

DOI 10.51558/2490-3647.2022.7.1.551

UDK 159.942.5:159.922.8

Primljeno: 24.08.2021.

Izvorni naučni rad
Original scientific paper

Miljana Pavićević, Tijana Živković

SOCIJALNI RESURSI I SOCIJALNE STRATEGIJE KAO PREDIKTORI SOCIJALNE USAMLJENOSTI

Cilj istraživanja je bio da se utvrdi prediktivna moć socijalnih resursa i socijalnih strategija u predviđanju socijalne usamljenosti. Uzorak su činili punoletni ispitanici, njih ukupno 253 (103 muških i 150 ženskih) od 18 do 25 godina, prosečne starosti 22 godine. Instrumenti korišćeni u istraživanju su: Skala socijalnih resursa, Skala socijalnih strategija i Skala socijalne usamljenosti. Rezultati deskriptivne statistike pokazuju da je najizraženiji socijalni resurs vođenje, a najizraženija socijalna strategija je upravljanje. Takođe, rezultati pokazuju da ispitanici imaju ispodprosečnu socijalnu usamljenost. Rezultati regresione analize pokazuju da povećana briga za druge dovodi do veće socijalne usamljenosti, a nisko očekivanje uspeha dovodi do izražene socijalne usamljenosti.

Ključne reči: socijalni resursi; socijalne strategije; socijalna usamljenost

UVOD

Mnogi naučnici su tragali za uzročnicima socijalne usamljenosti, koja se odnosi na nedostatak osećanja socijalne integracije. Socijalna usamljenost je univerzalna pojava koja je važan pokazatelj mentalnog zdravlja i blagostanja u svim razdobljima života pojedinca i u velikoj meri varira u zavisnosti od nekih kontekstualnih odrednica. Ona je povezana sa mnogim aspektima života individue koji u kombinaciji objašnjavaju zašto se neki pojedinci osećaju socijalno usamljenima, a drugi ne. Efikasnost i priroda individualnih odgovora pojedinca na životne situacije, uspešno suočavanje sa

različitim izazovima i problemima, suočavanje sa depresivnošću, anksioznošću i stresom zavisi od osobina ličnosti, ali i od socijalnih resursa kojima osoba raspolaže, kvaliteta i količine interakcija sa porodicom i prijateljima te socijalnih strategija koje osoba koristi. Upravo iz tog razloga je u ovom istraživanju ispitana uloga socijalnih resursa i socijalnih strategija u pojavi socijalne usamljenosti.

Socijalni resursi

Socijalni resursi označavaju karakteristike odnosa sa drugima, odnosno ono što nam treba u odnosima sa drugima da bismo se osećali adekvatno podržanim. Vais (Weiss 1974) je prvi istakao ulogu socijalnih resursa u objašnjenju socijalne usamljenosti. Prema ovom autoru, usamljenost se može definisati i kao odgovor na odsustvo određenog tipa odnosa ili kao odgovor na odsustvo određenih socijalnih resursa koje nam omogućuje neki odnos. Veis smatra da su socijalne integracije i privrženost osnovni socijalni resursi, a pored njih navodi još četiri bitna resursa: vođenje, briga za druge, potvrda sopstvene vrednosti i pouzdan oslonac. Ove resurse osoba dobija u odnosima sa drugima i neophodni su da bi se ona osećala adekvatno podržana, bez obzira na to što su u različitim životnim stadijumima ili u različitim situacijama više ili manje važni. Privrženost, odnosno emocionalna vezanost, omogućuje osobi osećaj sigurnosti, a socijalna integracija osećaj pripadnosti grupi u kojoj se sa ostalim članovima dele slični interesi. Kako navodi Veis, privrženost se može dobiti od ljubavnog partnera, ali isto tako od prijatelja i od članova porodice, dok je u većini slučajeva socijalna integracija resurs prijateljskih odnosa.

