

Uloga socijalne anksioznosti, samootvaranja i doživljavanja pozitivnih emocija u objašnjenju kvalitete prijateljskih odnosa kod studenata

Tamara Komadina

Obiteljski centar Primorsko-goranske županije, Rijeka

Jasminka Juretić, Ivanka Živčić-Bećirević

Odsjek za psihologiju Filozofskoga fakulteta Sveučilišta u Rijeci

Sažetak

Socijalna anksioznost često vodi različitim problemima u interpersonalnom funkcioniranju. Ovim se istraživanjem ispitao doprinos vjerovanja o potrebi skrivanja *pravoga ja* i doživljavanja pozitivnih emocija, pored doprinosa socijalne anksioznosti, objašnjenju kvalitete prijateljskih odnosa studenata.

Istraživanje je provedeno sa 630 studentica i studenata triju hrvatskih sveučilišta. Svi su ispunili sljedeće upitnike: *Upitnik općih podataka*, *Ljestvicu anksioznosti u socijalnim interakcijama*, *Ljestvicu socijalne fobije*, *Ljestvicu pozitivnog i negativnog afekta*, *Upitnik vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja* i *Upitnik kvalitete prijateljstva*.

Rezultati provedenih hijerarhijskih regresijskih analiza pokazuju da su vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i čestina doživljavanja pozitivnih emocija, povrh kontrole spola i obaju tipova socijalnih strahova, značajni specifični prediktori kvalitete prijateljskih odnosa studenata. Spol se dosljedno u svim koracima pokazuje značajnim specifičnim prediktorom, no nije potvrđen interakcijski učinak spola i obaju tipova socijalnih strahova na kvalitetu prijateljstva.

Dobiveni su rezultati korisni u teorijskom razumijevanju samootkrivanja i razvoja bliskih odnosa, ali i u praktičnom smislu za rad sa socijalno anksioznim osobama koje se koriste strategijom skrivanja pravoga ja.

Ključne riječi: socijalna anksioznost, skrivanje pravoga ja, pozitivne emocije, prijateljski odnosi

Uvod

Socijalni je kontekst nužan za ljudsko funkcioniranje i u isto je vrijeme izvor mnogih zadovoljstava, ali i tjeskobe i anksioznosti. Dok je određena razina tjeskobe

✉ Jasminka Juretić, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci, Sveučilišna avenija 4, 51000 Rijeka. E-pošta: jasminka2@ffri.hr

u socijalnim situacijama prisutna kod mnogih ljudi, socijalna je anksioznost poremećaj koji karakterizira pretjerani strah osobe da će se poniziti u socijalnoj situaciji, da će ju druge osobe negativno procijeniti i/ili da će je drugi ljudi odbaciti (DSM-IV, 1996). Socijalno anksiozna osoba ima snažnu želju ostaviti dobar dojam na druge ljude, ali istovremeno je zabrinuta hoće li u tome uspjeti (Clark i Wells, 1995; Heimberg, Liebowitz, Hope i Scheneier, 1995; Schlenker i Leary, 1982).

Dva su tipa socijalnog straha karakteristična za socijalnu anksioznost, a to su strah od procjene drugih ljudi i anksioznost u socijalnim interakcijama. Osobe s povišenim strahom od procjene drugih ljudi doživljavaju anksioznost kada ih drugih ljudi promatraju, kao i pri samom očekivanju istoga, dok osobe koje osjećaju anksioznost u socijalnim interakcijama doživljavaju značajnu neugodu u situacijama u kojima su u interakciji s drugim ljudima (Mattick i Clarke, 1998).

Suvremene teorije socijalne anksioznosti naglašavaju ulogu kognitivnih procesa u održavanju poremećaja (Clark i Wells, 1995; Leary i Kowalski, 1995a, 1995b; Rapee i Heimberg, 1997). Clark i Wells (1995) pokušali su utvrditi i objasniti faktore koji sprečavaju promjenu negativnih vjerovanja socijalno anksioznih osoba o potencijalnim opasnostima koje nose socijalne situacije. Prema njihovu modelu za održavanje socijalne anksioznosti odgovorna su četiri ključna procesa: (a) povećana usmjerenost pažnje na sebe i percepcija sebe kao socijalnog objekta, (b) korištenje sigurnosnih ponašanja u socijalnoj situaciji, (c) anticipatorno procesiranje informacija kao i procesiranje nakon događaja te (d) stvarni deficiti u izvođenju tijekom socijalne situacije koji su posljedica same anksioznosti.

Prema Moscovitchu (2008) socijalno su anksiozne osobe u osnovi zabrinute zbog vlastitih osobina koje smatraju nedovoljno dobrima ili su suprotne percipiranim socijalnim očekivanjima ili normama. Vjeruju da, ako ljudi koji ih okružuju prepoznaju te osobine, može doći do negativne procjene, odbijanja, osramoćivanja ili gubitka socijalnog statusa. Negativna procjena, odbijanje, osramoćivanje ili gubitak socijalnog statusa, prema Moscovitchu (2008), posljedice su kojih se ti pojedinci boje i za koje vjeruju da bi se mogle dogoditi ako ljudi koji ih okružuju prepoznaju te osobine.

U skladu s navedenim modelom Rodebaugh (2009a) pretpostavlja da je od same očekivane vjerojatnosti negativne procjene važnije značenje koje ta negativna procjena ima za socijalno anksioznu osobu. Stupanj u kojem osoba vjeruje da je negativna procjena opravdana, objektivno točna i temeljena na njezinim osobnim karakteristikama dovodi do straha od negativne procjene (Rodebaugh, 2009a). Procjena socijalno anksiozne osobe da je negativan dojam koji drugi ljudi imaju o njoj u nekoj situaciji opravdan i u većoj mjeri rezultat njezinih osobnih karakteristika dovodi do tendencije skrivanja karakteristika, uključujući i samu anksioznost, za koje vjeruje da su nepoželjne drugim ljudima (Clark i Wells, 1995; Rapee i Heimberg, 1997).

Prema Rodebaughu (2009a) predviđanja mogućeg odbijanja mogu dovesti do pokušaja skrivanja *pravoga ja* i izbjegavanja socijalnih pogrešaka koje bi mogle

potaknuti proučavanje i negativnu procjenu. Autor navodi da se taj sustav vjerovanja i povezanih ponašanja može smatrati sržnim vjerovanjem ili sržnom shemom osobe te je ovu konstelaciju nazvao shemom istiskivanja srži (*core extrusion schema*). Kako bi te sheme ispitao, konstruirao je upitnik za mjerenje vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja. Svaka osoba koja ima tu shemu ima i sličan opći sadržaj te sheme: "Prema mom iskustvu, kada bi me ljudi zaista poznavali, odbili bi me - zbog toga ću pokušati sakriti svoje pravo ja i izbjeći proučavanje" (Rodebaugh, 2009a, str. 92).

