

STRUKTURA ISKUSTVA USAMLJENOSTI

MJERENE UPITNIKOM A. ROKACH

Razvojnopsihološka perspektiva¹

KATICA LACKOVIĆ-GRGIN
ZVJEZDAN PENEZIĆ
IZABELA SORIĆ
Filozofski fakultet u Zadru
Faculty of Philosophy in Zadar

UDK/UDC: 159.92
Izvorni znanstveni članak
Original scientific paper

Primljeno
: 1998-11-02
Received

Na uzorku od 484 ispitanika u dobi od 16 do 90 godina (261 žene i 223 muškarca) izvršeno je ispitivanje s ciljem provjere strukture iskustva usamljenosti te utvrđivanja eventualnih dobnih i spolnih razlika u iskustvu usamljenosti. Primijenjen je upitnik "Iskustvo usamljenosti" A. Rokach.

Faktorskoj analizi na zajedničke faktore podvrgnut je dio upitnika koji ispituje negativne aspekte usamljenosti (68 čestica). Utvrđeno je pet faktora: emocionalni *distress*, interpersonalna izoliranost, povlačenje, socijalna neadekvatnost i tjelesne manifestacije. Faktorskom analizom višeg reda dobiven je jedan faktor-Iskustvo usamljenosti. Potvrđeno je teorijsko očekivanje da iskustvo usamljenosti obuhvaća emocionalnu, socijalnu, ponašajnu, kognitivnu i tjelesnu komponentu.

Usporedba po dobi pokazala je da u faktoru emocionalni *distress* ne postoje dobne razlike. U faktorima interpersonalna izoliranost, povlačenje i socijalna neadekvatnost značajno veća je usamljenost u mladima (od 16 do 24 godine) a u faktoru tjelesne manifestacije u starijima (65 do 90 godina).

¹ U radu se iznosi dio rezultata istraživanja iskustva, uzroka i suočavanja s usamljenošću što je provedeno kod hrvatskih ispitanika u okviru kros-kulturalnog istraživanja kojim rukovodi Ami Rokach, Correctional Institute, Brampton, Ontario, Canada.

Spolne razlike pokazale su se značajne na svim faktorima u smislu da su žene usamljenije od muškaraca.

Rezultati su interpretirani u skladu s teorijama razvoja (Erikson, Levinson). Ukazuje se na njihovu potencijalnu korisnost u kliničkom radu, posebice s mladima.

KLJUČNE RIJEČI: komponente iskustva, usamljenosti, dobne razlike, spolne razlike

Uvod

Usamljenost je složeni fenomen i univerzalno ljudsko iskustvo koje, u većoj ili manjoj mjeri, dožive svi ljudi u nekom životnom razdoblju. Razvojno, usamljenost se neće javiti prije nego li osoba postane sposobna razviti intimne odnose s drugom osobom (Sullivan, 1953). Iako spomenuti autor korijene usamljenosti vidi u ranome djetinjstvu, on je ipak smatrao da se usamljenost javlja u ranoj adolescenciji jer djeca ne mogu doživjeti usamljenost na način kao odrasli ljudi. Tridesetak godina kasnije empirijski rezultati pokazuju da i djeca imaju problema s usamljenošću (Marcoen i Brumagne, 1985).

U znanosti još uvijek nema jedinstvena odgovora na pitanje što je usamljenost usprkos tome što se znanstvenici različitih područja već desetljećima bave konceptom usamljenosti kao i srodnim konceptima poput samoće, alijenacije ili izolacije shvaćene kao nemogućnost osobe da promijeni stanje odvojenosti od drugih. O navedenim konceptima teoretizirali su filozofi i pisali pjesnici. Prema egzistencijalističkom shvaćanju usamljenost je činjenično stanje jer biti čovjek znači biti sam što ponajbolje pokazuje potpuno životno iskustvo samoće pri rođenju, tragediji i smrti (prema Mijusković, 1985).

Sociološki pristupi usamljenosti naglašavaju neke socijalne faktore koji doprinose usamljenosti suvremenih ljudi. To su npr.: slabljenje obiteljskih veza, pokretnost radne snage i iskorijenjivanje ljudi iz tradicionalne okoline (zbog nepogoda, ratova) ali i porast individualističke orijentacije u zapadnim kapitalističkim društvima. Takva orijentacija potiče ljude na nezavisnost, na pravo zaštite svoje privatnosti, na odvojenost od drugih. Mnogi smatraju da je usamljenost cijena za oslobođenje od tradicionalnih vrijednosti (Julha i Jokela, 1990).

Za razliku od sociološkog pristupa koji izvor usamljenosti vidi izvan osobe, tj. u društvu, psihološki pristupi usamljenosti naglašavaju značenje osobnih karakteristika i situacijskih faktora u nastajanju usamljenosti. Weiss (1973) ističe da je usamljenost rezultat nedostatnih socijalnih odnosa u smislu

da ti odnosi ne zadovoljavaju socijalne potrebe pojedinca. Kognitivni pristup usamljenost tumači kao svijest pojedinca o diskrepanciji između željenog i ostvarenog nivoa socijalnih kontakata. Altman (1975, prema Peplau i Perlman, 1982) smatra da svaka osoba ima optimalni nivo socijalnih interakcija. Kad su socijalne veze suboptimalne osoba doživljava usamljenost, a kad su te veze supraoptimalne doživljava invaziju privatnosti ili "prenapučenost".

Kognitivni pristup usamljenosti pokazao se produktivnim za organizaciju i interpretaciju empirijskih nalaza o usamljenosti. Komponentni okvir za takvu organizaciju uključuje dvije pretpostavke: usamljenost je odgovor na diskrepanciju između željenog i ostvarenog nivoa socijalnog kontakta, i, kognitivni procesi (atribucije) imaju moderirajući utjecaj na iskustvo usamljenosti. Slijedom toga mogu se razlikovati uzroci usamljenosti, karakteristike iskustva usamljenosti i načini suočavanja s tim iskustvom. Postoje brojne definicije usamljenosti a u većini njih naglašava se da je usamljenost subjektivno i neugodno emocionalno i motivacijsko stanje koje proizlazi iz nemogućnosti zadovoljenja potreba za intimnošću, ljubavi i pripadanjem.

