

## **Uloga uključenosti u romantične odnose i relacijskoga samopoimanja u objašnjenju problema mentalnoga zdravlja mladih: Pilot-studija**

Ana Krnić<sup>1</sup>, Lucija Šutić<sup>2</sup> i Miranda Novak<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Osnovna škola Ivana Gundulića, Zagreb, Hrvatska

<sup>2</sup> Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb, Hrvatska

---

### Sažetak

Važnost je romantičnih odnosa u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi neupitna. Dok turbulencije na romantičnome planu mogu utjecati na mentalno zdravlje, problemi s potonjim mogu se odraziti na romantičnu kompetentnost adolescenata. Model individualnih razlika predlaže da navedenu povezanost moderiraju individualne karakteristike pojedinca, uključujući relacijske aspekte samopoimanja. Budući da su istraživanja navedenih konstrukata u hrvatskim znanstvenim krugovima još uvijek nedovoljno zastupljena, cilj je ovoga pilot-istraživanja bio ispitati doprinose spola, dobi te relacijskih aspekata samopoimanja u objašnjenju emocionalnoga distresa. Istraživanje je provedeno u proljeće 2021. godine putem *online*-upitnika. Prigodni su uzorak sačinjavale 194 mlade osobe u kasnoj adolescenciji i ranoj odrasloj dobi, a prosječna je dob sudionika bila 19 godina. Žene su sačinjavale 78 % uzorka, a 62 % sudionika u trenutku provedbe istraživanja bilo je u romantičnoj vezi. Osim odgovora na demografska pitanja i pitanja o uključenosti u romantične odnose, sudionici su ispunili skraćenu verziju Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa te Upitnik za procjenu odnosa. Da bismo testirali postavljene hipoteze, provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Rezultati su razmotreni s polazišta teorije sociometra te pokazuju da veća relacijska depresivnost mladih previđa veću izraženost simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa. Pritom uključenost u romantične odnose ima značajnu moderatorsku ulogu pa mladi koji su u vezi imaju izraženije probleme mentalnoga zdravlja kada je njihovo relacijsko samopouzdanje nisko, a relacijska depresivnost izraženija. Dobiveni nalazi pružaju smjernice za buduća istraživanja, ali i sugeriraju mogućnost promocije mentalnoga zdravlja jačanjem interpersonalnih kompetencija u adolescenciji.

*Cljučne riječi:* mladi, romantični odnosi, mentalno zdravlje, relacijsko samopoštovanje, relacijska depresivnost, relacijska preokupacija

---

## Uvod

Romantični su odnosi u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi normativni i često su okosnica psihosocijalnoga razvoja i preokupacija, no istraživanja konstrukata povezanih s njima još su uvijek nedovoljno zastupljena u stručnim i znanstvenim krugovima, osobito u hrvatskome kontekstu. Sve do ranih 2000. godina romantična su iskustva u adolescenciji smatrana trivijalnim, prolaznim i površnim. Malobrojna istraživanja bila su suočena s terminološkim i metodološkim ograničenjima, kao i s izostankom odgovarajućega teorijskog utemeljenja (Brown i sur., 1999). Sve navedeno rezultiralo je ograničenošću istraživanja u području romantičnih odnosa na koncept privrženosti, utjecaj ranih interakcija između roditelja i djeteta na romantične odnose u odrasloj dobi te proučavanje seksualnosti (Brown i sur., 1999; Collins, 2003; Collins i sur., 2009; Furman i Shaffer, 2003). Danas je poznato da romantični odnosi imaju važnu ulogu u životima mladih, česta su tema razgovora i uglavnom primarni fokus gotovo svake mlade osobe (Collins i sur., 2009).

### Važnost romantičnih odnosa u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi

Romantični odnosi u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi važan su izvor privrženosti te značajno doprinose razvoju pozitivne slike o sebi (Gómez-López i sur., 2019). Osim toga, partnerski odnosi usmjeravaju i mijenjaju tijek psihosocijalnoga razvoja adolescenata i sudjeluju u ispunjavanju mnogih razvojnih zadataka adolescencije, pri čemu se ističu razvoj emocionalne autonomije kroz transformaciju obiteljskih odnosa te formiranje različitih aspekata identiteta, što se primarno odnosi na formiranje seksualnoga identiteta i romantičnoga samopoimanja (Collins i sur., 2009).

Pored svega navedenoga, neupitno je da romantični odnosi izazivaju snažne emocionalne reakcije – ugodne, ali i neugodne (Larson i sur., 1999; Wilson-Shockley, 1995). Wilson-Shockley (1995) navodi podatak da djevojke romantičnim partnerima atribuiraju 34 % intenzivnih emocija, a mladići 25 %. Iako je većina tih emocija ugodna, nezanemarivo manje (42 %) ih je neugodno, što uključuje osjećaj sniženoga raspoloženja, ljubomore, ljutnje i anksioznosti. Ipak, turbulencije i izazovi romantičnih odnosa u adolescenciji omogućuju izgradnju važnih vještina kao što su sposobnost regulacije snažnih emocija (Larson i sur., 1999) te razvoj komunikacijskih vještina i vještina pregovaranja (Scanlan i sur., 2012).

### Povezanost između romantičnih odnosa i mentalnoga zdravlja mladih

Ako u obzir uzmemo činjenicu da adolescenti romantične odnose percipiraju ključnima te da stoga oni mogu utjecati na njihova ponašanja i emocije, nemoguće je osporiti ulogu koju ljubav ima u razumijevanju problema mentalnoga zdravlja mladih. Turbulentni događaji na romantičnome planu, kao i percepcija vlastite

romantične nekompetentnosti mogu rezultirati sniženim raspoloženjem i pojavom depresivnih simptoma. Jednako tako, postojanje određenih problema mentalnoga zdravlja može se odraziti na romantičnu kompetentnost mladih (Davila i sur., 2004). Naime, mladi koji manifestiraju neki oblik problema mentalnoga zdravlja nerijetko imaju lošije razvijene socijalne vještine, vještine rješavanja problema i suočavanja sa stresom ili pak niže samopoštovanje, što može utjecati na njihove odnose, uključujući one romantične (La Greca i sur., 2008).

Dosadašnje studije jasno ukazuju na to da se povezanost problema mentalnoga zdravlja i romantičnih odnosa u adolescenciji može tumačiti u obama smjerovima te bi bilo pogrešno tvrditi da romantična ljubav uzrokuje probleme mentalnoga zdravlja. Umjesto toga, nalazi istraživanja upućuju na kompleksnu interakciju različitih čimbenika rizika (Davila, 2008), pri čemu je važno u obzir uzeti aspekte romantičnih odnosa, poput kvalitete veze i intenziteta odnosa, ali i različita individualna obilježja adolescenta (Collins, 2003). Sumirajući dotadašnje spoznaje iz spomenutoga područja, s posebnim naglaskom na depresivnu simptomatologiju, Davila (2008) naglašava da su različiti autori suglasni u jednome – romantični odnosi povezani su s više depresivnih simptoma u adolescenciji, osobito kod djevojaka.

### **Uloga individualnih obilježja i romantičnoga samopoimanja u razumijevanju mentalnoga zdravlja mladih**

Pri razmatranju uloge romantičnih odnosa u razumijevanju problema mentalnoga zdravlja mladih nužno je u obzir uzeti različita individualna obilježja pojedinca, poput roda, spola, osobina ličnosti i samopoštovanja (Davila, 2008; Miller, 2015). Osobito je važno istaknuti samopoštovanje koje predstavlja jedan od najčešće istraživanih konstrukata u psihologijskim istraživanjima. Samopoštovanje, kao evaluativna komponenta pojma o sebi, definira se kao stupanj prihvaćanja sebe onakvima kakvima se doživljavamo na relevantnim dimenzijama. Različiti autori navode nekoliko dimenzija: akademski uspjeh, kako nas drugi prihvaćaju, tjelesna sposobnost, fizički izgled, obiteljska dimenzija, dimenzija afekata (Gentile i sur., 2009; Harter, 1993; Jekauc i sur., 2019). Samopoštovanje govori u prilog tome koliko se ljudi sviđaju samima sebi (Baumeister, 2005), ali i koliko vjeruju da su kompetentni u različitim važnim područjima (Mruk, 2006). Zbog toga je ono jedan od važnih indikatora adaptacije (Jelić, 2012). Naime, pozitivne su evaluacije samoga sebe, između ostaloga, bitne za osjećaj sreće i zadovoljstva životom te imaju važnu ulogu u održavanju mentalnoga zdravlja (Baumeister i sur., 2003). Suprotno navedenom, osobe niskoga samopoštovanja češće pokazuju različite probleme mentalnoga zdravlja, poput depresije i anksioznosti (Sowislo i Orth, 2013).