Takva negativna pristranost u samoprocjeni dovodi do toga da socijalno anksiozna osoba pokušava prikriti određene aspekte sebe (Rodebaugh, 2009a) zbog čega izbjegava teme i ponašanja za koja vjeruje da bi mogli rezultirati privlačenjem pažnje, neodobravanjem (Alden i Bieling, 1998; Meleshko i Alden, 1993) ili odbijanjem (Rodebaugh, 2009a). Hoće li određena situacija biti percipirana kao prijeteća, ovisi o prirodi karakteristika za koje osoba smatra da bi mogle dovesti do njezina negativnog procjenjivanja i o tome vjeruje li u vlastitu uspješnost u skrivanju tih karakteristika od drugih ljudi. Ako socijalno anksiozna osoba posegne za sigurnosnim ponašanjima, tip sigurnosnog ponašanja koje upotrebljava ovisi o njezinim specifičnim atributima zbog kojih je zabrinuta (Moscovitch, 2008).

Različita su istraživanja pokazala da su socijalno anksioznije osobe manje sklone dragovoljnom otkrivanju informacija o sebi u interpersonalnim odnosima, a posebno u romantičnim vezama (npr. Alden i Taylor, 2004; Cuming i Rapee, 2010; Meleshko i Alden, 1993; Rodebaugh, 2009a; Sparrevohn i Rapee, 2009), pri čemu je i ono što otkriju o sebi uglavnom manje osobne prirode (npr. Alden i Bieling, 1998). Općenito, socijalno anksiozne pokazuju umjerenu razinu intimnosti, bez obzira na stupanj samootvaranja osobe s kojom su u interakciji (Leary i Kowalski, 1995a).

Socijalno anksiozne osobe koriste se strategijom skrivanja vlastitog ja i svega povezanog s njime (primjerice riječi, ideja, emocija) kako bi smanjile potencijalno odbijanje ili pad socijalnog statusa (Kashdan i Steger, 2006). Ta strategija, nerijetko, uključuje potiskivanje vlastite emocionalne reakcije i emocionalnih iskustava, posebice onih vrlo intenzivnih (Alden, Taylor, Mellings i Lapos, 2008; Eisner, Johnson, Carver, 2009; Kashdan, 2007b; Kashdan i Steger, 2006; Spokas, Luterek i Heimberg, 2009) zbog osnovnog cilja kojem teže socijalno anksiozne osobe: izbjegavanje odbijanja i održavanje nekog stupnja povezanosti s drugima pod svaku cijenu (Kashdan, Volkmann, Breen i Han, 2007).

Posljednjih su se nekoliko desetljeća istraživanja usmjeravala na negativna iskustva i događaje te probleme u funkcioniranju prouzročene socijalnom anksioznošću i povezane s njome (Kashdan, 2007b; Kashdan i Steger, 2006). Kashdan (2007b) je dokazao da je povezanost socijalne anksioznosti i pozitivnog afekta stabilna i negativna, čak i uz kontrolu depresivnih simptoma i depresivnog poremećaja (vidjeti još Kashdan, 2002; Kashdan, 2004). U skladu s time, Kashdan i Steger (2006) navode kako unutar svoga prirodnoga socijalnog okruženja socijalno

anksiozne osobe izvještavaju o manje svakodnevnih pozitivnih emocija i pozitivnih događaja od neanksioznih. Brown, Silvia, Myin-Germeys i Kwapil (2007) potvrdili su te rezultate u ispitivanju ekspresije socijalne anksioznosti i socijalne anhedonije u svakodnevnom životu. Za doživljavanje pozitivnih emocija važne su i samoregulacijske strategije koje zajedno sa socijalnom anksioznosti predviđaju čestinu pozitivnih događaja, kao i responsivnost osobe na takve događaje (Kashdan, Weeks i Savostyanova, 2011).

Danas istraživači shvaćaju važnu ulogu pozitivnog afekta u razumijevanju socijalne anksioznosti te sve veći broj istraživanja upućuje na to da se smanjena frekvencija i intenzitet pozitivnih emocija i događaja može smatrati temeljnom karakteristikom pretjerane socijalne anksioznosti (Kashdan, 2007b; Kashdan i Steger, 2006).

Neprestani pokušaji da se ostavi pozitivan dojam, smanji anksioznost i izbjegne odbijanje vode do iscrpljivanja nužnih resursa samokontrole i, paradoksalno, do nemogućnosti izbjegavanja socijalno nepoželjnog ponašanja (Muraven i Baumeister, 2000; Vohs, Baumeister i Ciarocco, 2005). Odnos između socijalne anksioznosti i pozitivnih iskustava u funkciji je količine energije i napora uložениh u upravljanje anksioznošću, pa su osobe sklonije skrivanju vlastitih anksioznih osjećaja podložnije lošijem psihološkom funkcioniranju (Kashdan, 2007a).

Ispitivanje povezanosti između socijalne anksioznosti i niskog pozitivnog afekta može nam pomoći da bolje razumijemo brojne deficite koje doživljavaju socijalno anksiozne osobe (Alden i sur., 2008; Kashdan, 2007b; Kashdan i Roberts, 2004), a koji djelomično mogu objasniti lošiju kvalitetu života tih osoba (Kashdan i Collins, 2010), kao i deficite u njihovim fizičkim, intelektualnim i socijalnim resursima (Fredrickson, 1998).

Iako malobrojna, istraživanja koja su ispitivala socijalnu anksioznost i njezinu povezanost s bliskim odnosima pokazala su da je socijalna anksioznost povezana s rjeđim i nezadovoljavajućim socijalnim odnosima u svim stadijima života (Alden i Taylor, 2004). Socijalno anksiozne osobe imaju manji broj prijatelja, rjeđe odlaze na "spojeve" (Eng, Heimberg, Hart, Schneier i Liebowitz, 2001), izoliranije su, rjeđe se vjenčaju ili ostvare romantičnu vezu (Wittchen, Fuetsch, Sonntag, Muller i Liebowitz, 2000). Moglo bi se zaključiti da ne mogu ostvariti ili teže ostvaruju bliske odnose s drugim ljudima. Međutim, socijalno anksiozne osobe sposobne su ostvariti bliske odnose s roditeljima, školskim kolegama, prijateljima ili partnerima, no zbog vlastitih iskrivljenih percepcija o sebi i drugima, kao i zbog izbjegavajućih ponašanja, ti su odnosi najčešće ispunjeni problemima te manje zadovoljavajući (Alden i Taylor, 2004; Wittchen i sur., 2000) i manje kvalitetni (Eng, Coles, Heimberg i Safren, 2005).

