



<https://doi.org/10.5559/di.32.4.04>

IZAZOVI U ZNANSTVENOM PROUČAVANJU IGRANJA

Tihana BRKLJAČIĆ

Institut društvenih znanosti Ivo Pilar, Zagreb, Hrvatska

UDK: 379.82:159.9

794:159.9

Pregledni rad

Primljeno: 2. siječnja 2023.

Igranje je sveprisutno u životinjskom i ljudskom svijetu, ali se interes psihologa uglavnom zadržava na domeni dječje i sportske psihologije, istraživanjima humora kao oblika razigranosti i ispitivanjima posljedica igranja videoigara. Cilj ovoga preglednog rada jest pružiti uvid u znanost o igranju kao interdisciplinarnom području koje se bavi proučavanjem raznih aspekata igranja te potaknuti znanstvenike i stručnjake da se zainteresiraju za ovo područje. U radu su opisane i uspoređene definicije igranja najvažnijih autora te ponuđena hrvatska terminologija koja korespondira s engleskom: *play* kao nadređeni termin prevodi se kao "igranje", dok se termin *game* koji označuje podskup strukturiranih, formalnih i natjecateljskih sadržaja, uključujući i sport, prevodi kao "igra". U radu je prikazano i nekoliko tipologija igara te je predložena klasifikacija s obzirom na stupanj prisutnosti svakog od niza relevantnih svojstava igranja. Nadalje, posebno je naglašena i objašnjena važnost igranja kod odraslih osoba, što je često marginalizirano. Opisane su neke istaknute psihologijske teorije subjektivne dobrobiti koje uključuju koncept igranja te nalazi istraživanja koja pokazuju odnos razigranosti i pozitivnih ishoda. Na kraju rada autorica nudi neke praktične savjete i preporuke za buduća istraživanja.

Ključne riječi: igranje, subjektivna dobrobit, zanesenost, teorija proširenja i izgradnje, VIA model snaga karaktera



Tihana Brkljačić, Institut društvenih znanosti Ivo Pilar, Marulićev trg 19/1, p. p. 277, 10 000 Zagreb, Hrvatska. E-mail: tihana@ipilar.hr

IZAZOVI U ZNANSTVENOM PROUČAVANJU IGRANJA

Igranje je sastavni dio svih kultura i ne postoji društvo u kojem ono nije ugrađeno u rituale, običaje i svakodnevne aktivnosti pojedinaca. Csikszentmihalyi (1975) ističe kako su Platon

(428–347 pr. n. e.) i Sartre (1905–1980) tvrdili da se ljudska priroda najbolje može shvatiti kroz igranje, jer su ljudi dok se igraju slobodni, cjeloviti i prirodni. Na tragu ovih shvaćanja Johan Huizinga (1938) u knjizi *Homo ludens* uvodi pojam čovjeka koji se igra opisujući ukorijenjenost igranja u razne aspekte ljudskoga ponašanja i bivanja – od umjetnosti i književnosti do politike i ratovanja. Huizinga tvrdi da igranje nije tek sastavnica kulture, nego njezin preteča i preduvjet. Zaista, s velikom sigurnošću možemo pretpostaviti da je igranje postojalo puno prije prvih civilizacija i da su se naši preci igrali mnogo prije nego što su se razvili do stupnja *homo sapiensa*. Naime, igranje lako možemo uočiti i kod drugih živih bića, naročito sisavaca, čiji se uzorci igranja podudaraju s nekim oblicima igre ljudske djece (Graham i Burghardt, 2010). Grubo igranje (Hughes, 2002), koje uključuje hrvanje, naguravanje, škakljanje i slične taktilne aktivnosti, zajedničko je svim sisavcima, ali i nekim drugim vrstama.

Bruner (1972) uočava da se kod vrsti na višem stupnju razvoja zajedno s povećanjem vremena potrebnim za odrastanje, povećava i vrijeme igranja, ali i složenost igara u koje se mladunčad upušta. Ipak, to ne znači da se u svojevrsne oblike igranja ne upuštaju i vrste koje su niže na evolucijskoj ljestvici. Dapače, unatrag desetak godina raste broj dokaza o igranju kod ptica i hladnokrvnih životinja (Burghardt, 2011).

Prvi dokumentirani podaci o ljudskom igranju sežu iz prapovijesti, pa prikaze hrvanja koji datiraju prije otprilike 17 000 godina nalazimo na zidovima spilja Lascaux u Francuskoj, a slike sumo borbi stare 6000 godina u spiljama u Japanu (Barber, 2007). Arheolozi su 2004. godine na talijanskom otoku Pantelleriji pronašli lutku staru 4000 godina, a najstarija igra na ploči Senet datira iz dvadeset i sedmog stoljeća pr. n. e. (Bell, 1979). Zapravo, među najstarijim artefaktima s raznih nalazišta često se mogu pronaći i predmeti ili zapisi vezani uz igranje, sugerirajući da su mu naši preci pridavali veliku pažnju i da je ono duboko ukorijenjeno u ljudsku prirodu i civilizaciju. Iako funkcija igranja još uvijek nije sasvim jasna, vjerojatno je da se igranjem razvijaju fizički, kognitivni i socijalni kapaciteti koji povećavaju izgleda za preživljavanje i prenošenje genetskoga materijala (Gray, 2019; Špinko i sur., 2001).

IZAZOVI DEFINIRANJA IGRANJA

Kao što već i sam naslov ovoga poglavlja sugerira, ne postoji općeprihvaćena definicija igranja. Iako se možda čini da je fenomen igranja sam po sebi razumljiv, ako ga pokušamo raščlaniti i opisati te ustanoviti što igranje čini igranjem, a što ga razlikuje od drugih aktivnosti, naići ćemo na mnoge kontradikcije. Također, sasvim je moguće da se predodžbe igranja razlikuju od osobe do osobe – kako kod laika, tako i kod struč-

njaka. Upravo činjenica da je riječ o tako poznatom, svakodnevnom i naoko jednostavnom ponašanju čini definiranje još težim. U ovom poglavlju pokušat ćemo prikazati niz pitanja i nedoumica na koja su naišli autori koji su pokušali opisati i definirati igranje.

Terminologija

U engleskom jeziku razlikujemo termine *game* i *play*. *Play* je širi pojam, koji uključuje i neorganizirano, slobodno igranje (npr. kreativno i simboličko igranje, pretvaranje, hrvanje), dok se termin *game* rabi samo za igre s pravilima koja barem donekle uključuju natjecateljski element, kao što su npr. sportovi ili igre na ploči. Sličnu distinkciju nalazimo i u pojmovima *ludus* (latinski: natjecateljstvo, pravila) i *paidia* (grčki: zabava, sloboda), kao i u skandinavskim jezicima. Međutim, dok se u engleskom jeziku *game* najčešće tretira kao podskup od *play*, *ludus* i *paidia* dva su pola istoga kontinuuma, pri čemu bi igre s pravilima, npr. igre na ploči, bile tipični primjer *ludusa*, a spontane igre pretvaranja primjer *paidie*. U hrvatskom jeziku, kao i u većini drugih jezika (npr. francuski, nizozemski, mađarski), rabi se samo jedna imenica "igra", neovisno o razini formalnosti. Budući da je vrlo teško baratati različitim konceptima koji dijele isti naziv, pokušali smo u hrvatskom jeziku pronaći odgovarajuće termine. Osim imenice "igra", u hrvatskom jeziku rabimo i glagolsku imenicu "igranje". Konzultirani su Hrvatski jezični portal (n. d.) i Školski rječnik hrvatskog jezika (n. d.), ali ni jedan ne daje jasnu distinkciju između termina "igra" i "igranje", kao ni između termina "igrati" i "igrati se". Intuitivno se čini da je termin "igranje" bliži engleskom terminu *play*, a termin "igra" bliži terminu *game*, te da se kod neformalnih igara (uglavnom) rabi povratni glagol (igrati *se* s lutkama, igrati *se* doktora, igrati *se* lovice, ali igrati tenis, igrati šah, igrati nogomet), pa ih stoga na taj način rabimo i u ovom tekstu. Igrač je, u duhu hrvatskoga jezika, osoba koja sudjeluje u igri (npr. igrač rukometa, igrač bridža), ali ne i ona koja se igra (npr. s lutkama). Konačno, igračke su predmeti namijenjeni za igranje (medo, kocke, autići), a rekviziti za igre (npr. reket, palica, lopta).