Uz navedeno, samopoštovanje je jedan od ključnih čimbenika u praćenju reakcija drugih osoba na ponašanje pojedinca i održavanju interpersonalnih odnosa. Navedeno ima temelje u teoriji sociometra (Leary i Baumeister, 2000) koja samopoštovanje promatra kao dio specifičnoga psihološkog sustava – sociometra.

Sociometar nadzire okruženje i interakcije u njemu s ciljem detektiranja znakova koji upućuju na potencijalnu negativnu samoevaluaciju nastalu time što nas drugi ne odobravaju, izbjegavaju ili odbijaju u različitim interakcijama. Prema spomenutoj teoriji osnovna je funkcija samopoštovanja mjerenje relacijske vrijednosti pojedinca, u čijoj se pozadini nalazi jedna od primarnih psiholoških potreba – potreba za pripadanjem (Leary i Baumeister, 2000). Ovisno o dobi pojedinca i razvojnome razdoblju u kojemu se on nalazi, njegov će sociometar biti osobito reaktivan na percepciju prihvaćanja ili odbijanja u različitim kontekstima. Primjerice, u djetinjstvu percepcija prihvaćanja i odbijanja u interakcijama s roditeljima ima ključnu ulogu u formiranju relacijskoga samopoštovanja pojedinca, dok je u razdoblju rane i srednje adolescencije najvažnija percepcija u interakciji s vršnjacima (Pass i sur., 2010). U razdoblju kasne adolescencije (mladi u dobi od 15 do 19 godina; Irwin i sur., 2002) i rane odrasle dobi (mladi u dobi od 20 do 24 godine; Irwin i sur., 2002) ključnima postaju upravo interakcije s romantičnim partnerima i doživljaj vlastite kompetentnosti u romantičnim odnosima (Pass i sur., 2010).

Prema teoriji sociometra važnost je interakcija u domeni romantičnih odnosa neosporna i sa psihološke i s evolucijske točke gledišta. Polazeći od evolucijske paradigme, osiguravanje je partnerskih odnosa adaptivno i ima primarnu ulogu u ostvarivanju reproduktivnih zadataka (Buss i Reeve, 2003), dok su sa psihološkoga aspekta kvalitetni romantični odnosi povezani s mnogobrojnim povoljnim psihosocijalnim ishodima. Postojeće spoznaje upućuju na to da samopoštovanje utječe na opće zadovoljstvo romantičnim odnosom (Hendrick i sur., 1988), dok pozitivne romantične samoevaluacije imaju niz pozitivnih posljedica na mentalno zdravlje u obliku većega zadovoljstva, produktivnosti, kreativnosti i jačanja otpornosti (Baumeister i sur., 2003; Du i sur., 2014; Taylor i Stanton, 2007). Osim toga, samopoštovanje, uz percepciju privrženosti, predviđa stupanj predanosti romantičnomu partneru (Rill i sur., 2009).

Bez obzira na navedeno, većina dosadašnjih istraživanja u fokusu ima globalno ili pak kolektivno samopoštovanje te njihov utjecaj na mentalnu dobrobit pojedinca (Du i sur., 2015; Jelić, 2011). S druge strane, relacijski aspekti samopoimanja, koji upućuju na specifične evaluacije samoga sebe u intimnim odnosima (Brehm, 1985; prema Snell i Finney, 2002), često ostaju zapostavljeni. Među navedenima ističu se relacijsko samopouzdanje definirano kao percepcija vlastitih kapaciteta za uspostavu i održavanje romantičnih odnosa, relacijska depresivnost okarakterizirana kao poimanje intimnoga odnosa s pretežno negativnih aspekata te relacijska preokupacija koja upućuje na važnost ljubavi i učestalost razmišljanja o romantičnoj vezi i partneru (Snell i Finney, 2002).

Cilj je ovoga istraživanja utvrditi postoji li povezanost između problema mentalnoga zdravlja, uključenosti u romantične odnose i relacijskoga samopoimanja na prigodnome uzorku mladih u razdoblju kasne adolescencije i rane odrasle dobi. Preciznije, utvrdit će se zasebni doprinosi spola, dobi i relacijskoga samopoimanja (relacijsko samopouzdanje, relacijska depresivnost, relacijska preokupacija) u

objašnjenju izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa, kao i moderatorska uloga uključenosti u romantične odnose. S obzirom na to da je viša razina relacijskoga samopoštovanja povezana s mentalnom dobrobiti (Baumeister i sur., 2003; Du i sur., 2014; Taylor i Stanton, 2007), očekuje se da će mladi koji pokazuju višu razinu romantičnoga samopouzdanja te nižu razinu relacijske depresivnosti i preokupacije ujedno pokazivati manje izražene simptome emocionalnoga distresa. Budući da rezultati inozemnih studija upućuju na zaključak da mladi uključeni u romantične odnose generalno imaju bolje mentalno zdravlje od mladih koji nisu u vezi (Gómez-López i sur., 2019), a uključenost u romantične odnose mladima ujedno služi kao potvrda vlastite romantične vrijednosti i kompetentnosti, pretpostavlja se da će mladi koji su trenutno u vezi također pokazivati manje simptoma emocionalnoga distresa, a veće relacijsko samopoštovanje.

## Metoda

### Sudionici i postupak istraživanja

Istraživanjem je obuhvaćen prigodni uzorak od  $N = 194$  mladih u razdoblju kasne adolescencije i rane odrasle dobi, od čega je više djevojaka ( $n = 151$ ; 77.80 %) nego mladića ( $n = 43$ ; 22.20 %). Prosječna dob sudionika iznosila je  $M = 19.45$  ( $SD = 2.20$ ), pri čemu se raspon dobi kretao između 17 i 28 godina. Svi su sudionici u trenutku provedbe istraživanja pohađali srednju školu ili su bili studenti preddiplomskoga ili diplomskog studija. Najveći je broj sudionika pohađao četverogodišnje strukovne srednje škole ( $n = 76$ ; 39.20 %), gimnazije ( $n = 59$ ; 30.40 %) i fakultete ( $n = 54$ ; 27.80 %), a svega je  $n = 5$  (2.60 %) sudionika pohađalo trogodišnje strukovne srednje škole.

Istraživanje je provedeno *online*, pomoću alata *Google obrasci*. Radi pronalaska sudionika upitnik je distribuiran u grupama na *Facebooku* „Maturanti 2020/2021” i „Studentski dom Stjepan Radić”. Predviđeno vrijeme ispunjavanja upitnika bilo je 15 minuta, a sudjelovanje u istraživanju bilo je u potpunosti dobrovoljno i anonimno te se u svakome trenutku moglo odustati od ispunjavanja upitnika.

### Mjerni instrumenti

Za potrebe ovoga istraživanja, uz prikupljanje demografskih podataka, korištena su dva mjerna instrumenta: *Upitnik za procjenu odnosa* (engl. *The Relational Assessment Questionnaire*; Snell i Finney, 2002) te skraćena verzija *Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa* (engl. *Depression Anxiety Stress Scale – DASS-21*; Lovibond i Lovibond, 1995).