Socijalna integrisanost obezbeđuje sigurnost, zadovoljstvo i osećaj identiteta (Weiss 1974). Vođenje i pouzdani oslonac su resursi koje su važni kada osoba treba da reši neki problem jer uključuje mogućnost dobijanja informacija ili saveta, odnosno sigurnost da se na druge može osloniti kada je pomoć neophodna. Vođenje se može dobiti od nastavnika, mentora, roditelja, a pouzdani oslonac mogu da obezbede članovi porodice. Potvrda sopstvene vrednosti se odnosi na prepoznavanje sopstvenih kompetencija, veština koje su takođe vrednovane od drugih. Briga za druge se odnosi na onaj osećaj da je osoba potrebna drugima i da doprinosi dobrobiti drugih ljudi. Privrženost i briga za druge je veća kod onih koji su bili više zadovoljni svojim ljubavnim partnerom, socijalno integrisaniji su bili oni koji su zadovoljniji prijateljskim odnosima, a pouzdani oslonac je strategija kojoj je najviše doprinosilo zadovoljstvo odnosom sa porodicom i prijateljima. Katron (1982, prema Cutrona & Russell 1987) je na uzorku kalifornijskih studenata dobio nalaz da socijalni resursi objašnjavaju 66% varijanse usamljenosti kroz socijalnu integraciju, potvrdu sopstvene

vrednosti i vođenje. U istraživanju Katrona i Rasela (Cutrona & Russell 1987) došli su do nalaza da je privrženost važna za objašnjenje emocionalne usamljenosti. S druge strane, socijalna integracija se nešto slabije pokazala u objašnjenju socijalne usamljenosti. Takođe, u istraživanju Margrett, Daugherty, Martin i saradnika se govori o važnosti socijalne usamljenosti za mentalno zdravlje i blagostanje osoba gde su socijalni resursi pokazali izraženu povezanost sa mentalnim zdravljem (Margrett, Daugherty, Martin, MacDonald, Davey, Woodard, Miller, Siegler & Poon 2011). Još jedno istraživanje socijalne usamljenosti pokazalo je da nedostatak socijalnih resursa može dovesti do pojave socijalne usamljenosti jačeg intenziteta (Burholt, Windle, Morgan & CFAS Wales Team 2017).

Socijalne strategije

Prema Nekić (2008a), socijalne strategije predstavljaju način na koji mislimo i reagujemo u odnosima sa drugim ljudima. Strategije se definišu i kao latentne mentalne strukture u pamćenju koje se oblikuju tokom vremena, a aktiviraju se u odgovorajućim situacijama (Zukauskiene & Sondate 2004). Kada se govori o strategijama, Nurmi i saradnici (Nurmi, Toivonen, Salmela-Aro & Eronen 1996) smatraju da postoje dva stadijuma koja su odgovorna za sprovođenje individualnih namera, ciljeva i verovanja u efikasnu akciju. Ta dva stadijuma određuju prvo razvoj bihevioralnih, a zatim kognitivnih strategija. Prvi stadijum karakterišu kognitivne šeme koje su se ranije formirale i izgradile u socijalnim interakcijama sa drugim ljudima. Šeme se nalaze u osnovi različitih pretpostavki o mogućim uspešnim ili neuspešnim ishodima određenih socijalnih situacija. Kognitivne šeme se ne reflektuju samo kroz očekivanja šta će se dogoditi u nekoj socijalnoj situaciji nego i kroz individualni optimizam ili pesimizam s obzirom na način suočavanja sa novim izazovima (Nekić 2008a).

Drugi stadijum se odnosi na već konstruisana značenja o načinima ophođenja u novim situacijama, odnosno socijalne strategije u ovom stadijumu uključuju planiranje, samoposmatranje vlastitog ponašanja, ulaganje napora u nove socijalne izazove. Nurmi i saradnici (Nurmi, Salmela-Aro & Haavisto 1995) su smatrali da su socijalne strategije bile zanemarene i da se većina autora bavila strategijama usmerenim na školsko, akademsko postignuće. Zato su navedeni autori konstruisali instrument koji je obuhvatio kognitivne i bihevioralne strategije u domenu postignuća i u domenu socijalnih odnosa koji obuhvata šest strategija: očekivanje uspeha, ponašanje irelevantno za zadatak, izbegavanje, upravljanje, pesimizam i traženje socijalne podrške. Očekivanje uspeha je kognitivna strategija koja se odnosi na stepen