Empirijski radovi o usamljenosti kretali su se u dva pravca u smislu definiranja i mjerenja toga fenomena a mogu se promatrati u odnosu na dva kriterija: u odnosu na trajanje i u odnosu na dimenzionalnost usamljenosti. S obzirom na trajanje usamljenost se shvaća ili kao stanje (povremena, "situacijska" usamljenost) ili kao crta (kronična usamljenost). U pogledu dimenzionalnosti neki autori smatraju da je usamljenost jednodimenzionalni konstrukt pa u skladu s tim konstruiraju i skale za mjerenje usamljenosti (npr. UCLA skala Russella i suradnika, 1980. za mjerenje stanja i NYU skala Rubinsteina i Shavera, 1982. za mjerenje kronične usamljenosti).

Postoji i nekoliko višedimenzionalnih skala te u najnovije vrijeme i upitnik A. Rokach. Taj upitnik trebao bi biti multidimenzionalna mjera koja obuhvaća kognitivni, emocionalni, socijalni i ponašajni aspekt usamljenosti.

Neke komponente doživljaja usamljenosti mogu se identificirati i na osnovi dosadašnjih istraživanja. Kako je usamljenost neugodno iskustvo jasno je da se mogu utvrditi afektivne komponente (simptomi) usamljenosti. Russell i suradnici (1980) navode da je u nekoliko istraživanja utvrđeno da usamljenost korelira s depresijom te da usamljene osobe izvješćuju o nezadovoljstvu, pesimizmu, napetosti i slično. Weiss je isticao motivacijsku komponentu usamljenosti jer ona potiče na nalaženje drugih. Ispitivanja kognitivnih faktora, tj. pažnje i atribucije, pokazale su smanjenu sposobnost usamljenih da se koncentriraju te njihovu sklonost negativnim atribucijama koje potiču opadanje samopoštovanja i povećavaju vjerojatnost da stanje usamljenosti preraste u kroničnu usamljenost (prema Brehm, 1992). Glede socijalne komponente

usamljenost je povezana s nedostatkom socijalnih vještina, sa socijalnom anksioznošću, sramežljivošću (Peplau i Perlman, 1982; Jones i suradnici, 1985; Nurmi i Salmela-Aro, 1997).

Uz utvrđivanje korelata i komponenti usamljenosti istraživači su se usmjerili i na dob kao varijablu koja bi mogla biti povezana s usamljenošću. Postoji stereotip o starijim ljudima kao usamljenijima. Niz empirijskih nalaza pokazuje neosnovanost toga stereotipa jer su zapravo adolescenti i mlađi odrasli usamljeniji (prema Brehm, 1992). Teorijski, takvi su rezultati objašnjivi u terminima teorije razvojnih zadataka, kao i u terminima Eriksonove i Levinsonove razvojne teorije. Međutim, neki autori ne nalaze značajne razlike u usamljenosti s obzirom na dob (Schultz i Moore, 1988), odnosno nalaze da su starije žene usamljenije od studentica (Schmitt i Kurdek, 1985). Ovo posljednje odnosi se samo na neke aspekte usamljenosti (prijateljstvo, romantične veze). Upravo stoga čini se nužnim provjeriti da li postoje dobne razlike u pojedinim dimenzijama iskustva usamljenosti.

Istraživanja nisu dala jednoznačne rezultate ni o usamljenosti s obzirom na spol. Nije sasvim jasno da li spolne razlike kad su i utvrđene stvarno postoje ili ih se može pripisati metodološkim razlozima. Oni koji nalaze da su žene usamljenije misle da muškarci možda teže priznaju da su usamljeni kad ih se o tome direktno pita (Borys i Perlman, 1985. - prema Koenig i suradnici, 1994). Neki su autori našli da su u SAD muškarci usamljeniji od žena (Mullins i Mushel, 1992 - prema Wenger i suradnici, 1996). Moguće je da su ove nekonzistencije u nalazima posljedica korištenja jednodimenzionalnih mjera usamljenosti. Možda se radi o različitom smjeru razlika u pojedinim dimenzijama iskustva usamljenosti? Naime Berg i McQuinn, 1988., te Stokes i Levin, 1986. (prema Myers, 1996) nalaze da se muškarci i žene osjećaju usamljeniji kad su izolirani od grupnih interakcija, a žene zbog nedostatnih intimnih veza "osoba i osoba".

Navedeni podaci sugeriraju da bi valjalo konstruirati multidimenzionalne mjere usamljenosti usprkos tome što su se neke jednodimenzionalne mjere pokazale pogodnima za znanstvena istraživanja. To tim više što se jednodimenzionalne mjere ne čine dostatnima za potrebe kliničara (Vicenzi i Grabosky, 1987). Za stručnu pomoć usamljenima koji se obraćaju savjetovalištim, klinikama i sl. kliničarima bi bile upotrebljivije višedimenzionalne mjere usamljenosti, odnosno mjerenja koja bi u sebi obuhvaćala mogućnost utvrđivanja ne samo iskustva usamljenosti, već i uzroka usamljenosti i načina suočavanja s njom. Takav pokušaj učinila je A. Rokach i o njemu izvijestila u nekoliko svojih radova (Rokach, 1988; Rokach, 1989; Rokach i Brock, 1995; Rokach i Brock, 1997; Rokach, 1997; Rokach i Brock, 1998).

Primjenom dijela upitnika A. Rokach (nije publiciran) koji se odnosi na negativna i pozitivna iskustva usamljenosti na ispitanicima iz univerzitetske sredine, ali i na "zbrinutim" kriminalcima, članovima različitih interesnih grupa i klubova, utvrđeno je pet faktora (dimenzija) iskustva usamljenosti: 1. emocionalni *distress*; 2. socijalna neadekvatnost i alijenacija; 3. rast i otkrivanje; 4. interpersonalna izolacija i 5. samoalijenacija (Rokach i Brock, 1997).

U pokušaju provjere ovog upitnika (u okviru kroskulturalnog istraživanja što ga vodi A. Rokach) izvršeno je ispitivanje na hrvatskim ispitanicima. S obzirom da usamljenost promatramo kao *neugodno* emocionalno i motivacijsko stanje, u ovome radu cilj nam je provjeriti strukturu onog dijela upitnika koji se odnosi *na negativne aspekte iskustva usamljenosti*.

Dakle, teorijski razlog za odabir 68 čestica (od 82) jest što 14 čestica o pozitivnim aspektima usamljenosti (npr. "Otkrila sam prednosti samoće", "Kreativnija sam") odnosi se po našem mišljenju na konstrukt srodan usamljenosti, a to je samoća (više o tome vidjeti u radu Lacković-Grgin i suradnici, 1998).