### **Upitnik za procjenu odnosa**

Upitnik za procjenu odnosa (engl. *The Relational Assessment Questionnaire*; Snell i Finney, 2002) sastoji se od 30 čestica kojima je pridružena skala Likertova tipa (od 1 – *nimalo se ne odnosi na mene* do 5 – *u potpunosti se odnosi na mene*). Upitnik je namijenjen ispitivanju odnosnih aspekata samopoimanja te percipirane važnosti ljubavi. Upitnik sačinjavaju tri podljestvice: *podljestvica relacijskoga samopoštovanja* (engl. *relational esteem*), *podljestvica relacijske depresivnosti* (engl. *relational depression*) te *podljestvica relacijske preokupacije* (engl. *relational preoccupation*). Podljestvica relacijskoga samopoštovanja sadrži devet čestica (npr. *U romantičnim sam odnosima dobar partner/partnerica*), podljestvica relacijske depresivnosti jedanaest čestica (npr. *Osjećam se nesretno zbog svojih romantičnih odnosa*), a podljestvica relacijske preokupacije deset čestica (npr. *Neprestano razmišljam o tome kako bi bilo da sam u romantičnoj vezi*). Veći rezultat na svakoj od podljestvica korespondira s pozitivnijim poimanjem vlastite kompetentnosti za romantične odnose, negativnijim poimanjem odnosa te većom preokupacijom/zabrinutošću povezanom s odnosima.

S obzirom na to da je Upitnik za procjenu odnosa za potrebe ovoga istraživanja prvi put preveden na hrvatski jezik, da bi se provjerila faktorska struktura upitnika, proveden je postupak konfirmatorne faktorske analize te analiza ESEM (engl. *exploratory structural equation modeling*) u programu *Mplus*. Analize su potvrdile trofaktorski model, u skladu s nalazima autora (Snell i Finney, 2002). Pristajanje modela podacima ukazuje na veću prikladnost modela ESEM koji dozvoljava križna zasićenja faktora te provjeru teorijskoga modela. Indeksi pristajanja modela podacima potvrđuju adekvatno pristajanje modela (Hu i Bentler, 1999),  $\chi^2 = 752.093$  (322),  $p < .001$ ; CFI = .838, TLI = .796, SRMR = .052, dok se RMSEA kreće u intervalu od .075 do .091. U skladu s potvrđenim faktorskim rješenjem, koeficijenti unutarnje pouzdanosti pokazali su da je Cronbachov  $\alpha$  koeficijent .86 za relacijsko samopouzdanje i relacijsku preokupaciju, dok je za relacijsku depresivnost koeficijent pouzdanosti  $\alpha = .85$ .

### **Skala depresivnosti, anksioznosti i stresa**

Mentalno zdravlje mladih mjereno je razinom izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa, a u tu je svrhu korištena *Skala depresivnosti, anksioznosti i stresa* (DASS-21; Lovibond i Lovibond, 1995). Skala se sastoji od 21 čestice raspoređene u tri podljestvice: *podljestvica depresivnosti*, *podljestvica anksioznosti* i *podljestvica stresa*, pri čemu svaku od spomenutih podljestvica sačinjava 7 čestica. Podljestvica depresivnosti mjeri disforiju, beznadnost, nedostatak interesa, apatiju i vlastito obezvrijeđivanje (npr. *Osjećao/-la sam da se nemam čemu veseliti*). Podljestvica anksioznosti uključuje situacijsku anksioznost i pobuđenost autonomnoga živčanog sustava (npr. *Imao/-la sam poteškoća s disanjem*), dok podljestvica stresa obuhvaća pokazatelje uznemirenosti, nestrpljenja, poteškoća

opuštanja i slično (npr. *Bilo mi je teško smiriti se*). Skala sadrži četiri stupnja, od 0 – *uopće se ne odnosi na mene* do 3 – *potpuno se odnosi na mene*. Za svaku je podljestvicu izračunan zbroj procjena na česticama, koji je potom pomnožen s dva da bi se dobio ukupni rezultat. Tako se mogući raspon rezultata kreće od 0 do 42.

Kada su u pitanju psihometrijske karakteristike, Cronbachovi  $\alpha$  koeficijenti u ovome istraživanju iznose .88 za podljestvicu depresivnosti, .83 za podljestvicu anksioznosti i .87 za podljestvicu stresa. Navedeni su podaci konzistentni s podacima dobivenima u drugim istraživanjima gdje se koeficijent pouzdanosti pojedinih skala uglavnom kreće između .80 i .95 (Jovanović i sur., 2014).

## Rezultati

### Deskriptivni parametri

Deskriptivni parametri za sve analizirane varijable prikazani su u Tablici 1. Iako statistički značajan Kolmogorov-Smirnovljev test ukazuje na asimetričnu distribuciju dobi, izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa te relacijskoga samopouzdanja i relacijske depresivnosti, indeksi zakrivljenosti (engl. *skewness*) manji od 2 i indeksi spljoštenosti (engl. *kurtosis*) manji od 7 pokazuju da ona nije problematična (Curran i sur., 1996). Stoga smo u obradi koristili parametrijske statističke postupke.

**Tablica 1.**

*Prikaz deskriptivnih parametara analiziranih varijabli (N = 194)*

Skala	<i>M</i>	$\sigma$	<i>K-S</i>	Skew. ( <i>S.E.</i> )	Kurt. ( <i>S.E.</i> )	$\alpha$
Dob	19.45	2.20	.33*	1.21 (0.17)	0.21 (0.34)	-
Depresivnost	15.82	12.37	.16*	0.56 (0.17)	-0.92 (0.34)	.88
Anksioznost	14.61	11.53	.12*	0.56 (0.17)	-0.68 (0.34)	.84
Stres	21.41	12.12	.09*	-0.01 (0.17)	-1.15 (0.34)	.87
Relacijsko samopouzdanje	23.53	4.51	.10*	-0.68 (0.17)	0.51 (0.34)	.86
Relacijska depresivnost	19.75	7.27	.12*	1.03 (0.17)	0.96 (0.34)	.85
Relacijska preokupacija	24.81	7.44	.06	0.14 (0.17)	-0.47 (0.34)	.86

*Napomena:* *K-S* = Kolmogorov-Smirnovljev test; Skew. = simetričnost; Kurt. = spljoštenost; *S.E.* = standardna pogreška. \* $p < .001$ .

Adolescenti i mladi odrasli koji su sudjelovali u ovome istraživanju imaju u prosjeku umjereno izražene simptome depresivnosti, anksioznosti i stresa, pri čemu je varijabilitet rezultata ostvarenih na sve tri supskale skale DASS-21 iznimno velik ( $\sigma_{\text{depresivnost}} = 12.37$ ,  $\sigma_{\text{anksioznost}} = 11.53$ ,  $\sigma_{\text{stres}} = 12.12$ ). Kada je riječ o relacijskome samopoimanju, naši sudionici imaju visoko relacijsko samopouzdanje (prosječna vrijednost 23.53 od maksimalnih 30), nisku relacijsku depresivnost (prosječna vrijednost 19.75 od maksimalnih 60) i umjerenu relacijsku preokupaciju (prosječna vrijednost 24.81 od maksimalnih 45). Pritom rezultati na podljestvicama relacijske depresivnosti i relacijske preokupacije variraju znatno više nego rezultati na podljestvici relacijskoga samopouzdanja.

U Tablici 2. prikazane su korelacije među ispitivanim varijablama. Prikazane su povezanosti određenih demografskih pokazatelja (dob i spol), relacijskih aspekata samopoimanja te simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa. Korelacije među varijablama upućuju na nisku negativnu povezanost dobi te simptoma depresivnosti i anksioznosti, što upućuje na to da mlađi sudionici u prosjeku pokazuju izraženije simptome depresivnosti i anksioznosti. Povezano s varijablama relacijskoga samopoimanja, značajna je niska negativna korelacija dobi i relacijske depresivnosti. Preciznije, mlađi sudionici pokazuju višu razinu relacijske depresivnosti. Bitno je istaknuti nisku pozitivnu povezanost relacijskoga samopouzdanja i relacijske preokupacije te umjerenu negativnu povezanost relacijskoga samopouzdanja i relacijske depresivnosti. Prethodno upućuje na to da mladi koji imaju više relacijsko samopouzdanje ujedno pokazuju višu razinu relacijske preokupacije te nižu razinu relacijske depresivnosti.

