Jedan od motivacijskih ciljeva poticaja je novost, koji može biti zadovoljen obrazovanjem jer obrazovanjem osoba uči nešto novo. Ostali su izazov i uzbuđenje, koji mogu biti ostvareni provođenjem slobodnog vremena u putovanjima, zabavi i kontaktu s prijateljima. Sudjelovanje u kulturnim manifestacijama može dovesti do slobode misli i djela, kreativnosti i istraživanja novog, što su motivacijski ciljevi nezavisnosti, jer se kroz kreativno stvaranje i doživljaj novog umjetničkog djela iskazuje i percipira sloboda misli. Provođenje slobodnog

vremena u zdravstvenoj brizi i kućanskim poslovima pomaže u ostvarivanju zaštite ljudi i prirode, što je jedan od motivacijskih ciljeva univerzalizma. Zatim, sudjelovanjem u kulturnim manifestacijama osoba doživljava svijet lijepog te može saznati o različitim vrijednostima univerzalizma poput tolerancije, pravde, jednakosti i mira u svijetu, stoga takvo provođenje slobodnog vremena može predstavljati tip univerzalizma. Tipovima tradicije, konformizma i sigurnosti u osnovi su motivacijski ciljevi sklada, stabilnosti, održavanja postojećih običaja i ideja kulture te suzdržavanje od uznemiravanja osoba i rušenja normi. Tome doprinosi aktivnost provođenja vremena s obitelji zbog održavanja dobrih odnosa s drugim članovima obitelji. Nadalje, slobodno vrijeme provedeno u kućanskim poslovima može održavati sklad i stabilnost kućanstva. S druge strane, promjena u obliku novih iskustava na putovanjima, tijekom obrazovanja i vježbanja može voditi u nesklad i nestabilnost.

Mogu se također predstaviti primjeri nekolicine istraživanja koja su u skladu s dobivenim značajnim povezanostima. Jedna od značajnih povezanosti odnosi se na to da su u ovom istraživanju osobe koje su više vremena provodile obavljajući kućanske poslove procjenjivale tip dobrohotnosti važnijim. U Niroobakhshovom (2008) istraživanju ispitivalo se u kakvom su odnosu obiteljske norme i pomažuće ponašanje. Otkriveno je da pomažuće ponašanje predstavlja ostvarenje obiteljskih normi o odgovornosti (koja je jedna od vrijednosti unutar tipa dobrohotnosti) te da su žene češće one koje ga obavljaju. Kao objašnjenje dobivenog navodi se da je jedan od motivacijskih ciljeva pomažućih ponašanja dobrobit obitelji. Dio pomažućeg ponašanja u obitelji je obavljanje različitih kućanskih poslova, dakle taj nalaz može se dovesti u vezu s rezultatima ovog istraživanja. Za drugi primjer može se uzeti povezanost važnosti tipa nezavisnosti s češćim obrazovanjem u slobodnom vremenu sudionika ovog istraživanja. Provedeno je istraživanje koje pokazuje da odrasle osobe (pogotovo starije) lakše pamte (naročito dugoročno) informacije koje ih zanimaju (McGillivray, Murayama i Castel, 2015), a o znatiželji (koja je jedna od vrijednosti unutar tipa nezavisnosti) općenito i njenoj pozitivnoj povezanosti s traženjem informacija može se naći u Loewensteinovom (1994) pregledu različitih istraživanja. Iz takvih rezultata može se pretpostaviti da se lakše obrazovati kad postoji znatiželja, odnosno interes prema određenom predmetu obrazovanja te kad se oni visoko vrednuju. Još jedna od značajnih povezanosti utvrđenih u ovom istraživanju bila je povezanost višeg vrednovanja tipa nezavisnosti i češćeg kontakta s prijateljima. U jednom istraživanju Hartung i Renner (2013) razlikuju tračanje od socijalne znatiželje, pa kažu kako tračanje najčešće ima svrhu zabave, dok socijalnu znatiželju povezuju s općim interesom za ljudsko ponašanje, osjećaje i misli te