Socijalno se anksiozne osobe koriste samozaštitnim komunikacijskim strategijama (Cumming i Rapee, 2010; Sparrevohn i Rapee, 2009), manje se emocionalno izražavaju i manje su asertivne, sklone su izbjegavanju konflikata i

imaju teškoće u izražavanju svojih potreba (Davila, Beck i Buffalo, 2002; Eng i sur., 2001; Kashdan i sur., 2007; Nielsen i Cairns, 2009), što dodatno objašnjava smanjenu kvalitetu bliskih odnosa. Kada se i otvaraju svojim partnerima, njihov stupanj intimnog samootvaranja uglavnom nije recipročan samootvaranju osobe s kojom su u interakciji zbog čega ih drugi često vide kao nezainteresirane za interakciju i njih same, što su čimbenici koji značajno utječu na razvoj bliskog odnosa (Alden i Bieling, 1998; Meleshko i Alden, 1993).

Kao i romantični, tako su i prijateljski odnosi rijetko istraživani u kontekstu socijalne anksioznosti (Arroyo i Harwood, 2011; Rodebaugh, 2009b). Rezultati uglavnom pokazuju da socijalno anksiozne osobe imaju manje prijatelja s kojima se redovito druže, i svakako manje prijatelja nego što bi željele (Eng i sur., 2001; Wittchen i sur., 2000). Parade, Leerkes i Blankson (2010) utvrdili su da socijalna anksioznost može potkopati pouzdanje studenata, kao i njihovu želju da se predstave potencijalnim prijateljima.

Ovim se istraživanjem želio ispitati doprinos socijalne anksioznosti, vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i doživljavanja pozitivnih emocija kvaliteti prijateljskih odnosa, uz kontrolu spola sudionika/ca istraživanja. Prema podacima se dosadašnjih istraživanja pretpostavlja da će kod socijalno anksioznijih osoba biti izraženije vjerovanje o potrebi skrivanja pravoga ja te da će one rjeđe doživljavati pozitivne emocije pa i svoja prijateljstva procijeniti manje kvalitetnima. Očekuje se i da će socijalna anksioznost i vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja biti negativni prediktori, dok će češće doživljavanje pozitivnih emocija biti pozitivan prediktor kvalitete prijateljskoga odnosa. Očekuje se i moderatorski učinak spola i obaju tipova socijalnih strahova na procjenu kvalitete prijateljstva.

Metoda

Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo 628 osoba, od čega 112 studenata i 516 studentica Sveučilišta u Rijeci, Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te Sveučilišta u Zagrebu. Raspon je dobi sudionika od 18 do 37 godina ($M=21.31$, $SD=2.61$).

Instrumentarij

Upitnik općih podataka. Ovim su upitnikom prikupljeni podaci o spolu, dobi i fakultetu koji sudionici istraživanja pohađaju.

Ljestvica anksioznosti u socijalnim interakcijama (Social Interaction Anxiety Scale - SIAS) i Ljestvica socijalne fobije (Social Phobia Scale - SPS) korištene su

za procjenu dvaju tipova socijalnih strahova. Za ispitivanje anksioznosti u socijalnim interakcijama korištena je *Ljestvica anksioznosti u socijalnim interakcijama* (Mattick i Clarke, 1998), a za dobivanje mjere straha osobe da je promatrana i procjenjivana od strane drugih ljudi u situaciji u kojoj izvodi neku radnju, upotrijebljena je *Ljestvica socijalne fobije* (Mattick i Clarke, 1998).

Obje se ljestvice sastoje od 20 čestica, a odgovori se boduju na ljestvici Likertova tipa, od 0 ("*nimalo karakteristično ili istinito za mene*") do 4 ("*jako/u potpunosti karakteristično ili istinito za mene*"). Zbrajanjem odgovora na svim česticama dobiva se ukupni rezultat koji može varirati od 0 do 80. Viši ukupni rezultat upućuje na izraženiju anksioznost u socijalnim interakcijama. Rezultat na Ljestvici anksioznosti u socijalnim interakcijama od 34 ili više bodova razlikuje pojedince s *izraženim ovim tipom socijalnog straha* od onih koji ga nemaju (Heimberg, Mueller, Holt, Hope i Liebowitz, 1992). Viši ukupni rezultat na Ljestvici socijalne fobije upućuje na izraženiji strah od procjene drugih ljudi, dok rezultat od 24 ili više bodova omogućuje identifikaciju osoba sa socijalnom fobijom (Heimberg i sur., 1992), premda ne i postavljanje dijagnoze.

Faktorska je struktura ovih upitnika već provjerena na hrvatskom uzorku (Juretić, 2008; Juretić, 2011) te se pokazalo postojanje jednog faktora u svakom od upitnika (strah od socijalnih interakcija i strah od procjene drugih ljudi). Za potrebe ovoga istraživanja preuzete su te jednofaktorske strukture. Pouzdanosti te deskriptivni podaci za ove ljestvice prikazani su u Tablici 1

Ljestvica pozitivnog i negativnog afekta (Positive and Negative Affect Schedule - PANAS - Expanded Form - PANAS - X) korištena je za mjerenje subjektivnog doživljavanja emocija (Watson i Clark, 1994). U ovom je istraživanju korištena prilagođena verzija za hrvatski jezik (Knezović, Šverko i Fuček, 2007). Ljestvica se sastoji od ukupno 60 pridjeva prikazanih u formi liste. Odgovori se označavaju na ljestvici Likertova tipa od pet stupnjeva (od 1 - *nikad se tako ne osjećam* do 5 - *uvijek ili stalno se tako osjećam*). Zbrajanjem rezultata na 10 pridjeva dobiva se podatak o doživljavanju pozitivnog afekta (npr. uzbuđeno, ponosno). Isti je postupak za dobivanje rezultata o doživljavanju negativnog afekta (npr. tužno, uzrujano). Za potrebe je ovoga istraživanja korištena samo *Ljestvica pozitivnog afekta*. Pouzdanost te deskriptivni podaci za ovu ljestvicu prikazani su u Tablici 1.

Upitnik vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja (The Core Extrusion Schema - CES; Rodebaugh, 2009a) razvijen je za procjenu stupnja u kojemu osoba vjeruje da će biti odbijena ako otkrije svoje pravo ja zbog čega pokušava izbjeći autentičnost i različite pogreške u brojnim socijalnim interakcijama. Upitnik se sastoji od 22 čestice, a odgovori se bilježe na ljestvici Likertova tipa od 10 stupnjeva pri čemu 1 znači *uopće nije točno*, a 10 *u potpunosti točno*.

