Ovisnost o video igrama i razina samopoimanja mladih u razdoblju rane adolescencije

Vrbanac, Karolina

Undergraduate thesis / Završni rad

2018

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:137:742198

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-28**

Image not found or type unknown

Repository / Repozitorij:

Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula

zir.nsk.hr

Image not found or type unknown

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

KAROLINA VRBANAC

OVISNOST O VIDEOIGRAMA I RAZINA SAMOPOIMANJA MLADIH U RAZDOBLJU RANE ADOLESCENCIJE

Završni rad

Pula, 2018.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

KAROLINA VRBANAC

OVISNOST O VIDEO IGRAMA I RAZINA SAMOPOIMANJA MLADIH U RAZDOBLJU RANE ADOLESCENCIJE

Završni rad

JMBAG: 89131844163, redoviti student

Studijski smjer: Stručni studij predškolskog odgoja

Predmet: Razvojna psihologija

Znanstveno područje: Društvene znanosti
Znanstveno polje: Psihologija
Znanstvena grana: Razvojna psihologija
Mentor: Doc.dr.sc. Aldo Špelić

Pula, 2018.

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisani _____, kandidat za prvostupnika _____ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Student

_____

U Puli, _____, _____ godine

IZJAVA

o korištenju autorskog djela

Ja, _____ dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom

_____

_____

_____

koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, _____ (datum)

Potpis_____

SADRŽAJ

1. UVOD 1
2. VIDEO IGRE 2
2.1. Pozitivne strane igranja video igara 3
2.2. Negativne strane igranja video igara 5
3. OVISNOST O VIDEO IGRAMA 7
3.1. Dijagnostička obilježja 8
3.2. Prevencija ovisnosti o video igrama 9
4. PROCES PRIMARNE I SEKUNDARNE SEPARACIJE-INDIVIDUACIJE 10
4.1. Proces primarne separacije – individuacije 10
4.2. Proces sekundarne separacije-individuacije 11
5. ADOLESCENCIJA 12
5.1. Obitelj i adolescenti 13
5.2. Self koncept (samopoimanje) u adolescenciji 14
5.3. Razvoj samopoimanja u adolescenciji 16
5.4. Značajni drugi i samopoimanje mladih 17
6. Metodologija rada 18
6.1. Ciljevi i zadatci istraživanja 18
6.2. Hipoteze istraživanja 18
6.3. Ispitanici i postupak istraživanja 18
6.4. Instrumenti istraživanja 19
7. Rezultati istraživanja 21
7.1. Ispitivanje razlike među mladićima u ovladavanju self koncepta 22
7.2. Ispitivanje razlike među djevojkama u ovladavanju self koncepta 24
8. RASPRAVA 26
9. ZAKLJUČAK 29

10. SAŽETAK 30
11. SUMMARY 31
12. LITERATURA 32

1. UVOD

Ovaj rad temeljen je na istraživanju samopoimanja u ranoj adolescenciji, odnosno na pitanju ovisnosti o video igrama te koliko one utječu na samopoimanje adolescenata. Zadatak rada bio je istražiti razinu samopoimanja mladih kao utjecaj na njihovu ovisnost o video igrama. Anketa je provođena kroz 7. i 8. razrede osnovnih škola u Istri. Pomoću tablica prikazat ću razliku između mladića i djevojaka te utjecaj video igara na različite procese kao što su usamljenost, opće zadovoljstvo i dr. Osim vanjskih utjecaja na djecu, najvažniji je utjecaj obitelji. Zbog toga spominjem obiteljsko prihvaćanje i pomaganje adolescentu u procesu primarne i sekundarne separacije-individuacije koji je bitan za zdrav rast adolescenta. Spominjem pozitivne utjecaje video igara koji se odražavaju na misaone procese, asocijativno mišljenje, oslobađaju osjećaje i dr., no danas a i dana kada je uopće prva video igra izašla postoji ovisnost koju video igre mogu izazvati na što ću se također osvrnuti. Osim pozitivnih utjecaja, video igre imaju negativan učinak koji može dovesti do raznih problema u ponašanju, zdravlju i dr. U ovom ću radu pisati o mogućem nastanku ovisnosti o video igrama kao i o njenoj prevenciji.

2. VIDEO IGRE

„Video igre su nove elektronske ili tehnološke bajke tj. One su novi svijet mladih - svijet mašte, zabave, želja i novog iskustva. To je svijet dječjih igara, znanja i njihova straha. Video igre djeci pružaju svijet mašte, ono što im realni život ne može dati.“ (Danilović, 1986) Video igre igraju se pomoću računala ili igraćih konzola priključenih na računalo ili TV. Razvijaju se iz dana u dan i poboljšavaju im se tehničke karakteristike. Prema Valkković (2008) video igre se predstavljaju na četiri načina:

- Igre koje se igraju na „klasičnim“ aparatima za igru
- Igre namijenjene kompjutorima
- Igre za koje je potrebno imati posebne aparate koji se priključuju na televizor (npr. Sony Playstation)
- Handhelds koji su prenosivi (npr. „Gameboy“)

Koliko god video igre izgledaju jednostavno, često su zadatci koje stavljaju ispred igrača veliki i u nekim slučajevima vrlo zahtjevni za shvatiti i ovladati problemima koji se pojavljuju u igri. Svaka igra ima odgovarajući zadatak, sadržaj i cilj koji daju smisao igri. Većina video igara programirana je tako da se konstantno nešto dešava a na to što se dešava igrač mora što prije reagirati. Igrač mora imati svoju logiku i strategiju kako bi što brže i učinkovitije riješio zadatak. Kada se igrač prepusti igranju u maštovitom svijetu on nije potpuno odvojen od stvarnosti jer većina igara ima sadržaj iz stvarnih životnih situacija i što su bliže stvarnosti to su interesantnije i prihvaćenije. Postoje razne vrste video igara koje zahtijevaju od igrača različito razmišljanje i različite uloge te nude zabavu djeci, mladima i odraslima. U igri se (prema Valkković, 2008) redovito radi o razumijevanju logike i vladanju različitim reakcijama figura, a ne o empatiji s likovima ili nekom situacijom. Odlučujuće je jedino tko je pobjednik, onaj tko brže puca, misli i planira. Osjećaji bilo koje vrste suvišni su budući da se ne radi ni o kakvoj empatiji prema figurama. Uzimajući u obzir da nam se danas nude različite vrste video igara, zaključujemo da neke igre mogu imati edukacijske i terapijske učinke, no ako igranje postane pretjerano mogu se javiti i negativne posljedice a neke od njih su agresivna i ovisnička ponašanja.

2.1. Pozitivne strane igranja video igara

Prema istraživanjima psihologa saznajemo da video igre predstavljaju problematične zadatke koje djeca moraju sama riješiti i sama moraju usvojiti njene složene postupke. Prema Laniado i Pietra (2005) videoigre potiču:

1. misaone procese
2. asocijativno mišljenje
3. podupiru intuiciju i hipotetično mišljenje
4. pospješuju koordinaciju pokreta
5. predstavljaju nepristrane učitelje opremljene neiscrpnom strpljivošću
6. oslobađaju emocije
7. mogu biti korisna pomagala u učenju
8. nude trenutačnu nagradu

1. Video igre potiču misaone procese

   Slike na ekranu koje su pune boja i u neprestanom pokretu, zaokupljaju pozornost i zadržavaju svijest koncentriranom jer zahtijevaju neprestane odgovore. Svaka promjena prizora, jačine glazbe ili tona glasa stvara nove veze.

2. Video igre potiču asocijativno mišljenje

   Ekran računala ne donosi samo estetiku već i sliku preko koje se može ulaziti u druge stranice. U ekranu se nalaze simboli koji otvaraju prozorčiće, programe i prostore koji prikazuju različite sadržaje čime dolazi do razvijanja asocijativnog mišljenja.

3. Video igre podupiru intuiciju i hipotetično mišljenje

   Djeca najčešće bez čitanja uputa počinju igrati igricu te promatranjem saznaju njena pravila, sami dolaze do zaključka kakve sve mogućnosti postoje kako bi uspjeli donesti pobjedu.

4. Video igre pospješuju koordinaciju pokreta

   Video igre aktiviraju sva osjetila, vidom dijete prati ono što se zbiva na ekranu dok koristeći tipkovnicu računala koristi osjetilo dodira što nije lak zadatak jer zahtijeva usklađenost pokreta ruku s onime što se prikazuje na ekranu.

5. Video igre predstavljaju nepristrane učitelje opremljene neiscrpnom strpljivošću

   Na video igre se ne može nikako djelovati jer su one nepristrane i podjednako dijele nagrade i kazne.