Transformacija igranja kroz povijest

Koncepti igre i igranja u zadnjih tridesetak godina stubokom su se promijenili. Tehnološka revolucija donijela je promjene u kvantiteti i kvaliteti igranja, koje je učinila dostupnijima (prostorno, vremenski, sadržajno i socijalno), nudeći takoreći beskrajn izbor sadržaja i uvijek spremne suigrače raznih kompetencija. Iako se igranje videoigara na prijelazu stoljeća činilo kao prolazni hir tinejdžera i adolescenata, postaje sve izvjesnije da X generacija ne gubi interes za videoigre, pa pro-

sječna dob *gejmera* linearno raste i prelazi 35 godina (Statista, 2022).

Ali, i neovisno o videoigrama, igranje se znatno mijenja od sredine 20. stoljeća (Chudacoff, 2007), i to s obzirom na mjesto (igranje na otvorenom prostoru, tipa livada ili ulica, sve više zamjenjuju igranje u zatvorenom prostoru, kojem je često igra osnovna namjena, kao što su igraonice ili igrališta), sadržaj (razvojem potrošačkoga društva proizvodnja igračka i društvenih igara procvjetala je, rekviziti postaju sve složeniji) i strukturu (igranje je sve češće organizirano, edukativno i vođeno, za razliku od spontanog igranja; objavljeni su mnogi priručnici za igranje djece i odraslih).

Kvalitativne i kvantitativne promjene koje su se dogodile i još se događaju dodatno otežavaju definiranje konstrukta, jer ne možemo pouzdano tvrditi da je neka definicija, koja je možda i bila sveobuhvatna i distinktivna u prošlosti, i dalje takva.

Interdisciplinarnost u proučavanju igranja

Proučavanje igre i igranja nipošto nije ekskluzivno domena psihologije. Dapače, igra je predmet proučavanja širokoga spektra akademskih i stručnih disciplina, koje promatraju igranje iz raznih perspektiva i fokusiraju se na razne aspekte.

Osim očitih, kao što su filozofija, psihologija, sociologija, etnologija, antropologija, kulturologija, zoologija i pedagoške znanosti, treba istaknuti da teoriju i strategiju igara analiziraju i prirodne i tehničke znanosti, kao na primjer matematika i računalna znanost, a teorija igara temelj je više modela u znanstvenim područjima ekonomije i prava. Iz potrebe da se znanje međusobno poveže i zaokruži razvilo se posebno multidisciplinarno znanstveno područje koje nazivamo ludologija (ili *Game Studies*), koje se fokusiralo na proučavanje igara i igranja. Termin ludologija (od latinskoga *ludus*, igra) uveo je Per Maigaard (1951), opisujući je kao znanost o igranju u okviru sociologije i srodnih znanosti, pri čemu je igranje definirao kao ugodnu aktivnost koju izvodimo iz puke želje, znajući da nije ni potrebna, ni korisna. Međutim, većina autora i dalje proučava igranje unutar svojega znanstvenog područja i interesa (Bergen, 2015).

Brian Sutton-Smith (1997), psiholog po vokaciji, i jedan od vodećih teoretičara u proučavanju igre i igranja, ističe važnost multidisciplinarnoga proučavanja igre i igranja i opisuju perspektive koje zauzimaju znanstvenici na ovom području. Sutton-Smith tvrdi da u razmatranje i definiranje koncepta igre treba uključivati i djecu i odrasle, kao i neke životinjske vrste, te da igranje treba promatrati kroz sve njegove manifestacije – od dječje igre do sportova, igara na sreću, rituala i ceremonija, mašte i besmislica. U knjizi *Neodređenost igre*, Sutton-Smith (1997) raspravlja o sedam područja (ili, kako ih on

naziva, retorika) kroz koja se igranje može opažati i proučavati, a na koja se neki autori usredotočuju. Ta su područja: progres, sudbina, snaga, identitet, mašta, osobnost i lakomislenost.

(a) Igranje kao *progres* najčešće je izučavano u kontekstu razvojne psihologije, koja stavlja težište na psihomotoričke, kognitivne, emocionalne i socijalne koristi igranja djece i životinjske mladunčadi. Autori proučavaju na koji način, pod kojim uvjetima i u kojoj mjeri igranje pridonosi razvoju djece. Ovo područje osobito je zanimljivo antropolozima, zooolozima i psiholozima, koji tvrde da igranje dopušta djeci da u sigurnoj okolini, metodom pokušaja i pogrešaka, uvježbavaju razne vještine. Na primjer, prema Piagetu (1962), igranjem dijete rabi postojeće i stječe nove vještine, kao i samopouzdanje koje mu omogućuje da te vještine primijeni u širem okruženju, dok Vygotsky (1978) smatra da se igranjem razvijaju kognitivne sposobnosti i apstraktno mišljenje. Među poznatijima je i teorija uvježbavanja Karla Groosa (1901), prema kojoj mladunčad i djeca igrajući se svladavaju vještine koje će im koristiti u odrasloj dobi (npr. lov).

(b) Shvaćanje igranja kao *sudbine* jest, prema Sutton-Smithu, najstarije viđenje igranja, prisutno još u antici, a temelji se na ideji da je ljudska sudbina određena izvana, na primjer, voljom bogova ili pukom srećom, što je osnovni element igara koje uključuju element sreće (npr. kocka, lutrija). Analiziranje igranja iz ove perspektive karakteristično je za filozofe, dok psiholozi koji se bave ovim područjem najčešće proučavaju psihopatologiju (npr. opsesivno kompulzivni poremećaj ili ovisnost), koja se razvija kod pretjeranog igranja igara s povremenim potkrepljenjem. Za proučavanje samih igara koje se temelje na procjeni šansi zainteresirane su i druge znanstvene discipline, kao što su matematika, računalne znanosti, ekonomija i pravo.

(c) Obilježje *snage ili moći* u igranju uočljivo je u raznim natjecanjima, kao što su sportovi, kartaške igre ili igre na ploči, gdje je cilj pobjeda kojom igrač potvrđuje i osnažuje svoj status. Psiholozi u okviru psihologije sporta proučavaju mehanizme – od motivacije do osobina ličnosti sportaša, koje pridonose sportskoj izvedbi i rezultatu, a i fenomen je interesantan i autorima iz drugih disciplina, kao npr. filozofima i sociolozima.

(d) Retorika *identiteta* povezuje igranje s potvrđivanjem identiteta u situacijama kao što su obredi, ceremonije i svečanosti. Ova je tema zanimljiva mnogim strukama, uključujući sociologiju, etnologiju, kulturologiju, ali i psihologiju. Na primjer, Durkheim (1961) i Freud (1920) tvrde da sudjelovanja u organiziranim okupljanjima omogućuju ljudima da se osjete dijelom zajednice, čime osnažuju svoj identitet potvrđivanjem pripadanju referentnoj skupini.

(e) Retorika *imaginacije* promatra igranje kroz kreativnost, fleksibilnost i maštu, koje nalazimo u umjetničkom stvaralaštvu i improvizaciji. Na primjer, Piaget (1962) ističe važnost simboličke igre, kod koje pretvaranje omogućuje vježbanje stvaranja i održavanja sposobnosti mentalne reprezentacije, dok Teorija infantilne dinamike (Lewin, 1931) pretpostavlja da je igranje rezultat nemogućnosti djece da razlikuju stvarno i nestvarno. Vygotski (1978) tvrdi da igranjem djeca uče prenesena i simbolička značenja, što je preduvjet za razvijanje apstraktnoga mišljenja.