Izdvojena su dva faktora: *Skrivanje pravoga ja*, koji se odnosi na vjerovanje osobe da će ju drugi odbaciti ako otkrije informacije o sebi, ulaganje napora u skrivanje pravoga ja od drugih kao i na percepciju osobe da je u određenom trenutku odbačena te *Izbjegavanje pogrešaka*, koji se odnosi na izbjegavanje pogrešaka u interakciji s drugima. Deskriptivni podaci te pouzdanosti za ove dvije podljestvice prikazani su u Tablici 1.

Upitnikom kvalitete prijateljstva (Friendship Quality Questionnaire - FQQ; Parker i Asher, 1993) ispituje se kvaliteta odnosa osobe s najboljim prijateljem, odnosno najboljom prijateljicom. U osnovi je namijenjen djeci, no za potrebe je ovoga istraživanja prilagođen studentskoj populaciji.

Upitnik se sastoji od 40 tvrdnji za koje sudionici trebaju procijeniti u kojoj je mjeri svaka od njih istinita za njihov odnos s najboljim prijateljem/prijateljicom. Za bodovanje se odgovora koristi ljestvica Likertova tipa od pet stupnjeva, pri čemu 0 znači *uopće ne*, a 4 *u potpunosti*. Za potrebe ovoga istraživanja korištene su određene čestice kojima se mjeri lojalnost i bliskost u odnosu kao i uzajamno poštovanje, što je nazvano *Kvalitetom prijateljskoga odnosa*. Cjelovita provjera metrijskih karakteristika upitnika je u pripremi. Pouzdanost te deskriptivni podaci za ovu mjeru prikazani su u Tablici 1.

Tablica 1. *Deskriptivni pokazatelji za sve ispitane varijable*

Ljestvice	<i>M</i>	<i>SD</i>	Cronbach alpha	Broj čestica	Dobiveni raspon
Ljestvica socijalne fobije	14.23	12.01	.92	20	0-75
Ljestvica anksioznosti u socijalnim interakcijama	17.86	11.69	.88	20	0-69
Ljestvica pozitivnog afekta	33.00	6.06	.85	10	14-50
Skrivanje pravoga ja	23.15	9.16	.91	15	15-72
Izbjegavanje pogrešaka	15.00	5.10	.74	6	6-30
Kvaliteta prijateljskog odnosa	36.68	8.23	.89	12	0-48

Postupak

Ispitivanje je provedeno grupno. Sudionici su upitnike ispunjavali sljedećim redoslijedom: Upitnik općih podataka, Ljestvica anksioznosti u socijalnim interakcijama, Ljestvica socijalne fobije, Ljestvica pozitivnog i negativnog afekta, Upitnik vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i Upitnik kvalitete prijateljstva, a ispunjavanje je trajalo oko 30 minuta.

Rezultati

Povezanosti među ispitivanim varijablama

Kako bi se utvrdilo postoje li statistički značajne povezanosti između ispitivanih varijabli - anksioznosti u socijalnim interakcijama, strahu od procjene drugih ljudi, skrivanju pravoga ja i izbjegavanju pogrešaka, doživljavanju pozitivnih emocija te kvaliteti odnosa s prijateljima, izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije. Dobiveni su rezultati prikazani u Tablici 2.

Tablica 2. *Povezanosti između ispitanih varijabli*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Strah od procjene drugih ljudi	-					
2. Anksioznost u socijalnim interakcijama	.75**	-				
3. Skrivanje pravoga ja	.47**	.58**	-			
4. Izbjegavanje pogrešaka	.42**	.45**	.49**	-		
5. Doživljavanje pozitivnih emocija	-.19**	-.28**	-.27**	-.07	-	
6. Kvaliteta prijateljstva	-.10**	-.21**	-.31**	-.10*	.27**	-

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

Pokazalo se da sudionici istraživanja koji doživljavaju veći strah od procjene drugih ljudi doživljavaju i veću anksioznost u socijalnim interakcijama. Obje su mjere statistički značajno povezane i s mjerom skrivanja pravoga ja i s izbjegavanjem pogrešaka. Osobe koje su visoko anksiozne u socijalnim interakcijama te doživljavaju veći strah od procjene drugih ljudi u većoj mjeri vjeruju da je potrebno sakriti vlastito ja i imaju veću potrebu izbjegavati pogreške pred drugima u usporedbi s osobama s nižom anksioznosti u socijalnim interakcijama i manjim strahom od procjene drugih ljudi. Osim toga, što više vjeruju u potrebu za skrivanjem vlastitoga ja, u većoj će se mjeri truditi izbjegavati pogreške.

Statistički značajna negativna povezanost obaju tipova socijalnih strahova i doživljavanja pozitivnih emocija upućuje da osobe koje doživljavaju veću anksioznost u socijalnim interakcijama te veći strah od procjene drugih ljudi rjeđe doživljavaju pozitivne emocije. Osobe koje rjeđe doživljavaju pozitivne emocije u većoj mjeri vjeruju da je potrebno sakriti svoje pravo ja od drugih ljudi.

Također se pokazalo da osobe koje svoje prijateljstvo procjenjuju kvalitetnijim doživljavaju manje anksioznosti u socijalnim interakcijama i manje straha od procjene drugih ljudi, u manjoj mjeri vjeruju da je potrebno sakriti svoje pravo ja i izbjegavati pogreške te u većoj mjeri doživljavaju pozitivne emocije.

Testiranje moderatorskog učinka varijabli spola i socijalnih strahova na kvalitetu prijateljstva

S ciljem je provjere moderatorskih učinaka spola i socijalnih strahova na kvalitetu prijateljstva provedena hijerarhijska regresijska analiza s interakcijskim učincima, uz kontrolu spola i socijalne anksioznosti. Rezultati su provedene hijerarhijske regresijske analize s interakcijskim učincima prikazani u Tablici 3.