u kojem neko očekuje uspeh, tj. u kojoj meri je anksiozan zbog mogućeg neuspeha u domenu socijalnih odnosa. Ponašanje irelevantno za zadatak je bihevioralna strategija koja određuje u kojoj meri osoba nastoji da bude (ili ne) uključena u socijalne odnose sa drugim ljudima. Ova strategija uključuje onu vrstu ponašanja čiji je cilj izgovor za moguć neuspeh, odnosno samohendikepiranje u socijalnim situacijama, pronalaženje izgovora da bi se izbegla određena socijalna situacija. Izbegavanje kao strategija se odnosi na tendenciju povlačenja i izbegavanje socijalnih situacija zbog anksioznosti i neprijatnosti. Upravljanje se odnosi na verovanje u ličnu kontrolu, a ne u spoljašnje faktore kada je reč o stepenu uspešnosti socijalnih interakcija. Pesimizam je kognitivna strategija koja uključuje konstantnu zaokupljenost mogućim neuspehom u socijalnim interakcijama. Traženje socijalne podrške je bihevioralna strategija koja podrazumeva stepen u kojem osoba traži podršku od drugih ljudi kada joj je potrebna.

Neke od navedenih strategija omogućuju iniciranje, uključivanje i održavanje socijalnih interakcija, dok druge povećavaju mogućnost pojave neuspeha. Nekić i Tucak (2007) su u svom istraživanju na uzorku studenata došli do nalaza o značajnoj pozitivnoj povezanosti izbegavanja, ponašanja irelevantnog za zadatak i pesimizma i usamljenosti, a značajna je negativna povezanost upravljanja, traženja socijalne podrške i očekivanja uspeha sa usamljenošću. Takođe, u istom istraživanju su dobijeni rezultati da upravljanje, traženje socijalne podrške i izbegavanje kao negativna prediktorska varijabla objašnjavaju 47% varijanse usamljenosti. U istraživanju povezanosti socijalne usamljenosti sa kognitivnim i atribucijskim strategijama koje ljudi primenjuju u socijalnim situacijama pokazalo se da je strategija izbegavanja povezana sa naknadnim osećanjem usamljenosti kod studenata finske nacionalnosti (Nurmi, Toivonen, Salmela-Aro & Eronen 1997).

Socijalna usamljenost

Usamljenost se najčešće definiše kao neprijatno emocionalno i motivaciono stanje koje nastaje usled nemogućnosti da osoba zadovolji potrebu za intimnošću, ljubavlju, pripadanjem (Lacković-Grgin, Nekić, Penezić 2002). Postoji uverenje da je usamljenost univerzalno iskustvo koje dožive skoro svi ljudi, neko ranije u toku svog života, neko kasnije, neko usamljenost doživljava duži, neko kraći period (tzv. hronična i situaciona usamljenost). Tri najčešća pristupa u izučavanju usamljenosti su: psihodinamski, interakcionistički i kognitivistički. Prema psihodinamskom pristupu, usamljenost je posledica nezadovoljene potrebe osobe za intimnošću tokom detinjstva (Lacković-Grgin 2008). Ona se tokom detinjstva ispunjava zadovolja-

vajućim odnosima sa značajnim odraslim osobama, a tokom adolescencije pronalazanjem prijatelja. Drugi, kognitivistički pristup u izučavanju usamljenosti ističe ulogu kognicije kao važnog medijatora između nedostataka interakcija sa drugima, sa jedne strane, i samog doživljaja usamljenosti, sa druge strane (Lacković-Grgin, 2008). Usamljenost se javlja onda kada osoba svesno doživljava nesklad između željenog i ostvarenog nivoa socijalnih kontakata i interakcija sa drugima. Prema trećem, interakcionističkom pristupu usamljenost nastaje kao rezultat ličnih i situacionih karakteristika, pri čemu ona nastaje usled nezadovoljavanja socijalnih interakcija (Weiss 1974, Lacković-Grgin 2008). Vais (1974) je prvi opisao dvodimenzionalnu prirodu usamljenosti: jedan je doživljaj emocionalne usamljenosti, a drugi je doživljaj socijalne usamljenosti. Emocionalna usamljenost nastaje usled nedostatka emocionalne bliskosti i intimnosti u odnosima sa drugima, a može se razrešiti reintegracijom postojeće veze ili integracijom u novi emocionalno privržen odnos. Osoba ne može da se oslobodi usamljenosti nastale zbog nedostatka privrženosti ulaskom u odnos sa drugom osobom ili osobama koji se bazira na druženju zbog sličnih aktivnosti ili interesa, jer takav odnos ne poseduje one zalihe zbog čijih je nedostataka ta osoba zapravo usamljena. Socijalna usamljenost nastaje kao rezultat nedostatka socijalnih odnosa odnosno neuključenosti u socijalnu mrežu prijateljstava i zajedništva (Penezić, Lacković-Grgin, Sorić 2000). Usamljenost će trajati sve do onog trenutka dok se ne formira potreban odnos sa drugom osobom ili osobama, odnosno dok se ne dobije ono što se izgubilo.