Osim toga, želi se utvrditi postoje li razlike s obzirom na dob i spol ispitanika u pojedinim dimenzijama iskustva usamljenosti.

Metoda

Ispitanici

Ispitivanjem je obuhvaćeno 508 ispitanika. Pri tome 24 ispitanika nije ispunilo upitnik na zadovoljavajući način pa je u uzorku ostalo 484 ispitanika (261 žena i 223 muškaraca) u dobi od 16 do 90 godina. Ispitanici su različitog obrazovnog i bračnog statusa a žive u nekoliko hrvatskih gradova (u Rijeci, Zagrebu, Požegi, Osijeku, Splitu, Biogradu na moru i Zadru).

Instrument ispitivanja

Korišten je upitnik "Iskustvo usamljenosti" što ga je na osnovi svojih opsežnih kliničkih i statističkih istraživanja antecedenti i iskustva usamljenosti konstruirala A. Rokach. Upitnik se sastoji od četiri dijela. Prvi dio obuhvaća opće podatke (dob, spol, obrazovni status, bračni status kao i pitanja prisutnosti usamljenosti kao kronične ili povremene, te o prisutnosti usamljenosti u vrijeme ispitivanja). Drugi dio sadrži 82 tvrdnje o iskustvu usamljenosti dok se u trećem dijelu nalaze 82 tvrdnje o uzrocima usamljenosti. Četvrti dio sadrži

86 tvrdnji o suočavanju s usamljenošću. Uz svaku tvrdnju ispod oznake "DA" ispitanici trebaju staviti znak "√" ukoliko tvrdnja označava ono što su osjećali kad su bili usamljeni.

Upitnik su na hrvatski jezik nezavisno prevela tri profesora (psihologije i engleskog) i dva studenta a nakon toga je postignut konsenzus u prijevodu.

U ovom radu analizirani su podaci o dobi i spolu iz općeg dijela upitnika te o iskustvu usamljenosti. Preciznije, analizirani su podaci dobiveni pomoću 68 tvrdnji o negativnim aspektima usamljenosti iz razloga koji su navedeni u uvodnom dijelu rada.

Postupak ispitivanja

Ispitivanja su obavljena grupno i individualno, i to u školama, na fakultetima, u radnim organizacijama te u domovima ispitanika kao i u domovima umirovljenika. Ispunjavanje upitnika trajalo je od 25 minuta kod mlađih i obrazovanijih do 50 minuta kod starijih i slabije pismenih. Kad bi stariji ispitanici to predložili, upitnik je primijenjen oralno, tj. ispitivač je čitao tvrdnje.

Prije primjene upitnika svim je ispitanicima objašnjen cilj ispitivanja, a zatim im je dana uputa o popunjavanju upitnika uz napomenu da će se njihova suradnja izuzetno cijeniti. Važno je napomenuti kako svojom odlukom da označi tvrdnje s kojima se slaže, ispitanik zapravo priznaje svoju usamljenost, pa se može pretpostaviti da socijalna poželjnost ima manje utjecaja nego pri korištenju skala na kojima treba odgovoriti na svaku tvrdnju.

Rezultati

S ciljem otkrivanja strukture usamljenosti, na podacima dobivenima pomoću upitnika, izvršena je faktorska analiza (metodom zajedničkih faktora uz Varimax rotaciju i Guttman-Kaiserov kriterij ekstrakcije faktora) pri čemu je izdvojeno *pet* interpretabilnih faktora. Pri tome je za uvrštavanje čestica u pojedini faktor pored statističkog kriterija (saturacije od .30), korišten i logički kriterij (npr. u slučaju kad je čestica imala saturacije veće od 0.30 na više faktora uvrštena je tamo gdje dopunjuje konceptualno značenje faktora).

Tih pet faktora prepoznato je kao I. Emocionalni distres; II. Interpersonalna izoliranost; III. Povlačenje; IV. Socijalna neadekvatnost; V. Tjelesne manifestacije.

Nakon toga izvršene su faktorske analize čestica koje se nalaze u svakom pojedinom faktoru. Rezultati tih analiza bit će prikazani u tablicama 1 do 5.

Tablica 1.

<i>Tvrđnje</i>	<i>Faktorsko zasićenje</i>
1. Osjećao sam se odbačen od bliske osobe	.451
17. Osjećao sam se bespomoćno	.475
26. Osjećao sam se jako povrijeđen	.491
30. Osjećao sam se kao da plaćem u sebi	.602
47. Žalio sam samog sebe	.517
48. Osjećao sam da mi se srce lomi	.651
50. Zaplakao bih vrlo lako	.514
58. Osjećao sam se vrlo ranjivo	.552
KARAKTERISTIČNI KORIJEN	2.292
POSTOTAK OBJAŠNJENE VARIJANCE	28.70

Pokazuje se jednofaktorska struktura a analizom čestica utvrđen je Cronbach alpha od .76.

Tablica 2. Rezultati analize zajedničkih faktora čestica iz faktora II. Interpersonalna izoliranost

<i>Tvrđnje</i>	<i>Faktorsko zasićenje</i>
2. Osjećao sam da nikome ne pripadam	.529
15. Osjećao sam da nemam nikoga koga bih volio ili tko bi volio mene	.479
22. Osjećao sam kao da ljudi ne žele imati nikakva posla sa mnom	.574
24. Osjećao sam se potpuno napušten	.579
29. Osjećao sam se napušten od najbližih	.538
31. Nije postojao nitko kome bih mogao zaista vjerovati	.465
34. Osjećao sam se kao da nemam prijatelja na svijetu	.585
36. Osjećao sam da me ljudi namjerno izbjegavaju	.451
41. Osjećao sam da nema nikoga tko me razumije	.569
42. Osjećao sam se kao da nitko nije znao da postojim	.567
43. Osjećao sam se kao da je svijet protiv mene	.511
53. Osjećao sam da u mom životu nedostaje posebno blizak prijatelj	.482
61. Osjećao sam se zanemaren	.465
65. Osjećao sam da nemam nikoga na koga se mogu osloniti kada mi je to potrebno	.551
66. Osjećao sam da nisam važan svojim najbližima	.432
KARAKTERISTIČNI KORIJEN	4.068
POSTOTAK OBJAŠNJENE VARIJANCE	27.12

Dobivena je jednofaktorska solucija a utvrđen je koeficijent Cronbach alpha od .84.