Tablica 3. *Rezultati hijerarhijske regresijske analize moderatorskog učinka varijabli spola i socijalnih strahova na kvalitetu prijateljstva*

Prediktori	β	R^2	ΔR^2
1. korak			
Spol	-.28***	.08***	
2. korak			
Spol	-.27***		
Anksioznost u socijalnim interakcijama	-.29***	.13***	.05***
Strah od procjene drugih ljudi	.11		
3. korak			
Spol	-.27***		
Anksioznost u socijalnim interakcijama	-.32***		
Strah od procjene drugih ljudi	.10	.13	.00
Interakcija (anksioznost u soc. interakcijama x spol)	.05		
Interakcija (strah od procjene drugih ljudi x spol)	.03		

*** $p < .001$.

Rezultati hijerarhijske regresijske analize s interakcijskim učincima upućuju na to da svi prediktori zajedno objašnjavaju 13% varijance kvalitete prijateljstva, pri čemu se treći korak ne pokazuje značajnim. Spol se pokazao značajnim prediktorom kvalitete prijateljstva u svim koracima analize pri čemu djevojke procjenjuju svoj prijateljski odnos kvalitetnijim nego mladići. Anksioznost koja se doživljava u socijalnim interakcijama značajan je specifični prediktor u svim koracima analize, pri čemu sudionici koji doživljavaju veću anksioznost u situacijama socijalne interakcije procjenjuju svoj odnos s najboljim prijateljem/icom manje kvalitetnim. Unatoč tome što su se spol sudionika i anksioznost koju doživljavaju u socijalnim interakcijama pokazali statistički značajnim specifičnim prediktorima, moderatorski učinak spola na odnos između te vrste anksioznosti i kvalitete prijateljstva sudionika nije se pokazao statistički značajnim.

Doprinosi vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i pozitivnih emocija objašnjenju kvalitete prijateljstva

Kako bi se utvrdilo pridonose li vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja te čestina doživljavanja pozitivnih emocija, povrh doprinosa spola i socijalnih strahova, objašnjenju kvalitete prijateljstva, provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Rezultati su provedene hijerarhijske regresijske analize prikazani u Tablici 4.

Tablica 4. *Rezultati hijerarhijske regresijske analize doprinosa vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i pozitivnih emocija objašnjenju kvalitete prijateljstva*

Prediktori	β	R^2	ΔR^2
1. korak			
Spol	-.28***		
Anksioznost u socijalnim interakcijama	-.27***	.13***	
Strah od procjene drugih ljudi	.11		
2. korak			
Spol	-.25***		
Anksioznost u socijalnim interakcijama	-.10		
Strah od procjene drugih ljudi	.11		
Skrivanje pravoga ja	-.22***	.20***	.07***
Izbjegavanje pogrešaka	.04		
Doživljavanje pozitivnih emocija	.19***		

*** $p < .001$.

Rezultati hijerarhijske regresijske analize pokazuju da svi prediktori zajedno objašnjavaju 20% varijance kvalitete prijateljstva, pri čemu su oba koraka analize značajna. Kao i u prethodnoj analizi, spol je značajan prediktor kvalitete prijateljstva što znači da djevojke svoj prijateljski odnos smatraju kvalitetnijim nego mladići. Anksioznost koja se doživljava u socijalnim interakcijama značajni je specifični prediktor u prvom, ali ne i u drugom koraku analize, pri čemu osobe koje su anksioznije u situacijama socijalne interakcije procjenjuju svoj odnos s najboljim prijateljem/icom manje kvalitetnim.

Vjerovanje da je potrebno sakriti svoje pravo ja od drugih pokazalo se statistički značajnim specifičnim prediktorom povrh kontrole spola i obaju tipova socijalnih strahova. Rezultat upućuje da pojedinci koji u manjoj mjeri vjeruju da je potrebno sakriti svoje pravo ja u odnosima procjenjuju svoje prijateljstvo značajno kvalitetnijim.

Doživljavanje pozitivnih emocija također se pokazalo statistički značajnim specifičnim prediktorom i povrh varijabli uvedenih u prijašnjim koracima. Sukladno tome, sudionici koji doživljavaju više pozitivnih emocija procjenjuju svoja prijateljstva kvalitetnijima.

Rasprava

Istraživanja koja se bave socijalnom anksioznošću, doživljavanjem pozitivnih emocija te kvalitetom bliskih odnosa socijalno anksioznih osoba izrazito su malobrojna, a posebno je neistražen konstrukt vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja u kontekstu socijalne anksioznosti. Ovim se istraživanjem željelo provjeriti kakav je doprinos vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i doživljavanja pozitivnih emocija kvaliteti prijateljskih odnosa nakon kontrole spola i pojedinih aspekata socijalne anksioznosti. Rezultati dijelom potvrđuju postavljene hipoteze.

U skladu s očekivanjima, pokazalo se da sudionici koji doživljavaju višu anksioznost u socijalnim interakcijama doživljavaju i veći strah od procjene drugih ljudi. Naime, iako se ta dva konstrukta razlikuju, istraživanja potvrđuju njihovu međusobnu povezanost (Brown i sur., 1997; Mattick i Clarke, 1998).

Rezultati su našega istraživanja pokazali da je spol značajan prediktor kvalitete prijateljskoga odnosa, pri čemu djevojke svoj prijateljski odnos procjenjuju kvalitetnijim nego mladići. Dobivena razlika nije u skladu s očekivanjima, ali je u skladu s istraživanjem koje su provele La Greca i Lopez (1998). Ove autorice nalaze da djevojke, u usporedbi s mladićima, dobivaju više socijalne podrške od svojih najboljih prijatelja, procjenjuju se kompetentnijima u bliskim prijateljskim odnosima te imaju intimnija bliska prijateljstva. Na rezultate je mogao utjecati i podatak o tome je li prijateljstvo koje sudionici/sudionice procjenjuju odnos s najboljim prijateljem ili prijateljicom. Našim istraživanjem nije kontrolirano koga će pri procjeni prijateljskoga odnosa odabrati sudionici/sudionice, ali je pretpostavka da su djevojke u većoj mjeri procjenjivale odnos s najboljom prijateljicom, dok su mladići vjerojatnije procjenjivali odnos s najboljim prijateljem. Mjera kvalitete prijateljstva uključuje čestice koje se odnose na dubinu prijateljskoga odnosa i međusobnu lojalnost. Žene su sklonije izražavanju emocija i teže razvoju bliskih i intimnih interpersonalnih odnosa, dok kod muškaraca prijateljski odnosi imaju više instrumentalnu funkciju. Moguće je da mladići imaju nešto niže procjene na mjerama kvalitete prijateljstva jer su njihovi prijateljski odnosi manje karakterizirani verbalnim izražavanjem međusobne bliskosti ili općenitim izražavanjem emocija i razgovorima o njima.