potrebom za pripadanjem. Tako se može reći da i u ovom istraživanju sudionici kojima je nezavisnost (dio koje je i znatiželja) važna pokušavaju ostvariti potrebu za pripadanjem i zadovoljiti opći interes za ljude druženjem s prijateljima. Češće sudjelovanje u kulturnim manifestacijama pokazalo se povezanim s važnošću tipa poticaja u ovom istraživanju. Primjer sličnog istraživanja može biti jedno (Slater, 2006) u kojem se pokazalo da je najvažniji motiv odlaska osoba u muzeje i galerije eskapizam, a ne učenje kako se prije mislilo. Također se navodi da je jedno od objašnjenja česta želja muzejskih i galerijskih posjetitelja bijeg iz rutine svakodnevice u svijet mira i fantazije. Može se prema tome pretpostaviti da je sudjelovanje u kulturnim manifestacijama prikladna aktivnost slobodnog vremena osobama kojima je raznovrstan život (što je jedna od vrijednosti unutar tipa poticaja) važan. Jedno od istraživanja čiji se rezultati mogu dovesti u vezu s utvrđenom značajnom povezanošću između višeg vrednovanja tipa univerzalnosti i češćeg putovanja i sudjelovanja u udrugama u slobodnom vremenu te višeg vrednovanja tradicije i rjeđeg putovanja u slobodnom vremenu može biti istraživanje Sagiva i Schwartza (1995). U istraživanju se ispitivala spremnost za uspostavljanje kontakta izraelskih židovskih učitelja s izraelskim Arapima. Prema istraživačima spremnost za kontaktiranje s članovima vanjskih grupa povezana je s višim vrednovanjem tipova univerzalnosti (zbog tolerancije) i nezavisnosti i nižim vrednovanjem tipova sigurnosti, konformizma i tradicije. Tako i u ovom istraživanju osobe koje češće putuju i sudjeluju u udrugama (imaju više prilika za kontakt s članovima vanjskih grupa) više vrednuju tip univerzalizma, a one koje više vrednuju tip tradicije rjeđe putuju.

U petom se problemu ispitivalo razlike u tipovima vrijednosti, provođenju, zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena s obzirom na dob i rod. Predvidjelo se da će žene procijeniti važnijima vrijednosti univerzalizma, dobrohotnosti i sigurnosti, da će češće od muškaraca provoditi vrijeme s obitelji, u kućanskim aktivnostima i u kulturnim sadržajima te biti manje zadovoljne količinom slobodnog vremena nego muškarci, a da će muškarci procijeniti važnijima vrijednosti nezavisnosti, postignuća, hedonizma, poticaja i moći, da će biti zaokupljeniji sportskim aktivnostima od žena, dok se po zadovoljstvu načinom provođenja i kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena muškarci i žene neće značajno razlikovati. Također se predvidjelo da će stariji biti bliži od mlađih vrijednostima sigurnosti, konformizma i tradicije te provođenju slobodnog vremena u kućnim radovima i organizacijama, a da će mlađi pokazati veću sklonost od starijih vrijednostima postignuća, poticaja, hedonizma i nezavisnosti te provođenju slobodnog vremena u obrazovanju i zabavi/odmoru, dok se