(f) Prema retorici *osobnosti*, igranje je bijeg od stvarnosti, izvor intrinzičnog užitka i relaksacije koji omogućuje upravljanje idejama i osjećajima što pridonosi osobnom rastu i razvoju. Na primjer, prema psihoanalitičkoj teoriji, igra je katarza koja omogućuje izražavanje emocija i pokušaj rješavanja konflikta u situacijama kada druge opcije nisu na raspolaganju, dok je za Eriksona (1948) igranje pokretač osobnog razvoja koje djetetu omogućuje da nadvlada neuspjeha i razočaranja i uživa u izmišljenoj stvarnosti.

(g) Konačno, igranje možemo promatrati kao *lakomislenu aktivnost*, suprotstavljenu "smislenim" ili produktivnim djelatnostima, gdje igrač, često šaljivdžija, olako shvaća formalnu strukturu, besposličari, ponekad krši društvene norme i pokazuje da život ima i druga značenja od onih koja su općeprihvaćena. Ovu retoriku možemo povezati s konceptom razigranosti.

Multidisciplinarna priroda koncepta igranja, u kombinaciji s višeznačnosti, složenosti i raznolikosti njegovih manifestacija, urodila je mnogim esejima, polemikama i kritikama vezanima uz određivanje i definiranje pojma.

POKUŠAJI DEFINIRANJA IGRANJA

Prilikom definiranja igranja neki se autori usmjeravaju na dječje kreativno igranje, neki na igranje kod životinja, a neki na igre s pravilima, dok su sveobuhvatne definicije često preopćenite i kao jedino distinktivno obilježje igre podrazumijevaju intrinzičnu motivaciju.

Najprije ćemo dati pregled definicija najutjecajnijih autora na području teorije igranja: Johana Huizinge iz djela "*Homo ludens*" izdanog 1938. godine, Rogera Cailloisa iz djela "Čovjek, igra i igranje" izdanog 1961. godine, Briana Sutton-Smitha iz djela "Neodređenost igre" izdanog 1997. godine te Bernarda Suitsa iz članka "Zeznuta trijada: igre, igranje i sport" izdanog 1988. godine.

Huizinga (1938) pri definiranju igranja naglasak stavlja na svojstvo igranja, prema kojem je ono dobrovoljna, tj. slobodna, aktivnost koja se događa izvan "stvarnoga" svijeta i zbog toga je "neozbiljna", a koja intenzivno i potpuno apsorbira osobu.

Caillois (2001) tvrdi da igranje ima sljedeće karakteristike (1) slobodno je i dobrovoljno; (2) odvojeno je od stvarnoga svijeta, pri čemu zauzima vlastito vrijeme i prostor; (3) neizvjesno je, ishod nikada nije predodređen; (4) nije produktivno, ne donosi vanjsku dobit; (5) vođeno je pravilima koja ne vrijede u stvarnom svijetu, a kojih se igrači trebaju pridržavati; (6) uključuju izmišljene stvarnosti (eng. *make believe*), koje mogu biti u suprotnosti sa stvarnim svijetom.

Sutton-Smith (1997) igranje definira kao jedinstvene oblike adaptivne varijabilnosti koje se ne mogu oponašati, a koji se odvijaju u zamišljenoj stvarnosti i obilježeni su ugodnim učincima. Treba primijetiti da Sutton-Smith izbjegava definirati igranje kao ponašanje, aktivnost ili proces, nego radije pribjegava neodređenoj formi (adaptivna varijabilnost) koja dopušta svaku od navedenih manifestacija, pri čemu ističe svojstvo po kojem je igra adaptivna, dakle funkcionalna.

Suits (1988) definira igranje trima elementima: prvo, igra je autotelična (samosvrhovita), drugo, igra (*game*) i igranje (*play*) nisu nužno povezani, i treće, bilo koje ponašanje može biti igra ako je autotelično. Suits navodi primjere profesionalnoga sportaša koji sudjeluje u igri, ali se ne igra (jer je ponašanje motivirano vanjskom nagradom) i dječaka koji se dok jede igra hranom mijenjajući instrumentalnu funkciju hrane u autoteličnu. Dakle, prema Suitsovu mišljenju, definiranje igre nije određeno vrstom aktivnosti, nego stavom ili doživljajem ili stanjem uma onoga koji se igra (ili ne igra).

U nastavku ćemo navesti nekoliko definicija igre iz perspektive raznih disciplina, odnosno istraživačkih orijentacija.

McGonigal (2011), orijentirajući se na igre s pravilima, definira igru kao dobrovoljno nastojanje da se riješe izmišljene zapreke postavljene pravilima igre. U djelu "Prema razigranoj arhitekturi: prostor igranja i igara" Walz (2010) zaključuje da je igranje (*play*) osnova igre (*game*) i da ne mogu postojati zasebno te da se igranje temelji na pokretu, ritmu i uživanju. Burghardt (2011), opisujući igranje kod životinja, postavlja pet kriterija po kojima se igranje razlikuje od drugih aktivnosti: (1) nije sasvim funkcionalno, tj. nije nužno za preživljavanje; (2) dobrovoljno je, spontano, namjerno, ugodno i autotelično; (3) od "ozbiljnih" aktivnosti razlikuje se strukturno i temporalno; (4) ponašanje je ponavljajuće, ali nije rigidno stereotipno, a odvija se u određenom razdoblju razvoja životinje; (5) igra se događa kada je organizam sit, zdrav i nije pod stresom.

U psihologiji, Piaget (1962), jedan od prvih autora zainteresiranih za ovo područje, igru definira kao oblik asimilacije, (asimilacija je proces razumijevanja novih iskustava na temelju postojećih spoznajnih struktura) u kojem djeca nastoje svoje vlastite ideje i strategije nametnuti svijetu oko sebe i pronalaze zadovoljstvo u manipulaciji objektima i osjećaju

kontrole nad okolinom. Prema Vygotskom (1978), igranje uključuje izmišljanje neke situacije te postavljanje i pridržavanje pravila i uloga. Csikszentmihalyi (1981) definira igranje promijenjenim stavom prema stvarnosti, gdje slično kao Suits (1988) pretpostavlja da je unutarnje stanje osobe koja se igra važnije od objektivnih pokazatelja igranja.

Gray (2013) svodi definicije igranja raznih autora na sljedeće elemente igranja: (1) igranje je slobodno – što, kada i kako će se igrati te kada će igra prestati određuju sami igrači; (2) intrinzična motivacija; (3) mentalna pravila koja ostavljaju prostor kreativnosti; (4) zamišljanje i pretvaranje; (5) pobuđeno, aktivno, ali i donekle opušteno, stanje organizma.

Uzimajući u obzir navedene kriterije, igranje možemo definirati kao proces u koji se pojedinac dobrovoljno upušta motiviran neposrednim užitkom, pri čemu se u većoj ili manjoj mjeri, mentalno ili fizički aktivno udaljuje od uobičajenih obrazaca ponašanja i/ili razmišljanja. Ključni elementi definicije jesu proces (ne ograničuje se na aktivnost ili stanje), dobrovoljno upuštanje zbog užitka (autoteličnost), aktivan angažman (koji može biti mentalni ili fizički) i udaljavanje od uobičajenog (ne nužno u "zamišljenu stvarnost").

VRSTE IGRANJA

Još jedan velik izazov u proučavanju igranja jest formiranje sveobuhvatne tipologije ili klasifikacije raznih vrsta igranja.

Jedna od najpoznatijih klasifikacija igranja koja se često navodi u udžbenicima i radovima (npr. Whitebread, 2010) razlikuje pet osnovnih vrsta igranja: fizičko igranje, igranje s predmetima, simboličko igranje, igranje pretvaranja i igru s pravilima. Ova tipologija vrlo je općenita, a pojedine se kategorije preklapaju. Na primjer, nogomet je igra s predmetom (loptom), fizička igra i igra s pravilima. Za razliku od nje, vrlo je specifična i isključiva Partenova (1932) klasifikacija, ujedno i jedna od najstarijih i najviše spominjanih u razvojnoj psihologiji, koja igranje diferencira po razini društvenosti (promatranje, samostalna, usporedna, povezujuća i suradnička igra), ali ne po tipu igre.