Uz spol, značajnim specifičnim prediktorom pokazala se i anksioznost u socijalnim interakcijama uz kontrolu spola, u svim koracima hijerarhijske regresijske analize osim u analizi u kojoj su u posljednjem koraku uključena vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i čestina doživljavanja pozitivnih emocija. Rezultat pokazuje da osobe koje osjećaju veću anksioznost u socijalnim interakcijama procjenjuju svoja prijateljstva manje kvalitetnima. Socijalno anksiozne osobe uključuju se u različita zaštitna ponašanja, a jedno je od takvih ponašanja i prihvaćanje komunikacijskog stila, kojega karakterizira smanjeno samootvaranje, a sve s ciljem sprečavanja negativne evaluacije (Gee, Antony i

Koerner, 2013). Oni mogu izbjegavati pričati o sebi i o temama koje bi mogle privući pozornost na njih, što utječe na stupanj bliskosti u odnosima s drugima. Zbog svojeg izbora da se manje samootvaraju, moguće je da su njihovi odnosi manje bliski i intimni, a time i manje kvalitetni.

Rezultati su pokazali da, iako su spol sudionika i anksioznost koju doživljavaju u socijalnim interakcijama statistički značajni specifični prediktori u gotovo svim koracima, spol ne moderira odnos između različitih socijalnih strahova i kvalitete prijateljstva.

Vjerovanje o potrebi skrivanja pravoga ja značajan je prediktor kvalitete prijateljskoga odnosa povrh spola, socijalne anksioznosti te uz uključivanje čestine doživljavanja pozitivnih emocija. Sudionici koji u većoj mjeri vjeruju da je potrebno sakriti svoje pravo ja pred drugima svoja prijateljstva procjenjuju manje kvalitetnima. Dobiveni su rezultati pokazali i da povećana anksioznost tijekom socijalnih interakcija i strah od procjene drugih ljudi, vjerovanja da se mora sakriti vlastita osobnost te izbjegavati pogreške u interakciji povezani sa smanjenom kvalitetom prijateljskoga odnosa. Ovakvi nalazi u skladu su s očekivanjima. I drugi autori nalaze da socijalno anksiozne osobe, sklonije komunikacijskim strategijama koje uključuju osobnu zaštitu u vidu smanjenog otkrivanja informacija o sebi (misli, osjećaja itd.), imaju manje bliske i intimne dnevne interakcije, što uključuje i odnose s prijateljima (Cumming i Rapee, 2010; Sparrevohn i Rapee, 2009). Socijalno anksiozne osobe sklonije su prikrivanju vlastite anksioznosti u interakciji s drugim ljudima što je u skladu s njihovom pretpostavkom da će ih takvo ponašanje zaštititi od neugodnih socijalnih posljedica kao što je odbacivanje a, ako se odluče na samootvaranje i pokazivanje vlastite anksioznosti, onda će to najprije učiniti s intimnim partnerom/partnericom, potom prijateljem, članom obitelji i tek onda sa stranom osobom ili poznanikom (Gee i sur., 2013). Kako je samootvaranje jedan od ključnih faktora za iniciranje i održavanje bliskih odnosa, a izražavanje pozitivnih emocija vrlo je važno i za procese povezivanja, razvoja i održavanja prijateljstava i romantičnih odnosa (Keltner i Haidt, 1999), ne čudi da će socijalno anksiozne osobe, koje u manjoj mjeri otkrivaju informacije o sebi u odnosu s najboljim prijateljem/prijateljicom, imati manje blizak odnos, s manje podrške i intimnosti, što dovodi do smanjene kvalitete tog odnosa. Istraživanja pokazuju da ponašanja koja uključuju skrivanje anksioznosti (sigurnosna ponašanja) dovode do više negativnih socijalnih posljedica nego što bi se dogodilo da socijalno anksiozna osoba prizna koliko se anksiozno osjeća ili da samo nastavi s interakcijom dok se osjeća anksiozno, što znači da će se dogoditi upravo ono što socijalno anksiozna osoba pribjegavanjem sigurnosnim ponašanjima pokušava izbjeći (Voncken, Alden i Bögels, 2006).

Dobiveni su rezultati također pokazali da osobe koje su u interakcijama s drugima neprestano usmjerene na pokušaje skrivanja vlastitih emocija, ideja i misli, zbog straha od negativne evaluacije i odbacivanja posljedično doživljavaju manje pozitivnih emocija. Kapacitet za samoregulaciju je ograničen pa ako osoba tijekom

cijele interakcije pokušava nadgledati vlastito ponašanje, dolazi do iscrpljenja resursa za samoregulaciju, a time i do slabijeg pozitivnog psihološkog funkcioniranja (Kashdan, 2007a; Muraven i Baumeister, 2000). Moguće je da usmjeravanje pažnje i napora u regulaciju vlastite prezentacije onemogućuje osobu da u socijalnim interakcijama doživi ugodna i pozitivna iskustva (Clark i Wells, 1995; Leary i Kowalski, 1995a, 1995b), što u konačnici dovodi i do smanjenog doživljavanja pozitivnih emocija. Dobivena povezanost anksioznosti u socijalnim interakcijama i doživljavanja pozitivnih emocija u skladu je i s rezultatima Rodebaugha (2009a).

Rezultat prema kojem anksioznost u socijalnim interakcijama gubi svoj značaj uključivanjem vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja i čestine doživljavanja pozitivnih emocija u regresijsku analizu zanimljiv je u kontekstu provjeravanja moguće posredujuće uloge koju ove dvije varijable imaju u odnosu između socijalne anksioznosti i kvalitete prijateljskoga odnosa.

Podatak da je čestina doživljavanja pozitivnih emocija značajan prediktor, povrh varijabli uvedenih u prijašnjim koracima, te je kvalitetniji prijateljski odnos povezan s češćim doživljavanjem pozitivnih emocija u skladu je i s drugim istraživanjima. Postoje jasne socijalne dobiti od toga da s drugim ljudima sudjelujemo u ugodnim događajima. Pozitivni događaji koje smo s njima podijelili mogu se pripisati samom odnosu i time učvršćivati socijalne veze (Aron, Norman, Aron, McKenna i Heyman, 2000; Kashdan i Breen, 2008). Ljudi preferiraju biti s ljudima koji su veseliji jer su pozitivna raspoloženja "zarazna" te se prenose na druge (Hatfield, Cacioppo i Rapson, 1994). Pokazalo se da otvoreno izražavanje i dijeljenje pozitivnih emocija s drugim ljudima blagotvorno djeluje na ljudsko funkcioniranje (Alden i sur., 2008) jer produžuje dobro raspoloženje te povećava osjetljivost osobe na doživljavanje pozitivnih događaja. Smijanje kada je nešto smiješno, grljenje nekoga tijekom trenutaka ljubavi i zahvalnosti, ili govorenje i gestikulacija s animacijom kada se osjeća uzbuđenje i veselje su sve oblici kreiranja i produžavanja pozitivnih osjećaja (Spokas i sur., 2009).