Kada je u pitanju povezanost varijabli relacijskoga samopoimanja i simptoma emocionalnoga distresa, uočava se niska negativna korelacija relacijskoga samopouzdanja te svih varijabli koje upućuju na simptome emocionalnoga distresa, što znači da mladi koji imaju bolje relacijsko samopouzdanje ujedno imaju manje izražene simptome depresivnosti, anksioznosti i stresa. Osim toga, značajna je umjerena pozitivna korelacija relacijske depresivnosti i varijabli koje upućuju na simptome depresivnosti, anksioznosti i stresa. Izuzetak je samo relacijska preokupacija koja nije statistički značajno povezana s emocionalnim distresom.

**Tablica 2.**

*Prikaz korelacija među ispitivanim varijablama*

	2	3	4	5	6	7	8
1. Spol	-.14	-.06	.01	-.17*	.06	.03	-.01
2. Dob	-	-.21**	-.27**	-.12	.08	-.16*	.00
3. Depresivnost		-	.73**	.74**	-.26**	.48**	.02
4. Anksioznost			-	.75**	-.17*	.41**	.09
5. Stres				-	-.17*	.39**	.08
6. Relacijsko samopouzdanje					-	-.43**	.17*
7. Relacijska depresivnost						-	.06
8. Relacijska preokupacija							-

*Napomena:* spol: 1 – djevojke; 2 – mladići. \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .



S obzirom na, kao što je objašnjeno u uvodu, važnu ulogu koju romantični odnosi imaju u adolescenciji, pretpostavili smo da bi se adolescenti koji su u vezi mogli razlikovati od onih koji nisu u vezi na dimenzijama relacijskoga samopoimanja te dimenzijama mentalnoga zdravlja. Stoga smo proveli niz *t*-testova, rezultati kojih su prikazani u Tablici 3., a koji su pokazali da se te dvije skupine statistički značajno razlikuju na relacijskome samopouzdanju i relacijskoj depresivnosti. Preciznije, adolescenti koji su u vezi imaju veće relacijsko samopouzdanje, a manje izraženu relacijsku depresivnost. S obzirom na te razlike, poželjno bi bilo provesti zasebne hijerarhijske regresijske analize na poduzorku onih koji jesu i onih koji nisu u vezi. Međutim, budući da je broj sudionika u obama poduzorcima malen (121 sudionik je u vezi, dok njih 73 nije), proveli smo hijerarhijsku regresijsku analizu na cijelome uzorku, a zatim provjerili moderatorsku ulogu uključenosti u romantične odnose u ispitivanim povezanostima.

**Tablica 3.**

*Rezultati t-testova za dimenzije relacijskoga samopoimanja i mentalnoga zdravlja s obzirom na uključenost u romantične odnose*

Skala	<i>M</i> (u vezi su)	<i>M</i> (nisu u vezi)	<i>t</i> -test	<i>ss</i>
Depresivnost	15.07	17.07	-1.07	146.53
Anksioznost	13.49	16.47	-1.74	151.17
Stres	21.36	21.51	-0.08	131.62
Relacijsko samopouzdanje	24.21	22.41	2.59*	129.00
Relacijska depresivnost	17.60	23.30	-5.33**	122.32
Relacijska preokupacija	25.33	23.95	1.21	136.52

Napomena: *M* = aritmetička sredina; *ss* = stupnjevi slobode. \**p* < .05; \*\**p* < .01.

### **Doprinos relacijskoga samopoimanja u objašnjenju depresivnosti, anksioznosti i stresa kod mladih**

Da bismo odgovorili na postavljen istraživački problem, proveli smo tri hijerarhijske regresijske analize, u kojima je kriterij bila izraženost simptoma depresivnosti, anksioznosti, odnosno stresa. U svim trima analizama prediktori su u prvome koraku bili spol i dob, a u drugome i posljednjemu relacijsko samopouzdanje, relacijska depresivnost i relacijska preokupacija. Korelacije među prediktorskim varijablama bile su niske do umjerene (Tablica 2.), a s obzirom na to da su sve vrijednosti VIF-a bile manje od 2, u analizi nije bio prisutan problem multikolinearnosti.

Kao što je vidljivo iz Tablice 4., u prvome koraku hijerarhijske regresijske analize objasnili smo 4 % varijance u izraženosti simptoma depresivnosti, 6 % varijance u izraženosti simptoma anksioznosti te 4 % varijance u izraženosti simptoma stresa. Pritom veći rezultat na svim trima podljestvicama pokazuju mladi

sudionici, dok djevojke pokazuju više simptoma stresa. U drugome koraku objasnili smo dodatnih 21 % varijance depresivnosti te 14 % varijance anksioznosti i stresa. Za sva se tri kriterija jedinim značajnim prediktorom pokazala relacijska depresivnost: što je ona izraženija, izraženiji su i simptomi depresivnosti, anksioznosti i stresa. U konačnici smo tim modelom objasnili 24 % varijance depresivnosti, 19 % varijance anksioznosti i 17 % varijance stresa. Mlađi sudionici i sudionici koji imaju izraženiju relacijsku depresivnost izvještavaju o većemu emocionalnom distresu, a djevojke izvještavaju i o većemu stresu.

**Tablica 4.**

*Rezultati hijerarhijske regresijske analize s demografskim podacima i dimenzijama relacijskoga samopoimanja kao prediktorima i izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa kao kriterijima*

Prediktori	Depresivnost	Anksioznost	Stres
	$\beta$	$\beta$	$\beta$
<b>1. korak – demografski podaci</b>			
Spol	-0.09 (-.09)	-.03 (-.03)	-.19* (-.19*)
Dob	-.23* (-.15*)	-.27** (-.21*)	-.15* (-.09)
$Rc^2$	.04*	.06*	.04*
$\Delta R^2$	.05*	.07*	.05*
<b>2. korak – relacijsko samopoimanje</b>			
Relacijsko samopouzdanje	-.05	-.00	.01
Relacijska depresivnost	.44**	.37**	.38**
Relacijska preokupacija	.00	.07	.05
$Rc^2$	.24**	.19**	.17**
$\Delta R^2$	.21**	.14**	.14**

*Napomena:*  $\beta$  = standardizirani regresijski koeficijent;  $Rc^2$  = korigirani koeficijent multiple determinacije;  $\Delta R^2$  = promjena u proporciji objašnjene varijance nakon uvođenja novoga bloka varijabli; ( ) = vrijednosti standardiziranoga regresijskoga koeficijenta u zadnjemu koraku hijerarhijske regresijske analize. \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

### **Medijatorska uloga relacijske depresivnosti u povezanosti dobi i mentalnoga zdravlja kod mladih**

Uvođenjem varijabli relacijskoga samopoimanja doprinos se dobi smanjio u objašnjenju depresivnosti i anksioznosti, a postao neznačajan u objašnjenju stresa. Ti rezultati sugeriraju medijatorski efekt relacijske depresivnosti pa je on testiran Hayesovim PROCESS-om. Kao što je vidljivo iz Tablice 5., mlađa dob predviđa izraženije simptome depresivnosti, anksioznosti i stresa kao rezultat toga što mlađi sudionici pokazuju veću sklonost relacijskoj depresivnosti, koja pak predviđa više simptoma emocionalnoga distresa. Iako Hayes (2013) navodi da je medijacijski efekt moguće testirati i kada nacrtom ne provjeravamo kauzalnost, opažene bi efekte vrijedilo pomnije istražiti longitudinalnim nacrtom.

**Tablica 5.**

*Rezultati testiranja medijatorskoga efekta relacijske depresivnosti na povezanost dobi i izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa*

<b>Prediktori</b>	Relacijska depresivnost		Depresivnost		Anksioznost		Stres	
	<b>B</b>	<b>95 % CI</b>	<b>B</b>	<b>95 % CI</b>	<b>B</b>	<b>95 % CI</b>	<b>B</b>	<b>95 % CI</b>
Dob	-0.52*	[-0.98, -0.05]	-0.79*	[-1.50, -0.09]	-1.09**	[-1.76, -0.41]	-0.33	[-1.06, 0.40]
Relacijska depresivnost			0.79***	[0.57, 0.99]	0.60***	[0.39, 0.79]	0.63***	[0.41, 0.85]
<b>Efekti</b>			<b>B</b>	<b>BootCI</b>	<b>B</b>	<b>BootCI</b>	<b>B</b>	<b>BootCI</b>
Indirektni efekt			0.40	[-0.76, -0.05]	-0.30	[-0.57, -0.04]	-0.32	[-0.61, -0.06]
<b>R modela</b>	.16*		.50***		.46***		.39***	
<b>R<sup>2</sup> modela</b>	.02*		.25***		.21***		.15***	

*Napomena:* B = nestandardizirani regresijski koeficijent; CI = interval pouzdanosti; BootCI = interval pouzdanosti *bootstrap*; R = koeficijent multiple korelacije; R<sup>2</sup> = korigirani koeficijent multiple determinacije. \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$ .