Usamljenost je rezultat nedostatka socijalnih odnosa koji zadovoljavaju socijalne potrebe pojedinca. Postoji pristup u izučavanju usamljenosti koji upravo usmerava pažnju na te potrebe koje pojedinac opaža kao nezadovoljene u odnosima sa drugim ljudima. Vais (Weiss 1973, prema Lacković-Grgin 2008) u svom interakcionističkom modelu usamljenosti naglašava da emocionalna i socijalna usamljenost nastaje kada socijalne interakcije ne obezbeđuju osobi socijalne zalihe kao što su privrženost, socijalna integracija, potvrda sopstvene vrednosti i drugo. Prema nekim autorima postoje karakteristične i jedinstvene strategije suočavanja sa usamljenošću kao što su: prihvatanje i refleksija, religija i vera, mreža socijalne podrške, povećana aktivnost, samorazvoj i razumevanje, ali i distanciranje kao strategija i poricanje usamljenosti. Prema Veisu (Weiss 1973, prema Russell, Cutrona & Yurko 1984) postoji šest potreba ili tzv. socijalnih dobitaka od odnosa sa drugima: privrženost, socijalna integracija, prilika za brigu, potvrđivanje sopstvene vrednosti, pouzdani oslonac i vođenje. Ovi dobitci mogu proizaći iz porodičnih, prijateljskih i ljubavnih odnosa.

METOD

Predmet istraživanja

Predmet istraživanja je bio da se ispita prediktivna moć socijalnih resursa (vođenje, privrženost, socijalna integracija, briga za druge, potvrda sopstvene vrednosti i pouzdani oslonac) i socijalnih strategija (očekivanje uspeha, ponašanje irelevantno za zadatak, izbegavanje, upravljanje, pesimizam i traženje socijalne podrške) u predviđanju socijalne usamljenosti, odnosno da se ispita da li posedovanje određenih socijalnih resursa i primena određenih socijalnih strategija smanjuje socijalnu usamljenost.

Instrumenti

Upitnik sociodeografskih podataka o polu (1 – muški; 2 – ženski) i godinama starosti ispitanika (broj navršenih godina u trenutku ispitivanja).

Skala socijalnih resursa (Cutrona & Russell 1987) ukupno ima 24 ajtema koji su podjednako raspoređeni u šest subskala: Vođenje (*Postoji neko sa kim mogu da razgovaram o važnim odlukama*), Potvrđivanje vlastite vrednosti (*Drugi prepoznaju moje veštine i sposobnosti*), Socijalna integracija (*Postoje osobe koje uživaju u istim aktivnostima kao i ja*), Privrženost (*Imam blisku vezu koja mi pruža osećaj emocionalne sigurnosti i dobrobiti*), Briga za druge (*Postoje osobe koje se mogu osloniti na moju pomoć*) i Pouzdani oslonac (*Postoje osobe na koje se mogu osloniti akda mi je potrebno*). Skala predstavlja opštu meru procena trenutnih odnosa sa važnim osobama (npr. prijatelji, članovi porodice, kolege), ne specifikuje se konkretan odnos. Skala je Likertovog tipa sa četiri stepena pri čemu 1 označava – u potpunosti se ne slažem, a 4 – u potpunosti se slažem. Ukupan rezultat se oblikuje kao linearna kombinacija procena na svakoj subskali pojedinačno, pri čemu viši rezultat označava percepciju većih socijalnih zaliha. Teorijski raspon rezultata za svaku subskalu kreće se od 4 do 16. Koeficijenti pouzdanosti po subskalama na uzorku ovog istraživanja izraženi preko Kronbah α koeficijenta kreću se od $\alpha=.72$ do $\alpha=.82$.