6. Video igre oslobađaju osjećaje

   U RPG igricama dijete je emocionalno uključeno tako što mora odabrati ponuđene osobine koje će imati njihov junak i potpuno se poistovjetiti sa istim. Prema Lanidao, Pietra (2005) istraživačica s Artificial Intelligence Laboratoryja, Marina Bers, izdvaja pojedine igre s isključivo terapeutskim ciljem.

   „Sage je igra što potiče djecu da stvore priču kako bi se oslobodila strahova i istraživala vlastitu maštu. Rabi se po bolnicama kao pomoć u oslobađanju strahova od kirurških zahvata. Igre Zora se predlaže kada se dijete treba osloboditi obiteljskih ili društvenih predrasuda. Igrač ulazi u trodimenzionalni prostor, preuzima neku osobnost različitu od vlastite te se poistovjećuje s osjećajima i iskustvima diskriminirane i odbačene osobe te se tako uspijeva nadići osjećaj neprijateljstva prema različitoj osobi. Budući da se sve zbiva unutar neke priče, dijete se osjeća sigurno pa se usudi istraživati cijeli spektar junakovih proživljenih osjećaja: tugu, radost, ljutnju, zavist i ljubomoru.“ (Laniado, Pietra, 2005)

7. Video igre kao korisna pomagala pri učenju

   Video igre pune su podataka koji se lako pamte jer su vezani uz priču ili uključeni u prizore što pobuđuju jake emocije, kroz igru će djeca naučiti mnogo više negoli kroz neku lekciju iz knjige. Najčešće su to povijesni gradovi i bitke. Postoje igre gdje djeca moraju usvojiti osnovne računske operacije, savladati osnovne likovne tehnike, igre namijenjene učenju stranih jezika, glavnih gradova i dr.

8. Video igre nude trenutačnu nagradu

   Video igre daju stalna napredovanja i nagradu što je u slučaju video igara prelazak na viši level, posebne moći i ostalo što kod djeteta potiče na ponovne pokušaje da nastavi igru.

2.2. Negativne strane igranja video igara

- Virtualni idoli

Igre koje stvaraju izmišljene priče, opisuju zabave, životna iskustva, odjeća i tjelesne proporcije kao npr. Tamagotchija i ostalih likova iz mašte oko kojih se stvara kult kao oko pjevača i glumaca.

- Trend

Stvara se trend tako što je prvo poznata neka igra te nakon nje trend postaje druga igra. Ona počinje način života tako što se po njoj rade crtani filmovi, sličice, igračke, majice, čokolade itd., te je tako radi tog cijela generacija okružena likovima iz video igara.

- Virtualno nasilje

Igranje nasilnih video igara može povećati agresivne misli i ponašanje, stvara se ravnodušnost prema nasilju te se svijet percipira kao opasno mjesto i time se opravdava agresija prema drugim ljudima. Do problema dolazi kada se igrači u mnogim video igrama nagrađuju za nasilne radnje te se suočavaju s nasiljem svaki puta kada igraju takvu vrstu igre.

„Granicu između pravog i zamišljenog rata sve je teže odrediti. Djeca naviknuta na video igre mogu prizore iz televizijskog dnevnika smatrati video igrama za odrasle, a ne slikama surove i gorke stvarnosti. Simulacije video igara su učvrstile takva dječja uvjerenja.“ (Laniado, Pietra, 2005)

- Društveni život

Dok se kod sportskih igara jača timski duh, zajedničko učenje, dijeljenje pobjeda i poraza, video igre karakterizira nefizička aktivnost, gdje je igrač usamljen. Prekomjerno igranje video igara može dovesti do socijalne izolacije. Igrač koji svakodnevno igrajući igre i po nekoliko sati na dan, odvaja manje vremena za druženje s obitelji i prijateljima. Djeca svoje odnose s obitelji i prijateljima zamjenjuju virtualnim prijateljima što rezultira socijalnim povlačenjem.

- Zdravlje

Dugotrajno igranje video igara može imati loše posljedice na zdravlje, dovesti do pretilosti i drugih zdravstvenih problema među kojima je i ovisnost. Igranjem video igara treba prikloniti važnost na položaj tijela koji se zauzima tijekom igranja. Zbog toga što način sjedenja može dovesti do bolova u trbušnim i leđnim mišićima kao i u zglobovima zbog neudobnog i dugog sjedenja pred ekranom. Osim sjedenja, igrač mora obratiti pozornost na svjetlosne izvore, da li su prejaki ili preslabi zbog čega može doći do zapaljenja i suzenja očiju.

- Patologije igre

Značenje patološke igre predstavlja igračevo ponašanje pri pokušaju zaustavljanja igre, kada je popraćeno nemirom, razdražljivosti, tj. kada dolazi do nastajanja ozbiljnih poteškoća u psihološkom funkcioniranju osobe.

„Igra ne može nekoga učini nasilnikom već je sposobna iznesti ponašanje igrača na vidjelo, te je problem današnjeg svijeta što kompjutor postaje „dadilja“. Mnogo djece igra video igre upravo zbog izbjegavanja problema, bio to neuspjeh u školi ili svađa s roditeljima. Često se spominje da liječenje patološke igre mora biti zasnovano na kognitivno-bihevioralnim terapijama, namijenjenima da izmjene navike igranja te da pacijentu pomogne da shvati njegova očekivanja od igre i nauči ga drugim suočavanjima s problemima svojeg života.„ (Valleure, Matysiak, 2008)

3. OVISNOST O VIDEO IGRAMA

Prema DSM-V (Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje, 2014) ovisnost o video igrama označava učestalo igranje video igara, često s drugim igračima, koja dovodi do klinički značajnog oštećenja ili patnje. Da bi se dijagnosticirala ovisnost mora biti zastupljeno pet ili više kriterija tijekom razdoblja od 12mjeseci:

- Zaokupljenost internetskim igrama. (Ova osoba razmišlja o ranijim igranjima i planira igranje sljedeće igre; igranje na internetu postaje dominantna aktivnost u svakodnevnom životu.)
- Simptomi sustezanja kada se ukine igranje na internetu. (Ovi se simptomi tipično opisuju kao razdražljivost, tjeskoba ili tuga, nema fizičkih znakova)
- Tolerancija - potreba da se troši sve više vremena u igrama na internetu.
- Neuspješni pokušaji da se kontrolira sudjelovanje u igrama na internetu.
- Gubitak interesa za ranije hobije.
- Pretjerano sudjelovanje u video igrama unatoč saznanju o postojanju psihosocijalnih problema.
- Laganje članovima obitelji, terapeutima, ili drugim osobama u pogledu opsežnosti igranja na video igara.
- Korištenje video igara da se izbjegne ili umanji negativno raspoloženje (npr. osjećaj bespomoćnosti, krivnje, tjeskobe).
- Ugrožavanje ili gubitak važne veze, posla, obrazovne ili poslovne mogućnosti zbog sudjelovanja u video igrama.

3.1. Dijagnostička obilježja

Prema DSM-V (Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje, 2014) ovisnost o internetskim video igrama označava pretjerano i dugotrajno igranje koje rezultira skupinom kognitivnih simptoma i simptoma ponašanja, uključujući progresivni gubitak kontrole nad igranjem, toleranciju i simptome sustezanja, slično simptomima poremećaja uzimanja psihoaktivne tvari. Kao u poremećajima povezanim sa psihoaktivnim tvarima, osobe s ovisnosti o video igrama nastavljaju sjediti za kompjutorom i sudjelovati u igrama unatoč drugim obavezama.

Oni obično provedu 8-10 ili više sati dnevno igrajući video igre, a najmanje 30 sati tjedno. Ako ih se spriječi u korištenju kompjutora i povratku igri, oni postaju uznemireni i ljuti. Često provode duga razdoblja bez hrane i spavanja. Uobičajene obaveze poput škole, posla ili obiteljskih obaveza, zanemaruju. Neki autori prema DSM-V (2014) navode popratne dijagnoze, kao depresivne poremećaje, poremećaj pažnje/hiperaktivni poremećaj (ADHD) ili opsesivno-kompulzivni poremećaj (OKP). Osobe s kompulzivnim igranjem na internetu pokazuju moždanu aktivaciju specifičnih regija, potaknutu izlaganjem video igri, a koja nije ograničena na strukture sustava nagrade. Iako problem ovisnosti o video igrama postaje sve veći javnozdravstveni problem, dijagnoza ovisnosti o video igrama još uvijek nije uvrštena u međunarodne klasifikacije bolesti.