povezanost između zadovoljstva količinom i načinom provođenja te kontrole nad načinom provođenja slobodnog vremena i dobi neće pokazati značajnom. Rezultati pokazuju da žene procjenjuju: univerzalizam, nezavisnost, dobrohotnost, sigurnost i postignuće važnijima od muškaraca. Ovi rezultati djelomično nisu u skladu s hipotezom jer su muškarci u odnosu na žene procijenili manje važnima čak i one tipove vrijednosti za koje se pretpostavilo da će ih procijeniti važnijima (nezavisnost i postignuće). Možda su se te razlike pojavile zbog sve veće emancipacije žena u društvu i mogući su pokazatelj da stereotip o ženama kao zavisnima i zadovoljnima nižom pozicijom u društvu nije istinit te da žene žele jednakost. Tako je moguće da ovi rezultati pokazuju visoku obrazovanost žena u ovom uzorku jer Hofstede, Hofstede i Minkov (2010) navode da je rodna izjednačenost povezana s obrazovanjem žena, koje se dovodi u vezu s nacionalnim bogatstvom te time neizravno s individualizmom, a nezavisnost i postignuće su individualističke vrijednosti. Zašto su ženama važniji tipovi univerzalizma, dobrohotnosti i sigurnosti, može se objasniti razlikama u socijalizaciji i rodnim ulogama, pri čemu se ističe niz nalaza o razlikama u vrijednostima uvjetovanima rodnim ulogama. Djeca se aktivno samosocijaliziraju, što znači da shvaćaju odnose među ljudima preko rodnih shema, čim počnu razvijati reprezentacije roda. Dječaci i djevojčice zaključuju o značenju i posljedicama rodno uvjetovanih ponašanja preko opažanja okoline i socijalnih interakcija s roditeljima, učiteljima i vršnjacima. Također rodne sheme i stavovi utječu na vrstu informacija koje primjećuju i pamte. Tako traže rodno obilježenu okolinu koja dodatno podržava njihova rodna očekivanja i interese. Stoga rodno obilježeni standardi, percipirane posljedice ponašanja i vrijednosti reguliraju dječje ponašanje (Bussey i Bandura, 1999). Tako odgoj djevojčica kao brižnih vodi internalizaciji vrijednosti dobrohotnosti, univerzalizma i sigurnosti. U dnevnom spavanju (drijemanju), zabavi, vježbanju i sportu te hobijima muškarci su provodili više slobodnog vremena, a žene u kućanskim poslovima (tablica 7). Iz ovih rezultata proizlazi da je ženama u ovom uzorku bliža uloga kućanice, bar što se kućanskih poslova tiče, a muškarci više vremena provode u pasivnom i aktivnom odmoru i hobijima, što pokazuje djelomično slaganje s hipotezom i još uvijek vjerojatno prisutnu podjelu između rodova, prema kojoj muškarci imaju veću kontrolu nad društvenim životom van kuće, (Hofstede i sur., 2010) a žene uglavnom organiziraju i koordiniraju aktivnosti slobodnog vremena u kući (Shaw, 1992). Muškarci i žene nisu se razlikovali u zadovoljstvu količinom i načinom provođenja te kontroli nad načinom provođenja slobodnog vremena, što je neobično s obzirom na to da žene više vremena provode u kućanskim poslovima, a muškarci u odmoru, ali se može objasniti mogućim mirenjem žena s količinom i načinom provođenja slobodnog vremena, odnosno nekom vrstom smanjenih očekivanja. Također, moguće je da je

zadovoljstvo muškaraca količinom i načinom provođenja slobodnog vremena bilo jednako onom žena zato što je dio slobodnog vremena koje muškarci provode u zabavi i odmoru više negoli žene možda pasivna vrsta aktivnosti (poput gledanja TV-a). Prema Robinsonu i Martinu (2008), takva vrsta aktivnosti može donijeti kratkotrajnu, ali ne i dugotrajnu sreću. Isti autori navode da muškarci procjenjuju kućanske poslove manje poželjnom aktivnošću negoli žene.

Nije postojala statistički značajna povezanost dobi i procjena važnosti tipova vrijednosti. Ovi rezultati nisu u skladu s hipotezom. Objašnjenje dobivenih rezultata može biti da su sudionici u dosadašnjim istraživanjima u kojima su se ispitivale dobne razlike bili puno većih razlika u dobi, odnosno da su se najčešće ispitivale razlike između generacija koje su pripadale različitim razvojnim stadijima s većim međusobnim razlikama u stavovima, vjerovanjima i ponašanjima (primjerice, istraživanje na adolescenatima i njihovim roditeljima (Knafo i Schwartz, 2001)). Možda bi povezanost tipova vrijednosti i dobi bila jasnija kada bi se slično istraživanje pretvorilo u longitudinalni ili sekvencijalni tip, pa bi se možda efekti kohorte i vremena u kojemu se provodi istraživanje mogli kontrolirati (Schaie, 1965). S dobi je padala učestalost provođenja vremena u aktivnostima kupovine, zabave i kontakta s prijateljima. Sve su povezanosti niske. Za ove se rezultate može reći kako su samo djelomično u skladu s hipotezom, s obzirom na to da je samo zabava bila značajno negativno povezana s dobi. Rezultati su ipak objašnjivi Carstenseninom (1992) teorijom socioemocionalne selektivnosti, prema kojoj osobama s postupnim starenjem kvaliteta i svrha socijalnih interakcija postaje važnija od frekvencije istih. U starijoj se dobi uglavnom izbjegavaju interakcije koje mogu biti negativne i koje zahtijevaju više energije bez adekvatnog potkrepljenja, a to se već nazire postupnim prijelazom iz rane odrasle u srednju dob. Zadovoljstvo količinom i načinom provođenja te kontrola nad načinom provođenja slobodnog vremena nisu se pokazale statistički značajno povezanima s dobi, što je u skladu s hipotezom i pokazuje da dob nije jedna od karakteristika koja bi predvidjela razlike u ovim varijablama, kao što bi primjerice mogli biti zaposlenost ili socio-ekonomski status. Premda se s dobi postupno smanjuje fizičko zdravlje osoba, one još uvijek na izbor imaju veliki broj aktivnosti, pa tim odabirom možda umanjuju negativne efekte postupne deterioracije u aktivnostima kojima su se prije bavili (Carstensen, 1991, prema Schaie i Willis, 2001).