## Moderatorska uloga uključenosti u romantične odnose na povezanost relacijskoga samopouzdanja i mentalnoga zdravlja kod mladih

Budući da se sudionici koji su u vezi statistički značajno razlikuju od onih koji nisu u vezi na relacijskome samopouzdanju i relacijskoj depresivnosti, Hayesovim PROCESS-om testirali smo moderatorsku ulogu uključenosti u romantične odnose na povezanost tih varijabli s izraženošću simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa. Kao što je vidljivo iz Tablice 6., uključenost u romantične odnose statistički je značajan moderator povezanosti relacijskoga samopouzdanja s depresivnošću, anksioznošću i stresom te povezanosti relacijske depresivnosti s izraženošću simptoma depresivnosti općenito. Značajne su interakcije grafički prikazane na Slikama 1.-4.

**Tablica 6.**

*Rezultati testiranja moderatorskoga efekta uključenosti u romantične odnose na povezanost pojedinih dimenzija relacijskoga samopouzdanja i izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa*

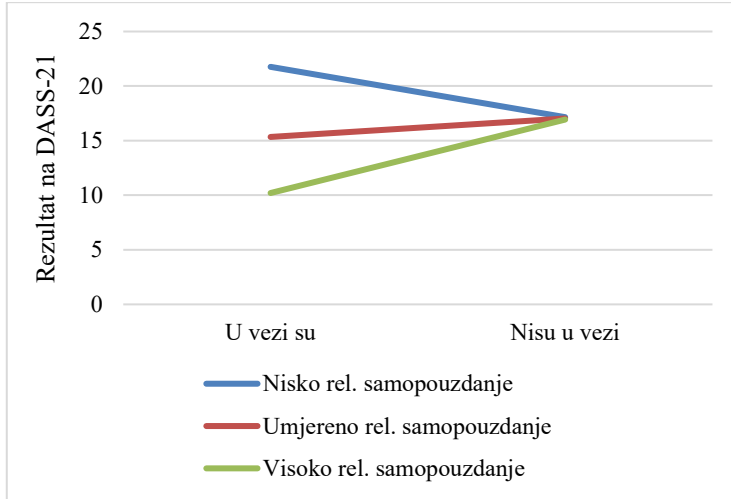
Prediktori	Depresivnost	Anksioznost	Stres
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>
Relacijsko samopouzdanje	-2.54**	-2.36**	-2.52**
Uključenost u romantične odnose	-28.55*	-28.89*	-33.22*
Relacijsko samopouzdanje x uključenost	1.26*	1.34*	1.39*
<i>R</i> modela	.34**	.32*	.31*
<i>R</i> <sup>2</sup> modela	.12**	.10*	.09*
$\Delta R^2$ interakcije	.05*	.07*	.07*
Relacijska depresivnost	1.59**	1.07*	0.98*
Uključenost u romantične odnose	6.21	4.62	-0.99
Relacijska depresivnost x uključenost	-0.46*	-0.27	-0.15
<i>R</i> modela	.51**	.42**	.42**
<i>R</i> <sup>2</sup> modela	.26**	.17**	.18**
$\Delta R^2$ interakcije	.02*	.01	.00

*Napomena:* *B* = nestandardizirani regresijski koeficijent; *R* = koeficijent multiple korelacije; *R*<sup>2</sup> = korigirani koeficijent multiple determinacije;  $\Delta R^2$  = promjena u proporciji objašnjene varijance nakon uvođenja interakcije. \**p* < .05; \*\**p* < .01.

Mladi koji nisu u vezi tako imaju izraženije simptome depresivnosti od onih koji su u vezi u slučaju kada je njihovo relacijsko samopouzdanje umjereno ili visoko (Slika 1.), dok mladi koji su u vezi imaju izraženije simptome depresivnosti kada je njihova relacijska depresivnost umjerena ili visoka (Slika 2.).

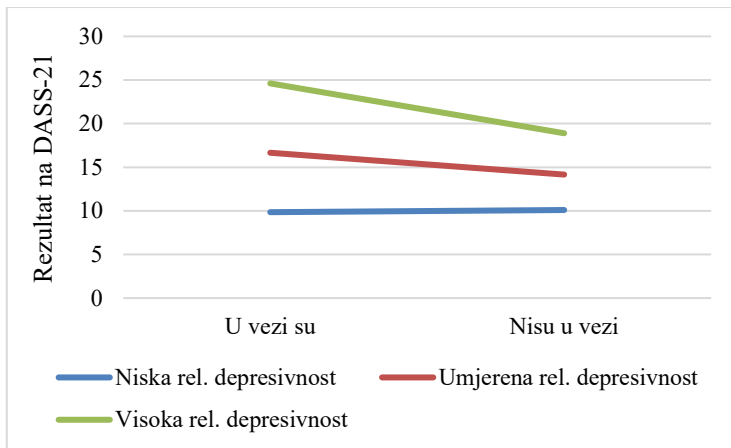
**Slika 1.**

*Grafički prikaz izraženosti simptoma depresivnosti ovisno o razini relacijskoga samopouzdanja i uključenosti u romantične odnose*



**Slika 2.**

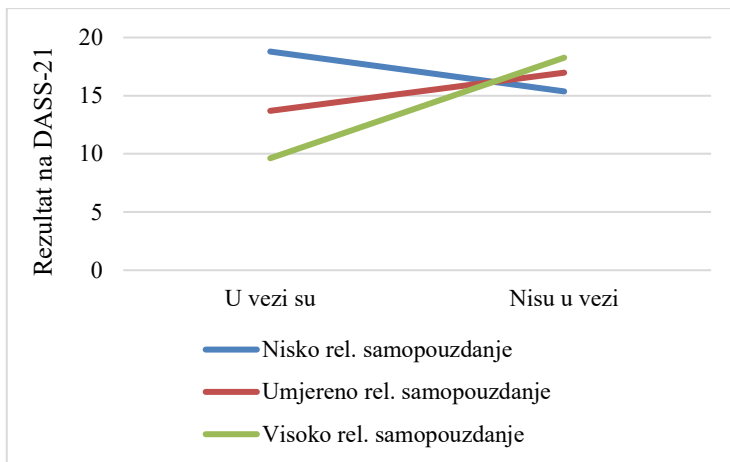
*Grafički prikaz izraženosti simptoma depresivnosti ovisno o razini relacijske depresivnosti i uključenosti u romantične odnose*



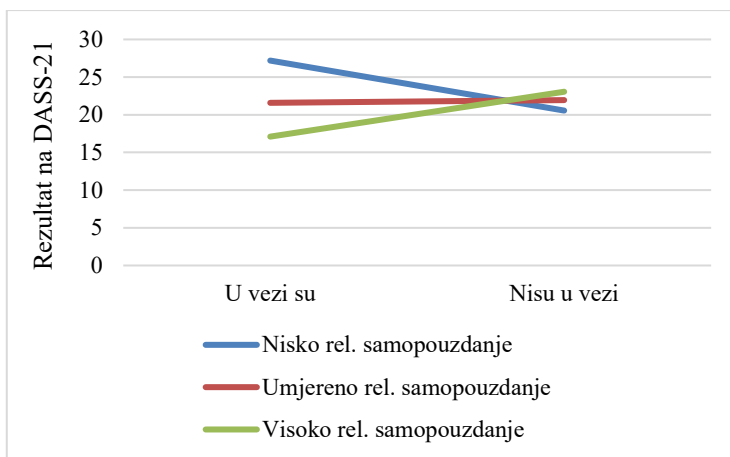
Osim toga, mladi koji nisu u vezi imaju izraženije simptome anksioznosti kada je njihovo relacijsko samopouzdanje umjereno ili visoko (Slika 3.) te izraženije simptome stresa kada je njihovo relacijsko samopouzdanje visoko (Slika 4.). Najveće poteškoće mentalnoga zdravlja pokazuju mladi koji su u vezi, a imaju nisko relacijsko samopouzdanje i snažno izraženu relacijsku depresivnost.

