

NEKI FENOMENOLOŠKI ASPEKTI USAMLJENOSTI ADOLESCENATA

Franka Ružić,

Osnovna škola "Antun Nemčić Gostovinski",
Koprivnica

Dejana Bouillet,

Institut za društvena istraživanja,
Zagreb

SAŽETAK:

Ovaj je rad usmjeren razmatranju nekih fenomenoloških osobitosti usamljenosti adolescenata, uz polaznu tezu prema kojoj se usamljenost tretira kao univerzalna pojava koja se pod određenim uvjetima javlja kao mogući pokazatelj neželjenog smjera psihosocijalnog razvoja djece i mladih. U radu su predstavljeni rezultati istraživanja koje je provedeno na uzorku od 221 ispitanika, polaznika srednjih škola u Koprivnici. Istraživanjem su provjeravane hipoteze kojima je pretpostavljeno da najčešći čimbenici usamljenosti adolescenata proizlaze iz prolaznih i situacijskih okolnosti, da većina adolescenata koristi konstruktivne strategije suočavanja s usamljenošću te da su strategije suočavanja s usamljenošću povezane s učestalosti doživljavanja usamljenosti. Rezultati su potvrdili da, iako je usamljenost univerzalni osjećaj, postoje odrednice usamljenosti koje upućuju na potrebu ranih socijalnopedagoških intervencija. To su ponajviše odrednice koje se odnose na načine suočavanja s usamljenošću (konzumiranje droga ili alkohola, prepuštanje depresiji), na učestalost doživljavanja usamljenosti (2-3 puta tjedno i češće) te na usamljenost koja je posljedica nedovoljno razvijenih socijalnih kompetencija adolescenata.

Cljučne riječi: usamljenost, adolescenti, suočavanje s usamljenošću

1. UVOD

Posljednjih godina brojni su se autori bavili proučavanjem usamljenosti i sličnih konstrukata, što je, među ostalim, urodilo različitim pristupima u definiranju tog pojma (Dunn, Dunn, Bayaduza, 2007; Klarin, 2003; Penezić, Lacković-Grgin, Sorić, 2000 i dr.). Postojeće definicije usamljenosti Klarin (2003) grupira u tri skupine. Prva skupina definicija usamljenosti pristupa kao rezultatu deficita u socijalnim odnosima, druga skupina definicija usamljenost razumije kao o subjektivno iskustvo koje je povremeno svojstveno većini osoba, dok posljednja skupina definicija usamljenost određuje kao bolno i neugodno iskustvo. Asher i Paquette (2003, prema Dunn, Dunn i Bayaduza, 2007) usamljenost definiraju kao kognitivnu svijest o nedostatku u osobnom socijalnom i intimnom životu, što je praćeno tugom, osjećajem praznine i čežnje, a Klarin (2003) kao subjektivno, neugodno emocionalno stanje koje proizlazi iz nezadovoljenih potreba za intimnošću, pripadanjem i ljubavi. Peplau i Perlman (1982,

prema Nilsson, Lindström, Nåden, 2006) usamljenost razumiju kao subjektivno i stresno negativno iskustvo koje se ogleda u socijalnim odnosima neke osobe na način da osoba odustaje od međuljudskih odnosa temeljem psihološke potrebe za sigurnošću. U literaturi se također često nailazi na definiciju usamljenosti kao subjektivnog nezadovoljstva interpersonalnim odnosima koje je nastalo ili uslijed promjena trenutnih socijalnih odnosa ili uslijed promjena u željama i potrebama za socijalnim odnosima (Penezić, Lacković-Grgin, Sorić, 2000). Sociološki orijentirani autori naglašavaju da je usamljenost popratna pojava modernih i postmodernih društava, određujući je kao disfunkcionalnu posljedicu tehnološkog napretka, slabljenja tradicionalnih obiteljskih veza i drugih čimbenika postmodernizma (Nilsson, Lindström, Nåden, 2006).

Treba, međutim, znati da osobe mogu biti same, a da pritom nemaju osjećaj usamljenosti. Samoća je pojava prekomjerne izoliranosti osobe od društva koju osoba sama odabire, dok je usamljenost

posljedica socijalne izoliranosti koja je osobi nametnuta i kojoj se ona, u biti, ne uspijeva prilagoditi, pa njezina potreba za društvom i druženjem ostaje nezadovoljena (Bouillet, Uzelac, 2007). Samoća se uobičajeno opisuje kao razvojno značajno iskustvo u procesu samospoznavanja, a uz usamljenost se vezuju negativne konotacije (Bogaerts, Vanheule, Desmet, 2006). Moguće je razlikovati socijalnu i emocionalnu usamljenost. Emocionalna usamljenost nastaje kao posljedica nedostatka intimne, romantične veze, odnosno nezadovoljene potrebe za emocionalnom bliskošću i intimnošću u odnosu s drugima, a praćena je anksioznošću, nemirom i osjećajem praznine. Socijalna usamljenost nastaje kao rezultat nedostatka smislenog prijateljstva i zajedništva, te percepcijom vlastite socijalne neintegriranosti odnosno nedovoljne socijalne uključenosti u različite socijalne mreže, a praćena je dosadom i osjećajem socijalne marginalnosti (Penezić, Lacković-Grgin i Sorić, 2000). Bogaerts, Vanheule i Desmet (2006) navode da je socijalna usamljenost povezana s brojem bliskih prijatelja, a emocionalna s kvalitetom odnosa s bliskim prijateljima. Drugim riječima, socijalna se usamljenost odnosi na razvijenost mreže socijalnih odnosa, dok se emocionalna usamljenost odnosi na osjećaj socijalne izoliranosti.