Tablica 3. Rezultati analize zajedničkih faktora čestica iz faktora III. Povlačenje

<i>Tvrđnje</i>	<i>Faktorsko zasićenje</i>
5. Ništa me nije zanimalo	.380
13. Nisam želio biti blizu ljudi niti razgovarati s niima	.625
40. Povukao sam se od drugih	.573
57. Namjerno sam izbjegavao druženje	.654
KARAKTERISTIČNI KORIJEN	1.291
POSTOTAK OBJAŠNJENE VARIJANCE	32.3

Dobiven je jedan faktor, a koeficijent Cronbach alpha iznosi .67. Relativno niska pouzdanost te subskele vjerovatno je uvjetovana malim brojem čestica uključenih u nju. Stoga rezultate vezane uz subskalulu povlačenje treba razmatrati s dodatnim oprezom.

Tablica 4. Rezultati analize zajedničkih faktora čestica iz faktora IV. Socijalna neadekvatnost

<i>Tvrđnje</i>	<i>Faktorsko zasićenje</i>
3. Osjećao sam se nevidljiv drugima	.382
8. Osjećao sam manjak kontrole nad vlastitim životom	.508
9. Bojao sam se budućnosti	.444
19. Osjećao sam se krivim zbog toga kako se osjećam	.386
20. Bojao sam se da će drugi otkriti moje nedostatke	.456
28. Osjećao sam se nepovezan s drugima	.435
32. Bio sam previše zaokupljen zbunjujućim mislima i pitanjima	.376
37. Osjećao sam se nesigurno	.504
44. Osjećao sam se nezanimljivim i dosadnim	.497
46. Osjećao sam se prazan iznutra kao prazna školjka	.486
52. Osjećao sam se neadekvatno u odnosu s drugima	.497
54. U jednom trenutku postao sam svjestan da nešto nije u redu s mojim životom	.508
55. Osjećao sam se nesposoban	.544
59. Osjećao sam se bezlično i bezimeno	.543
62. Osjećao sam da sam iznevjerio sebe i druge	.450
63. Bojao sam se da ću se uvijek tako osjećati	.502
64. Osjećao sam da je moja situacija beznadna	.568
67. Postao sam svjestan da je moja potreba za ljubavlju neispunjena	.472
68. Život mi se činio besmislenim i praznim	.489
KARAKTERISTIČNI KORIJEN	4.358
POSTOTAK OBJAŠNJENE VARIJANCE	22.94

Dobiven je jedan faktor, a pouzdanost tipa Cronbach alpha iznosi .85.

Tablica 5. *Rezultati analize zajedničkih faktora čestica iz faktora V. Tjelesne manifestacije*

<i>Tvrđnje</i>	<i>Faktorsko zasićenje</i>
4. Osjećao sam se odvojeno od vlastitog tijela	.406
7. Osjećao sam se bolesnim, iako je sve fizički bilo u redu samnom	.513
12. Probudio bih se iscrpljen	.506
16. Doživljavao sam česte glavobolje	.586
21. Doživljavao sam vrtoglavicu i ošamućenost bez ikakva vidljiva razloga	.570
23. Osjećao sam se kao da se moj um i tijelo nalaze na dva različita mjesta	.457
38. Bio sam preplavljen osjećajima strave	.447
39. Osjećao sam se ukočeno i nepokretno kao u šoku	.599
49. Osjećao sam se kao da sam u snu i čekam da se probudim	.417
51. Osjećao sam se ukočen iznutra	.474
KARAKTERISTIČNI KORIJEN	2.518
POSTOTAK OBJAŠNJENE VARIJANCE	25.18

I u ovom faktoru dobivena je jednofaktorska solucija, a koeficijent Cronbach alpha iznosi .77.

Kao pojedinačne mjere ove subskale imaju relativno zadovoljavajuću pouzdanost. Utvrđena je i korelacija među faktorima iskustva usamljenosti, a prikazuju se u tablici 6.

Tablica 6. *Prikaz korelacija među faktorima iskustva usamljenosti*

	<i>IF1</i>	<i>IF2</i>	<i>IF3</i>	<i>IF4</i>	<i>IF5</i>
<i>IF1</i>	1.00	.49	.30	.63	.51
<i>IF2</i>		1.00	.30	.59	.31
<i>IF3</i>			1.00	.34	.28
<i>IF4</i>				1.00	.54
<i>IF5</i>					1.00

IF1 - IF5 faktori iskustva usamljenosti

Svi koeficijenti korelacije značajni su na nivou od 1%

Iz tablice 6. vidljivo je da su korelacije među faktorima značajne i umjerene zbog čega je izvršena faktorska analiza višega reda (metodom zajedničkih faktora uz Varimax rotaciju i Guttman-Kaiserov kriterij ekstrakcije faktora). Tom analizom utvrđeno je postojanje nadređenog faktora koji se može nazvati "Iskustvo usamljenosti". Rezultati faktorske analize prikazuju se u tablici 7.

Tablica 7. *Prikaz rezultata faktorske analize višega reda*

FAKTORI ISKUSTVA USAMLJENOSTI	Faktorsko zasićenje	R ²
IF1 Emocionalni distress	.738	.544
IF2 Interpersonalna izoliranost	.641	.410
IF3 Povlačenje	.423	.179
IF4 Socijalna neadekvatnost	.813	.662
IF5 Tjelesna manifestacije	.619	.383
POSTOTAK OBJAŠNJENE VARIJANCE	43.55	

Budući da je faktorska analiza potvrdila pretpostavku o višedimenzionalnosti iskustva usamljenosti, u daljnjim će se analizama respektirati utvrđene dimenzije. Za potrebe tih analiza ispitanici su podijeljeni u skupine s obzirom na kronološku dob.

Tablica 8. *Prikaz skupina ispitanika formiranih prema kronološkoj dobi*

Kronološka dob	N	M	SD
16 do 24 godine	129	21.24	2.51
25 do 44 godine	129	33.29	5.42
45 do 64 godine	127	51.86	5.61
65 do 90 godina	99	73.52	6.46

Za svaku dimeziju (faktor) iskustva usamljenosti izračunate su dobne razlike. Rezultati analiza varijance prikazuju se u tablici 9.