Csikszentmihalyi i Bennett (1971) u istraživačkom modelu igranja rabe podjelu na fizičke igre (npr. tenis), igre strategije (npr. šah) i igre šanse (npr. rulet), svodeći tako igranje na formalne igre. Van Leeuwen i Westwood (2008) razlikuju igranje igara koje je orijentirano prema performansu i igranje s igračkama koje je spontano i neorganizirano, a sličnu distinkciju čine i Batemen i Boon (2005) na primjeru videoigara. Caillois (2001) predlaže jednostavnu klasifikaciju u četiri skupine: agon, alea, mimikrija i vertigo. Agon (grč. γών, natjecanje) uključuje kompetitivne igre i sportove, alea (lat. *ālea*, igra s kockom) odnosi se na igre na sreću, mimikrija (grč. Μίμησις, imitirati) uključuje spektar igara koje sadrže glumu, fantaziju, opona-

šanje i pretvaranje, a vertigo (lat. *vertigo*, vrtoglavica, promjena) igre jesu one koje izazivaju uzbuđenje, podražujući osjetne sustave (npr. vožnja na vrtuljku, ljuljanje). Dio autora smatra da igranje treba promatrati na kontinuumu "igranje-igra-sport" (npr. Albinson, 1976; Caillois, 1988; Zurcher i Meadow, 1970), koji podrazumijeva da igranje (recimo, dodavanje loptom) prerasta u igru (npr. graničar), koja opet evolviru u sport (npr. rukomet), pri čemu se smanjuje spontanost i sloboda, a povećava formalnost, strukturiranost, reguliranost pravilima, usmjerenost dostignuću i institucionalizacija.

Brown i Vaughan (2009) polaze od pretpostavke da ljudi imaju različite sklonosti prema igranju i na različite načine manifestiraju razigranost. Ovu tipologiju, koja zapravo dijeli ljude s obzirom na preferirani stil igre, navodimo jer je zanimljiva, jer igranje definira široko, kroz niz autoteličnih aktivnosti i jer je korisna za proučavanje igranja, osobito kod odraslih. a) Humor. *Šaljivdžija (The Jocker)* igra se zbijajući šale i ludorije. b) Fizičko igranje. *Kinestetičar (The Kinesthete)* preferira igranje pokretom, bilo da je riječ o plesu, hodanju, skakanju, penjanju ili nekom fizičkom sportu. c) Istraživanje. *Istraživač (The Explorer)* jest kreativan, maštovit i uživa u istraživanju novih mjesta, stvari, odnosa i iskustava. d) Natjecanje. *Natjecatelj (The Competitor)* uživa u igranju igara s pravilima, bilo da je riječ o sportu ili drugim igrama. e) Organizacija događaja. *Režiser (The Director)* igra se planirajući i organizirajući događaje, za njega je svijet pozornica, a on smišlja scenu i dodjeljuje uloge. e) Kolekcionarstvo. *Sakupljač (The Collector)* nalazi uzbuđenje u skupljanju stvari i/ili iskustava te uvijek želi upotpuniti zbirku i naći najrjeđe i najvrjednije primjerke. f) Stvaranje. *Umjetnik/Stvaralac (The Artist/Creator)* igra se stvarajući na raznim područjima, kao što su glazba, poezija, slikarstvo, ali, na primjer, i vrtlarstvo ili kulinarstvo. g) Pripovijedanje. *Za pripovjedača (The Storyteller)* igranje se temelji na maštanju i fantaziji, a uključuje pričanje i pisanje priča, drama, scenarija, glumu, ples i druge scenske aktivnosti.

Svi dosad navedeni modeli nastojali su opisati kategorije u koje bi razvrstali pojedine tipove igranja. Vossen (2004) odabire malo drugačiji pristup, pa razlikuje igranje s obzirom na tri elementa: interakciju, kompetitivnost i fizički angažman, od kojih svaki može biti prisutan ili odsutan za određeni tip igranja. Kombinacijom ovih elemenata, dakle, dobivamo šest tipova igara – od nekompetitivnih, neinteraktivnih i nefizičkih kao što je, na primjer, rješavanje križaljki ili samostalno igranje s lutkom, do kompetitivnih, interaktivnih i fizičkih, kao što je npr. nogomet.

Navezujući se na Vossenovu (2004) ideju, a uzimajući u obzir prije navedene tipologije, smatramo da bi bila korisna klasifikacija koja bi igranje razvrstavala s obzirom na više relevantnih svojstava (Tablica 1). Nadalje, čini se da dihotomna

● TABLICA 1
Neki kriteriji za
međusobno razliko-
vanje vrsti igranja

podjela koju aplicira Vossen ne omogućuje fino razlikovanje stupnjeva zastupljenosti nekoga svojstva, kao što bi to bilo moguće da se svako od svojstava reprezentira kontinuumom.

Svojstvo igranja	Primjeri igranja s različitom zastupljenosti svojstva
Fizički zahtjevi	Npr. nogomet, vaterpolo, hrvanje, preskakanje uzeta fizički su vrlo zahtjevni; ljuljanje na ljuljački, pantomima ili biljar manje; dok igranje šaha ili "zadirkivanje" kao oblik igranja traže minimalni fizički angažman.
Intelektualni zahtjevi	Različite strateške igre, igre znanja (npr. kvizovi) i pamćenja (npr. <i>Memory</i>) intelektualno su zahtjevnije od igranja s igračkama i većine sportova, a oni su opet zahtjevniji od npr. grube igre ili brojalice.
Kreativnost	Aktivnosti kao što su sociodramsko igranje, crtanje ili ples nude više prostora za kreativnost od većine sportova, koji su ipak obično kreativniji od igara na sreću (npr. tombola) ili slaganja slagalica.
Zamišljena stvarnost	Igranje pretvaranja se po definiciji događa u zamišljenoj stvarnosti i oslanja na maštu sudionika. Sportovi, kartaške i društvene igre također se odvijaju u svojem prostoru i vremenu, ali nisu tako bogati i maštoviti, a igranje na spravama na igralištu uopće ne mora uključivati zamišljenu stvarnost.
Kompeticija	Sportovi i kartaške igre tipični su primjeri igara s izrazito izraženim natjecateljskim elementom, kod različitih društvenih i salonskih igara to je svojstvo slabije izraženo, a kod npr. crtanja ili igranja s lutkama kompeticija obično uopće nije prisutna.
Kooperacija	Timski sportovi, kao rukomet ili košarka, ili <i>Multiplayer Online Role Playing Games</i> (Mrežne igre uloga za više igrača) zahtijevaju visoku razinu suradnje, igranje s igračkama nešto manju, dok je, recimo, kod vožnje na vrtuljku, igranju šaha ili slaganju Rubikove kocke kooperacija nepotrebna.
Strogoća pravila	U organiziranom formalnom sportu, ali često i u kartaškim igrama i igrama na ploči, postoje stroga pravila. Šale, grubo igranje, kao i igranje pretvaranja također funkcionira po određenim pravilima, ali ona nisu pisana, a često ni izgovorena, dok npr. slaganje lego kocaka ili gradnja kula u pijesku rijetko ima ikakva pravila.
Faktor sreće	Igranje lutrije ili ruleta potpuno ovisi o sreći, mnoge kartaške igre i igre na ploči, ali i neki sportovi, donekle su pod utjecajem sreće, dok faktor sreće minimalno utječe na kreativno igranje i općenito na oblike igranja koji nemaju natjecateljski element.
Uzbuđenost-Opuštenost	Sportske igre, kartaške igre, kao i grube igre često su popraćene intenzivnim uzbuđenjem, dok neke igre djeluju smirujuće (npr. crtanje, <i>Minecraft</i>).
Uživo-Virtualno	U virtualnom okruženju još je uvijek nemoguće do kraja simulirati neke sportske igre (npr. nogomet, vaterpolo) ili grubo igranje i igranje s igračkama koje traži fizički kontakt (npr. lutke). Međutim, igre na ploči, kartaške i druge društvene igre, igre na sreću te neke oblike kreativnog igranja (npr. crtanje) uglavnom je moguće simulirati u virtualnoj stvarnosti. Veliku većinu izvorno digitalnih igara, kao npr. Tetris ili Civilizaciju, nije moguće kopirati u stvarnom svijetu.