Mnogi se slažu kako usamljenost predstavlja univerzalno ljudsko iskustvo koje, u većoj ili manjoj mjeri, dožive svi ljudi u nekom životnom razdoblju. Postavlja se, međutim, pitanje u kojim će slučajevima usamljenost poprimiti obilježja trajnijeg psihosocijalnog stanja, a kada će biti samo prolazna faza u životu neke osobe. U tom je smislu utvrđeno nekoliko psihosocijalnih obilježja koje koreliraju s usamljenošću. Najčešće se usamljene osobe opisuju kao: introvertirane, sramežljive, niskog samopoštovanja, nezadovoljne sa životom, nesretne, socijalno anksiozne, depresivne, perfekcionistačke, pesimistične, socijalno nevjeste u uspostavljanju i održavanju socijalnih odnosa, češće su neprijateljski raspoložene prema drugima i češće izražavaju ljutnju, zatvorene su, samofokusirane i smanjenih mogućnosti suradnje s drugim ljudima (Klarin, 2002). Smatra se kako upravo komunikacijske posebnosti omogućuju čovjeku da oblikuje interakciju i da doživi uspjeh u intimnim vezama, dok nedostaci na tom području dovode do nesnalaženja u društvenom svijetu i do učestalih „meduljudskih katastrofa“ (Goleman, 1997). Kao jednu od ključnih komunikacijskih sposobnosti autor navodi sposobnost izražavanja vlastitih osjećaja. Istraživanja također podupiru tezu o postojanju brojnih psihosocijalnih i emocionalnih problema koji su

povezani s usamljenošću u djetinjstvu i adolescenciji, pri čemu se osobito ističe anksioznost, depresivnost i konzumiranje sredstava ovisnosti (Dunn, Dunn, Bayduza, 2007). Ako osjećaj usamljenosti potraje, znatno raste rizik od napuštanja škole, depresije i alkoholizma u kasnoj adolescentnoj i odrasloj dobi. Jasno je, dakle, da usamljenost adolescenata može biti značajan prediktor problema u psihosocijalnom funkcioniranju neke osobe. Na tu se konstataciju nadovezuje potreba analize načina na koji se osobe s usamljenošću suočavaju. Očito je kako neke osobe razvijaju pozitivne i konstruktivne strategije suočavanja, dok su drugi skloniji destruktivnim strategijama (korištenje alkohola, droga, pokušaji suicida i dr.). S obzirom na to kako je iskustvo usamljenosti individualno, a svatko od nas jedinstven, pretpostavlja se kako su i strategije suočavanja s usamljenošću vrlo raznolike. U tom su pogledu Sorić, Lacković-Grgin i Penezić (2001) utvrdili kako postoji šest osnovnih skupina suočavanja s usamljenošću: prihvaćanje i refleksija, religija i vjera, mreža socijalne podrške, povećana aktivnost, samorazvoj i razumijevanje te distanciranje i poricanje. Pokazalo se kako je korištenje različitih načina suočavanja s usamljenošću determinirano različitim činiteljima i iskustvima usamljenosti.

Naše je mišljenje kako je sa socijalnopedagoškog aspekta važno utvrditi koji su činitelji uspješnog, odnosno neuspješnog načina suočavanja s usamljenošću, osobito stoga što je spoznavanje strategija suočavanja s usamljenošću jedan od načina spoznavanja smjernica socijalnopedagoškog djelovanja u cilju smanjivanja rizika za dugoročnim neželjenim posljedicama usamljenosti.

2. CILJ I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Ovaj je rad usmjeren razmatranju nekih fenomenoloških osobitosti usamljenosti adolescenata, budući kako se s jedne strane radi o univerzalnoj pojavi, a s druge se strane usamljenost javlja kao mogući pokazatelj neželjenog smjera psihosocijalnog razvoja djece i mladih. U tom se smislu cilj istraživanja čiji se rezultati prikazuju u ovom radu odnosi na analizu fenomenoloških obilježja usamljenosti adolescenata, s posebnim osvrtom na detektiranje obilježja usamljenosti koja upućuju na potrebu ranih socijalnopedagoških intervencija. Pitamo se, dakle, bi li usamljenost, kao univerzalni osjećaj kojeg smo svi barem jednom u životu osjetili, trebao biti predmet interesa socijalnih pedagoga i koja bi obilježja usamljenosti upućivala na tu potrebu. Socijalnopedagoške intervencije definirali smo kao oblike i izraze skrbi (brige) o dobiti pojedini

naca, društvenih grupa i zajednice u cjelini, koji se, u sklopu spektra psihosocijalnih intervencija, ističu svojom usmjerenošću na odgoj i ekološko okruženje pojedinaca i grupa (Uzelac, Bouillet, 2007).