Valleure i Matysiak (2008) smatraju da su video igre osobita bolest te upozoravaju da one mogu „dovesti do zloporabe i adikcije kao sva ljudska ponašanja koja su izvor ugode i bijega.“ Osobito ističu tendenciju prelaska igre u preplavljujuće strasti, a zatim to malo-pomalo prelazi u naviku uz „zamagljivanje osjeta i uz potrebu povećanja doza“ da bi se postigao isti učinak.

Vlček prema King i Delfabbro (2016) naglašava da su adolescenti poznati kao populacija u riziku za razvoj poremećaja ovisnosti o internet video igrama. Preko kliničkog modela prikazano je da adolescenti s tim poremećajem imaju jedinstveni sklop neprikladnih uvjerenja koji je u podlozi učestalog i ekscesivnog korištenja video igara. Ta uvjerenja jesu: Uvjerenja o vrijednosti i važnosti postignuća u igrama, neprikladna i nefleksibilna pravila ponašanja u igrama, pretjerano oslanjanje na igranje zbog podizanja razine samopoštovanja i igranje kao metoda postizanja socijalne prihvaćenosti.

Boričević Maršanić, Javornik, Jurman, Katapetrić Bolfan i Paradžik (2017) navode da je pretjerano i potencijalno ovisničko korištenje video igara među djecom i adolescentima u zadnje vrijeme pokazalo veliki razlog za brigu. Klinički primjeri kao i rezultati istraživanja u vezu dovode ovisnost o internetu i igricama kao razvoj i održavanje depresije, socijalne anksioznosti te općenito negativne utjecaje na mentalno zdravlje u toj populaciji. Simptomi ovisnosti variraju u broju i frekvenciji, a sve je više dokaza da su psihološki i biološki mehanizmi u podlozi ove ovisnosti slični onima kod ovisnosti o psihoaktivnim supstancijama.

3.2. Prevencija ovisnosti o video igrama

Prevencija ovisnosti o video igrama (prema Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje, 2014) je nejasna zbog upotrebe različitih upitnika, kriterija i granica za postavljanje dijagnoze, no čini se da je najviša u azijskim zemljama i u muških adolescenata u dobi 12-20 godina. Danas nema dokazano učinkovitih metoda koje liječe ovisnost o video igrama zbog toga što nije potvrđeno je li ovisnost o video igrama psihijatrijski poremećaj ili ne, već postoje smjernice za tretman. Liječenje bi (prema Dodig-Ćurković, 2013) uvrštavanjem u mentalni poremećaj, zdravstveni sustav ovisnicima trebao osigurati primjereni tretman i liječenje. Pojedinim ovisnicima o video igrama bit će dovoljno samo savjetovanje, ali pojedincima će trebati drugi oblici liječenja koji čine: farmakoterapija, psihoterapijsko liječenje (individualna, grupna ili partnersko-obiteljska psihoterapija) ili kombinacija dostupnih metoda liječenja. Kognitivno-bihevioralna terapija pokazala se dobrom metodom liječenja tog oblika ovisnosti. Ona poučava kako preuzeti kontrolu nad korištenjem računala, kao i kako povećati motivaciju, društvene aktivnosti i povećati aktivnosti izvan računala.

4. PROCES PRIMARNE I SEKUNDARNE SEPARACIJE-INDIVIDUACIJE

4.1. Proces primarne separacije – individuacije

Proces primarne separacije – individuacije bitan je kako bi dijete spoznalo svoje postajanje kao odvojeno biće i uspješno prošlo razvoj objektnog odnosa. U teoriji objektnog odnosa formira se granica između sebe i vanjskog svijeta što se definira kao diferencijacija sebe i objekta. Margaret Mahler ukazuje teoriju da dijete kroz razvoj objektnog odnosa formira doživljaj sebe kao zasebne osobe. Ovu teoriju karakteriziraju podfaze koje imaju različite zahtjeve s obzirom na djetetov razvoj. Utoliko neuspjeh u njihovom prevladavanju rezultira različitim vidovima patologije ranog djetetovog razvoja. U prve dvije podfaze diferencijacije i podfaze prakticiranja dijete se uspijeva psihološki odvojiti od majke, te kroz razvoj motorike uspijeva pokazati neovisnost od izvanjskog objekta. U sljedećoj podfazi približavanja dolazimo do djetetova suočavanja sa separacijskim strahom i procesom žalovanja kao posljedica na odvajanje od majke. U ovoj podfazi majka odgovara na djetetov strah negacijom ili potiče regresiju djeteta na raniji simbiotski odnos te tako može zapriječiti razvoj djeteta prema individuaciji. Ako je kriza približavanja uspješno završila dijete će moći razviti doživljaj sebe kao zasebnog entiteta i iskustvo konstantnosti objekta. Zadnja podfaza konstantnost objekta znači da objekt ima značajnu emocionalnu vrijednost i u njegovoj odsutnosti, odnosno da i u njegovoj odsutnosti pomaže djetetu u suočavanju s novim iskustvom separacije. Majka kao konstantan objekt predstavlja predodžbu koja djetetu koristi u situaciji odvojenosti da izdrži separacijsku anksioznost i da ne dođe do regresije na ranije faze razvoja. To znači da je dijete introjeciralo majčin objekt koji sada predstavlja dio njegove strukture ličnosti. Zadatak diferencijacije pokazuje se u 3. godini kroz formiranje spolnog identiteta gdje dijete prepoznaje spolnu različitost i time počinje proces spolne diferencijacije i identifikacije. (Špelić, 2004) Zbog toga Margaret Mahler ističe važnost tog razdoblja jer je bitan za kasnije funkcioniranje pojedinca. Cilj primarne separacije-individuacije jest postati svjestan svog postojanja kao zasebnog bića uostalom na druge. „Prema psihoanalitičkom shvaćanju, uspješan je onaj razvoj u kojemu pojedinac izlazi iz faze simbiotskog odnosa s majkom i uspostavlja stabilan individualni identitet.“ (Smojver-Ažić, 1988, prema Mahler, 1979;Blos, 1962)

4.2. Proces sekundarne separacije-individuacije

Blos (1962, prema Smojver-Ažić, 1998) ističe sekundarni proces separacije-individuacije u razdoblju adolescencije. Dok je u primarnoj separaciji bitno stvoriti osjećaj postojanja kao odvojenog bića, u sekundarnoj je separaciji osnovno ostvariti osjećaj identiteta koji rezultira odraslim doživljajem selfa. Blos (1962, prema Špelić 2007) ističe da mladi ulaze u adolescentno razdoblje sa zadatkom napuštanja roditeljskih reprezentacija koje su do tada predstavljale osnovu njihova psihičkog funkcioniranja. Ovaj zadatak psihičkog odvajanja određen je ponovnim oživljavanjem ranih iskustava iz razdoblja primarne separacije-individuacije, tj. pojavom simbiotskih potreba kao i ranijih strahova od gubitka vlastitog integriteta koji su povezani s tim regresivnim potrebama. Ove ponovno aktivirane simbiotsko-ovisničke potrebe određuju značenje i kvalitetu odnosa s pojedinim roditeljem. (Prema Špelić, 2004) Problem bazičnog identiteta u adolescenciji izražen je kroz potrebe adolescenata za autonomijom što istovremeno predstavlja i početak traumatskog iskustva, separacije od roditeljske zaštite. Taj problem adolescent rješava kroz identifikaciju s pojedinim grupama koje mu omogućavaju da izbjegne iskustvo separacije. Problem spolnog identiteta određen je naglim bujanjem nagona u pubertetskom razdoblju koji potiču ponovno aktiviranje Edipovih potisnutih iskustava i sadržaja. To znači da se ponovno javljaju strahovi vezani uz bliskost s roditeljem suprotnog spola. Upravo ovo događanje "tjera" adolescenta izvan obiteljskog kruga u potragu za novim objektima ljubavi. Uspješnost integriranja spolnog identiteta u cjelokupni sistem ličnosti određena je rješavanjem pitanja i problema bazičnog identiteta. To znači da adolescent koji nije uspio u procesu separacije od pojedinog roditelja i utoliko nije formirao adekvatni bazični identitet, imat će manjkavosti u formiranju vlastitog spolnog identiteta. Važnost trijadnog odnosa upućuje na značajnu ulogu oca kroz rješavanje Edipovog konflikta gdje dijete razvija vezanost uz roditelja suprotnog spola te doživljava ljubomoru prema roditelju istog spola. Stoga su u ovom razdoblju značajna oba roditelja kako bi dijete adekvatno moglo formirati spolni identitet. (Špelić, 2004)

Roditelji trebaju pratiti rast i razvoj djeteta te se pobrinuti da proces primare i sekundarne separacije-individuacije bude što uspješniji jer se time smanjuje mogućnost nastanka ovisničkih ponašanja kao i djetetove negativne slike o sebi i drugih negativnih aspekata.