Posebnost ovog istraživanja bio je konstrukt slobodnog vremena, koji može biti definiran na različite načine, a u ovom istraživanju slobodno vrijeme definirano je kao vrijeme kad osoba nije na plaćenom poslu ili ne spava. Namjerno nije isključeno vrijeme brige za sebe, obitelj i kućanstvo kao što su Mattingly i Bianchi (2003) u svom istraživanju

napravile. Razlog tome je što bi se takvim isključivanjem izgubilo za ovo istraživanje važne podatke koliko osobe određenih vrijednosti troše vremena na upravo te aktivnosti, a što može biti od velike koristi (Anić i Tončić, 2014). Shvaćanje vremena utrošenog na brigu za sebe, druge i kućanstvo kao slobodnog može biti krivo, ali i ne mora nužno jer se takve djelatnosti mogu čak uklopiti u uobičajenu definiciju slobodnog vremena, s obzirom na to da neke osobe uživaju u tim aktivnostima ili ih svojevoljno obavljaju.

Ovo istraživanje ima neke nedostatke. Možda je postojao utjecaj položaja čestica u upitniku životnih vrijednosti na procjenu njihove važnosti, s obzirom na preporuku autora Schwartza da se čestice u upitniku mogu rasporediti po volji istraživača, samo da je preporučljivo da između dviju vrijednosti koje pripadaju istom tipu budu bar tri vrijednosti koje ne pripadaju istom tipu vrijednosti (Bardi i Schwartz, 1996). Vrijednosti: jednakosti, unutarnjeg sklada, osjećaja pripadnosti, društvenog poretka, nacionalne sigurnosti, uzvraćanja usluga, jedinstva s prirodom, mudrosti, svijeta lijepog, društvene pravde, biti tolerantan, čuvati okoliš, biti uslužan, biti odgovoran i biti spreman na praštanje pri ovoj primjeni upitnika nisu bile na taj način raspoređene. U budućim bi se istraživanjima u kojima se bude upotrebljavao Schwartzov upitnik vrijednosti moglo ispitati utječe li ovakav poredak čestica na odgovore sudionika drugačije od preporučenog rasporeda. U istraživanju su sudjelovale osobe različitog obrazovnog i profesionalnog statusa, pa se možda trebalo odustati od upotrebe SVS-HR-a i upotrijebiti PVQ ili skraćeni PVQ, kako bi rješavanje upitnika bilo lakše za osobe koje su imale problema s motivacijom, koncentracijom pri rješavanju upitnika ili razumijevanjem upute (Schwartz i sur., 2001). Bilo bi dobro promijeniti neke čestice u ček-listi aktivnosti u slobodnom vremenu jer se pokazalo da neke mogu biti obavljane na različite načine i time teže kategorizirane (primjerice, praćenje novosti). Postoji i mogućnost slučajnog iskrivljavanja stvarnih podataka zbog zaboravljanja pri procjenjivanju koliko se sudionici bave pojedinim aktivnostima slobodnog vremena, pa bi bilo dobro u budućim istraživanjima upotrijebiti i druge vrste mjerenja učestalosti bavljenja aktivnostima slobodnog vremena poput metode uzorkovanja iskustava (Anić i Tončić, 2014). Bilo bi korisno provesti ponovljena mjerenja na istim ispitanicima ili pratiti longitudinalno iste ispitanike kako bi se dobio uvid u dobne promjene u vrijednostima i aktivnostima slobodnog vremena i kako bi se mogao kontrolirati utjecaj vremena u kojem se provodi istraživanje. Također se može javiti problem ako sudionik traži pomoć od prisutnog istraživača pri rješavanju upitnika jer onda postoji veća vjerojatnost da osoba odgovori na socijalno poželjan način, a ne onako kako misli, vjeruje ili osjeća. S namjerom znanstvene interdisciplinarnosti bilo bi zanimljivo u

bliskoj budućnosti proučiti odnos vrijednosti i slobodnog vremena iz sociološkog i pedagoškog aspekta u kojima su ta dva konstrukta odvojeno također već dosta proučavana.