Budući da je u istraživanjima hrvatskih socijalnih pedagoga usamljenost zastupljena razmjerno rijetko, još je mnogo neistraženih aspekata te pojave. U našoj smo se analizi zadržali na fenomenološkim aspektima usamljenosti, odnosno na razmatranju:

1. strukture i učestalosti stavova adolescenata o čimbenicima usamljenosti
2. zastupljenosti pojedinih čimbenika usamljenosti adolescenata
3. načina suočavanja s usamljenošću te
4. ovisnosti načina suočavanja s usamljenošću o učestalosti usamljenosti.

Istraživanjem provjeravamo dvije hipoteze. Prvom smo hipotezom pretpostavili kako najčešći čimbenici usamljenosti adolescenata proizlaze iz prolaznih i situacijskih okolnosti te kako većina adolescenata koristi konstruktivne strategije suočavanja s usamljenošću. Drugom smo hipotezom pretpostavili kako su strategije suočavanja s usamljenošću povezane s učestalosti doživljavanja usamljenosti. Pretpostavljene pravilnosti posredno upućuju na mogućnost kako adolescenti čija se usamljenost vezuje uz trajnija psihosocijalna obilježja i koji biraju nekonstruktivne strategije suočavanja s usamljenošću indiciraju potrebu za ranim socijalnopedagoškim intervencijama.

3. METODOLOŠKA OBJAŠNJENJA

Ovo je istraživanje provedeno u svrhu obrane diplomskog rada na Edukacijsko-rehabilitacijskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu (Ružić, 2007). Uzorak istraživanja čini 221 ispitanika, polaznika Gimnazije „Fran Galović“ i Obrtničke škole (39,8% ženskog i 61,2% muškog spola). Prvi razred pohađa 23,7%, drugi 29,3%, treći 24,2%, a četvrti 22,7% ispitanika. Radi se o prigodnom uzorku koji se odnosi na srednjoškolsku populaciju grada Koprivnice.

Ispitanici su popunjavali posebno konstruirani Upitnik o usamljenosti adolescenata (Ružić, 2007). Uz opće podatke o ispitanicima (spol, dob, škola, razred, struktura obitelji) upitnik sadrži pitanja o učestalosti usamljenosti, stavovima o najčešćim razlozima usamljenosti, procjeni razloga vlastite usamljenosti, strategijama suočavanja s usamljenošću i nekim intervencijskim aspektima. U ovom radu korišten je samo dio prikupljenih

podataka, odnosno podaci o stavovima ispitanika o usamljenosti, o učestalosti doživljavanja usamljenosti i o strategijama suočavanja s usamljenošću. Stavovi o usamljenosti ispitani su putem seta pitanja koji sadrži 32 varijable (tablica 2), a strategije suočavanja s usamljenosti putem sedam varijabli (tablica 3). U oba se slučaja radi o dihotomnim varijablama, što znači da su ispitanici prosuđivali jesu li ponudene tvrdnje točne ili netočne. Učestalost usamljenosti ispitana je putem jedne kontinuirane varijable s pet kategorija (nikada - jednom mjesečno - nekoliko puta u mjesecu - dva do tri puta tjedno - stalno, gotovo svakodnevno).

Podaci su prikupljeni tijekom ožujka 2005. godine. Budući da je prije primjene upitnika provedena motivacija ispitanika na sudjelovanje u istraživanju, ispitanici su istraživanju pristupili ozbiljno i motivirano. Istraživanje je provedeno u skladu s etičkim kodeksom istraživanja koja uključuju djecu, što znači kako su ispitanici samostalno odlučivali žele li sudjelovati u istraživanju, kako je ispitivanje bilo anonimno, kako su ispitanici bili upoznati sa svrhom istraživanja i kako su im naknadno prezentirani njegovi rezultati.

Prikupljeni podaci obrađeni su na univarijatnoj (frekvencije) i bivarijatnoj (hi^2 test) razini. Stavovi adolescenata o mogućim razlozima (čimbenicima) usamljenosti su faktorizirani, pri čemu je korištena metoda glavnih komponenata uz varimax rotaciju.

4. REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Kako bismo stekli uvid u načine na koji adolescenti doživljavaju usamljenost, ponudili smo im 32 tvrdnje (tablica 2), a oni su procjenjivali točnost svake tvrdnje (točno/netočno). Te smo čestice fak-

Tablica 1: Svojevrsne vrijednosti objašnjene varijance faktora prvog i drugog reda, nakon varimax rotacije

Faktor	Ukupno	% zajedničke varijance	Kumulativni %
1. FAKTORI PRVOG REDA			
1.	2,130	6,657	6,657
2.	2,029	6,340	12,997
3.	1,834	5,730	18,728
4.	1,834	5,730	24,458
5.	1,772	5,539	29,996
6.	1,668	5,211	35,208
7.	1,568	4,899	40,107
8.	1,475	4,608	44,715
9.	1,466	4,582	49,296
10.	1,427	4,460	53,756
11.	1,305	4,078	57,834

Tablica 2: *Struktura faktora Upitnika o stavovima adolescenata o čimbenicima usamljenosti (rotirani koeficijenti, Coe i matrica strukture, Str) i udio ispitanika koji se slaže s ponuđenim stavovima (%):*