Zaključno, dobiveni rezultati sugeriraju da je za kvalitetu prijateljskog odnosa najvažnije izražavanje pozitivnih emocija u interakciji te pokazivanje svojeg pravoga ja (umjesto njegovog skrivanja), neovisno o spolu. Za održavanje je prijateljskog odnosa korisnije izražavanje anksioznosti i strahova nego korištenje strategija za njihovo prikrivanje.

Ograničenja istraživanja i implikacije za buduća istraživanja

Pri interpretaciji dobivenih rezultata važno je istaknuti i određena ograničenja ovog istraživanja koje je provedeno na prigodno odabranom uzorku studenata, koji u prosjeku nisu izrazito socijalno anksiozni. Iako je uzorak studenata i studentica dobar za ispitivanje kvalitete bliskih odnosa s obzirom da je to razdoblje u kojem se mladi ljudi odvajaju od roditelja i roditeljskog doma i kada odnosi s vršnjacima postaju sve važniji izvor podrške, informacija i bliskosti, većina sudionika nema klinički značajno povišenu socijalnu anksioznost. To je zasigurno utjecalo na dobivene rezultate te ograničilo generalizaciju rezultata na osobe s povišenom socijalnom anksioznošću (9% sudionika ima značajno povišen strah od socijalnih interakcija, dok njih 20% ima značajno povišen strah od procjene drugih ljudi).

U ispitivanju su korištene mjere samoprocjene koje, iako je većina od njih često korištena i ima dobre psihometrijske karakteristike, nisu dovoljno objektivne. Objektivniji bi se podaci mogli dobiti eksperimentalnim istraživanjima u laboratorijskim ili svakodnevnim uvjetima. Nadalje, u budućim bi istraživanjima bilo dobro provjeriti postavljene probleme na uzorku osoba sa značajno povišenom socijalnom anksioznošću, što je posebno važno za mjeru vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja. Prilikom ispitivanja kvalitete bliskog odnosa bilo bi dobro uključiti i podatak o partnerskom odnosu te ispitati kvalitetu tog oblika bliskog odnosa u kontekstu navedenih varijabli. Ispitivanje bi se moglo proširiti uključivanjem nekih drugih mjera kao što je doživljavanje negativnih emocija s obzirom da su one trajnije i mogu imati jači utjecaj na bliske odnose, ali i depresiju za koju se zna da je najčešći poremećaj u komorbiditetu sa socijalnom anksioznošću.

Iako rezultati dobiveni u ovom istraživanju nisu u potpunosti u skladu s postavljenim hipotezama te je upitna njihova mogućnost generalizacije na socijalno anksiozne osobe, oni ipak imaju korisne implikacije za tretman socijalne anksioznosti. Pokazalo se da je mjera vjerovanja o potrebi skrivanja pravoga ja povezana s kvalitetom prijateljskih odnosa, što upućuje na nužnost daljnjeg ispitivanja ovog konstrukta, ali i na važnost promjene takvih vjerovanja u tretmanu, a posljedično i na promjenu ponašanja koja proizlaze iz njih. Uzevši u obzir važnost doživljavanja pozitivnih emocija i međusobnog izražavanja istih za kvalitetu prijateljskih odnosa, u savjetodavnom i terapijskom bi radu bilo korisno socijalno anksiozne pojedince podučavati strategijama koje će im pomoći u identificiranju, prihvaćanju i uživanju u vlastitim pozitivnim emocijama te ih potaknuti na izražavanje vlastitih emocija tijekom socijalnih interakcija, posebno sa sebi bliskim osobama.

Literatura

- Alden, L.E. i Bieling, P. (1998). Interpersonal consequences of the pursuit of safety. *Research and Therapy*, 36, 53-64.
- Alden, L.E. i Taylor, C.T. (2004). Interpersonal processes in social phobia. *Clinical Psychology Review*, 24, 857-882.
- Alden, L.E., Taylor, C.T., Mellings, T.M.J.B. i Lapsa, J.M. (2008). Social anxiety and the interpretation of positive social events. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 577-590.
- Američka psihijatrijska udruga (1996). *Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje* (4. izdanje). Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Aron, A., Norman, C.C., Aron, E.N., McKenna, C. i Heyman, R.E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 273-284.
- Arroyo, A. i Harwood, J. (2011). Communication competence mediates the link between shyness and relational quality. *Personality and Individual Differences*, 50, 264-267.
- Brown, L.H., Silvia, P.J., Myin-Germeys, I. i Kwapil, T.R. (2007). When the need to belong goes wrong. The expression of social anhedonia and social anxiety in daily life. *Psychological Science*, 18, 778-782.
- Brown, E.J., Turovsky, J., Heimberg, R.G., Juster, H.R., Brown, T.A. i Barlow, D.H. (1997). Validation of the social interaction anxiety scale and the social phobia scale across the anxiety disorders. *Psychological Assessment*, 9, 21-27.
- Clark, D.M. i Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. U: R.G. Heimberg, M. Liebowitz, D.A. Hope i R. Schneier (Ur.), *Social phobia: Diagnosis, assesment and treatment* (str. 69-93). New York: The Guilford Press.
- Cuming, S. i Rapee, R.M. (2010). Social anxiety and self-protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 87-96.
- Davila, J., Beck J.G. i Buffalo, S. (2002). Is social anxiety associated with impairment in close relationships? A preliminary investigation. *Behavior Therapy*, 33, 427-446.
- Eisner, L.R., Johnson, S.L. i Carver, C.S. (2009). Positive affect regulation in anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 645-649.
- Eng, W., Coles, M.E., Heimberg, R.G. i Safren, S.A. (2005). Domains of life satisfaction in social anxiety disorder: Relation to symptoms and response to cognitive-behavioral therapy. *Anxiety Disorders*, 19, 143-156.
- Eng, W., Heimberg, R.G., Hart, T.A., Schneier, F.R. i Liebowitz, M.R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1, 365-380.
- Fredrickson, B.L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Gee, B.A., Antony, M.M. i Koerner, N. (2013). Disclosure of anxiety in everyday life: Effects of social anxiety. *Personality and Individual Differences*, 54, 438-441.