ZAKLJUČCI

1. Vrijednosti se nisu rasporedile u vrijednosne tipove predviđene Schwartzovom teorijom. Vrijednosti koje pripadaju tipu hedonizma, poticaja i moći raspoređene su unutar vlastitih područja (isječaka) polja vrijednosti. Vrijednosti koje pripadaju skupu pet vrijednosnih tipova: univerzalizma, nezavisnosti, dobrohotnosti, sigurnosti i tradicije nisu jednoznačno određene vlastitim tipovima, već su međusobno pomiješane. Vrijednosti postignuća i konformizma presijecaju područja nekoliko tipova vrijednosti.
2. Aktivnosti slobodnog vremena grupirane su u tri konačna klastera i dvije nesvrstane čestice (aktivnosti spavanja i praćenja novosti). Klaster *obiteljskih dužnosti* sadrži: kućanske poslove, kupovinu, provođenje vremena s obitelji i jedenje obroka. U klasteru *brige* su zdravstvena briga i briga i druženje s kućnim ljubimcima. Ostale aktivnosti pripadaju klasteru *dokolice:* zabava, vježbanje i sport, kontakt s prijateljima, sudjelovanje u udrugama, udruženjima i organizacijama, obrazovanje, putovanja, kulturne manifestacije i hobiji.
3. Osobe su prosječno osrednje zadovoljne količinom i načinom provođenja slobodnog vremena te prosječno procjenjuju da uglavnom imaju kontrolu nad načinom provođenja slobodnog vremena.
4. Utvrđene su statistički značajne i niske povezanosti između važnosti sljedećih tipova vrijednosti i frekvencije aktivnosti slobodnog vremena, pri čemu su one označene zvjezdicom negativne, dok su ostale pozitivne: (1) univerzalizmom i kućanskim poslovima, sudjelovanjem u udrugama, udruženjima te organizacijama, putovanjima, zdravstvenom brigom i kulturnim manifestacijama; (2) moći i dnevnim spavanjem (drijemanjem); (3) hedonizmom i zabavom, kontaktom s prijateljima i zdravstvenom brigom; (4) nezavisnošću i kontaktom s prijateljima, obrazovanjem i kulturnim manifestacijama; (5) dobrohotnošću i kućanskim poslovima; (6) sigurnošću i kućanskim poslovima, provođenjem vremena s obitelji, vježbanjem (sportom)*, obrazovanjem*, putovanjima* i hobijima*; (7) poticajem i zabavom, kontaktom s prijateljima, obrazovanjem, putovanjima i kulturnim manifestacijama; (8)

konformizmom i kućanskim poslovima, provođenjem vremena s obitelji i vježbanjem (sportom)* te (9) tradicijom i kućanskim poslovima, vježbanjem (sportom)*, obrazovanjem* i putovanjima*. Postignuće nije bilo značajno povezano ni s jednom aktivnošću slobodnog vremena, dok kupovina, jedenje obroka, praćenje novosti i briga o kućnim ljubimcima nisu bili povezani ni s jednim tipom vrijednosti.

5. Muškarci i žene su statistički značajno različito procijenili važnost sljedećih tipova vrijednosti: univerzalizam, nezavisnost, dobrohotnost, sigurnost i postignuće. Sve su ove tipove žene procijenile važnijima u odnosu na muškarce. U dnevnom spavanju (drijemanju), zabavi, vježbanju i sportu te hobijima muškarci su provodili više slobodnog vremena od žena, dok su žene u slobodnom vremenu više obavljale kućanske poslove od muškaraca. Žene i muškarci bili su jednako zadovoljni količinom i načinom provođenja te kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena. Dob nije bila statistički značajno povezana s procjenama tipova vrijednosti. Starije osobe rjeđe su kupovale, zabavljale se i kontaktirale s prijateljima od mlađih. Dob se nije pokazala statistički značajno povezanom sa zadovoljstvom količinom i načinom provođenja te kontrolom nad načinom provođenja slobodnog vremena.

LITERATURA

Ajduković, K. (2017). *Validacija upitnika kognitivne rezerve.* Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Hrvatski studiji.

Andrijašević, M. (2006). Recreational programmes for adult men based on cluster analysis of survey indicators. *Kinesiology, 38*(2), 193-208.

Anić, P. i Tončić, M. (2014). "What are you doing?": Comparison of three methodological approaches to studying leisure. *Suvremena psihologija, 17*(2), 111-124.

Arai, S. i Pedlar, A. (2003). Moving beyond individualism in leisure theory: a critical analysis of concepts of community and social engagement. *Leisure Studies, 22,* 185-202.