	Coe	Str	%
1. FAKTOR DRUGOG REDA: FAKTOR SOCIJALNE INHIBIRANOSTI			
5. FAKTOR PRVOG REDA (,679)			
Posvađao-la se sa prijateljem.	,743	-,483	58,3
Roditelji mu/joj brane izlaske.	,447	-,362	48,3
Bivši prijatelj-ica ga/ju je izdao-la pa se više ne želi za nikog vezati.	,615	,352	54,0
10. FAKTOR PRVOG REDA (,661)			
Nije u mogućnosti oblačiti se moderno kao drugi zbog financijske situacije (npr. ne nosi marke).	-,478	,453	21,8
Ljudi ju-ga niti ne primjećuju.	,625	,444	67,3
2. FAKTOR DRUGOG REDA: FAKTOR SOCIJALNE KOMPETICIJE			
1. FAKTOR PRVOG REDA (,480)			
Nije zabavan-na i zanimljiv-a kao drugi.	,511	,322	37,4
Nije dobar-a u sportu (ili nekoj drugoj aktivnosti), pa zato nije prihvaćen-a u društvu.	,510	,429	16,6
Roditelji mu/joj ne daju dovoljno novaca za izlazak.	,427	,535	18,0
Sluša drugačiju muziku i drugačije se oblači od ostalih.	,683	,541	0,5
Ima slabe ocjene i teže shvaća gradivo od ostalih.	,546	,480	27,5
Njegovi/njezini prijatelji idu u drugu školu.	,560	,380	40,3
2. FAKTOR PRVOG REDA (,617)			
Ne dobiva podršku i pomoć od roditelja i prijatelja.	,490	,464	74,4
Nikog nije briga za nju/njega i što će se s njim/njom dogoditi.	,574	,389	56,4
Vrlo zatvorena obitelj, niti roditelji nemaju prijatelje, žive daleko izvan grada, nitko zapravo ne zna što se događa u toj kući.	,780	,348	1,9
Svi iz razreda ga/ju zežaju i ismijavaju se, pa se osjeća zapostavljeno.	,388	,487	73,9
Ima jako stroge roditelje, mora imati sve petice i vrlo uredne bilježnice, doma samo uči pa nema vremena imati prijatelje.	,583	,559	58,3
11. FAKTOR PRVOG REDA (-,569)			
Nov-a je u školi/razredu i nikoga ne pozna.	-,419	-,473	74,9
Nema potrebu za druženjem - kompjuter, playstation i televizija su mi dovoljni.	,746	,459	43,1
3. FAKTOR DRUGOG REDA: FAKTOR KVALITETE SOCIJALNIH INTERAKCIJA			
6. FAKTOR PRVOG REDA (,685)			
Ne zna što bi pričao-la kada je sa drugima u društvu.	,714	,444	65,6
Ne može se opustiti u novom i nepoznatom društvu .	,654	,443	72,0
7. FAKTOR PRVOG REDA (,693)			
Nema vremena za druženja zbog drugih izvanškolskih obaveza.	,620	,321	34,6
Nije prihvaćen-a u društvu zbog glasina (trača).	,537	,339	36,0
4. FAKTOR DRUGOG REDA: FAKTOR SOCIJALNE DEPRIVIRANOSTI			
3. FAKTOR PRVOG REDA (,738)			
Nema ništa zajedničko sa ljudima koji ga/ju okružuju.	,498	,305	47,9
Možda je tužan i usamljen jer nema roditelje (posvojen je, živi u domu,...).	,705	,510	73,9
Izgubio-la je dragu osobu (smrtni slučaj), pa je teško ponovno uspostaviti nove veze.	,788	,588	0,5
5. FAKTOR DRUGOG REDA: FAKTOR SOCIJALNE KOMPETENCIJE			
8. FAKTOR PRVOG REDA (,718)			
Sram ju/ga je i strah da ne ispadne glup-a i dosadan-a.	,649	,421	62,6
Doživio-la je neki oblik neuspjeha.	,623	,376	52,6
Ne može si naći curu/dečka.	-,439	-,364	36,0

9. FAKTOR PRVOG REDA (,662)			
Roditelji mu/voj brane da doma dovodi prijatelje.	,735	,469	43,1
6. FAKTOR DRUGOG REDA: FAKTOR SOCIJALNIH PREDRASUDA			
4. FAKTOR PRVOG REDA (,923)			
Svi misle da je štreber-ica pa se ne žele družiti s njim/njom.	,565	,525	35,5
Debeli-la je i ružan-a, naravno da se nitko ne želi družiti s njom/njim.	,723	,501	31,8
Ima neki oblik invalidnosti pa mu/voj se boje prići.	,643	,450	39,8

torizirali metodom glavnih komponenata uz varimax rotaciju. Faktorskom analizom izolirano je 11 faktora koji su faktorizacijom drugog reda formirali šest faktora. Oni objašnjavaju 60% zajedničke varijance. Budući da je primijenjena varimax rotacija, izolirani faktori međusobno nisu u korelaciji. U tablici 1. prikazane su svojstvene vrijednosti objašnjene varijance za faktore prvog reda.