**Slika 3.**

*Grafički prikaz izraženosti simptoma anksioznosti ovisno o razini relacijskoga samopouzdanja i uključenosti u romantične odnose*

**Slika 4.**

*Grafički prikaz izraženosti simptoma stresa ovisno o razini relacijskoga samopouzdanja i uključenosti u romantične odnose*

**Rasprava**

Ovim se istraživanjem željela ispitati uloga uključenosti u romantične odnose i relacijskoga samopouzdanja u objašnjenju učestalosti problema mentalnoga zdravlja. Polazeći od činjenice da romantični odnosi imaju različitu funkciju u različitim

razvojnim razdobljima, fokus je stavljen na razdoblje kasne adolescencije i rane odrasle dobi. Uzimajući u obzir važnost romantičnih odnosa u adolescenciji, pretpostavljeno je da će postojati razlike u aspektima relacijskoga samopoimanja između mladih koji su u vezi i onih koji to nisu, a to je i potvrđeno. Preciznije, mladi koji su u trenutku provedbe istraživanja bili u vezi imali su veće relacijsko samopouzdanje i manje izraženu relacijsku depresivnost. Prema teoriji sociometra samopoštovanje pojedinca raste kada percipira da se drugima sviđa i da odnos s njime smatraju važnim (Leary i Baumeister, 2000). Opisane postavke primjećuju se i u odnosima s romantičnim partnerima te je moguće pretpostaviti da mladi koji nisu u romantičnome odnosu procjenjuju da potencijalnim partnerima nisu dovoljno bitni, čime se njihovo relacijsko samopouzdanje snižava, a potreba za pripadanjem ostaje nedostatan zadovoljena. Neupitno je da prethodni nalazi upućuju na važnost, ali i osjetljivost adolescentskih romantičnih iskustava. Upravo se iskustvo romantičnoga odnosa čini presudnim za razumijevanje relacijskih aspekata samopoimanja, što pruža smjernice za buduća istraživanja toga područja.

Nadalje, od triju ispitivanih aspekata relacijskoga samopoimanja samo je relacijska depresivnost samostalno predviđala simptome depresivnosti, anksioznosti i stresa, čime su hipoteze djelomično potvrđene. Navedene je nalaze također moguće objasniti polazeći od teorije sociometra. Sociometar nadzire interakcije u bliskim odnosima s ciljem detektiranja potencijalno negativnih evaluacija drugih, što se odražava na samoevaluacije i osjećaj vlastite kompetentnosti pojedinca, a potom i na mentalno zdravlje mlade osobe (Baumeister i sur., 2003; Du i sur., 2014; Taylor i Stanton, 2007). Slijedom navedenoga, može se pretpostaviti da će pretežno negativna percepcija vlastitih romantičnih odnosa, partnerovih evaluacija i, posljedično, negativna romantična samoevaluacija biti povezana s izraženijim simptomima depresivnosti, anksioznosti i stresa. Ponovno, važno je naglasiti da navedene interakcije mogu ići i u obrnutome smjeru. Mladi koji manifestiraju internalizirane probleme često imaju slabije razvijene vještine potrebne za održavanje kvalitetnih romantičnih odnosa, nedovoljno su romantično kompetentni, a svoje odnose češće doživljavaju neadekvatnima (Davila i sur., 2004; La Greca i sur., 2008). Zanimljivo je da se relacijska depresivnost u ovome istraživanju pokazala medijatorom u odnosu između dobi i problema mentalnoga zdravlja. Tako mlađi sudionici izvještavaju o većemu broju simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa, no ta se povezanost dijelom može objasniti i činjenicom da je kod njih izraženija relacijska depresivnost, povezana s većim brojem simptoma. S obzirom na to da u kasnoj adolescenciji romantični partneri prvi put postaju ključni za samoevaluaciju (Pass i sur., 2010), moguće je da tada negativni aspekti odnosa imaju snažniji utjecaj nego u ranoj odrasloj dobi. Ostali aspekti relacijskoga samopoimanja, suprotno očekivanomu, nisu se pokazali značajnim prediktorima mentalnoga zdravlja mladih. Takvi rezultati nisu u skladu s polazištima teorije sociometra, kao ni s dosadašnjim studijama koje potvrđuju činjenicu da su doživljaj vlastite romantične kompetentnosti, mogućnost kontrole relacijske preokupacije te visoko generalno samopoštovanje povezani s većim zadovoljstvom vezom, a samim time i s boljim mentalnim zdravljem (Davila

i sur., 2017; Erol i Orth, 2017; Gómez-López i sur., 2019). Moguće je da je relacijsko samopouzdanje važno za zadovoljstvo vezom i mentalnu dobrobit, ali ne i za probleme mentalnoga zdravlja. Također, moguće je da se relacijska preokupacija nije pokazala značajnim prediktorom mentalnoga zdravlja jednostavno zato što je „pala u drugi plan”. Naime, sudionici istraživanja većinom su bili maturanti, a budući da je istraživanje provedeno u svibnju, mjesecu u kojemu započinje državna matura, moguće je da bi u trenutku provedbe istraživanja druge varijable, poput motivacije za učenje, ispitne anksioznosti ili brige za budućnost, objasnile većinu varijance u učestalosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa. Opisani nalazi svakako predstavljaju važne smjernice za buduća istraživanja.

Govoreći o uključenosti u romantične odnose, ranije studije nisu suglasne oko toga predviđa li navedeni konstrukt mentalno zdravlje. Pojedini nalazi, uglavnom fokusirani na istraživanje bračnih zajednica, potvrđuju hipotezu prema kojoj je uključenost u partnerske odnose povezana s boljim mentalnim zdravljem (Brown, 2000; Gove i sur., 1983; Kurdek, 1991; Waite, 1995; Dush i Amato, 2005). Jednako tako, neke od studija koje naglasak stavljaju na specifičnosti romantičnih iskustava u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi ističu da je uključenost u romantične odnose povezana s manje izraženim internaliziranim problemima te s generalno boljim mentalnim zdravljem (Braithwaite i sur., 2010; Dush i Amato, 2005; Furman i Collibee, 2014; Lehnart i sur., 2010). U ovome istraživanju naglasak nije stavljen na izravan utjecaj uključenosti u romantične odnose na mentalno zdravlje mladih, već je ispitivana njezina moderatorska uloga u povezanosti relacijskih aspekata samopoimanja i simptoma emocionalnoga distresa. Dobiveni nalazi upućuju na to da najizraženije simptome problema mentalnoga zdravlja pokazuju mladi koji su u vezi, ali imaju nisko relacijsko samopouzdanje i izraženu relacijsku depresivnost. Negativna percepcija vlastitih romantičnih kapaciteta postaje osobito izražena kod mladih uključenih u romantične odnose, što je ponovno moguće objasniti reaktivnošću sociometra u intimnim odnosima. S druge strane, mladi koji nisu u vezi, a procjenjuju se kompetentnima za uspostavu i održavanje uspješnih romantičnih odnosa (visoko relacijsko samopouzdanje) imaju izraženije simptome depresivnosti i anksioznosti u odnosu na mlade u vezi. S toga se aspekta čini važnim spomenuti studiju Beckmeyera i Cromwell (2018) prema kojoj se mladi u ranoj odrasloj dobi bitno razlikuju u tome žele li romantični odnos ili ne, a to se odražava na povezanost romantičnih odnosa i mentalnoga zdravlja. Pritom najviše problema s mentalnim zdravljem pokazuju upravo mladi koji nisu u romantičnome odnosu, ali ga žele. Moguće je povući poveznicu s rezultatima naše studije u kojoj mladi koji se smatraju kompetentnima za odnos i pozitivno evaluiraju sebe kao romantičnoga partnera ujedno imaju izraženije simptome problema mentalnoga zdravlja, a moguće je objašnjenje toga da ti mladi ne dobivaju potvrdu vlastitih pozitivnih samoevaluacija u interakciji s drugima. Treba istaknuti da u ovome istraživanju nisu uzete u obzir različite karakteristike romantičnih odnosa, poput njihova trajanja, kvalitete ili zadovoljstva partnera njima, što bi bilo vrijedno uvrstiti u buduća istraživanja.