Bardi, A. i Schwartz, S. H. (1996). Relations among sociopolitical values in eastern Europe: effects of the communist experience. *Political Psychology, 17*(3), 525-549.

Bardi, A. i Schwartz, S. H. (2003). Values and behavior: strength and structure of relations. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29,* 1207-1220.

Barnea, M. i Schwartz, S. H. (1998). Values and voting. *Political Psychology, 19,* 17-40.

Bartolac, A. (2013). Što je znanost o okupaciji? Istraživački pristup aktivnostima svakodnevnog života. *JAHR, 4*(8), 819-841.

Benish-Weisman, M. (2015). The interplay between values and aggression in adolescence: a longitudinal study. *Developmental Psychology, 51*(5), 677–687.

Božović, R. R. (2008). Slobodno vrijeme i igra. *Sociologija, 50*(1), 97-109.

Brdar, I. i Lončarić, D. (2004). Suočavanje s akademskim stresom i aktivnosti u slobodnom vremenu učenika. *Društvena istraživanja, 13*(6), 967-988.

Brkljačić, T., Kaliterna Lipovčan, Lj. i Tadić, M. (2012). Povezanost između osjećaja sreće i nekih aspekata provođenja slobodnog vremena. *Napredak, 153*(3-4), 355-371.

Bussey, K. i Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of gender development and differentiation. *Psychological Review, 106*(4), 676-713.

Carpenter, G. i Murray, S. (2002). Leisure behaviors and perceptions when mid-life death is imminent: a case report. *Journal od Park and Recreation Administration, 20*(4), 12-36.

Carstensen, L. L. (1992). Social and emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging, 7*(3), 331–338.

Daniel, E., Schiefer, D. i Knafo-Noam, A. (2012). One and not the same: the consistency of values across contexts among majority and minority members in Israel and Germany. *Journal of Cross Cultural Psychology, 43*(7), 1167-1184.

Datillo, A. E., Ewert, A. i Datillo, J. (2012). Learning as leisure: motivation and outcome in adult free time learning. *Journal of Park and Recreation Administration, 30*(1), 1-18.

Dodig, M. (1988). Prostorna, vremenska i sadržajna određenost slobodnog vremena pomoraca. U J. Luzer (ur.), *Zbornik radova 1. jugoslavenskog savjetovanja o uvjetima života i rada pomoraca "Čovjek na brodu"* (str. 110-122). Rijeka: Fakultet za pomorstvo i saobraćaj, Pedagoški fakultet.

Dragun, A. (2012). Slobodno vrijeme i vrijednosti maturanata u Zadru. *Crkva u svijetu, 47*(4), 487-513.

Ferić, I. (2002). *Provjera postavki Schwartzove teorije univerzalnih sadržaja i strukture vrijednosti.* Neobjavljeni magistarski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet.

Ferić, I. (2009). *Vrijednosti i vrijednosni sustavi: psihologijski pristup.* Zagreb: Alinea.

Gilchrist, R. S. (1995). *An investigation of value accessibility and its role in the value-attitude relationship.* Neobjavljeni doktorski rad. London, Ontario: Faculty of graduate studies. The University of Western Ontario.

Hartung, F.-M. i Renner, B. (2013). Social curiosity and gossip: related but different drives of social functioning. *PLoS ONE, 8*(7), 1-9.

Heimer, S. (2013). Tjelesna aktivnost i narodno zdravlje. *Hrvatski časopis za javno zdravstvo, 9*(34), 55-61.

Hirose, H. (2004). Changes in values cognition after rating values-associated feelings. *Japanese Psychological Research, 46*(2), 115-120.

Hofstede, G., Hofstede, G. J. i Minkov, M. (2010). *Cultures and Organizations. Software of the Mind. Intercultural Cooperation and Its Importance for Survival.* New York: McGraw-Hill.

Janke, M. C., Carpenter, G., Payne, L. L. i Stockard, J. (2011). The role of life experiences on perceptions of leisure during adulthood: a longitudinal analysis. *Leisure Sciences 33,* 52-69.

Jerneić, Ž. i Šverko, B. (2001). Life-role changes in times of socioeconomic transition. *Review of psychology, 8*(1-2), 41-48.

Jopp, D. S. i Hertzog, C. (2010). Assessing adult leisure activities: an extension of a self-report activity questionnaire. *Psychological Assessment, 22*(1), 108-120.