5. ADOLESCENCIJA

Adolescencija je razvojna faza koja obuhvaća razdoblje između 10. i 22. godine života. Na adolescenciju se može gledati kao na ukupni pokušaj psihičke prilagodbe na stanje puberteta, na nova unutarnja i vanjska stanja s kojima se osoba suočava. Adolescencija se razlikuje od puberteta po tome što se pubertet odnosi na biološke potrebe dok se adolescencija odnosi na psihičku prilagodbu adolescenta. (Prema Rudan, 2004) Detaljan opis adolescenata dala je A. Freud u svom djelu "Ego i id u pubertetu" gdje govori da je adolescencija razdoblje velikih promjena, fizičkih i psihičkih, koje izazivaju nestabilnost i oscilacije u raspoloženju i ponašanju adolescenata. Odnos adolescenta sa svijetom odraslih je složen, često izazivaju zavist i neodobravanje odraslih. Vrlo su ovisni o odraslima, prema kojima imaju jako podijeljene i suprotne osjećaje. Srednja adolescencija označava proces odvajanja koji je počeo u ranoj adolescenciji. Najčešće se srednji adolescenti posve dobro osjećaju i kada su sami. Usmjereni su individuaciji, istraživanju sebe na način koji će dati specifičnost njihovim predodžbama o njima samima (self reprezentacijama). Probijaju se u društvo s glavnom svrhom da u što više socijalnih situacija upoznaju sami sebe. Zbog odvajanja od roditelja, unutarnjeg I vanjskog, srednji adolescent ostaje u stanju izoliranosti i usamljenosti. Mrzovolja koja je karakteristična za srednju adolescenciju često potiče od procesa žalovanja. Adolescentu je potrebno neko vrijeme kako bi stvorio odnose s roditeljima koji odgovaraju nastalim promjenama i značajne nove odnose s drugima. Ti odnosi se ostvaruju u druženju s vršnjacima te osim druženja s primarno istospolnim vršnjacima na druženja u miješanim skupinama. Adolescenti tragaju za odraslima koji nisu njihovi roditelji, te za osobama s kojima se mogu identificirati kao npr. roditelji svojih prijatelja, profesori ili treneri. Upravo zbog toga u ovoj dobi se mnogi adolescenti "zaljubljuju" što predstavlja jedan od izbora adolescentovog dobrog stanja. "Blos navodi da je "zaljubljivanje" u srednjoj adolescenciji jedan od načina suprotstavljanja usamljenosti izazvanoj odvajanjem od roditelja tj.otklanjanje objekta." (Rudan, 2004)

5.1. Obitelj i adolescenti

Obitelji u kojoj su adolescenti trebaju biti spremne na promjene odnosa unutar nje. Kako bi dijete u adolescentskoj dobi moglo normalno sazreti, obitelj ne smije ignorirati taj važan proces. Odnos obitelji i djeteta najintenzivniji je tijekom ranog djetinjstva, odrastanjem djeteta nešto slabi ali nikada ne prestaje. Obiteljski utjecaji oblikuju cjelokupnu djetetovu osobnost. Oni mogu djelovati pozitivno ili negativno na razvoj djetetovih emocija, inteligenciju, tjelesnih i socijalnih sposobnosti. Stoga u obiteljskom domu trebaju vladati toplina, prihvaćanje, jasno definirana pravila ponašanja te vrlo razvijena kultura međusobnog kvalitetnog komuniciranja. Obitelj treba biti spremna na nove probleme koje dovodi adolescentska dob te se sa svim problemima mora i suočavati, kao i onima koji dovode do sukoba između adolescenta i roditelja. Da bi obitelj došla do uspjeha u razvoju treba dopustiti pojavu sukoba te rješavajući njih biti sve bliže uspješnom sazrijevanju adolescenta. Graovac (2010) smatra da su najvažnije razvojne zadaće adolescencije separacija od roditelja, stvaranje seksualnog identiteta, smanjenje ovisnosti o skupini vršnjaka i učvršćivanje strukture ličnosti identifikacijom selfa. Razvojne zadaće i razvojni procesi u adolescenciji traže prilagodbu roditelja i adolescenta za odnos na zrelijoj razini. Obitelj mora biti emocionalno dostupna kako bi dijete odraslo u zdravom okruženju povoljnom za njegov razvoj. „Roditelji adolescenta moraju, kao što to mora i majka malom djetetu, uvijek biti tu da bi se adolescent od njih mogao odvojiti i odrasti.“ (Graovac, 2010)

5.2. Self koncept (samopoimanje) u adolescenciji

Većina teoretičara samopoimanje smatra kao ukupnost svih karakteristika kojima osoba sebe opisuje, ono što osoba vjeruje o sebi i kako se sama vidi. Samopoimanje ima više dimenzija gdje se npr. može promatrati iskustvo osobe sa svojim tijelom, odnosu s drugima, o akademskim postignućima i sl.

Pojedini autori (prema Lacković-Grgin, 1994) dijele samopoimanje na sedam karakteristika. Samopoimanje je:

- Organizirano iskustvo o sebi.
- Multifacetično (u facete pojedinac kategorizira informacije koje su upravo za njega specifične a i za grupu kojoj pripada).
- Hijerarhijski je organizirano tako da su općenitiji aspekti samopoimanja hijerarhijski nadređeni onima što se odnose na poimanje sebe u specifičnim situacijama.
- Samopoimanje je stabilno.
- Samopoimanje se razvija tijekom života, pa s godinama postaje sve bogatije facetama.
- Samopoimanje ima deskriptivnu i evaluativnu dimenziju.
- Ono se može diferencirati od drugih konstrukata (npr. od akademskog postignuća).
- Samopoimanje predstavlja dinamičku strukturu koja se zbog konstantnog obogaćivanja iskustva pojedinca i njegove neprestane interakcije s okolinom, mijenja.

U Bemovoj teoriji samopoimanja (1972, prema Lacković-Grgin, 1994) iznosi se koliko uvid osobe u svoje stavove, stabilne dispozicije i preferencije zavisi od direktnog opažanja i konteksta u kojem se ono odvija. Uz to ističe kako i mišljenje i čuvstva osobe u značajnoj mjeri utječu na samopercepciju što se najbolje vidi u adolescenciji, gdje porast refleksivnog mišljenja postaje izvorom novih informacija o sebi. Mladima se u razdoblju adolescencije čini da samo oni i nitko drugi mogu o sebi nešto znati.

Prema Lacković-Grgin (1994) Leonardson (1986) odabire neke pokazatelje školskog postignuća i ispituje niz personalnih varijabli kao prediktora samopoimanja. Pomoću Piers-Harrisove skale mjerio je self koncept u kojoj se mjeri 6 faktora: ponašanje, intelektualni školski status, fizički izgled, anksioznost, popularnost, sreća i zadovoljstvo. Rezultati su pokazali da personalne varijable imaju značajno veći doprinos objašnjenju samopoimanja od školskog postignuća. Pri čemu su se posebno isticale varijable doživljaja kvalitete života u kući i aktivnosti izvan škole.

Coopersmithov upitnik samopoštovanja je najčešće korištena skala u nizu primijenjenih i znanstvenih istraživanja samopoštovanja djece i adolescenata. Kasnije je skala poboljšanja sukladno Coopersmithovoj pretpostavci da su izvori samopoštovanja ustvari roditelji, vršnjaci ali i osoba sama. Zato je objavljeni novi upitnik sadržavao 58 čestica koje su podijeljene u 5 subskala: opći self, socijalni self, školski self, obiteljski self i skala laži.

„Suvremeno shvaćanje razvoja samopoimanja naglašava da ono nije urođeno, nego da se tijekom života stječe i razvija.“ (Laković-Grgin, 1994)

Razvoj samopoimanja odvija se i po načelu od konkretnog prema apstraktnom. Cijeli niz radova u kojima je korištena metoda spontanog selfa potvrđuju da se s dobi mijenja koncept o sebi.