U tablici 2 prikazani su rotirani koeficijenti strukture i matrice sklopa faktora prvog i drugog reda, pri čemu se uz faktore prvog reda nalaze vrijednosti u kojima pojedini faktori prvog reda sudjeluju u varijanci faktora drugog reda, a uz same čestice nalaze se vrijednosti u kojima one sudjeluju u formiranju faktora prvog reda. U tablici je prikazan i relativan udio (%) ispitanika koji se slažu s ponuđenim tvrdnjama o čimbenicima usamljenosti adolescenata.

Faktore izolirane faktorskom analizom drugog reda nazvali smo: *faktor socijalne inhibiranosti* (jer se najvećim dijelom radi o usamljenosti koja je uvjetovana oslabljenim mogućnostima druženja), *faktor socijalne kompeticije* (jer ga najvećim dijelom strukturiraju čestice koje ukazuju na postojanje različitosti usamljene osobe i vršnjaka, što upućuje na oslabljenu mogućnost natjecanja s vršnjacima), *faktor kvalitete socijalnih interakcija* (jer je pretežno strukturiran česticama koje opisuju oslabljene komunikacijske vještine, specifičan oblik socijalnog vršnjačkog nasilja i oskudno druženje s vršnjacima), *faktor socijalne depriviranosti* (jer se najvećim dijelom odnosi na lišenost u pogledu obitelji, bliskih prijatelja i dragih osoba), *faktor socijalne kompetencije* (jer upućuje na oskudne odnose s vršnjacima uslijed slabih socijalnih kompetencija i drugih mogućnosti) te *faktor socijalnih predrasuda* (jer upućuje na usamljenost kao posljedicu stereotipija o određenim društvenim skupinama).

Uvidom u podatke o udjelu ispitanika koji se slažu s ponuđenim tvrdnjama, uočavamo kako više od dvije trećine ispitanika smatra kako su adolescenti usamljeni jer su novi u školi/razredu pa nikoga ne poznaju, jer ne dobivaju podršku i pomoć od roditelja i prijatelja, jer nemaju roditelje, jer ih ostali

ismijavaju i jer se ne mogu opustiti u novom društvu. Radi se o česticama koje su strukturirale faktor socijalne kompeticije, faktor kvalitete socijalnih interakcija i faktor socijalne depriviranosti. Više od polovice ispitanika smatra kako su adolescenti usamljeni zato jer ih ljudi ne primjećuju, ne znaju što bi pričali u društvu, srame se, posvađani su s prijateljem, imaju stroge roditelje, za njih nitko ne mari ili s prijateljima imaju loša iskustva. Ovdje se već ranije spominjanim faktorima pridružuju faktor socijalne inhibiranosti i socijalne kompetencije. Stoga posredno zaključujemo kako naši ispitanici dijele stajalište o usamljenosti koja je uvjetovana različitim čimbenicima. Zanimljivo je spomenuti da najmanje ispitanika procjenjuje kako su adolescenti usamljeni zbog različitosti (manjka novaca, drugačije muzike, zatvorenosti obitelji, loših postignuća i sl.), što bi mogao biti posredni pokazatelj njihove spremnosti da u društvo prihvate i vršnjake navedenih obilježja ili orijentiranosti na davanje socijalno poželjnih odgovora.

U nastavku slijede informacije o načinima na koje ispitanici procjenjuju vlastito iskustvo usamljenosti. S time u vezi, recimo da je 32,23% ispitanika procijenilo kako je usamljeno nekoliko puta mjesečno, a čak 39,34% 2-3 puta tjedno. Tek 1,90% ispitanika smatra da nikada nije usamljeno, a 7,11% usamljeno je svaki dan. Ostali (19,43%) su procijenili kako su usamljeni jednom mjesečno. Prema tome, nameće se zaključak kako je usamljenost sastavni dio života i odrastanja svih adolescenata.

Najveći dio ispitanika (33,52%) usamljeno je kod kuće, kada su roditelji na poslu. Slijede ispitanici koji su usamljeni tijekom školskih praznika (23,86%), te ispitanici koji su usamljeni u školi (18,75%) i za vrijeme vikenda (17,05%). Najmanje ispitanika usamljeno je za vrijeme druženja s vršnjacima (2,84%) i u školi, za vrijeme odmora (3,98%). Rezultat prema kojem je većina ispitanika usamljena u slobodno vrijeme (praznici, vikend), svakako otvara pitanje kvalitete provođenja slobodnog vremena adolescenata jer je opravdano očekivati kako je to vrijeme kojeg adolescenti kreiraju u skladu s vlastitim interesima, željama i potrebama, kako ga provode baveći

se aktivnostima u društvu vršnjaka, zabavljajući se i sl. Također bismo očekivali da su praznici i blagdani vrijeme u kojem se mogu družiti s roditeljima, rodbinom, obiteljskim prijateljima, pa se pitamo kakva je kvaliteta slobodnog vremena 40% naših ispitanika. Udio ispitanika koji su usamljeni u školi, za vrijeme odmora, znatno se poklapa s udjelom mladih koji su žrtve vršnjačkog socijalnog nasilja koji je utvrđen brojnim istraživanjima (Kos Grabar, 2007; Bouillet, Uzelac, Kapac, 2005 i dr.).