Ova klasifikacija razlikuje vrste igranja s obzirom na deset kriterija (svojstava), od kojih za svaki tip igranja određujemo stupanj zastupljenosti svakoga od svojstava (npr. na ljestvici od pet stupnjeva). Pri tome treba primijetiti da su neka svojstva samo djelomično dirigirana izvana (samom vrstom igranja), a djelomično stavom onoga tko se igra (npr. neki će, dok igraju neku društvenu igru, biti opušteni, a drugi izrazito uzbuđeni). Klasifikacija može biti korisna stručnjacima (npr. odgajateljima ili voditeljima *team buildinga*), koji žele usporediti vrste igranja međusobno, uravnotežiti zastupljenost različitih svojstava igranja u programu koji provode ili potencirati neko od svojstava, ali i znanstvenicima koji istražuju učinke elemenata igranja. Naime, čak i za dječju igru, koja je intenzivno istraživana, postoje neka područja koja se stalno zaobilaze, pa tako Whitebread i sur. (2017) ističu da se autori mahom usredotočuju na fizičke i kreativne igre te igre pretvaranja, dok zaobilaze igre s pravilima (osim sportova).

IGRANJE KAO CJELOŽIVOTNA AKTIVNOST

Igranje tradicionalno povezujemo s djecom, a mnogi autori tvrde da se igranje kod odraslih često zanemaruje ili čak stigmatizira (npr. Brown i Vaughan, 2009; Kane, 2004; Van Vleet i Feeney, 2015). Eminentni znanstvenici i teoretičari koji su početkom i sredinom dvadesetog stoljeća isticali važnost igranja za razvoj djeteta (npr. Erikson, 1948; Freud, 1920; Piaget, 1962) sustavno su zanemarivali pozitivne učinke koje ono može imati na odrasle. Suprotno tome, Brown i Vaughan (2009) drže da je igranje nezaobilazan i sastavni dio života svake odrasle osobe te da bez igre osoba psihički i fizički propada i postaje nezadovoljna i prazna. Brkljačić i suradnici (2021) na hrvatskom uzorku nalaze da je kod odraslih osoba učestalost igranja povezana s višim razinama psihološkoga procvata i sreće.

Prvi psiholozi koji su se posvetili analizi igranja kod odraslih jesu Csikszentmihalyi i Bennett (1971), koji su istaknuli da su pitanja vezana uz igranje vrlo ozbiljna, jer je igra kao takva rijetko ispunjavajući i kreativan doživljaj koji zadovoljava sve preduvjete da pojedinca dovede u stanje zanesenosti.

Ljudska povijest protkana je igrama i igranjem odraslih. Olimpijske igre, borbe gladijatora, viteške igre, čitav dijapazon sportova, kockarnice, karnevali, zabavni parkovi, kostimirani obredi i scenografije rituala, samo su neki primjeri manifestacije potrebe za igrom, natjecanjem i fantazijom kod odraslih. Ipak, igre odraslih ponekad se razlikuju od dječjih, a Freysinger (2006) ističe da se kroz životni vijek igra mijenja ovisno o povijesnom trenutku i ekonomskim, političkim, vjerskim i socijalnim uvjetima. Odrasle osobe, naime, nastoje prilagoditi način igranja kako bi bio društveno prihvatljiv (npr. Anderson i sur., 2020), jer se na igranje odraslih, osim u nekim

specifičnim situacijama, gleda kao na besmisleni, infantilnu aktivnost i gubljenje vremena (Sutton-Smith, 1997).

Navest ćemo nekoliko primjera iz svakodnevnice koji jasno ocrtavaju kako odrasle osobe nalaze izgovore i opravdanja za igru. Odrasle osobe često će se rado prepustiti igri s djecom i kućnim ljubimcima, uživajući u aktivnosti, ali ipak objašnjavajući da se igraju zbog želje suigrača (npr. unuka ili psa), a ne vlastite potrebe. Odrasli vlastito igranje ponekad opravdavaju tradicijom (npr. potpuno je "prirodno" i očekivano da se za maškare prepustimo fantaziji i pretvaranju), socijalizacijom (npr. igranje društvenih igara za Božić u krugu obitelji s ciljem druženja), ili brigom za zdravlje (npr. igranje sa psom u parku kako bismo popravili fizičku kondiciju ili rješavanje sudokua da vježbamo logičko razmišljanje). Walsh (2019) smatra da je odraslima ponekad potrebna "dozvola za igranje", koja uključuje, često neizrečenu, suglasnost socijalne okoline da je u nekoj specifičnoj situaciji razigrano ponašanje prihvatljivo. Ta dozvola može doći sama od sebe (npr. poziv na tematsku zabavu), možemo je željno očekivati (npr. *Team building* u firmi), planirati (odlazak u zabavni park s djecom) ili spontano inicirati (npr. pogledom i stavom signalizirati razigranost i čekati odobrenje). U području organizacijske psihologije West (2015) nalazi kako i implicirane i izravne dozvole za igranje povećavaju kreativnost u radnim organizacijama. Ipak, sam je konstrukt "dozvole za igranje" nov i nedovoljno istražen, pa se preporučuju daljnja sustavna i rigorozna istraživanja kako bi se ustanovilo koliko je univerzalan i efikasan.

Igranje ćemo ponekad kamuflirati "zreljim" terminima, kao što su "razonoda", "rekreacija" ili "opuštanje", a igraonicama nadjenuti socijalno prihvatljivije nazive (npr. klubovi). Iako su znanstvena istraživanja na ovom području vrlo rijetka, u svakodnevnom životu sve je više prilika za igranje odraslih, jer raste broj mogućnosti za organiziranu i slobodnu igru – od kreativnih radionica, *escape roomova*, do tematskih parkova i posebnih igrališta za odrasle. Stručnjaci razvijaju igre i igračke i druge rekvizite namijenjene igranju odraslih osoba, a razigrani elementi uvode se u poslovne i javne prostore kako bi se potaknula neformalna, opuštana i vesela atmosfera (npr. Bakker i sur., 2020; West, 2015). Brown i Vaughan (2009) ističu da, suprotno uvriježenom mišljenju, suprotnost igri nije rad nego dosada te da igra treba biti uključena i u poslovno okruženje jer pridonosi zadovoljstvu i kreativnosti zaposlenika. Od kraja dvadesetog stoljeća mnoge tvrtke i druge ustanove uvode elemente igre u radno okruženje. Stručnjaci prepoznaju da relaksirana i zaigrana radna atmosfera pridonosi zadovoljstvu i produktivnosti. Međutim, znanstvena istraživanja i teorijski

modeli kaskaju za praksom i tek se odnedavno istražuju implikacije razigrane radne okoline (npr. Bakker i sur., 2020; Bakker i van Wingerden, 2021; Ducasse i sur., 2019). U domeni psihologije, istraživanja igranja kod odraslih i dalje se mahom usredotočuju na (1) sportove; (2) humor kao specifični oblik razigranosti i (3) igranje digitalnih igara.

IGRANJE, RAZIGRANOST I SUBJEKTIVNA DOBROBIT

Analizirajući znanstvene radove publicirane na prijelazu stoljeća, Van Leeuwen i Westwood (2008) navode kako od onih koji proučavaju igru gotovo zanemariv postotak (1,3%) istražuje igranje kod odraslih te zaključuju da se gotovo ništa ne zna o tome koje igre igraju odrasli te postoji li povezanost igranja kod odraslih s njihovom dobrobiti i kvalitetom života. Možda najveća zapreka koja je dovela do ignoriranja istraživanja igranja kod odraslih jest pretpostavka da igranje treba proučavati isključivo u kontekstu slobodnoga vremena i rekreacije, a ne kao sastavni dio raznih aspekata života.

Ipak, vodeći autori na području pozitivne psihologije sve češće uključuju igranje i razigrana ponašanja u svoje teorije. Do kraja 20. stoljeća fokus psihologa jest na dječjem igranju i proučavanju pozitivnih razvojnih ishoda i funkcije igranja kod djece. Međutim, u novije vrijeme više eminentnih autora stavlja igranje u širi kontekst, smatrajući ga relevantnom, ako ne i ključnom, komponentom modela psihološke dobrobiti.