- Hatfield, E., Cacioppo, J.T. i Rapson, R.L. (1994). *Emotional contagion: Studies in emotion and social interaction*. Preuzeto s <http://books.google.hr/>
- Heimberg, R.G., Liebowitz, M.R., Hope, D.A., i Schneier, F.R. (1995). *Social phobia: Diagnosis, assesment and treatment*. New York: The Guilford Press.
- Heimberg, R.G., Mueller, G.P., Holt, C.S., Hope, D.A. i Liebowitz, M.R. (1992). Assessment of anxiety in social interaction and being observed by others: The social interaction anxiety scale and The social phobia scale. *Behavior Therapy*, 23, 53-73.
- Juretić, J. (2008). Socijalna i ispitna anksioznost te percepcija samoeфикаsnosti kao prediktori ishoda ispitne situacije. *Psihologijske teme*, 17, 15-36.
- Juretić, J. (2011). *Uloga socijalne anksioznosti i regulacije emocija u doživljavanju pozitivnih emocija*. (Neobjavljena doktorska disertacija). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb.
- Kashdan, T.B. (2002). Social anxiety dimensions, neuroticism, and the contours of positive psychological functioning. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 789-810.
- Kashdan, T.B. (2004). The neglected relationship between social interaction anxiety and hedonic deficits: Differentiation from depressive symptoms. *Anxiety Disorders*, 18, 719-730.
- Kashdan, T.B. (2007a). New perspectives on social anxiety: Addressing the positive spectrum of human functioning. *Association for Behavioral and Cognitive Therapies*, 4, 1-4.
- Kashdan, T.B. (2007b). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27, 348-365.
- Kashdan, T.B. i Breen, W.E. (2008). Social anxiety and positive emotions: A prospective examination of a Self-regulatory model with tendencies to suppress or express emotions as a moderating variable. *Behavior Therapy*, 39, 1-12.
- Kashdan, T.B. i Collins, R.L. (2010). Social anxiety and the experience of positive emotion and anger in everyday life: An ecological momentary assessment approach. *Anxiety, Stress & Coping*, 23, 259-272.
- Kashdan, T.B. i Roberts, J.E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 119-114.
- Kashdan, T.B. i Steger, M.F. (2006). Expanding the topography of social anxiety: An experience-sampling assessment of positive emotions, positive events, and emotion suppression. *Psychological Science*, 17, 120-128.
- Kashdan, T.B., Volkmann, J.R., Breen, W.E. i Han, S. (2007). Social anxiety and romantic relationships: The costs and benefits of negative emotion expression are context-dependent. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 475-492.
- Kashdan, T.B., Weeks, J.W. i Savostyanova, A.A. (2011). Whether, how, and when social anxiety shapes positive experiences and events: A self-regulatory framework and treatment implications. *Clinical Psychology Review*, 31, 786-799.

- Keltner, D. i Haidt, J. (1999). Social functions of emotions at four levels of analysis. *Cognition and Emotion*, 13, 505-521.
- Knezović, Z., Šverko, D. i Fuček, I. (2007). Watsonova teorija pozitivnog i negativnog afekta: Provjera faktorske strukture skale PANAS-X. U: G. Keresteš, I. Brković i A. Butković (Ur.), 18. *Dani Ramira i Zorana Bujasa: Program i sažeci priopćenja* (str. 101). Zagreb: Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Zagreb.
- La Greca, A.M. i Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26, 83-94.
- Leary, M.R., i Kowalski, R.M., (1995a). *Social anxiety*. New York: The Guilford Press.
- Leary, M.R., i Kowalski, R.M., (1995b). The self-presentation model of social phobia. U: R. G. Heimberg, M. Liebowitz, D.A. Hope i R. Schneier (Ur.), *Social phobia: Diagnosis, assesment and treatment* (str. 94-112). New York: The Guilford Press.
- Mattick, R.P. i Clarke, J.C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 455-470.
- Meleshko, K.G. i Alden, L.E. (1993). Anxiety and self-disclosure: Toward a motivational model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 1000-1009.
- Moscovitch, D.A. (2008). What is the core fear in social phobia? A new model to facilitate individualized case conceptualization and treatment. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16, 135-141.
- Muraven, M. i Baumeister, R.F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247-259.
- Nielsen, K.E.J. i Cairns, S.L. (2009). Social anxiety and close relationships: A hermeneutic phenomenological study. *Canadian Journal of Counselling*, 43, 178-197.
- Parade, S.H., Leerkes, E.M. i Blankson, A.N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 127-137.
- Parker, J.G. i Asher, S.R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29, 611-621.
- Rapee, R.M. i Heimberg, R.G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behavioral Research Therapy*, 35, 741-756.
- Rodebaugh, T.L. (2009a). Hiding the self and social anxiety: The core extrusion schema measure. *Cognitive Therapy and Research*, 33, 90-109.
- Rodebaugh, T.L. (2009b). Social phobia and perceived quality of friendship. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 872-878.
- Schlenker, B.R. i Leary, M.R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92, 641-669.
- Sparrevohn, R.M. i Rapee, R.M. (2009). Self-disclosure, emotional expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 1074-1078.

- Spokas, M., Luterek, J.A. i Heimberg, R.G. (2009). Social anxiety and emotional suppression: The mediating role of beliefs. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 40, 283-291.
- Vohs, K.D., Baumeister, R.F. i Ciarocco, N.J. (2005). Self-regulation and self-presentation: Regulatory resource depletion impairs impression management and effortful self-presentation depletes regulatory resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 632-657.
- Voncken, M.J., Alden, L.E. i Bögels, S.M. (2006). Hiding anxiety versus acknowledgment of anxiety in social interaction: Relationship with social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1673-1679.
- Watson, D. i Clark, L.A. (1994). *The PANAS-X: Manual for the positive and negative affect schedule - Expanded form*. University of Iowa: Psychology Publications.
- Wittchen, H.U., Fuetsch, M., Sonntag, H., Müller, N. i Liebowitz, M. (2000). Disability and quality of life in pure and comorbid social phobia. Findings from a controlled study. *European Psychiatry*, 15, 46-58.

The Role of Social Anxiety, Self-disclosure and Experiencing Positive Emotions in Explaining the Students' Friendship Quality

Abstract

Social anxiety often leads to various interpersonal problems. The purpose of this study was to examine the contribution of the need to hide the true self from others and of experiencing positive emotions in explaining the friendship quality of socially anxious students.

The study was conducted with 630 students from three Croatian universities. The participants filled out the following questionnaires: *General data questionnaire*, *Social Interaction Anxiety Scale*, *Social Phobia Scale*, *Positive and Negative Affect Schedule*, *The Core Extrusion Schema Measure* and *Friendship Quality Questionnaire*.

The results of hierarchical regression analysis, after controlling for gender and both types of social fears, indicate that the specific significant predictors of students' friendship quality are the need to hide the true self and the frequency of experiencing positive emotions. Gender is the consistent significant predictor, but does not moderate the relationship between social anxiety and friendship quality.

The obtained results are useful in theoretical understanding of self-disclosure and the development of close relationships, and have practical implications that can be useful in therapy for socially anxious people who tend to use the strategy of hiding the true self.

Keywords: social anxiety, hiding true self, positive emotions, friendships

Primljeno: 13.09.2012.