U tablici 1 prikazana je distribucija ispitanika prema procjeni čimbenika zbog kojih su oni osobno najčešće usamljeni. Ispitanici su, naime, iz naprijed navedenih stavova o usamljenosti izabrali pet zbog kojih su osobno najčešće usamljeni. U tablici 1 prikazano je prvih 8 čimbenika koje ispitanike dovode do usamljenosti jer su ostali prisutni u manje od 3% slučajeva.

Pokazalo se da se ispitanici međusobno znatno razlikuju prema razlozima za koje smatraju da ih dovode do usamljenosti, ali i da postoji skupina ispitanika čija usamljenost može ukazivati na potrebu socijalnopedagoškog rada usmjerenog na jačanje socijalnih kompetencija adolescenata. Takvu bi potrebu mogli imati ispitanici koji su kao prvi (najčešći) razlog vlastite usamljenosti naveli okolnosti koje su grupirane u *faktor kvalitete socijalnih interakcija* i *faktor socijalne kompetencije* kojih je, prema rezultatima našeg istraživanja nešto manje od 5%.

U kojoj će mjeri usamljenost biti činitelj rizika u razvoju poremećaja u ponašanju znatno ovisi i o tome što adolescenti rade kada osjećaju usamljenost, odnosno, kako se suočavaju s tim osjećajem. U nastojanju boljeg razumijevanja ovog aspekta usamljenosti, našim smo ispitanicima ponudili nekoliko mogućnosti i zamolili ih da označe odnosi li se određeno ponašanje na njih osobno. Rezultati su prikazani u tablici 3.

Iz podataka prikazanih u tablici 3 vidljivo je da većina adolescenata koristi tzv. „zdrave“ načine suočavanja s usamljenošću i to vrijeme nastoji iskoristiti za neke korisne i produktivne aktivnosti. To znači kako više od dvije trećine adolescenata koristi strategiju prihvaćanja i refleksije. Ostajući kod kuće, bave se raznim aktivnostima pri čemu provode vrijeme „sami sa sobom“. Time osoba pokušava bolje shvatiti vlastite strahove, želje i potrebe što se u literaturi navodi kao najbolji način suočavanja sa usamljenošću jer osoba preusmjerava svoje unutarnje resurse k većem razumijevanju samog sebe te na taj način prevladava osjećaj usam-

Tablica 3: Distribucija odgovora ispitanika na skali mogućih ponašanja tijekom usamljenosti (apsolutne i relativne frekvencije ispitanika koji se slažu s ponudenom tvrdnjom)

VARIJABLA	N	%
Slušam muziku, čitam knjigu, učim, crtam.	149	70,6
Idem se ispucati nekim sportom.	115	54,5
Više vremena provodim sa obitelji (razgovaram sa roditeljima ili braćom).	79	37,4
Pokušavam se uključiti u aktivnosti kako bi se upoznao-la s novim ljudima (npr. razni klubovi, teretana, areobic, zbor...)	79	37,4
Družim se s vršnjacima iako mi je to dosadno.	69	32,7
Ostajem kod kuće i "bediram" se, depresivan-a sam.	62	29,4
Koristim droge /alkohol kako bi se lakše uklopio u društvu i bio prihvaćen.	34	16,1

ljenosti. Nešto manje ispitanika koristi strategiju povećane aktivnosti koja se odnosi na intenziviranje svakodnevnih aktivnosti i uključivanje u nove, što povećava osjećaj osobne kontrole i omogućuje nadvladavanje tuge i depresije kojom usamljenost može biti popraćena. Jedna trećina ispitanika koristi strategiju mreže socijalne podrške koju također ubrajamo u pozitivne načine suočavanja s usamljenošću. Ipak, oko trećine ispitanika tijekom usamljenosti odabire ponašanja koja su s aspekta razvoja poremećaja u ponašanju značajan činitelj rizika. Sa socijalnopedagoškog aspekta važno je obratiti pozornost na one adolescente koji izabiru strategiju distanciranja i poricanja (kao, na primjer, konzumiranje legalnih i ilegalnih droga, depresiranje i dr.). To je nekonstruktivan način suočavanja s vlastitim problemima koji pokazuje kako osoba nije spremna prepoznati ili priznati svoju usamljenost, pa iskazuje niz destruktivnih i devijantnih oblika ponašanja.

Da bismo provjerili hipotezu kojom smo pretpostavili kako su strategije suočavanja s usamljenošću povezane s učestalosti doživljavanja usamljenosti, proveli smo hi-kvadrat kojim smo usporedili strategije suočavanja s usamljenošću tri skupine ispitanika (onih koji smatraju da su usamljeni rijetko, onih koji smatraju da su usamljeni ponekad i onih koji smatraju da su usamljeni često). U skupini rijetko usamljenih svrstani su ispitanici koji su naveli kako nikada nisu usamljeni ili kako su usamljeni jednom mjesečno ($n = 109$), u skupinu ispitanika koji su usamljeni ponekad svrstani su oni koji su naveli da su usamljeni nekoliko puta u mjesecu ($n = 83$), a u skupinu često usamljenih ispitanika oni koji su

usamljeni 2-3 puta tjedno i češće ($n = 15$). Pokazalo se kako prema kriteriju učestalosti doživljaja usamljenosti statistički značajne razlike postoje među ispitanicima kada se radi o tri strategije suočavanja s usamljenošću. To su „bediranje“, bavljenje sportom i korištenje sredstava ovisnosti (tablica 4).