Ranih sedamdesetih godina 20. stoljeća Mihaly Csikszentmihalyi razvio je, sada već klasičnu, teoriju optimalnog iskustva, koja se temelji na konceptu zanesenosti što je označuje stanje krajnje uronjenosti u neke aktivnost uz potpuno ignoriranje svega ostaloga. Iz Csikszentmihalyijevih radova nastalih u to vrijeme, a koji stavljaju igru u fokus i direktno je povezuju (čak ponekad i poistovjećuju) sa zanesenosti, jasno se raspoznaje njegova fasciniranost igranjem. Na primjer, Csikszentmihalyi i Bennett (1971), u eseju "Istraživački model igre", opisuju motive igranja raznih tipova igara i psiholoških stanja koje igranje izaziva te naglašavaju kako su ljudska društva protkana igrom i kako malo konkretnih informacija imamo o frekvenciji, načinu i posljedicama igranja kod odraslih. Nadalje, Csikszentmihalyi (1975) ističe važnost proučavanja igre kao jedne od rijetkih aktivnosti koja je po definiciji isključivo intrinzično motivirana te orijentirana na proces, a ne na cilj. Zbog ovog svojstva, igrajući se često dosegne stanje zanesenosti, a psiholozi proučavanjem igranja mogu istražiti specifične uvjete i ishode zanesenosti (npr. fokusiranje pažnje, spajanje aktivnosti i svijesti, gubitak ega, potpuna kontrola vlastita ponašanja i ponašanja okoline, jasna povratna informacija i autoteličnost). Iako se u kasnijem radu okreće

prema istraživanjima na drugim područjima psihologije, Csikszentmihalyi se pri opisima stanja i uvjeta zanesenosti i dalje često referira na doživljaje izazvane igranjem, osobito tenisa i šaha.

U novije vrijeme Barbara Fredrickson (2004) u modelu proširenja i izgradnje (eng. *broaden and build*) objašnjava funkciju pozitivnih emocija. Za razliku od ranije opisane teorije zanesenosti, gdje se Csikszentmihalyi zaustavlja na opisu direktnih učinaka optimalnog iskustva na dobrobit, Fredrickson tvrdi da pozitivne emocije imaju dugotrajne efekte jer potiču određena ponašanja koja pridonose psihološkom rastu pojedinca. Fredrickson upravo igranje postavlja kao primjer ponašanja potaknutog pozitivnim emocijama (konkretno srećom), a koje omogućuje izgradnju fizičkih, kognitivnih i socijalnih resursa. Ipak, u samom opisu pozitivnih ishoda igranja autorica se u više navrata referira na djecu i mladunčad, iako teorija proširenja i izgradnje nije zamišljena kao dobnost specifična. Pod pretpostavkom da će sreća i kod odrasle osobe potaknuti želju da se upusti u igru (što proizlazi iz teorije proširenja i izgradnje), igranje će povećati šansu da se poboljša fizička kondicija (npr. u sportu), nešto novo nauči (npr. rješavajući zagonetke), očuva i poboljša pamćenje i koncentracija (npr. igrajući *Memory*), razvije deduktivno ili induktivno razmišljanje (npr. igrajući šah) te unaprijede socijalne vještine (npr. komunikacijom sa suigračima) ili tehnike samoregulacije emocija (npr. nošenje s porazom). Iako hedoničko po definiciji (motivacija igranja je uživanje), igranje za Fredrickson ima važnu evolucijsku funkciju, jer će jedinice koje se više igraju razviti snažnije resurse i time stvoriti bolje predispozicije za preživljavanje.

Peterson i Seligman (2004) predlažu VIA (Values in Action) model ljudskih vrlina i snaga karaktera utemeljen na opsežnom međunarodnom istraživanju, koje je pokazalo da se iste ljudske vrline javljaju i cijene u različitim vremenskim razdobljima, kulturama i društvima. VIA klasifikacija uključuje šest univerzalnih ljudskih vrlina (mudrost, hrabrost, humanost, pravednost, umjerenost i transcendentnost) i 24 korespondirajuće snage karaktera kojima se ove vrline postižu, a među kojima je i humor, koji definiraju kao razigranost, šaljivost i sposobnost da se i teške situacije sagledaju iz humoristične perspektive. Prema ovom modelu, humorom se postiže transcendentnost, koju autori opisuju kao skup snaga koje povezuju pojedinca s nečim većim od njega i daju šire značenje postojanju (snage karaktera kojima se ova vrлина postiže jesu npr. zahvalnost, smisao za estetiku, spiritualnost). Pri provjeri ovoga modela, Gillham i suradnici (2011) nalaze da humor predviđa vrline transcendentnosti i vođenja (eng. *leadership*), koje su

pak povezane s boljom kvalitetom života, srećom i socijalnom podrškom. Ovi nalazi podupiru VIA model i sugeriraju da će razigrane i šaljive osobe imati veću subjektivnu dobrobit.

Dok se Csikszentmihalyi i Fredrickson u svojim teorijama referiraju na igranje kao oblik ponašanja, Peterson i Seligman (2004) proučavaju razigranost kao ljudsku osobinu (snagu karaktera). Mnogi autori u novije vrijeme istražuju razigranost kao osobinu te njezine karakteristike i korelate. Razigranost je još jedan konstrukt za koji postoji niz definicija koje uključuju sklonost k igranju, upuštanje u razigrana ponašanja u svakodnevnom životu, tendenciju da se šalimo i preoblikujemo situaciju na zabavan i smiješan način. Razigranost se češće veže uz igranje nego uz igru.

Razigrani pojedinci obično su šaljivi, zabavni, luckasti, spontani, nepredvidivi, impulzivni, aktivni, energični, skloni riziku i avanturama, otvoreni, živahni, veseli, a razigrano ponašanje pokazuju humorom i glupiranjem (Barnett, 2007). Istraživanja pokazuju da razigranost nije jednodimenzionalni konstrukt, nego se sastoji od nekoliko faktora. Barnett (2007) nalazi četiri faktora razigranosti (1) druželjubivost (npr. otvorenost, društvenost, veselost); (2) spontanost (npr. impulzivnost, nepredvidivost, pustolovnost), (3) komičnost (šaljivost, humorističnost); (4) dinamičnost (energičnost, aktivnost). Proyer (2017) nudi malo drugačiju strukturu: 1) razigranost usmjerena na druge – karakterizira osobe koje zabavljaju, nasmijavaju i uveseljavaju svoju socijalnu okolinu, 2) bezbrižna razigranost – uživaju u spontanom ponašanju i improviziranju, ne brinu se o posljedicama, 3) intelektualna razigranost – igraju se idejama i nalaze kreativna rješenja i 4) hirovita razigranost – zabavljaju ih neobične i ekstravagantne stvari.

Razigranost je kod odraslih osoba povezana s mnogim pozitivnim osobinama, među kojima su kreativnost i spontanost (Barnett, 2007), akademski uspjeh (Proyer i Ruch, 2011), uspješno nošenje sa stresom (Magnuson, i Barnett, 2013), zadovoljstvo poslom (Yu i sur., 2007), zadovoljstvo životom (Proyer, 2012) i kvaliteta života (Proyer i sur., 2010). Međutim, treba napomenuti da je razigranost povezana i s nekim negativnim sklonostima, kao što je upuštanje u rizična ponašanja i nepridržavanje sigurnosnih protokola, što se objašnjava bezbrižnim stavom i potrebom za eksperimentiranjem kod razigranih osoba (Proyer, 2017).

Opisani teorijski modeli upućuju na činjenicu da su vodeći autori na području pozitivne psihologije prepoznali važnost razigranosti i igranja kod odraslih osoba. Empirijska istraživanja koja bi poduprla ove modele još su uvijek relativno rijetka.