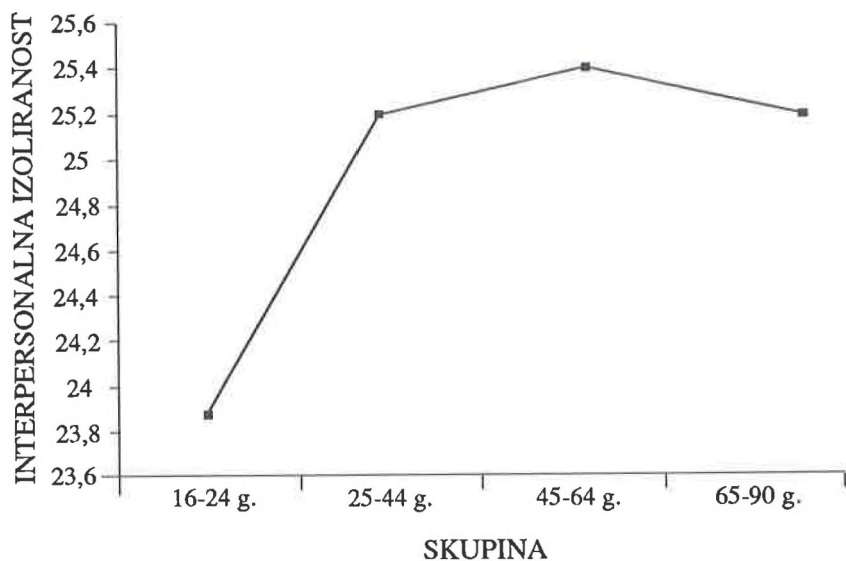
Tablica 9. *Prikaz dobnih razlika u dimenzijama iskustva usamljenosti*

Faktori iskustva usamljenosti	F	df	p(F)
IF1 Emocionalni distress	1.477	3/480	.220
IF2 Interpersonalna izoliranost	4.210		.006
IF3 Povlačenje	3.608		.013
IF4 Socijalna neadekvatnost	3.625		.013
IF5 Tjelesne manifestacije	6.308		.000

Dobne razlike nisu se pokazale značajnima samo u dimenziji emocionalni distress dok su se u drugim dimenzijama iskustva usamljenosti dobne razlike pokazale značajnima.

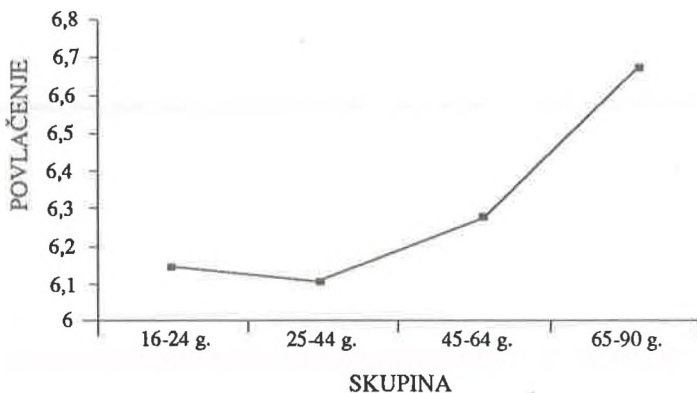
Uvidom u tablicu 1 uočljivo je da se tvrdnje u faktoru emocionalni distress odnose na neugodna emocionalna stanja koja su reprezentativna za iskustvo usamljenosti te stoga ne začuđuje da je taj aspekt podjednako prisutan kod svih dobnih skupina.

Grafikon 1. *Prikaz razlika među dobnim skupinama u dimenziji Interpersonalna izoliranost*



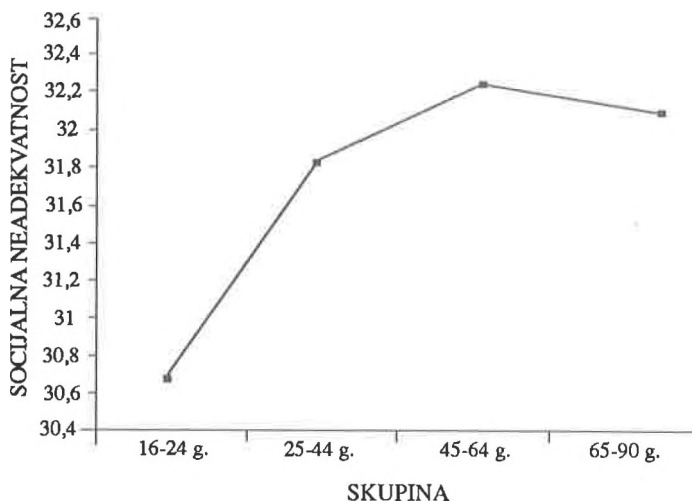
Napomena: Viši rezultat znači manji doživljaj interpersonalne izoliranosti

Naknadnim testiranjem razlika (t-testovima) između dobnih skupina pokazalo se da su dobne razlike značajne jedino između prve dobne skupine (od 16 do 24 godine) i ostalih dobnih skupina. Iskustvo interpersonalne izoliranosti najprisutnije je u adolescentsko doba i u prijelazu u odraslo doba.

Grafikon 2. *Prikaz razlika među dobnim skupinama u dimenziji Povlačenje*

Napomena: Viši rezultat znači niže povlačenje

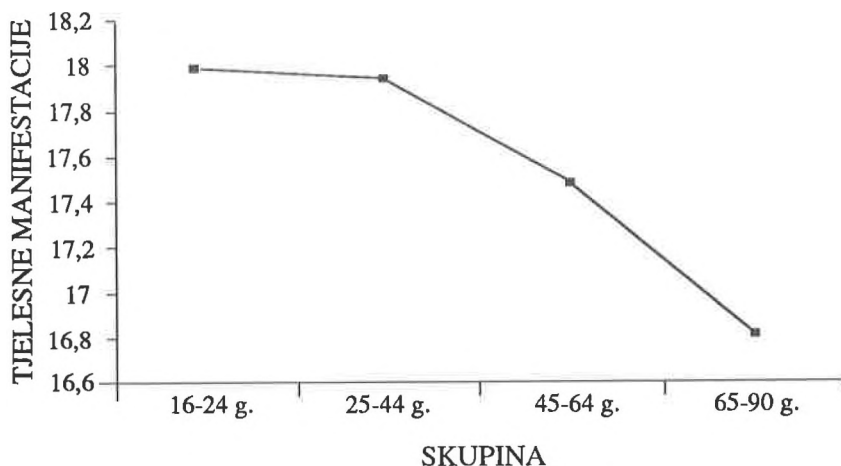
T-testovi su pokazali da se u ovoj dimenziji prve tri dobne skupine međusobno ne razlikuju, ali se sve one značajno razlikuju od skupine starih (65-90 godina). Povlačenje je najmanje prisutno u starih.