Tablica 4: *Relativne frekvencije, vrijednosti HI2 testa i statistička značajnost razlika u suočavanju s usamljenošću s obzirom na učestalost doživljaja usamljenosti*

NAČIN SUOČAVANJA S USAMLJENOŠĆU	Da	Ne
Ostajanje kod kuće, bediranje ($HI^2 = 10,296$, $p = 0,006$)		
Rijetko usamljeni	21,0%	79,0%
Ponekad usamljeni	35,5%	59,7%
Često usamljeni	46,7%	53,3%
Bavljenje sportom ($HI^2 = 8,640$, $p = 0,013$)		
Rijetko usamljeni	59,0%	41,0%
Ponekad usamljeni	59,3%	40,7%
Često usamljeni	20,0%	80,0%
Konzumiranje sredstava ovisnosti ($HI^2 = 6,578$, $p = 0,037$)		
Rijetko usamljeni	14,3%	85,7%
Ponekad usamljeni	14,8%	85,2%
Često usamljeni	40,0%	60,0%
Ukupno:	30,8%	69,2%

Kao što je i očekivano, podaci prikazani u tablici 4 pokazuju kako ispitanici koji su češće usamljeni, statistički značajno više participiraju među ispitanicima koji se s usamljenošću suočavaju na način da ostaju kod kuće i bivaju potišteni ili konzumiraju sredstva ovisnosti dok ispitanike koji su usamljeni rjeđe, statistički značajno češće nalazimo među onima koji se s usamljenošću suočavaju prakticirajući sportske aktivnosti. Prema tome, određene strategije suočavanja s usamljenošću jesu statistički značajno povezane s učestalosti doživljaja tog osjećaja, osobito kada se radi o strategijama vezanima uz manifestiranje rizičnih ponašanja. Iz tog smo razloga skloni zaključiti kako je prilikom analize potrebe socijalnopedagoškog interveniranja u slučaju usamljenosti adolescenata pozornost potrebno obratiti na najmanje tri komponente: učestalost usamljenosti, činitelje usamljenosti i strategije suočavanja s usamljenošću, odnosno na ponašanje koje adolescent manifestira kako bi taj osjećaj ublažio.

5. ZAKLJUČNA RAZMATRANJA

Rezultati istraživanja prikazani u ovom radu potvrđuju hipoteze kojima smo pretpostavili kako

najčešći čimbenici usamljenosti adolescenata proizlaze iz prolaznih i situacijskih okolnosti te kako većina adolescenata koristi konstruktivne strategije suočavanja s usamljenošću. Hipoteza kojom smo pretpostavili da su strategije suočavanja s usamljenošću povezane s učestalosti doživljavanja usamljenosti potvrđena je samo djelomično, u dijelu koji se odnosi na konzumiranje sredstava ovisnosti, povlačenje i bavljenje sportom. Drugim riječima, potvrđeno je kako adolescenti koji biraju nekonstruktivne strategije suočavanja s usamljenošću češće smatraju da su usamljeni. Dobiveni rezultati istraživanja daju osnova za zaključak da, iako je usamljenost univerzalni osjećaj, postoje odrednice usamljenosti koje upućuju na potrebu ranih socijalnopedagoških intervencija. To su adolescenti koji su usamljeni uslijed socijalne depriviranosti i/ili socijalnih predrasuda, uslijed oslabljene kvalitete socijalnih interakcija i oslabljene socijalne kompetencije. Osim toga, smatramo kako intervencije iziskuju adolescenti koji se često osjećaju usamljenima, posebno stoga što se češći doživljaj usamljenosti vezuje uz nekonstruktivne načine suočavanja s usamljenošću.

Uporište tezi o prediktivnoj vrijednosti određenih oblika usamljenosti u odnosu na potrebu za ranim socijalnopedagoškim intervencijama nalazimo i u istraživanjima koje su proveli drugi autori. Među njima Klarin (2004) osobito ističe istraživanja koja potvrđuju kako nezadovoljstvo socijalnim odnosima rezultira problemima u prilagodbi te djeca koja nemaju prijatelje pokazuju nižu razinu socijalne kompetencije, manje spremnosti za suradnju, manje altruističkoga ponašanja, niže samopoštovanje. Rezultati našeg istraživanja posredno pokazuju kako je oko 5% adolescenata usamljeno usljed nedostatno razvijenih socijalnih kompetencija, što posredno upućuje na potrebu kako se socijalnopedagoške intervencije usmjerene često usamljenim adolescentima temelje upravo na jačanju njihove socijalne kompetencije. Smatramo, nadalje, da naši rezultati upućuju na postojanje nešto više od 20-ak% ispitanika čija usamljenost ima obilježja rizičnog ponašanja (osobito kada se radi o onima koji koriste droge i alkohol ili se prepuštaju depresiji). Ta skupina adolescenata odgovara opisu usamljenosti koja je odraz neuspjele socijalne interakcije i koja rezultira subjektivnim bolnim i neugodnim iskustvom. U ostalim slučajevima, usamljenost je opravdano shvatiti kao prolaznu fazu kojom je popraćeno odrastanje pa je ne bi bilo opravdano tretirati u kontekstu rizika oslabljenih sposobnosti za stvaranjem socijalnih