PREPORUKE ZA ISTRAŽIVANJA I PRAKSU

Organizirano igranje odraslih gotovo da je tabu tema (npr. Anderson i sur., 2020; Kane, 2004; Van Leeuwen i Westwood, 2008; Walsh, 2019), koju razigrane odrasle osobe nadilaze kamufliajući igranje sudjelovanjem u kreativnim radionicama, klubovima, udrugama i umjetničkim društvima, ili se u sigurnosti svojega doma prepuštaju igranju digitalnih igara. Kako bi se igranje odraslih osoba destigmatiziralo, potrebno je u javnosti, putem različitih medija, osvijestiti rasprostranjenost i dobiti igranja, ali i ponuditi više raznovrsnih sadržaja koji bi potaknuli odrasle osobe da se bez srama uključe u razigrane aktivnosti.

Znanstvenici iz raznih disciplina mogu u igranju pronaći nadahnuće za svoja istraživanja. U domeni psihologije tema igranja sastavni je dio gotovo svih grana psihologije – od onih fundamentalnih (npr. psihologija ličnosti, kognitivna i biološka psihologija), do primijenjenih, kao što su sportska, organizacijska i klinička psihologija.

Više je razloga za sustavno proučavanje igranja – od znanstvenih do praktičnih i ekonomskih:

1) Postoje čvrste teorije i modeli koji dovode igranje u izravnu vezu sa subjektivnom dobrobiti i na kojima se mogu temeljiti nacrti istraživanja.

2) Dosadašnja (malobrojna) istraživanja i praksa pokazuju da je igranje kod odraslih povezano s mnogim pozitivnim ishodima.

3) Ljudi sve više vremena provode igrajući se. Čini se smisljeno posvetiti se proučavanju frekventnih aktivnosti.

4) Životni vijek sve je dulji, a pripadnici X generacije koja je u djetinjstvu igrala prve videoigre polako kreću u mirovinu i sasvim je moguće da će se bar dio njih intenzivnije posvetiti igranju.

5) Uvođenje razigranih elemenata u radnu okolinu i javne prostore i razvijanje metoda učenja kroz igru samo su neki oblici na koje je igranje prodrlo u različite sfere života, često inicirano praktičnom potrebom, a bez podrške znanosti.

6) Igranjem se nadilaze tipične socijalne barijere, a njegova raznolikost omogućuje da se na ravnopravnoj razini povežu osobe različita spola, dobi, etničke pripadnosti, socio-ekonomskoga statusa, fizičkih i mentalnih sposobnosti, pa čak i različite vrste (npr. igranje čovjeka sa psom).

7) Nove tehnologije osiguravaju nepresušne mogućnosti igranja koje bi trebalo iskoristiti kako bi se korisnicima pružio dodatni način kvalitetnoga provođenja vremena.

8) Industrije vezane uz igranje među najprofitabilnijim su industrijama na svijetu (npr. sportovi, videoigre, proizvodnja igračka), pa i istraživanje igranja može biti unosno.

ZAKLJUČAK

Ljudi se igraju fizički i kognitivno, sami ili u društvu, planirano i organizirano ili spontano tijekom svakodnevnih aktivnosti. Najvažnija odrednica igranja jest samosvrhovitost i udaljava-nje od uobičajenog (dio autora inzistira na pomaku u "zamiš-ljenu stvarnost"), a igranjem se mogu smatrati i neka pona-šanja koja nisu inicijalno zamišljena kao igranje ako ih akter tako doživljava.

Iako se igranje odraslih osoba donedavno promatralo sa skepsom, u zadnjih dvadesetak godina raste broj dokaza ka-ko je igranje vrlo važno za očuvanje subjektivne dobrobiti od-raslih. Prema istaknutim teorijama subjektivne dobrobiti, ig-ranje je efikasna metoda za postizanje zanesenosti (Csik-szentmihalyi, 1975), javlja se kao reakcija na emociju sreće, a potiče ponašanja koja grade fizičke, intelektualne, socijalne i emocionalne resurse (Fredrickson, 2004) te predstavlja jednu od snaga karaktera povezanu s vrlinom transcendentnosti (Peterson i Seligman, 2004).

LITERATURA

- Albinson, J. G. (1976). The 'professional orientation' of the amateur hockey coach. U R. S. Gruneau i J. G. Albinson (Ur.), *Canadian sport: Sociological perspectives* (str. 377–392). Addison-Wesley.
- Anderson, K., Bayles, J., Dayton, C. i Ryan Kryzer, R. (2020). *Transformative experiences of play for adults: An organic inquiry*. The St. Catherine University. https://sophia.stkate.edu/ma_hhs/24
- Bakker, A. B. i van Wingerden, J. (2021). Rumination about COVID-19 and employee well-being: The role of playful work design. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 62(1), 73–79. <https://doi.org/10.1037/cap0000262>
- Bakker, A., Scharp, Y., Breevaart, K. i De Vries, J. (2020). Playful work design: Introduction of a new concept. *The Spanish Journal of Psychology*, 23, e19. <https://doi.org/10.1017/SJP2020.20>
- Barber, G. (2007). *Getting started in track and field athletics: Advice & ideas for children, parents, and teachers*. Trafford Publishing.
- Barnett, L. A. (2007). The nature of playfulness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 43(4), 949–958. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.02.018>
- Bateman, C. i Boon, R. (2005). *21st century game design*. Charles River.
- Bell, R. C. (1979). *Board and table games from many civilizations*. Dover Publications.
- Bergen, D. (2015). Psychological approaches to the study of play. *American Journal of Play*, 8(1), 101–128. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1080018.pdf>
- Brkljačić, T., Staničić, O. i Lewis, M. (2021). Do adults play? U Lj. Pačić-Turk (Ur.), *Brain and mind: Promoting individual and community well-being*. Selected Proceedings of the 2nd International Scientific

Conference of the Department of Psychology at the Catholic University of Croatia (str. 35–49). Catholic University of Croatia.

Brown, S. i Vaughan, C. (2009). *Play: How it shapes the brain, opens the imagination, and invigorates the soul*. Penguin.

Bruner, J. S. (1972). Nature & uses of immaturity. *American Psychologist*, 27(8), 687–708. <https://doi.org/10.1037/h0033144>

Burghardt, G. M. (2011). Defining and recognizing play. U A. D. Pellegrini (Ur.), *The Oxford handbook of the development of play* (str. 9–18). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195393002.013.0002>

Caillois, R. (1988). The structure and classification of games. U W. J. Morgan i K. V. Meier (Ur.), *Philosophic inquiry in sport* (str. 7–15). Human Kinetics.

Caillois, R. (2001) *Man, play and games*. University of Illinois Press. <https://voidnetwork.gr/wp-content/uploads/2016/09/Man-Play-and-Games-by-Roger-Caillois.pdf>

Chudacoff, H. P. (2007). *Children at play: An American history*. New York University Press.

Csikszentmihalyi, M. (1975). Play and intrinsic rewards. *Journal of Humanistic Psychology*, 15(3), 41–63. <https://doi.org/10.1177/002216787501500306>

Csikszentmihalyi, M. (1981). Some paradoxes in the definition of play. U A. Cheska (Ur.), *Play as context: 1979 proceedings of the Association for the Anthropological Study of Play* (str. 14–26). Leisure.

Csikszentmihalyi, M. i Bennett, S. (1971). An exploratory model of play. *American Anthropologist*, 73(1), 45–58. <https://doi.org/10.1525/aa.1971.73.1.02a00040>

Ducasse, J., Kljun, M. i Čopič Pucihar, K. (2019). Playful ambient augmented reality systems to improve people's well-being. U V. Geroyemenko (Ur.), *Augmented reality games II* (str. 125–157). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-15620-6_6

Durkheim, E. (1961). *Moral education: A study in the theory and application of the sociology of education*. The Free Press.

Erikson, E. H. (1948). The meaning of play. *Bulletin of the National Association for Nursery Education*, 3, 37–39.

Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 359(1449), 1367–1378. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>

Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*. Hogarth. https://www.sas.upenn.edu/~cavitch/pdf-library/Freud_Beyond_P_P.pdf

Freysinger, V. (2006). Play in the context of life-span human development. U D. P. Fromberg i D. Bergen (Ur.), *Play from birth to twelve: Contexts, perspectives, and meanings* (str. 53–62). Routledge.