Jurakić, D. i Heimer, S. (2012). Prevalencija nedovoljne tjelesne aktivnosti u Hrvatskoj i u svijetu: pregled istraživanja. *Arhiv za higijenu rada i toksikologiju, 63*(3), 3-12.

Knafo, A. i Schwartz, S. H. (2001). Value socialization in families of Israeli-born and Soviet-born adolescents in Israel. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 32*(2), 213-228.

Leburić, A. Relja, R. i Božić, T. (2007). *Disko generacija: sociološka istraživanja noćne zabave mladih.* Split: Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet.

Lemut, I. (2014). *Spolne razlike u tjelesnom samopoštovanju i tjelesnoj aktivnosti studenata.* Neobjavljeni diplomski rad. Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera, Filozofski fakultet.

Lindeman, M. i Verkasalo, M. (2005). Measuring values with the short Schwartz's value survey. *Journal of Personality Assessment, 85*(2), 170-178.

Loewenstein, G. (1994). The psychology of curiosity: A review and reinterpretation. *Psychological Bulletin, 116*(1), 75-98.

Maio, G. R. i Olson, J. M. (1998). Values as truisms: evidence and implications. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 294-311.

Mattingly, M. J. i Bianchi, S. M. (2003). Gender differences in the quantity and quality of free time: the U. S. experience. *Social Forces, 81*(3), 999-1030.

McCarty, J. A. i Shrum, L. J. (2000). The measurement of personal values in survey research: a test of alternative rating procedures. *Public Opinion Quarterly, 64*(3), 271-298.

McGillivray, S., Murayama, K. i Castel, A. D. (2015). Thirst for knowledge: the effects of curiosity and interest on memory in younger and older adults. *Psychology and Aging, 30*(4), 835-841.

Miliša, Z. i Bagarić, M. (2012). Stilovi ponašanja i vrijednosne orijentacije. *Medianali, 6*(12), 68-104.

Minton, J., Shell, J. i Solomon, L. Z. (2005). Values of fathers for themselves and their newborns. *Psychological Reports, 96*(2), 323–333.

Mišigoj-Duraković, M. i Duraković, Z. (2006). Poznavanje razine tjelesne aktivnosti i njezinih komponenti u funkciji kvalitete rada. U V. Findak (ur.), *Kvaliteta rada u područjima edukacije, sporta i sportske rekreacije: zbornik radova.* (str. 53-59). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.

Mlinarević, V., Miliša, Z. i Proroković, A. (2007). Slobodno vrijeme mladih u procesima modernizacije – usporedba slavonskih gradova i Zadra. *Pedagogijska istraživanja, 4*(1), 81-99.

Niroobakhsh, M. (2008). *Family as normative system: an examination of the effects of parent-child obligations on helping behavior.* Neobjavljeni doktorski rad. Hamburg: Faculty of economics and social sciences. University of Hamburg.

Nordfjærn, T. i Brunborg, G. S. (2015). Associations between human values and alcohol consumption among Norwegians in the second half of life. *Substance Use & Misuse, 50*(10), 1284-93.

Oishi, S., Shimmack, U., Diener E. i Suh, E. M. (1998). The measurement of values and individualism-collectivism. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*(11), 1177-1189.

Ovsenik, R. i Vidic, D. (2013). Odnos starijih osoba prema slobodnom vremenu. *Media, culture and public relations, 4*(1), 55-60.

Parr, M. G. i Lashua, B. D. (2004). What is leisure? The perceptions of recreation practitioners and others. *Leisure Sciences, 26,* 1-17.

Perrinjaquet, A., Furrer, O., Usunier, J.-C., Cestre, G. i Valette-Florence, P. (2007). A test of the quasi-circumplex structure of human values. *Journal of Research in Personality, 41,* 820-840.

Pljakić, G. (2013). Kultura korišćenja slobodnog vremena. *TIMS Acta, 7,* 163-170.

Polić, M. i Polić, R. (2009). Vrijeme, slobodno od čega i za što? *Filozofska istraživanja, 114*(2), 255-270.

Polić, R. (2003). Odgoj i dokolica. *Metodički ogledi, 10*(2), 25-37.

Prizmić, Z., Kaliterna Lipovčan, Lj. i Burušić, J. (2009). Off-the-job activities and well-being in healthcare professionals. *Revija za socijalnu politiku, 16*(3), 271-280.

Radin, F. (2001). Vrijednosti i neprihvatljiva ponašanja. U V. Ilišin, A. Marinović-Bobinac, i F. Radin (ur.), *Djeca i mediji* (str. 79-90). Zagreb: Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži, Institut za društvena istraživanja u Zagrebu.