5.3. Razvoj samopoimanja u adolescenciji

Dok su djeca ranije sklona vjerovati kako odrasli znaju o svim stvarima, pa i o njima samima mnogo više negoli što djeca znaju sama o sebi, u adolescenciji više ne vjeruju u to. To je rezultat preobražaja u mišljenju kao i sve većeg uključivanja u svijet odraslih. Adolescenti počinju refleksivno misliti o sebi, te tako dobivati nove informacije koje se odnose na vlastita mišljenja, osjećanja, motive i ponašanja. U ranijim periodima za pozitivnu sliku o sebi služili su im drugi i uspoređivanje s njima, u adolescenciji oni prosuđuju da je mjesto spoznavanja sebe u njima samima. Procjene sebe postaju sve apstraktnije i temeljite, a u njima su prisutna i prošla stanja kao i anticipacija budućih stanja. Proces usklađivanja i traganja za novom uravnoteženom slikom o sebi je razlog što opisivanje sebe kod adolescenata postaje nestabilnije u odnosu na raniji period razvoja. Konflikti koji su između opozitnih crta najviše izraženi u srednjoj adolescenciji te oni čine najvažniji izvor krize identiteta. Glavna preokupacija vlastite ličnosti adolescenata je potreba nadvladavanja intrapsihičkih konflikata i proces integriranja opozitnih karakteristika. Adolescenti s visokim samopoštovanjem sebe prihvaćaju sa svim svojim dobrim i lošim stranama. Zbog toga što su svjesni svojih slabosti i nedostataka spremni su ih i mijenjati. Sami sebi postavljaju ciljeve i nastoje ih ostvariti.

5.4. Značajni drugi i samopoimanje mladih

Samopoimanje ima važnu ulogu tijekom cijelog života, a osobito u periodu adolescencije jer u velikoj mjeri pomaže adolescentu oduprijeti se svim negativnim utjecajima koji ga okružuju. Obitelj ima veliku ulogu u izgradnji samopoštovanja djece i mladih. Na temelju roditeljskih poruka i postupaka dijete već od druge godine života počinje graditi sliku o sebi. Značajni drugi za mlade osim roditelja, jesu učitelji, rođaci, prijatelji i vršnjaci. Prema Lacković-Grgin (1994) Rosenberg (1979) govori da je za oba spola majka obično ona osoba koja se smatra najznačajnijim drugim, iza nje se nalaze otac, braća, učitelji i prijatelji. Značajniji drugi su osobe koje su tople i brižne, pokazuju interes za dijete, ohrabruju ga i podržavaju, te razumno kontroliraju. Prema Lacković-Grgin (1994) istraživanja pokazuju da su obiteljski odnosi pripadnika niže klase manje topli te da su više skloni konfliktima negoli pripadnici srednje klase, te se čini da bi to mogao biti izvor nižeg samopoštovanja mladih iz niže klase. Ispitivan je odnos broja djece u obitelji i redoslijed njihova rođenja pri čemu je utvrđeno kako je emocionalno zanemarivanje češće u obiteljima koje imaju više djece u kratkom razmaku, negoli obiteljima s manje djece i većim intervalima između njihova rođenja. Prema Lacković-Grgin (1994) u reviji istraživanja (Lacković-Grgin, 1984, 1985, 1986, Lacković-Grgin i suradnici, 1988) utvrđeno je da adolescenti oba spola preferiraju povjerenje, razumijevanje, strpljivost, brižljivost i pravednost očeva, no da u interakcijama s očevima doživljavaju manje njegovanja i intimnosti negoli u odnosu s majkom. Proučavanja Parisha i Wiglea (1985) kod djece iz razvedenih i potpunih obitelji pokazala su da djeca iz potpunih obitelji teže pozitivnoj procjeni sebe i svojih roditelja negoli djeca iz razvedenih obitelji. Kao što su i sociološke tako su i biološke varijable tek posredno povezano sa samopoštovanjem. Doprinos interakcija sa značajnim drugima je veći a veze su direktnije. Mladi koji imaju visoko samopoštovanje uglavnom karakterizira visok stupanj nade i optimizma.

6. Metodologija rada

6.1. Ciljevi i zadatci istraživanja

Cilj ovog istraživanja jest dobiti uvid u povezanost uspješnosti razvoja samopoimanja (self koncepta) mladih adolescenata s njihovom ovisnošću o video igrama. Adolescencija predstavlja razvoj samopoimanja koje je određeno uspješnošću suočavanja i ovladavanja razvojnom adolescentnom krizom. Specifičnost tog razvojnog događanja određena je procesom sekundarne separacije-individuacije čije ovladavanje potiče separacijsku anksioznost i povezanost time regresivne tendencije prema ovisnosti.

Očekujemo da će neuspjeh ili poteškoće u ovladavanju ove adolescentske krize, izražene u neuspješnom razvoju vlastitog samopoimanja (self koncepta) mladih, voditi do više izraženih ovisničkih oblika ponašanja. Naime, očekujemo da će adolescenti koji su postigli niže samopoimanje tijekom ranog adolescentnog razvoja pokazivati veću tendenciju ovisnosti o video igrama.

6.2. Hipoteze istraživanja

1) Adolescenti oba spola pokazuju povezanost između uspješnosti razvoja pojedinih aspekata samopoimanja s tendencijom ovisnosti o video igrama.
2) Obzirom na spol postoji razlika između povezanosti ovisnosti o video igrama i specifičnosti razvoja samopoimanja (self koncepta).

6.3. Ispitanici i postupak istraživanja

Svi učenici podijeljeni su u 3 skupine s obzirom na učestalost igranja. Ispitivanje je provedeno na N=474 učenika osnovne škole VII. i VIII. razreda u Istri. Ispitivanje se odvijalo skupno u razredu unutar redovne nastave i trajalo je dva školska sata po modelu papir – olovka. Učenicima su date verbalne upute prije rješavanja upitnika, te im je naglašeno da u slučaju nejasnoća slobodno postave pitanja. Prije početka ispitivanja djeci je naglašena povjerljivost i anonimnost podataka.

6.4. Instrumenti istraživanja

U ovome su istraživanju korišteni (1) Upitnik općeg zadovoljstva, (2) Upitnik samopouzdanja, (3) Upitnik usamljenosti, (4) Upitnik nekompetentnosti, (5) Upitnik evaluacije i (6) Upitnik socijalne podrške.

Upitnici su (Juran, P. 2015. prema Bezinović, 1988) rađeni prema skalama Bezinovića:

(1) Upitnik općeg zadovoljstva

Ova skala Bezinovića sadrži 7 tvrdnji kao što su „Život mi donosi puno zadovoljstava“ i „Sve u svemu ja sam jako sretna osoba“ koje se procjenjuju na skali Likertova tipa od 5 stupnjeva (od 0 do 4). Ukupan rezultat predstavlja zbroj procjena te predstavlja mjeru opće adaptacije osobe na životne uvjete.

(2) Upitnik samopouzdanja

Najčešće se koristi kao skala Likertovog tipa gdje ispitanici odgovaraju na skali od 4-7 stupnjeva. Originalno skala sadrži 10 tvrdnji, pet pozitivnih i pet negativnih. Rosenbergova skala samopoštovanja je jedna od najčešće upotrebljavanih skala za mjerenje samopoštovanja. Jedna od tvrdnji je „Ponekad se osjećam potpuno beskorisno“, te ukupan rezultat predstavlja zbroj svih procjena dok viši rezultat upućuje na veće samopoštovanje.

(3) Upitnik usamljenosti

Skala usamljenosti procjenjuje vlastiti osjećaj usamljenosti i odvojenosti od vlastite sredine. Sadrži 10 tvrdnji kao što su „Plašeći se neuspjeha odustajem od posla prije nego ga završim“ ili „Nisam sigurna u svoje sposobnosti kada moram nešto uraditi“. Tvrdnje se procjenjuju na skali Likertova tipa od 5 stupnjeva (od 0 do 4). Visok rezultat se odražava u visoki stupanj usamljenosti.

(4) Upitnik nekompetentnosti

Skala nekompetentnosti sadrži 10 tvrdnji kao što su („Nisam sigurna u svoje sposobnosti kada moram nešto uraditi“ ili „Plašeći se neuspjeha odustajem od posla prije nego ga završim“). Nizak rezultat odražava globalno uvjerenje u vlastitu kompetentnost, dok je visok rezultat znak sumnje u osobne sposobnosti, izraz nesigurnosti i osjećaja neadekvatnosti.

(5) Upitnik evaluacije

Skala percepcije straha od evaluacije Bezinovića mjeri globalnu procjenu postojanja straha u prisustvu drugih koji mogu imati uvid u njegovu kompetentnost. Skala evaluacije sadrži 10 tvrdnji kao što su („Nisam sigurna u svoje sposobnosti kada moram nešto uraditi“ ili „Plašeći se neuspjeha odustajem od posla prije nego ga završim“) i koje se procjenjuju na skali Likertova tipa od 5 stupnjeva (od 0 do 4), a ukupan je rezultat broj svih odgovora. Visok rezultat odražava globalni osjećaj straha od evaluacije.