Kada je u pitanju samo mentalno zdravlje, sudionici ovoga istraživanja u prosjeku pokazuju umjerenu razinu simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa. Simptomi depresivnosti i anksioznosti podjednako su izraženi kod mladića i djevojaka, dok djevojke imaju izraženije simptome stresa. Navedeno je konzistentno s nalazima različitih studija, među kojima je i studija Američkoga psihološkog udruženja (2010) prema kojoj djevojke znatno češće izvještavaju o emocionalnim i fizičkim simptomima stresa u posljednjih mjesec dana. Osim toga, važno je istaknuti da se dob sudionika pokazala značajnim prediktorom mentalnoga zdravlja, pri čemu su mlađi sudionici pokazivali višu razinu simptoma depresivnosti i anksioznosti. Iako novije studije potvrđuju porast razine internaliziranih problema u razdoblju adolescencije (Novak i sur., 2019), pri razmatranju prethodnih rezultata nužno je u obzir uzeti različite okolnosti provedbe ovoga istraživanja. Većina mlađih sudionika zagrebački su maturanti koji su u trenutku provedbe istraživanja bili suočeni s mnogobrojnim stresorima, poput prirodnih nepogoda, pandemije uzrokovane bolešću COVID-19 i ispita državne mature, što se zasigurno moglo odraziti na njihovo mentalno zdravlje.

Posljednje, dobivene je rezultate važno promatrati uzimajući u obzir ograničenja ovoga istraživanja. Za početak, s obzirom na varijabilnost istraživanja konstruktata koji u vezu dovode romantične odnose i mentalno zdravlje mladih, ne postoje inozemna ni hrvatska istraživanja u potpunosti usporediva s našim. Osim toga, ovo je pilot-istraživanje provedeno u jednoj točki mjerenja, a važno su ograničenje i obilježja uzorka. Naime, njime je obuhvaćen tek prigodni uzorak od 194 srednjoškolca i studenta, većim dijelom ženskoga spola. Navedeno ne iznenađuje s obzirom na to da je za *online*-istraživanja karakteristično da su djevojke motiviranije za suradnju i češće u njima participiraju. U skladu s time, rezultati se ne mogu generalizirati na cijelu populaciju te bi u budućim istraživanjima bilo poželjno uključiti veći broj sudionika, osobito mladića, kao i mlade koji su završili formalno obrazovanje. Nadalje, veći je naglasak potrebno staviti i na međuodnos relacijskoga samopoimanja i kvalitete romantičnih odnosa, a važnim se čini podrobnije istražiti i razlike u relacijskim aspektima samopoimanja između mladih koji su u vezi i onih koji to nisu, kao i specifičnosti mladih koji odstupaju od normativnih, razvojno prikladnih obrazaca razvoja romantičnih odnosa.

Sumirajući navedeno, u ovome je radu naglasak stavljen na individualna obilježja koja mogu utjecati na percepciju vlastite romantične kompetentnosti, a potom i na mentalno zdravlje mlade osobe. Relacijska depresivnost, definirana kao sklonost generalno negativnim samoevaluacijama u partnerskim odnosima, pokazala se značajnim prediktorom mentalnoga zdravlja mladih, jednako kao i dob i spol, a uključenost u romantične odnose imala je značajnu moderatorsku ulogu u objašnjavanju poveznice između aspekata relacijskoga samopoimanja i izraženosti simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa. Iako provedeno pilot-istraživanje ima nekoliko ograničenja, ono predstavlja dobar prvi korak prema razumijevanju jednoga od najbitnijih aspekata života gotovo svake mlade osobe. Nalazi predstavljeni u

ovome radu otvaraju vrata budućim istraživanjima u području koje je dugi niz godina bilo nepravedno zapostavljeno. Naime, neupitno je da romantična iskustva u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi pridonose razvoju adekvatnih komunikacijskih vještina i vještina suočavanja sa stresom te omogućuju razvoj jasnih očekivanja i „zdravih” romantičnih shema. Sve navedeno bitno se odražava na buduće odnose mladih, ne samo romantične, te može biti važno u razumijevanju njihova mentalnog zdravlja. Prema tome, veći bi interes stručnih i znanstvenih krugova za opisano područje u konačnici mogao rezultirati važnim smjernicama za planiranje preventivnih intervencija za mlade. Budući da se važnost romantičnih odnosa povećava u razdoblju kasne adolescencije, te bi univerzalne intervencije mogle biti primijenjene u školskome okruženju, na kraju osnovnoškolskoga ili početku srednjoškolskog obrazovanja. Primarna svrha takvih intervencija bila bi prevencija problema mentalnoga zdravlja mladih razvojem interpersonalnih vještina i edukacijom o romantičnim odnosima – što je ljubav, a što veza, kako upoznati romantičnoga partnera i kako uopće započeti vezu s njime, kako provoditi vrijeme s partnerom te kako s njime komunicirati.

### Literatura

- Američko psihološko udruženje. (2010). *Stress in America*.  
<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2010/gender-stress.pdf>
- Baumeister, R. F. (2005). Self-concept, self-esteem, and identity. U: V. J. Derlega, B. A. Winstead i W. H. Jones (Ur.), *Personality: Contemporary theory and research* (str. 246–280). Thomson/Wadsworth.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. i Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Baumeister, R. F., Wotman, S. R. i Stillwell, A. M. (1993). Unrequited love: On heartbreak, anger, guilt, scriptlessness, and humiliation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(3), 377–394. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.3.377>
- Beckmeyer, J. J. i Cromwell, S. (2018). Romantic relationship status and emerging adult well-being. *Emerging Adulthood*, 7(4), 304–309.  
<https://doi.org/10.1177/2167696818772653>
- Braithwaite, S. R., Delevi, R. i Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, 17(1), 1–12.  
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x>
- Brown, B. B., Feiring, C. i Furman, W. (1999). Missing the love boat: Why researchers have shied away. U: B. B. Brown, C. Feiring, i W. Furman (Ur.), *The development of romantic relationships in adolescence* (str. 1–18). Cambridge University Press.

- Brown, S. L. (2000). The effect of union type on psychological well-being: Depression among cohabitators versus marrieds. *Journal of Health and Social Behavior*, 41(3), 241–255. <https://doi.org/10.2307/2676319>
- Buss, D. M. i Reeve, H. K. (2003). Evolutionary psychology and developmental dynamics: Comment on Lickliter and Honeycutt (2003). *Psychological Bulletin*, 129(6), 848–853. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.6.848>
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1–24. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Collins, W. A., Welsh, D. P. i Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual Review of Psychology*, 60, 631–652. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459>
- Curran, P. J., West, S. G. i Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16–29. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.1.16>
- Davila, J. (2008). Depressive symptoms and adolescent romance: Theory, research, and implications. *Child Development Perspective*, 2(1), 26–31. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2008.00037.x>
- Davila, J., Mattanah, J., Bhatia, V., Latack, J. A., Feinstein, B. A., Eaton, N. R., Daks, J. S., Kumar, S., Lomash, E. F., McCormick, M. i Zhou, J. (2017). Romantic competence, healthy relationship functioning, and well-being in emerging adults. *Personal Relationships*, 24(1), 162–184. <https://doi.org/10.1111/pere.12175>
- Davila, J., Steinberg, S. J., Kachadourian, L., Cobb, R. i Fincham, F. (2004). Romantic involvement and depressive symptoms in early and late adolescence: The role of a preoccupied relational style. *Personal Relationships*, 11(2), 161–178. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00076.x>
- Du, H., Li, X., Chi, P., Zhao, J. i Zhao, G. (2015). Relational self-esteem, psychological well-being, and social support in children affected by HIV. *Journal of Health Psychology*, 20(12), 1568–1578.
- Dush, C. M. K. i Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607–627. <https://doi.org/10.1177/0265407505056438>
- Erol, R. Y. i Orth, U. (2017). Self-esteem and the quality of romantic relationships. *European Psychologist*, 21(4), 274–283. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000259>
- Furman, W. i Collibee, C. (2014). A matter of timing: Developmental theories of romantic involvement and psychosocial adjustment. *Development and Psychopathology*, 26(4), 1149–1160.
- Furman, W. i Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. U: P. Florsheim (Ur.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (str. 3–22). Lawrence Erlbaum Associates Publisher. <https://doi.org/10.1017%2FS0954579414000182>