Gillham, J., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., Winder, B., Peterson, C., Park, N., Abenavoli, R., Contero, A. i Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict

subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31–44. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.536773>

Graham, K. L. i Burghardt, G. M. (2010). Current perspectives on the biological study of play: Signs of progress. *The Quarterly Review of Biology*, 85(4), 393–418. <https://doi.org/10.1086/656903>

Gray, P. (2013). *Free to learn: Why unleashing the instinct to play will make our children happier, more self-reliant, and better prepared for life*. Basic Books.

Gray, P. (2019). Evolutionary functions of play: Practice, resilience, innovation, and cooperation. U P. K. Smith i J. L. Roopnarine (Ur.), *The Cambridge handbook of play: Developmental and disciplinary perspectives* (str. 84–102). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108131384.006>

Groos, K. (1901). *The play of man*. Astrleton. <https://doi.org/10.1037/13084-000>

Hrvatski jezični portal (n.d.). *Igra*. <https://hjp.znanje.hr/index.php?show=main> Preuzeto 20. prosinca 2022. s <https://hjp.znanje.hr/index.php?show=main>

Hughes, B. (2002). *A playworker's taxonomy of play types*. PlayLink.

Huizinga, J. (1938). *Homo ludens: Proeve eener bepaling van het spel-element der cultuur [Homo ludens: A study of the play-element in culture]*. Tjeenk Willink.

Kane, P. (2004). *The play ethic: A manifesto for a different way of living*. Macmillan.

Lewin, K. (1931). The conflict between Aristotelian and Galilean models of thought in contemporary psychology. *Journal of General Psychology*, 5(2), 147–177. <https://doi.org/10.1080/00221309.1931.9918387>

Magnuson, C. D. i Barnett, L. A. (2013). The playful advantage: How playfulness enhances coping with stress. *Leisure Science*, 35(2), 129–144. <https://doi.org/10.1080/01490400.2013.761905>

Maigaard, P. (1951). *About Ludology*. Proceedings of the 14th International Congress of Sociology. Aug 30 – Sep 3, 1951, Rome, Italy (str. 362–373).

McGonigal, J. (2011). *Reality is broken: Why games make us better and how they can change the world*. Penguin Press. https://hci.stanford.edu/courses/cs047n/readings/Reality_is_Broken.pdf

Parten, M. (1932). Social participation among preschool children. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 27(3), 243–269. <https://doi.org/10.1037/h0074524>

Peterson, C. i Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association. http://www.ldysinger.stjohnsem.edu/@books1/Peterson_Character_Strengths/character-strengths-and-virtues.pdf

Piaget, J. (1962). *Play, dreams, and imitation in childhood*. Norton.

Proyer, R. T. (2012). Examining playfulness in adults: Testing its correlates with personality, positive psychological functioning, goal aspirations, and multi-methodically assessed ingenuity. *Psychological Test and Assessment Modeling*, 54(2), 103–127. <https://doi.org/10.5167/uzh-63532>

Proyer, R. T. (2017). A new structural model for the study of adult playfulness: Assessment and exploration of an understudied individual differences variable. *Personality and Individual Differences*, 108, 113–122. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.011>

Proyer, R. T. i Ruch, W. (2011). The virtuousness of adult playfulness: The relation of playfulness with strengths of character – psychology of well-being. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 1, 4. <https://doi.org/10.1186/2211-1522-1-4>

Proyer, R. T., Ruch, W. i Müller, L. (2010). Sense of humor among the elderly: Findings using the German version of the SHS. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 43(1), 19–24. <https://doi.org/10.1007/s00391-009-0082-0>

Statista (2022). Share of internet users worldwide who play video games on any device as of 3rd quarter 2021, by age group and gender [Video Gaming & eSports]. www.statista.com

Suits, B. (1988). Tricky triad: Games, play, and sport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1080/00948705.1988.9714457>

Sutton-Smith, B. (1997). *The ambiguity of play*. Harvard University Press.

Školski rječnik hrvatskog jezika (n. d.). U <https://rjecnik.hr/> Preuzeto 20. prosinca 2022. s <https://rjecnik.hr/search.php?q=igra>

Špinka, M., Newberry, R. C. i Bekoff, M. (2001). Mammalian play: Training for the unexpected. *Quarterly Review of Biology*, 76, 141–168. <https://doi.org/10.1086/393866>

Van Leeuwen, L. i Westwood, D. (2008). Adult play, psychology and design. *Digital Creativity*, 19(3), 153–161 <https://doi.org/10.1080/14626260802312665>

Van Vleet, M. i Feeney, B. C. (2015). Young at heart: A perspective for advancing research on play in adulthood. *Perspectives on Psychological Science*, 10(5), 639–645. <https://doi.org/10.1177/1745691615596789>

Vossen, D. P. (2004). The nature and classification of games. *Avante*, 10(1), 53–68.

Vygotsky, L. S. (1978). The role of play in development. U M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner i E. Souberman (Ur.), *Mind in society: The development of higher psychological processes* (str. 92–104). Harvard University Press. https://physicscourses.colorado.edu/phys4810/phys4810_fa08/4810_readings/vygot_chap7.pdf

Walsh, A. (2019). Giving permission for adults to play. *The Journal of Play in Adulthood* 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.5920/jpa.565>

Walz, S. P. (2010). *Toward a Ludic architecture: The space of play and games*. ETC Press.

West, S. (2015). *Playing at work: Organizational play as a facilitator of creativity*. [Doktorska disertacija (kompilacija), Department of Psychology]. Department of Psychology, Lund University. <https://lup.lub.lu.se/search/files/5719680/8082561.pdf>

Whitebread, D. (2010). Play, metacognition & self-regulation. U P. Broadhead, J. Howard i E. Wood (Ur.), *Play and learning in the early years* (str. 40–52). Sage.

Whitebread, D., Neale, D., Jensen, H., Liu, C., Solis, S. L., Hopkins, Hirsh-Pasek K. i Zosh, J. (2017). *The role of play in children's develop-*

ment: *A review of the evidence*. LEGO Foundation. https://cms.learningthroughplay.com/media/esriqz2x/role-of-play-in-childrens-development-review_web.pdf

Yu, P., Wu, J.-J., Chen, I.-H. i Lin, Y.-T. (2007). Is playfulness a benefit to work? Empirical evidence of professionals in Taiwan. *International Journal of Technology Measurement*, 39(3/4), 412–429. <https://doi.org/10.1504/IJTM.2007.013503>

Zurcher, L. A. i Meadow, A. (1970). On bullfights and baseball: An example of interaction of social institutions. U G. Luschen (Ur.), *The cross-cultural analysis of sport and games* (str. 109–131). Stipes.

Challenges in the Scientific Study of Play

Tihana BRKLJAČIĆ
Institute of Social Sciences Ivo Pilar, Zagreb, Croatia

Play is universal in the animal and human world, but the interest of psychologists mainly remains in the domain of child and sports psychology, research of humour as a form of playfulness, and examination of the effects of playing video games. The aim of this review is to provide an insight into the science of play as an interdisciplinary field that deals with the study of various aspects of play, and to encourage scientists and experts to take an interest in this field. The paper describes and compares the definitions of play by the most important authors and offers Croatian terminology that corresponds to the English one. "Play" as a superordinate term is translated as "igranje", while the term "game" which denotes a subset of structured, formal and competitive content, including sport, translates as "igra". Several typologies of games are presented in the paper, and a classification is proposed with regard to the degree of presence of each of a number of relevant play properties. Furthermore, the importance of playing in adults, which is often marginalised, is especially emphasised and explained. Some prominent psychological theories of subjective well-being that include the concept of play are described, as well as research findings that show the relationship between playfulness and various positive outcomes. At the end of the paper, the author offers some practical advice and recommendations for future research.

Keywords: play, subjective well-being, flow, broaden and build, VIA model of character strengths



Međunarodna licenca / International License:
Imenovanje-Nekomercijalno / Attribution-NonCommercial