odnosa. Prema tome, skloni smo prihvatiti stajalište autora (Corsano, Majorano, Champretavy, 2006) koji upućuju na potrebu razlikovanja više vrsta usamljenosti (kako u fenomenološkom, tako i u etiološkom pogledu), pri čemu to iskustvo može imati i brojne pozitivne učinke, poglavito u pogledu izgradnje identiteta. U socijalnopedagoškom smis-

lu to znači kako je za procjenu potrebe intervencije potrebno razmatati konceptualne činitelje svakog pojedinog adolescenta, osobito učestalost, činitelje usamljenosti i strategije suočavanja s tim osjećajem, čemu je potrebno prilagoditi i sadržaj same intervencije.

LITERATURA:

Bogaerts, S., Vanheule, S., Desmet, M. (2006): Feelings of subjective emotional loneliness: an exploration of attachment. *Social Behavior and Personality*, 34, 7, 797-812.

Bouillet, D., Uzelac, S. (2007): *Osnove socijalne pedagogije*, Zagreb, Školska knjiga.

Bouillet, D., Uzelac, S., Kapac, V. (2005): Iskaz razrednika o nasilničkom ponašanju u hrvatskim školama, *Napredak*, 146, 2, 170-183.

Corsano, P., Majorano, M., Champretavy, L. (2006): Psychological well-being in adolescence: the contribution of interpersonal relations and experience of being alone, *Adolescence*, 41, 162, 341-353.

Dunn, J.C., Dunn, J.G.H., Bayaduzza, A. (2007): Perceived athletic competence, sociometric status and loneliness in elementary school children, *Journal of sport behaviour*, 30, 3, 250-265.

Goleman, D. (1997): *Emocionalna inteligencija*, Zagreb, Mozaik knjiga.

Klarin, M. (2002): Socijalna kompetencija u kontekstu emocionalnih i bihevioralnih korelata, *Mediji kultura i odnosi s javnošću*, 1, 1, 78-80.

Klarin, M. (2003): Osjećaj usamljenosti i socijalno ponašanje djece školske dobi u kontekstu socijalne interakcije, *Ljetopis Studijskog centra socijalnog rada*, 9, 2, 249-258.

Klarin, M. (2004): Uloga socijalne podrške vršnjaka i vršnjačkih odnosa u usamljenosti predadolescenata i adolescenata, *Društvena istraživanja*, 13, 6 (74), 1081-1097.

Kos-Grabar, M. (2007): *Socijalno vršnjačko nasilje kao činitelj poremećaja u ponašanju učenika srednjih škola* (magistarski rad), Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb.

Nilsson, B., Lindström, U.Å., Nåden, D. (2006): Is loneliness a psychological dysfunction? A literary study of the phenomenon of loneliness. *The Authors Journal Compilation*, 93-101.

Penezić, Z., Lacković-Grgin, K., Sorić, I. (2000): Uzroci usamljenosti: struktura, dobne i spolne razlike, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru - Razdio filozofije, psihologije, sociologije i pedagogije*, 38, 15, 59-78.

Ružić, F. (2007): *Neki socijalnopedagoški aspekti usamljenosti adolescenata* (diplomski rad): Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb.

Sorić, I., Lacković-Grgin, K., Penezić, Z. (2001): Suočavanje s usamljenošću: značenje iskustva i uzroka usamljenosti, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru - Razdio filozofije, psihologije, sociologije i pedagogije*, 39, 16, 17-32.

Uzelac, S., Bouillet, D. (2007): Vrijednosni, znanstveni i teorijski temelji socijalnopedagoških intervencija, U: Radovanović, D. (ur.): *Poremećaji ponašanja i prestupništvo mladih: specijalnopedagoški diskurs*, Beograd: Fakultet za specijalnu edukaciju i rehabilitaciju Univerziteta u Beogradu, 87-108.

SOME PHENOMENOLOGICAL ASPECTS OF ADOLESCENTS' LONELINESS

Franka Ružić,

“Antun Nemčić Gostovinski” Elementary school,
Koprivnica

Dejana Bouillet,

Institute for Social Research,
Zagreb

SUMMARY:

The paper is focused on reflection of some phenomenological characteristics of adolescents' loneliness, with starting thesis which treats loneliness as universal phenomenon that occurs, in certain conditions, as possible indicator of unwished psychosocial course of children's and youth's development. The paper presents results of a research conducted on sample of 221 respondents, high school students in Koprivnica. The research tried to verify the hypothesis which presumed that the most common factors of loneliness of adolescents arise from temporary and situational circumstances and that the most of adolescents use constructive strategies of coping with loneliness and that those strategies of coping with loneliness are related to frequency of experiencing the loneliness. The results confirmed that, although the loneliness is universal emotion, there are loneliness determinants that refer for a need of early socio-pedagogical interventions. These are mostly the determinants that relate to ways of coping with loneliness (drug/alcohol abuse, depression), frequency of feeling lonely (2-3 times a week and more) and to loneliness which is a consequence of adolescents' insufficiently developed social competencies.

Key words: *loneliness, adolescents, coping with loneliness*