Grafikon 3. *Prikaz razlika među dobnim skupinama u dimenziji Socijalna neadekvatnost*

Napomena: Viši rezultat znači nižu socijalnu neadekvatnost

Naknadnim testiranjem utvrđeno je da se prva dobna skupina značajno razlikuje od ostale tri dobne skupine a da se one međusobno ne razlikuju značajno. Socijalna neadekvatnost najprisutnija je u adolescentnoj i mlađoj dobi.

Grafikon 4. *Prikaz razlika među dobnim skupinama u dimenziji Tjelesne manifestacije*



Napomena: Viši rezultat znači niže tjelesne manifestacije

Pokazale su se značajne razlike samo između skupine starih i ostale tri dobne skupine (koje se međusobno značajno ne razlikuju). Tjelesne manifestacije najprisutnije su u skupini starih.

Provjereno je da li u utvrđenim dimenzijama iskustva usamljenosti postoje razlike s obzirom na spol.

Tablica 10. *Prikaz spolnih razlika u dimenzijama iskustva usamljenosti*

<i>Faktori iskustva usamljenosti</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p(F)</i>
IF1 Emocionalni distress	94.03	1/482	.000
IF2 Interpersonalna izoliranost	23.97		.000
IF3 Povlačenje	12.27		.000
IF4 Socijalna neadekvatnost	34.90		.000
IF5 Tjelesne manifestacije	32.70		.000

Na svim dimenzijama žene su značajno usamljenije od muškaraca.

Rasprava

U analizu podataka prikupljenih pomoću upitnika "Iskustvo usamljenosti" krenuli smo sa stajališta da je usamljenost neugodno emocionalno i motivacijsko stanje koje je, slijedom kognitivističkog pristupa, posljedica svjesno doživljene diskrepancije između željenog i ostvarenog nivoa socijalnih veza. Naš se pristup razlikuje od analize što su je učinile Rokach i Brock (1997), budući da su one u analizu uključile uz 68 tvrdnji o negativnim aspektima iskustva usamljenosti i 14 tvrdnji o pozitivnim aspektima iskustva usamljenosti. Iz tih razloga ovi naši rezultati ne mogu se uspoređivati s rezultatima spomenutih autorica.

Faktorska analiza potvrdila je teorijska očekivanja da iskustvo usamljenosti obuhvaća emocionalnu (FI), socijalnu (F II), ponašajnu (F III), kognitivnu (F IV) i tjelesnu (FV) komponentu kao i da sve te komponente čine jedinstveni doživljaj usamljenosti (u vidu faktora višeg reda). Takvi rezultati sugeriraju da bi bilo opravdano koristiti svaku subskalnu zasebno ali i ukupni rezultat na svim subskalama u ovisnosti o prirodi potrebe istraživača ili kliničara. Mogućnost uvida u strukturu iskustva usamljenosti čini se korisnom u pomaganju usamljenim osobama. McWhirter (1990) navodi da u nekoliko pristupa što ih koriste psiholozi (treniranje socijalnih vještina, kognitivno-bihevioralna terapija i grupna terapija) često ignoriraju različite tipove iskustva usamljenosti. U daljnjem pak istraživačkom radu na razvoju teorijskog modela usamljenosti čini se da bi bilo nužno ispitati relaciju između ove višedimenzionalne mjere i nekih od poznatijih jednodimenzionalnih mjera usamljenosti kao i relacije utvrđenih komponenti usamljenosti s nekim crtama ličnosti.

Faktor I (emocionalni distress) sadrži tvrdnje koje upućuju na to da je usamljenost bolno iskustvo koje prema našim rezultatima podjednako doživljavaju ljudi svih dobi. Ta komponenta usamljenosti potvrđena je u nizu istraživanja (Weiss, 1973; Moustakas, 1972; Rokach, 1988), a posebice se ističe u usamljenosti zbog gubitka voljenih osoba što predstavlja izuzetno stresno iskustvo (Bowlby, 1981) ili zbog nedostatka romantičnih intimnih veza (Weiss, 1973).

Faktor II (interpersonalna izoliranost) sadrži tvrdnje koje se odnose na osjećaj nepripadanja, nepovezanosti s drugima, napuštenosti odnosno na nezadovoljstvo socijalnim vezama. Ova komponenta usamljenosti potvrđena je u istraživanjima Weissa (1973), a ističe se i u radovima Rokach (1988, 1989). Veća prisutnost ove komponente usamljenosti u skupini adolescenata i mladih odraslih negoli u ostalim dobnim skupinama objašnjivo je u terminima Levinsonove i Eriksonove teorije razvoja. Prema Levinsonu, tranzicija iz adolescencije u odraslo doba praćena je željom za autonomijom i ispunjavanjem razvojnih zadataka vezanih za adolescenciju. Erikson pak ističe da se u tom razdoblju javljaju dvije krize: najprije kriza identiteta a zatim kriza intimnosti. Postavljaju se temelji za razvoj novih socijalnih uloga. Porast autonomije može djelovati zastrašujuće a može i blokirati uspostavljanje intimnih veza. Cijeli niz razvojnih zadataka što ih okolina stavlja pred mlade ljude postaju njihovi važni osobni ciljevi. Visoka razina ciljeva vezanih za uspostavljanje intimnih veza (romantičnih ili prijateljskih) može utjecati na procjenu da su postojeće veze nezadovoljavajuće. Tome doprinose normativne socijalne tranzicije kao što su odlazak na studij (Lacković-Grgin i Sorić, 1994), zapošljavanje i sl. Na kasnijim uzrastima socijalni život ljudi postaje stabilniji, socijalne vještine savršenije a i očekivanja od socijalnih veza postaju realističnija.

Faktor III (povlačenje) sadržajem tvrdnji odnosi se na svojevolumno povlačenje od drugih u vrijeme doživljavanja usamljenosti. Ova ponašajna komponenta usamljenosti indirektno govori o motivacijskoj usmjerenosti usamljenih ljudi. Iako većina autora ističe da usamljenost potiče ljude na traženje socijalnih interakcija (Sullivan, 1953; Weiss, 1973, i drugi), neki ističu paralizirajuće djelovanje usamljenosti, odnosno, da ona možda ometa efikasne načine uspostavljanja socijalnih veza i navodi na povlačenje od drugih da bi se u samoći s njom suočavalo (Peplau i Perlman, 1982). Takva upotreba samoće potiče se u mnogim kulturama (Storr, 1988).