- Gentile, B., Grabe, S., Dolan-Pascoe, B., Twenge, J. M., Wells, B. E. i Maitino, A. (2009). Gender differences in domain-specific self-esteem: A meta-analysis. *Review of General Psychology, 13*(1), 34–45. <https://doi.org/10.1037/a0013689>
- Gómez-López, M., Viejo, C. i Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 16*(13), 2415. <https://doi.org/10.3390%2Fijerph16132415>
- Gove, W. R., Hughes, M. M. i Style, C. B. (1983). Does marriage have positive effects on the psychological well-being of the individual? *Journal of Health and Social Behavior, 24*(2), 122–131. <https://doi.org/10.2307/2136639>
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. U: R. F. Baumeister (Ur.), *Self-esteem: The puzzle of low self-regard* (str. 87–116). Plenum Press.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C. i Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social psychology, 54*(6), 980–988. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.980>
- Hu, L. T. i Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 6*(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Irwin, C. E. Jr., Burg, S. J. i Cart, C. U. (2002). America's adolescents: Where have we been, where are we going? *Journal of Adolescent Health, 31*(6), 91–121. [https://doi.org/10.1016/s1054-139x\(02\)00489-5](https://doi.org/10.1016/s1054-139x(02)00489-5)
- Jekauc, D., Mnich, C., Niessner, C., Wunsch, K., Nigg, C. R., Krell-Roesch, J. i Woll, A. (2019). Physical activity, self-esteem, enjoyment, and social support in children and adolescents. *Frontiers in Psychology, 10*, 2568. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02568>
- Jelić, M. (2012). Nove spoznaje u istraživanjima samopoštovanja: Konstrukt sigurnosti samopoštovanja. *Društvena istraživanja: Časopis za opća društvena pitanja, 21*(2), 443–463. <https://doi.org/10.5559/di.21.2.08>
- Jovanović, V., Gavrilov-Jerković, V., Žuljević, D. i Brdarić, D. (2014). Psihometrijska evaluacija Skale depresivnosti, anksioznosti i stresa-21 (DASS-21) na uzorku studenata u Srbiji. *Psihologija, 47*(1), 93–112. <https://doi.org/10.2298/PSI1401093J>
- Kurdek, L. A. (1991). The relations between reported well-being and divorce history, availability of a proximate adult, and gender. *Journal of Marriage and the Family, 53*(1), 71–78. <https://doi.org/10.2307/353134>
- La Greca, A. M., Davila, J. i Siegel, R. (2008). Adolescent emotional development and the emergence of depressive disorders. U: A. M. La Greca, J. Davila i R. Siegel (Ur.), *Peer relations, friendships, and romantic relationships: Implications for the development and maintenance of depression in adolescents* (str. 318–336). Cambridge University Press.

- Larson, R. W., Clore, G. L. i Wood, G. A. (1999). The emotions of romantic relationships: Do they wreak havoc on adolescents. U: W. Furman, B. B. Brown i C. Feiring (Ur.), *The development of romantic relationships in adolescence* (str. 19–49). Cambridge University Press.
- Leary, M. R. i Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 32, 1–62.  
[https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(00\)80003-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(00)80003-9)
- Lehnart, J., Neyer, F. J. i Eccles, J. (2010). Long-term effects of social investment: The case of partnering in young adulthood. *Journal of Personality*, 78(2), 639–670.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00629.x>
- Lovibond, P. F. i Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Miller, R. (2015). *Intimate relationships (7th Edition)*. McGraw-Hill Education.
- Mruk, C. J. (2006). Defining self-esteem: An often overlooked issue with crucial implications. U: M. H. Kernis (Ur.), *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives* (str. 10–15). Psychology Press.
- Novak, M., Ferić, M., Kranželić, V., Mihić, J. i Belošević, M. (2019). *Pozitivan razvoj adolescenata u Hrvatskoj: Kako je biti adolescent u Hrvatskoj danas?* Neobjavljeni rad, Sveučilište u Zagrebu. Laboratorij za preventivna istraživanja, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet. [www.mzo.gov.hr](http://www.mzo.gov.hr)
- Pass, J. A., Lindenberg, S. M. i Park, J. H. (2010). All you need is love: Is the sociometer especially sensitive to one's mating capacity? *European Journal of Social Psychology*, 40(2), 221–234. <https://doi.org/10.1002/ejsp.619>
- Rill, L., Baiocchi, E., Hopper, M., Denker, K. i Olson, L. N. (2009). Exploration of the relationship between self-esteem, commitment, and verbal aggressiveness in romantic dating relationships. *Communication Reports*, 22(2), 102–113.  
<https://doi.org/10.1080/08934210903061587>
- Scanlan, F., Bailey, A. i Parker, A. (2012). *Evidence summary: Adolescent romantic relationships – Why are they important? And should they be encouraged or avoided?* The Australian National Mental Health Foundation. <https://headspace.org.au>
- Snell, W. E. Jr. i Finney, P. D. (2002). Measuring relational aspects of the self: Relational-esteem, relational-depression, and relational-preoccupation. U: W. E. Snell Jr. (Ur.), *New directions in the psychology of intimate relations: Research and theory*. Snell Publications. <http://cstl-cla.semo.edu/wesnells/books/intimate/intimate.htm>
- Sowislo, J. F. i Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213–240.  
<https://doi.org/10.1037/a0028931>

Taylor, S. E. i Stanton, A. L. (2007). Coping resources, coping processes, and mental health. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3(1), 377–401.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091520>

Waite, L. J. (1995). Does marriage matter? *Demography*, 32(4), 483–508.  
<https://doi.org/10.2307/2061670>

Wilson Shockley, S. (1995). *Gender differences in adolescent depression: The contribution of negative affect*. [Diplomski rad]. University of Illinois.

## **The Role of Involvement in Romantic Relationships and Relational Self-Concept in Explaining Youth Mental Health Problems: A Pilot Study**

### **Abstract**

The importance of romantic relationships in adolescence and early adulthood is unquestionable. Turbulent events on a romantic plan can manifest in the form of depressive symptoms. On the other hand, certain mental health problems undoubtedly affect the romantic competence of adolescents. The model of individual differences suggests that this connection is moderated by the individual characteristics of the person, including relational aspects of self-esteem. Given that the research of these constructs is still insufficiently represented in Croatian scientific circles, the main aim of the current pilot study was to examine whether relationship status and the relational aspects of the self predict mental health of Croatian youth. The study was conducted in Croatia in spring 2021. 194 adolescents and young adults, whose mean age was 19 years, participated in the online survey. 78% of our sample were women and 62% of our participants stated that they are in a romantic relationship. In addition to answering demographic questions and the question regarding romantic involvement, participants completed the DASS-21 questionnaire and the Relational Assessment Questionnaire. To test our hypothesis, a hierarchical regression analysis was conducted. The results were interpreted based on the sociometer theory, and show that greater relational depression in youth predicts the severity of symptoms of depression, anxiety and stress. Furthermore, involvement in romantic relationships has a significant moderating role, meaning that those young people who are in a relationship have more significant mental health problems when their relational self-esteem is low, but also when they report greater relational depression. The findings provide guidelines for future research, but also point to the possibility of promoting mental health by strengthening interpersonal skills in adolescence.

*Keywords:* youth, romantic relationships, mental health, relational-esteem, relational-depression, relational-preoccupation

Primljeno: 24. 3. 2022.