Revelle, W. (1979). Hierarchical cluster analysis and the internal structure of tests. *Multivariate Behavioral Research, 14,* 57-74.

Rhodes, R. E. i Blanchard, C. M. (2011). Time displacement and confidence to participate in physical activity. *International Journal of Behavioral Medicine, 18,* 229-234.

Robinson, J. P. i Martin, S. (2008). What do happy people do? *Social Indicators Research, 89,* 565-571.

Roccas, S. i Schwartz, S. H. (1997). Church-state relations and the association of religiosity with values: a study of catholics in six countries. *Cross-Cultural Research, 31*(4), 356–375.

Rohan, M. J. (2000). A rose by any name? The values construct. *Personality and Social Psychology Review, 4*(3), 255-277.

Rokeach, M. (1973). *The Nature of Human Values.* New York: The Free Press.

Rokeach, M. (1979). *Understanding Human Values.* New York: The Free Press.

Rokeach, M. i Ball-Rokeach, S. J. (1989). Stability and change in American value priorities, 1968–1981. *American Psychologist, 44*(5), 775-784.

Rusac, S. i Dujmović, G. (2014). Volontiranje u starijoj životnoj dobi. *Nova prisutnost, 12*(2), 279-293.

Sagiv, L. i Schwartz, S. H. (1995). Value priorities and readiness for out-group social contact. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(3), 437-448.

Schaie, K. W. (1965). A general model for the study of developmental problems. *Psychological Bulletin, 64*(2), 92-107.

Schaie, K. W. i Willis, S. L. (2001). *Psihologija odrasle dobi i starenja.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology, 25,* 1-65.

Schwartz, S. H. i Bilsky, W. (1990). Toward a theory of the universal content and structure of values: extensions and cross-cultural replications. *Journal of Personality and Social Psychology, 53,* 550-562.

Schwartz, S. H. i Boehnke, K. (2004). Evaluating the structure of human values with confirmatory factor analysis. *Journal of Research in Personality, 38,* 230-255.

Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M. i Owens, V. (2001). Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 32*(5), 519-542.

Schwartz, S. H. i Rubel, T. (2005). Sex differences in value priorities: cross-cultural and multimethod studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*(6), 1010-1028.

Schwartz, S. H. i Sagie, G. (2000). Value Consensus and Importance. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 31*(4), 465-497.

Schwartz, S. H. i Sagiv, L. (1995). Identifying culture-specifics in the content and structure of values. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 26*(1), 92-116.

Shaw, S. M. (1985). The meaning of leisure in everyday life. *Leisure Sciences, 7*(1), 1–24.

Shaw, S. M. (1992). Dereifying family leisure: an examination of women's and men's everyday experiences and perceptions of family time. *Leisure Sciences, 14*(4), 271-286.

Slakoper, D. i Brkić, J. (1999). Rad u smjenama i kvaliteta življenja. *Arhiv za higijenu rada i toksikologiju, 50*(4), 395-401.

Slater, A. (2006). 'Escaping to the gallery': understanding the motivations of visitors to galleries. *International Journal of Nonprofit and Voluntary Sector Marketing, 12,* 149-162.

Stanić, I. (2016). Sport za svakoga. Sportske aktivnosti radničke klase u Hrvatskoj od 1945. do početka 1960-ih. *Historijski zbornik, 69*(1), 121-140.

Štefanek, V. (2017). *Pedagogija slobodnog vremena i skautizam.* Neobjavljeni završni rad. Rijeka: Odsjek za pedagogiju Filozofskog fakulteta u Rijeci.

Valjan Vukić, V. (2013). Slobodno vrijeme kao "prostor" razvijanja vrijednosti u učenika. *Magistra Iadertina, 8*(1), 59-73.

Vecchione, M., Döring, A. K., Alessandri, G., Marsicano, G. i Bardi, A. (2015). Reciprocal relations across time between basic values and value-expressive behaviors: a longitudinal study among children. *Social Development, 25*(3), 528–547.

Verkasalo, M., Lönnqvist, J.-E., Lipsanen, J. i Helkama, K. (2009). European norms and equations for a two dimensional presentation of values as measured with Schwartz's 21-item portrait values questionnaire. *European Journal of Social Psychology, 39*(5), 780-792.

Whitbeck, L. B. i Gecas, V. (1988). Value attributions and value transmission between parents and children. *Journal of Marriage and the Family, 50*(3), 829-840.