(6) Upitnik socijalne podrške

Skala percipirane socijalne podrške Bezinovića mjeri globalnu procjenu podrške koju netko doživljava od svoje okoline. Skala socijalne podrške sadrži 10 tvrdnji kao što su („Nisam sigurna u svoje sposobnosti kada moram nešto uraditi“ ili „Plašeći se neuspjeha odustajem od posla prije nego ga završim“). Nizak rezultat odražava globalno uvjerenje o slaboj, dok je visok rezultat o dobroj podršci svoje okoline.

7. Rezultati istraživanja

Dobivenim rezultatima adolescenti podijeljeni su u tri kriterija s obzirom na učestalost igranja video igara:

- Kriterij 1 - adolescenti koji igraju video igre od 0 - 1 sat dnevno
- Kriterij 2 - adolescenti koji igraju video igre od 1 - 3 sata dnevno
- Kriterij 3 – adolescenti koji igraju video igre više od 3 sata dnevno

Tablica 1. Prikaz frekvencija učestalosti igranja video igara kod mladića i djevojaka

	KRITERIJ			
	1	**2**	**3**	**Total**
m	74	90	91	**255**
ž	158	45	14	**217**
Total	232	135	105	**472**

Na osnovu ispitivanja razlike između spolova u ovisnosti o video igricama dobiveni rezultati prikazani u tablici 1. ukazuju na njihovu različitost što je vidljivo iz sljedećeg.

1. S obzirom na mladiće i djevojke koji igraju video igre 0 – 1 sat dnevno (kriterij 1) vidljiva je razlika tako da je kod djevojaka (D 1= 73%) izražen više prisutan ovaj vid odnosa prema video igrama nego je to kod dječaka ((M 1= 29%). To govori da je veći postotak djevojaka koje uopće ne igraju ili malo igraju nego je to slučaj s mladićima.
2. S obzirom na mladiće i djevojke koji igraju video igre 1 – 3 sata dnevno (kriterij 2) vidljiva je manja razlika u odnosu na druge kriterije. Tako da je kod djevojaka (D 2= 20%) izražen manje prisutan ovaj vid odnosa prema video igrama nego je to kod dječaka (M 2= 35%). Što nam govori da je mala razlika između mladića i djevojaka koji igraju video igre 1 – 3 sata dnevno.
3. S obzirom na mladiće i djevojke koji igraju video igre više od 3 sata dnevno (kriterij 3) vidljiva je razlika tako da je kod mladića (M 3= 35%) izražen više prisutan ovaj vid odnosa prema video igrama nego je to kod djevojaka (D 3=6%). To govori da je veći postotak mladića koji igraju video igre više od 3 sata dnevno nego je to slučaj s djevojkama.

Na osnovu ove analize možemo zaključiti da kod djevojka dominira igranje video igara 0 – 1 sat dnevno, dok je kod dječaka suprotno, odnosno razlika između njih je na području dužeg igranja (1 – 3 sata dnevno) .

7.1. Ispitivanje razlike među mladićima u ovladavanju self koncepta

Tablica 2. Prikaz rezultata značajnosti razlike na varijablama samopoimanja između skupina mladića s obzirom na vrijeme koje provedu igrajući video igre.

MLADIĆI	M 1	sd	M 2	sd	M 3	sd	F	p
Opće zadovoljstvo	16,96	5,02	18,57	4,24	17,03	4,91	3,26	0,04
Samopoštovanje	29,72	6,96	31,54	5,89	29,02	5,94	3,95	0,02
Usamljenost	10,92	5,91	10,10	4,81	10,46	5,86	0,45	0,64
Nekompetentnost	11,69	8,08	9,95	6,94	11,62	7,95	1,47	0,23
Evaluacija	15,28	5,49	14,85	5,12	14,09	5,16	1,11	0,33
Socijalna podrška	13,20	4,08	13,01	4,27	12,68	4,38	0,32	0,73

RAZLIKA	t 1/2	p	t 1/3	p	t 2/3	p
Opće zadovoljstvo	2,23	0,03	0,09	0,92	2,26	0,03
Samopoštovanje	1,83	0,07	0,69	0,49	2,88	0,01
Usamljenost	0,99	0,33	0,49	0,62	0,46	0,65
Nekompetentnost	1,49	0,14	0,06	0,95	1,52	0,13
Evaluacija	0,53	0,59	1,44	0,15	1,00	0,32
Socijalna podrška	0,29	0,77	0,78	0,43	0,52	0,61

Dobiveni rezultati prikazani u tablici 2. ukazuju na značajne razlike između mladića na dvjema varijablama, odnosno značajnost razlike dobivena je na varijablama općeg zadovoljstva (F = 3,26, p= 0,04) i samopoštovanja (F= 3,95, p= 0,02). Ovi rezultati ukazuju da opće zadovoljstvo i samopoštovanje mladića je značajno povezano s razinom ovisnosti o video igrama. Naime, dobiveni rezultati prikazani u tablici 2. obzirom na varijablu osjećaja **općeg zadovoljstva** ukazuju da mladići M 2, odnosno oni koji igraju 1 – 3 sata, imaju značajno više rezultate u odnosu na druge dvije skupine (M 1 i M 3). Ovi rezultati upućuju da mladići koji ne igraju ili malo igraju (M 1) i oni koji previše igraju (M 3) pokazuju značajno manje prisutan osjećaj općeg zadovoljstva u odnosu na one koji igraju između 1 - 3 sata (M 2).

Dok M 2 (mladići koji igraju video igre 1 – 3 sata dnevno) ukazuju da je igranja video igara od 1-3 sata pozitivno povezano s osjećajem općeg zadovoljstva. Zadovoljstvo životom se označava kako pojedinac ocjenjuje i vrednuje svoj cjelokupni život. Što se može promatrati kao ukupna procjena, ali i kao zadovoljstvo različitim područjima kao što su zdravlje, okolina, socijalni i obiteljski odnosi. Ove razlike potvrđuju naša očekivanja da neuspjeh u razvoju samopoimanja (self koncepta) ima značajnu ulogu u regresivnim i ovisničkim ponašanjima mladih.

S obzirom na varijablu **samopoštovanja** u tablici 2. dobiveni su rezultati koji ukazuju na istu pojavnost kao i na varijabli općeg zadovoljstva. M 2, odnosno mladići koji igraju video igre 1 – 3 sata dnevno, imaju značajno više rezultate u odnosu na druge dvije skupine (M 1 i M 3). Ovi rezultati upućuju da mladići koji ne igraju ili malo igraju (M 1) i oni koji previše igraju (M 3) pokazuju značajno manju razinu samopoštovanja u odnosu na one koji igraju video igre između 1 - 3 sata dnevno (M 2). To nam govori da mladići koji igraju 0 – 1 sat dnevno ili pretjerano igraju video igre (više od 3 sata dnevno) pokazuju probleme u svom razvoju u vidu niže razine samopoštovanja. Samopoštovanje predstavlja sliku koju pojedinac ima o sebi, o onome što je on sam i rezultate koje postiže. Mladići svoj problem s niskim općim zadovoljstvom i samopoštovanjem potiskuju tako što izbjegavajući realnost odlaze u virtualni svijet gdje njihova slika o sebi postaje sve pozitivnija.

Rezultati potvrđuju naša očekivanja da je količina igranja video igara povezana s pojedinim aspektima adolescentnog razvoja. Na našem uzorku mladića ta je povezanost prepoznata na varijablama općeg zadovoljstva i samopoštovanja.

7.2. Ispitivanje razlike među djevojkama u ovladavanju self koncepta

Tablica 3. Prikaz rezultata značajnosti razlike na varijablama samopoimanja između skupina djevojaka s obzirom na vrijeme koje provedu igrajući video igre.