Povlačenje je podjednako izraženo kod adolescenata i mladih odraslih, ali i u srednje i kasno odraslo doba (u skupinama od 16 do 24, od 25 do 44 i od 45 do 64 g) dok je kod osoba u dobi od 65 do 90 godina ono značajno manje izraženo. Taj rezultat je logičan s obzirom na uključenost u socijalni svijet

tijekom života. Adolescenti i mlađi odrasli uključeni su u škole ili radne organizacije kao što su i osobe srednje i kasne odrasle dobi normativno uključene u radnu sredinu i u druge socijalne grupe pa u tim razdobljima može doći do povlačenja od ljudi. Stari su ljudi već izašli iz takvih socijalnih grupa pa povlačenje doživljavaju kao normalno stanje više nego kao izraženiju komponentu usamljenosti. U tom smislu je naš rezultat sukladan teoriji povlačenja Cummingsa i Henry-a (1961., prema Lacković-Grgin i Padelin, 1995).

Faktor IV (socijalna neadekvatnost) sadrži tvrdnje o osjećaju nesigurnosti, beznadnosti, nesposobnosti, straha od budućnosti kao i manjka kontrole nad vlastitim životom. Više autora ističe kako negativne atribucije, odnosno negativne samoevaluacije, imaju osobitu važnost u doživljaju usamljenosti. Utvrđeno je da je usamljenost negativno povezana sa samopoštovanjem (Lacković-Grgin i Sorić, 1995), a pozitivno s depresijom, strahom od budućnosti te eksternalnim lokusom kontrole (Russell i sur., 1980; Peplau i Perlman, 1982; Schmitt i Kurdek, 1985). Negativne atribucije povećavaju vjerojatnost prerastanja stanja usamljenosti u kroničnu usamljenost. Stoga je u kliničkom radu vrlo korisno moći utvrditi ovu komponentu usamljenosti kako bi se terapijski djelovalo na reevaluaciju usamljene osobe i na jačanje njezina samopoštovanja u socijalnim odnosima. To tim više što naši rezultati pokazuju da je u najmlađih osoba iz našeg uzorka socijalna neadekvatnost najprisutnija. Poznato je da period razvoja identiteta karakterizira povećana samokritičnost i osjetljivost mladih na prosudbe ljudi o njihovim socijalnim vještinama i osobnim značajkama. U kasnijem periodu razvoja osjećaj socijalne neadekvatnosti značajno je manje prisutan jer je samopoimanje stabilnije i ne ovisi toliko o drugima kao u adolescenciji.

Faktor V (tjelesne manifestacije) reprezentiraju tvrdnje kao što su: "Doživljavao(la) sam česte glavobolje", "Osjećao(la) sam se iscrpljeno" i sl. Dok u empirijskim radovima o usamljenosti nalazimo brojne podatke u prilog postojanju prvog, drugog, trećeg i četvrtog faktora iskustva usamljenosti, tjelesne manifestacije usamljenosti se relativno rjeđe spominju. Postoje neke indicije da su usamljene osobe podložne tjelesnim bolestima a neke novije studije upućuju da je usamljenost povezana s poremećajem spavanja, i to više s kvalitetom nego kvantitetom spavanja (Mahon i sur, 1993; Schwartz i sur., 1990 - prema Mahon, 1994).

Provjere dobnih razlika u ovoj dimenziji iskustva usamljenosti pokazala je da su u skupini starih (65-90 godina) značajno više prisutne tjelesne manifestacije negoli u ostalim dobnim skupinama koje se međusobno ne razlikuju u ovoj dimenziji usamljenosti. Poznato je da zdravlje s dobi slabi pa postoji mogućnost da starije osobe postojeće somatske teškoće doživljavaju

kao usamljenost. Neke od tvrdnji koje čine faktor V (“Osjećao sam sa ukočeno iznutra”, “...ukočeno i nepokretno kao u šoku...”)) podsjećaju na kliničku sliku involucijske depresije čije se epizode javljaju u kasnim godinama života. Spomenuto je da usamljenost korelira s depresijom pa i to može objasniti veću izraženost tjelesnih manifestacija u starih.

Analize dobnih razlika u utvrđenim faktorima iskustva usamljenosti pokazuju da se ne može do kraja prihvatiti ni stereotip da biti star znači biti usamljen, ali niti empirijski potkrepljivo stajalište da biti mlad znači biti usamljen. Rezultati pokazuju da se mladi i stari razlikuju po izraženosti pojedinih aspekata usamljenosti. Socijalni, ponašajni i kognitivni aspekti usamljenosti prisutniji su u mladima a tjelesne manifestacije u starih. Emocionalni distress kao dimenzija iskustva usamljenosti podjednak je u svim dobnim skupinama.

Spolne razlike pokazale su se značajnima na svim utvrđenim faktorima. Žene su značajno usamljenije od muškaraca. Autori koji su, koristeći druge instrumente za mjerenje usamljenosti, također našli spolne razlike u ovome smislu obično ističu kako su te razlike možda posljedica činjenice da su žene introspektivnije i da lakše verbaliziraju o svojim osjećajima. Muškarci pak nisu skloni iznošenju svojih osjećaja, odnosno oni teže priznaju da su usamljeni. Budući da se u ovom upitniku izrijeком govori o usamljenosti, moglo bi se pretpostaviti da muškarci u ovom uzorku zbog toga imaju niži nivo usamljenosti od žena.

No, kad bi ta pretpostavka koju smo spomenuli u uvodu bila točna, onda bi muški ispitanici odbili označiti tvrdnje kojima se priznaje usamljenost. Kako su 223 muškarca valjano popunili upitnik, ne bi se moglo kazati da oni teže priznaju svoju usamljenost. Čini nam se da bi veća usamljenost žena mogla biti posljedica njihovih većih “investiranja” u interpersonalne odnose i većih očekivanja od tih odnosa pa onda možda i veće diskrepancije između željenog i ostvarenog.

Podaci o novoj višedimenzionalnoj mjeri iskustva usamljenosti dobiveni u ovome radu temelje se na drukčijem pristupu od Weissova (koji mjeri emocionalnu i socijalnu usamljenost) ili od Schmidta i Sermata (1983) čija skala diferencijalne usamljenosti mjeri nezadovoljstvo socijalnim odnosima u obitelji, široj okolini, prijateljstvu i romantično/seksualnim vezama. Iako i te mjere daju mogućnost identificiranja varijacija u različitim tipovima usamljenosti, ipak se čini da veća teorijska jasnoća i cjelovitost što leže u temeljima upitnika A. Rokach opravdava daljnje napore na usavršavanju ove nove mjere, te daljnje krosvalidacijske provjere njene strukture, kako bi se što pouzdanije mjerile identificirane dimenzije iskustva usamljenosti.

Literatura

- BOWLBY, J. (1981). *Attachment and loss, Vol.3 Loss, Sadness and depression*, Penguin Books, Harmondsworth, England.
- BREHM, S.S. (1995). *Intimate Relationships*, London, McGraw-Hill, Inc.
- JONES, W.H., CARPENTER, B.N. and QUINTANA, D. (1985). Personality and interpersonal predictors of loneliness in two cultures, *Journal of Personality and Social Psychology*,
- JULHA, M. and JOKELA, J. (1990). Individual Experience as Cultural Cross- Cultural Study on Loneliness Among the Elderly, *Ageing and Society*, 10, 295-315.
- KOENIG, J.L., ISAACS, M.A. and SCHWARTZ, J.A.J. (1994). Sex Differences in Adolescent Depression and Loneliness: Why Are Boys Lonelier if Girls Are More Depressed?, *Journal of Research in Personality*, 28, 27-43.
- LACKOVIĆ-GRGIN, K., PENEZIĆ, Z. i SORIĆ, I. (1998). Usamljenost i samoća studenata: Uloga afilijativne motivacije i nekih osobnih značajki, *Društvena istraživanja*, 36-37 (4-5), 543-558.
- LACKOVIĆ-GRGIN, K. i SORIĆ, I. (1995). Samopoštovanje i usamljenost studenata na početku studija, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru, Razdio FPSP*, 33(10). 25-33.
- LACKOVIĆ-GRGIN, K. i PADELIN, P. (1995). Psihološko funkcioniranje starijih osoba smještenih u različitim uvjetima, *Radovi Filozofskoga fakulteta u Zadru, Razdio FPSP*, 33 (10), 69-80.
- MAHON, N.E. (1994). Loneliness and sleep during adolescence, *Perceptual and Motor Skills*, 78, 227-231.
- MARCOEN, A. and BRUMEGNE, M. (1985). Loneliness among children and young adolescents, *Developmental Psychology*, 21, 1025-1031.
- McWHIRTER, B.T. (1990). Loneliness: A Review of current literature with implications for counseling and research, *Journal of Counseling and Development*, 68, 417-422.
- MIJUSKOVIC, B.L. (1985). Loneliness, San Diego, Libra Publishers, Inc.
- MOUSTAKAS, C.E. (1972). *Loneliness and love*, Englewood Cliffs, NJ; Prentice Hall.
- MYERS, D.G. (1996). *Social Psychology*, McGraw-Hill, New York.
- NURMI, J.E. and SALMELA-ARO, K. (1997). Social Strategies and Loneliness: A prospective study, *Personality and Individual Differences*, 23, 2, 205-215.
- PEPLAU, L.A. and PERLMAN, D. (Eds.) (1982). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy, Wiley-Interscience, New York.
- ROKACH, A. (1988). The experience of loneliness: A 3-level model, *Journal of Psychology*, 122, 531-544.
- ROKACH, A. (1989). Antecedents of Loneliness: A Factorial Analysis, *The Journal of Psychology*, 120, 4, 369-384.

- ROKACH, A. & BROCK, H. (1995). The effects of gender, marital status and the chronicity and immediacy of loneliness, *Journal of Social Behavior and Personality*, 10, 4, 833-848.
- ROKACH, A. & BROCK, H. (1997). Loneliness: A Multidimensional Experience, *Psychology-A Journal of Human Behaviour*, 34, 1, 1-9.
- ROKACH, A. and BROCK, H. (1998). Coping with loneliness, *The Journal of Psychology*, 132, 1, 107-127.
- RUBINSTEIN, C. and SHAVER, P. (1982). In search of intimacy, New York,
- RUSSELL, D., PEPLAU, L.A. and CUTRONA, C.E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence, *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- SCHMIDT, N. and SERMAT, W. (1983). Measuring loneliness in different relationships, *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1038-1047.
- SCHMITT, J.P. & KURDEK, L.A. (1985). Age and gender differences in and personality correlates of loneliness in different relationships, *Journal of Personality Assessment*, 49, 5, 485-496.
- SCHULTZ, N.R. and MOORE, D.V. (1988). Loneliness: Differences across three age levels, *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 275-284.
- STORR, A. (1988). Solitude, Harper Collins Publishers, London.
- SULLIVAN, H.S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*, Norton, New York.
- VINCENZI, H. and GRABOSKY, F. (1987). Measuring the emotional/social aspects of loneliness and isolation, *Journal of Social Behavior and Personality*, 2, 257-270.
- WEISS, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social alienation*, MIT Press, Cambridge, MA.
- WENGER, G.C., DAVIES, R., SHAHTAHMASEBI, S. & SCOTT, A. (1996). Social Isolation and Loneliness in Old Age: Review and Model Refinement, *Ageing and Society*, 16, 333-358.

Katica Lacković-Grgin, Zvezdan Penezić, Izabela Sorić:
 STRUCTURE OF LONELINESS EXPERIENCE ASSESSED
 BY A. ROKACH'S QUESTIONNAIRE
 Developmental Perspective

S u m m a r y

An investigation was carried out on 484 subjects aged 16-90 years. The sample consisted of 261 women and 223 men. The aim of the investigation was to examine the structure of loneliness experience, as well as age and gender differences. A. Rokach's questionnaire "Experience of Loneliness" was used.

That part of the questionnaire (68 items) which assesses the negative aspects of loneliness was analysed with principal factor analysis. Five factors were extracted which were named as: Emotional Distress, Interpersonal Isolation, Exclusion, Social Inadequacy and Physical Manifestations. Higher order factor analysis extracted just one factor - Experience of Loneliness. The theoretical expectation that the Experience of loneliness includes emotional, social, behavioural, cognitive and physical dimensions was confirmed.

There were no age differences in Emotional Distress. Younger subjects (19 to 24 years old) have higher results on Interpersonal Isolation, Exclusion and Social Inadequacy, while older subjects (65 to 90 years old) have higher results on the factor of Physical Manifestations.

Gender differences are present in all five factors indicating that women are more lonely.

The results are interpreted in relation to developmental theories (Erikson, Levinson). It is indicated that the results could be potentially used especially in clinical work with younger subjects.

KEY WORDS: components of loneliness, age differences, gender differences