DJEVOJKE	D 1	sd	D 2	sd	D 3	sd	F	p
Opće zadovoljstvo	18,22	5,05	17,53	5,15	18,29	4,29	0,34	0,71
Samopoštovanje	30,11	7,20	28,58	8,61	27,43	6,78	1,38	0,25
Usamljenost	10,06	5,34	11,31	6,13	11,79	6,29	1,32	0,27
Nekompetentnost	10,90	7,57	13,42	8,54	14,29	7,28	2,71	0,06
Evaluacija	15,83	4,64	16,67	3,85	16,50	4,96	0,68	0,51
Socijalna podrška	14,45	3,72	14,47	3,81	15,21	2,89	0,28	0,76

RAZLIKA	t 1/2	p	t 1/3	p	t 2/3	p
Opće zadovoljstvo	0,80	0,42	0,05	0,96	0,49	0,62
Samopoštovanje	1,21	0,23	1,34	0,18	0,46	0,65
Usamljenost	1,34	0,18	1,14	0,26	0,25	0,80
Nekompetentnost	1,92	0,06	1,61	0,11	0,34	0,73
Evaluacija	1,11	0,27	0,52	0,61	0,13	0,89
Socijalna podrška	0,03	0,98	0,75	0,46	0,67	0,50

Dobiveni rezultati prikazani u tablici 3. ukazuju na značajne razlike između djevojaka samo na varijabli **nekompetentnosti** (F= 2,71, p= 0,06). Ovi rezultati ukazuju da navedena varijabla ima važno značenje kod djevojaka s obzirom na njihovu ovisnost o video igrama. Naime, dobiveni rezultati u tablici 3. obzirom na varijablu **nekompetentnosti** ukazuju da djevojke D 1, odnosno one koje najmanje igraju video igre doživljavaju sebe manje nekompetentnima u odnosu na druge dvije skupine djevojaka koje igraju video igre od 1 - 3 sata dnevno (D 2) i više od 3 sata dnevno (D 3). Ovi rezultati upućuju na zaključak da djevojke koje u biti malo ili uopće ne igraju video igre (D 1 = 0 – 1 sat dnevno) imaju manji doživljaj nekompetentnosti u odnosu na druge i time manju potrebu da kroz video igre stječu osjećaj kompetencije.

Ovi rezultati ukazuju da igranje video igara kod djevojaka može imati ulogu u stjecanju osjećaja kompetencije. Djevojke koje doživljavaju sebe manje kompetentnima, odnosno koje sumnjaju u vlastite vještine, negativno procjenjuju sebe čime slabi njihovo samopoimanje i javlja potreba za rješavanjem problema kompetentnosti kroz igranje video igrica.

Dobivenim rezultatima potvrđujemo razliku u spolovima u odnosu na značenje igranja video igrica u njihovom razvoju. Ovi rezultati pokazuju da u razvoju samopoštovanja i općeg zadovoljstva mladića pozitivno značenje ima igranje video igara koje je ograničeno na 1 - 3 sata, dok kod djevojaka s obzirom na razvoj njihovog osjećaja kompetentnosti pozitivno značenje ima odsustvo interesa za video igre. Ove razlike ukazuju da mladići imaju veći problem u ovladavanju ovisničkih potreba i da utoliko u razvoju njihovog samopoštovanja i općeg zadovoljstva sobom oni koji se uspijevaju kontrolirati za njih igranje video igrica ima pozitivno značenje. Kod djevojaka igranje video igra od 1 – 3 sata, i više od 3 sata dnevno (D 2 i D 3) govori da nije postignut osjećaj kompetentnosti i da im igranje video igrica može služiti u uspostavljanju (izgradnji) tog osjećaja.

8. RASPRAVA

Cilj ovog rada je na temelju istraživanja ispitati koliko je postignuta razina samopoimanja mladih tijekom adolescentnog razvoja povezana s njihovim igranjem video igara, odnosno s njihovim ovisničkim tendencijama. Kako je to ukazano u uvodnom dijelu, u toj povezanosti posebnu važnost ima proces druge separacije-individuacije u kojem adolescenti izgrađuju vlastito samopoimanje (self koncept) kroz uspješnost realizacije psihološkog odvajanja od roditeljskih reprezentacija. U procesu individuacije adolescent zahtijeva podršku roditelja, ali u isto vrijeme zahtijeva i njegovo odvajanje od njih. Prije ulaska u adolescenciju mladima za pozitivnu sliku o sebi služe drugi kao i uspoređivanje s njima, dok su u adolescenciji procjene samog sebe sve apstraktnije i temeljite. Proces traganja za novom slikom o sebi je razlog što opisivanje sebe samog kod adolescenata postaje nestabilnije u odnosu na raniji period razvoja.

U istraživanju nam dobiveni rezultati potvrđuju obje hipoteze:

Dobiveni rezultati ukazuju da kod oba spola postoji povezanost između tendencije ovisnosti o video igrama i pojedinih aspekata razvoja njihova samopoimanja (self koncepta), međutim ta povezanost se manifestira na različite načine. Te razlike između spolova su u aspektima samopoimanja koji su povezani s učestalošću igranja video igrica. Očekivanje je da bi tijekom rane adolescencije, bazično zbog njihovog problema s ovisnošću povezanom s procesom druge individuacije, adolescenti pokazivali veću tendenciju prema ovisnosti, a time i prema video igrama. Tako je kod mladića povezanost između igranja video igrica i razine razvoja samopoimanja dobivena na varijablama samopoštovanja i općeg osjećaja zadovoljstva dok je kod djevojaka ta povezanost dobivena na varijabli nekompetentnosti.

Postoji razlika između spolova jer je razvoj separacije individuacije kao drugog procesa različit kod mladića i kod djevojaka. Kod mladića je mnogo teže prihvaćanje ovladavanja iskustva ovisnosti, rješavanja separacijske krize nego je to kod djevojaka. Upravo i vidimo da mladići mnogo više pokazuju tendenciju prema ovisnosti, dok djevojke to mnogo manje pokazuju. To objašnjava da kod djevojaka igranje video igara nema pozitivno značenje dok se kod mladića igranje video igara u ograničenom djelu pokazuje pozitivno. Pozitivno je jer mu igranje video igrica pomaže da ovlada problem ovisnosti, što označava da kontrolira svoju ovisnost i ima granice.

Mladićima je veći problem proći tu fazu razvoja što i pokazuju time da su više opterećeni samopoštovanjem i općim zadovoljstvom. Upravo radi toga mladići pribjegavaju video igrama koje im omogućuju osjećaj visokog samopoštovanja i općeg zadovoljstva. Navedeni rezultati potvrđuju naslov „pozitivne strane video igara“ koji sam spomenula ranije u radu. Poticanje asocijativnog mišljenja, oslobađanje emocija i dr. jesu pozitivne strane video igara koje pozitivno utječu na razvoj mladića koji igraju video igre 1 – 3 sata dnevno (M 2). Što nam pokazuje da je za rast i razvoj samopoimanja (self koncepta) igranje video igara normalni aspekt razvoja ako ono ne prijelazi granicu igranja. To pokazuje da oni koji igraju ovladavaju svojom ovisnošću kao bazičnim problemom u procesu separacije individuacije. Dok se M 1 brane i boje suočiti s ovisnošću, a M 3 se ne mogu kontrolirati i prepuštaju se ovisnošću.

Kod djevojaka je to sasvim suprotno, jer one koje ne igraju video igre se osjećaju kompetentnima. Kod djevojaka to vidimo na varijabli nekompetentnosti, koja nam pokazuje drugu sliku nego li kod dječaka. (D 1) Djevojke koje se osjećaju kompetentnima nemaju potrebu da ovladavaju ovisnost, tj. one su ju već riješile. Djevojke koje se osjećaju nekompetentnima (D 2 i D 3), koje nisu rješile problem ovisnosti pokazuju veću tendenciju prema video igrama. Što znači da djevojke imaju mnogo manji problem o ovisnosti u odnosu na mladiće. Prihvaćaju ovisnost i zbog toga se osjećaju kompetentnima, ne doživljavaju ovisnost kao nekompetentnost. Dok djevojke koje se osjećaju nekompetentnima imaju i dalje potrebu da riješavaju ovisnost. Prema tome vidimo da igrice kao takve služe da se prevlada problem ovisnosti.

Kako sam ranije prezentirala, razlike između mladića i djevojaka vide se u količini i u načinu igranja. Na osnovu rezultata možemo zaključiti da kod djevojka dominira igranje video igara 0 – 1 sat dnevno (D 1= 73%), dok je kod dječaka suprotno, odnosno razlika između njih je na području dužeg igranja od 1 – 3 sada dnevno (M 2= 35%). Možemo zaključiti da kod oba spola dominira igranje video igara koje pozitivno utječe na njihov razvoj samopoimanja.

Postoji povezanost između aspekata samopoimanja između spolova koji su povezani s količinom igranja video igrica. Razlika je što kod mladića vidimo da oni imaju mnogo veći problem rješavanja ovisnosti i ovisničkih potreba nego djevojke i upravo su radi tog mladići više angažirani u tom ovladavanju. Samim time vidimo da mnogo više tendiraju prema formiranju ovisnosti o video igrama u odnosu na djevojke.

9. ZAKLJUČAK

Rezultati istraživanja ukazuju da je uspješnost razvoja samopoimanja (self koncepta) koja je određena uspješnošću ovladavanja procesa sekundarne separacije-individuacije povezana s pojavom ovisnosti. Dobiveni rezultati ukazuju da veću tendenciju ovisnosti o video igrama pokazuju mladići nego što to pokazuju djevojke. No, i djevojke koje se osjećaju nekompetentnima, one koje nisu riješile problem ovisnosti pokazuju veću tendenciju prema video igrama. Ovisnost je normalni aspekt razvoja, ako se pokazuje ovisnost no uspijeva se kontrolirati. Mladi danas provode više vremena pred kompjutorom igrajući video igre nego u školi ili igri s vršnjacima izvan kuće. Djeci treba dopustiti igranje video igara ali u određenoj dozi gdje im neće prouzrokovati probleme već će iskoristiti samo ono pozitivno od njih. Kao što sam ranije navela, video igre imaju i pozitivnih strana, što upravo i dokazuju pozitivni rezultati M 2 na varijablama samopoštovanja i općeg zadovoljstva. Ti nam rezultati prikazuju da M 2 kontroliraju svoju ovisnost te njihova kontrola nad video igrama pozitivno utječe na njihovo samopoimanje. Dok kod djevojaka dobivamo različite rezultate koji prikazuju da djevojke koje imaju bolje rezultate na varijabli nekompetentnosti igraju video igre od 0 – 1 sat dnevno, dok ostale djevojke pokazuju tendenciju ovisnosti o video igrama.

Razvoj tendencije ovisnosti o video igrama je veća ako adolescent nije uspješno razvio procese primarne i sekundarne individuacije. Stoga je zadaća roditelja pobrinuti se za uspješan razvoj svojeg djeteta, adekvatan pristup i komunikaciju s njime. Uspješan rast i razvoj djeteta može spriječiti razvijanje ovisničkih ponašanja.

Na osnovu našeg istraživanja dobiveni su rezultati koji su potvrdili da:

1. Kod oba spola postoji povezanost između uspješnosti razvoja ili ovladavanja adolescentnom krizom i razine njihove ovisnosti o video igri.
2. Igranje video igrica ima različito značenje u odnosu na razvoj pojedinih aspekata samopoimanja.
3. Razlika postoji među spolovima tako da mladići pokazuju veću tendenciju prema ovisnosti o video igrama nego djevojke i da postoji razlika u aspektima samopoimanja koji su značajni u tome.

10. SAŽETAK

Ovaj rad temelji se na istraživanju i pročitanoj literaturi u kojem je prikazano koliko je samopoimanje (self koncept) povezano s tendencijom ovisnosti o video igrama i da li na temelju toga postoji razlika između spolova. Na samom početku rada spominjem osnovne karakteristike video igara kao i njihove pozitivne i negativne učinke na igrača. Jedan od negativnih učinka jest ovisnost o video igrama koja se može pojaviti ako igrač pokazuje određene simptome te time dolazimo do djela gdje pišem o njenoj preventivi. Razvoj počinje od samog rođenja gdje se susrećemo s procesom primarne separacije-individuacije koja treba biti uspješna kako bi što uspješnija bila i sekundarna separacija-individuacija. Obitelj je najvažnija okolina za adolescenta zbog njene važnosti u rastu i razvoju adolescenta. U istraživanju saznajemo koliko adolescenti u Istri provode vremena igrajući video igre i da li njihovo igranje upozorava na ovisnost. Na temelju istraživanja možemo zaključiti da mladići provode više vremena igrajući video igre za razliku od djevojaka. Najveći razlog dužeg igranja video igara kod mladića jest manjak samopoštovanja i općeg zadovoljstva dok je kod djevojaka želja za kompetentnosti.

Na osnovu našeg istraživanja dokazali smo dvije hipoteze:

1. Kod oba spola postoji povezanost između uspješnosti razvoja ili ovladavanja adolescentnom krizom i razine njihove ovisnosti o video igrama.
2. Razlika postoji među spolovima tako da mladići pokazuju veću tendenciju prema ovisnosti o video igrama nego djevojke i da postoji razlika u aspektima samopoimanja (self koncepta) koji su značajni u tome.

Ključne riječi: adolescencija, separacija-individuacija, video igre, samopoimanje

11. SUMMARY

This work is based on research and literature which show how is self-esteem (self concept) related to the tendency of video game addiction and whether there is a difference between sexes. At the beginning of this work I mentioned primary characteristics of video games as well as positive and negative effects on the players. One of many negative affect is video game addiction, which can appear if player show some of the symptoms, so I am also mentioning about their prevention. Development begins from birth where we meet with the primary proces of separation-individuation which needs to be successful as well as secondary separation-individuation. Family is the most important ambience for adolescent because of their importance in growing and developing. In research we find out how much time adolescents from Istra consume video games and does playing video games warns on beginning of an addiction. Based on research we can conclude that more time on playing video games is consumed by boys, unlike girls who are spending less time. Major reason of playing video games with the boys is their deficit in self-esteem and general satisfaction while in girls is desire for competence.

Based on our research we have proved two hypotheses:

1. At both sexes there is a connection between the success of development overcoming and adolescent crisis and the levels of their addiction to the video games.

2. There is a difference between the sexes in the way that boys show a greater tendency toward video game addiction than girls and there is a difference in the aspects of self-esteem (self concept) that are significant to that.

Key words: adolescence, separation-individuation, video games, self-onfidence

12. LITERATURA

1. Američka psihijatrijska udruga. (2014.) *Dijagnostički i statički priručnik za duševne poremećaje*. Zagreb: Naklada Slap.
2. Boričević Maršanić V., Javornik S.,Jurman J., Katapetrić Bolfan Lj., Paradžik Lj. (2017.) Socijalna psihijatrija. *Ovisnost o internetu i video igrama,* Zagreb.
3. Danilović M.(1986.). Video-kompjuterske igre*: Uvod u psihologiju video-igara*. Beograd: Tehnička knjiga.
4. Dodig-Ćurković, K.(2013.) *Psihopatologija dječje i adolescentske dobi*. Osijek: Svjetla grada.
5. Graovac M. (2010.) Klinika za psihijatriju. *Adolescent u obitelji*. Rijeka: KBC Rijeka.
6. Hercigonja, D. K., Novković, V. H., Flander, M .(2017.) Socijalna psihijatrija. *Mijenja li se psihopatologija kod djece i mladih?Does psychopathology in children and youth change?* Zagreb: Poliklinika Kocijan-Hercigonja.
7. Juran, P. (2015.) Završni rad. *Ovisnost i adolescencija.* Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli. https://repozitorij.unipu.hr/islandora/object/unipu%3A14/datastream/PDF/view
8. Lacković-Grgin, K. (1994.) *Samopoimanje mladih.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
9. Laniado, N., Pietra, G. (2005.) Naše dijete, videoigre, Internet i televizija: *Što učiniti ako ga hipnotiziraju*. Rijeka: Studio TiM.
10. Rudan, V. (2004.) Anoreksija nervoza i bulimija nervoza: *Normalni adolescentski razvoj*. Zagreb: Medix.
11. Smojver-Ažić, S. (1998.). Proces separacije-individuacije adolescenata: *Prikaz upitnika*. Zagreb: Društvena istraživanja.
12. Špelić, A. (2004.) Skripta: *Razvojna psihologija*. Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli.
13. http://www.unipu.hr/uploads/media/SKRIPTA_Razvojna_psihologija.pdf
14. Špelić, A. (2007): *Proces druge individuacije i rani adolescentni razvoj*. Zbornik radova (Međunarodni znanstveni skup Dani Mate Damerina Medulin, 21. i 22. travanj 2007): Kadum V. (ur.) 'Deontologija učitelja'. Visoka učiteljska škola u Puli, Sveučilišta u Rijeci. (str. 235 – 250).

15. Valkković J. (2008.) *Karakteristike i djelovanje nasilja u videoigrama*, Rijeka: Područni studij Katoličkog bogoslovnog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu. (483:502) http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=183947
16. Valleur, M., Matysiak, J. C. (2008.). *Patologije ekscesa: droga, alkohol, igre, seks - zastranjivanje naših strasti*. Zagreb:Grafika Markulin.
17. Vlček, M. (2016.) Diplomski rad: *Ovisnost o računalu kao suvremena bihevioralna ovisnost.* Zagreb: Sveučilište u Zagrebu.