Skala socijalnih strategija (Nekić 2008b) sadrži 36 ajtema nejednako raspoređenih u šest subskala, koje ispituju različite vrste kognitivnih i bihejvioralnih strategija u domenu socijalnih interakcija: Očekivanje uspeha (*U većini slučajeva, imam osećaj da se dobro slažem sa drugima*), Ponašanje irelevantno za zadatak (*Ponekad koristim nedovršen posao kao izgovor da se ne družim sa drugima*), Izbegavanje (*Često se osećam neprijatno u velikoj grupi ljudi*), Upravljanje (*Drugom osobu možeš iskreno*

da upoznaš ako provedeš dovoljno dugo vremena sa njom), Pesimizam (*Kada upoznajem nove ljude očekujem da će se nešto loše desiti, čak i kada znam da to mogu da rešim*) i Traženje socijalne podrške (*Najbolje je razgovarati sa prijateljima kada stvari ne idu glatko*). Odgovori se daju zaokruživanjem odgovarajućeg broja na skali Likertovog tipa od četiri stepena, pri čemu 1 označava – u potpunosti se ne slažem, a 4 – u potpunosti se slažem. Ukupan rezultat se oblikuje kao zbir procena na svakoj subskali pojedinačno, pri čemu viši rezultat označava i veće korišćenje određene strategije. Koeficijenti pouzdanosti po subskalama na uzorku ovog istraživanja izraženi preko Kronbah α koeficijenta kreću se od $\alpha=.71$ do $\alpha=.77$.

Skala socijalne i emocionalne usamljenosti predstavlja adaptaciju Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (DiTommaso & Spinner 1993) koju su adaptirale Ćubela Adorić i Nekić (2004). Skala se sastoji se od tri subskale kojima se, posebno, ispituju usamljenost u domenima prijateljskih odnosa (subskala socijalna usamljenost – *Ono što je meni važno, ne čini se da je važno ljudima koje znam; Nemam prijatelje koji me razumeju*), odnosa u porodici (subskala usamljenost u porodici) i odnosa u ljubavi (subskala usamljenost u ljubavnim vezama). Subskale usamljenosti u porodici i ljubavnim odnosima zajedno čine emocionalnu usamljenost. U ovom radu smo koristile subskalnu socijalne usamljenosti, što je u skladu sa predmetom i ciljem istraživanja. Autori skale navode da je pouzdanost za subskalnu socijalna usamljenost na uzorku srednjoškolaca .88 Kronbah α koeficijenta, a na uzorku studenata od .89 Kronbah α koeficijenta (DiTommaso & Spinner 1993). U ovom istraživanju pouzdanost subskale socijalne usamljenost izražena preko Kronbah α koeficijenta iznosi .75.

Hipoteze u istraživanju

Opšta hipoteza glasi: **Socijalni resursi i socijalne strategije su značajni prediktori u predviđanju socijalne usamljenosti.** Iz opšte hipoteze je izvedeno nekoliko specifičnih hipoteza, koje su utemeljene na rezultatima ranijih istraživanja. Tako je pretpostavljeno da će sve vrednosti pojedinih aspekata socijalnih resursa biti pome-rene prema višim vrednostima kao što su u svojim istraživanjima dobili i Ku-trona i Rasel (Cutrona & Russell 1987). Takođe je pretpostavljeno da će vrednosti adaptivnih strategija biti pome-rene prema višim, dok će vrednosti neadaptivnih staretegija biti pome-rene prema nižim vrednostima (Nekić 2008). Na osnovu rezultata ranijih istraživanja pretpostavljena je povezanost socijalnih resursa i socijalnih strategija (DiTommaso & Spinner 1997; Cutrona & Russell 1987), kao i socijalnih strategija i socijalne usamljenosti (Nekić i Tucak 2007; Nekić 2008a; Zukauskienė & Sondate 2004).

Uzorak i procedura

Uzorak su činili punoletni ispitanici, njih ukupno 253 (100 muških i 153 ženskih) od 18 do 25 godina, prosečne starosti $AS=22.26$, $SD=5.61$. Ispitanici su popunjavali onlajn upitnik koji je sadržao upitnik osnovnih sociodemografskih podataka, skalu socijalnih resursa, skalu socijalnih strategija i skalu socijalne usamljenosti. Istraživanje je sprovedeno tokom jula i avgusta 2020. godine. U istraživanju su korišćene: deskriptivna statistika, korelaciona i regresiona analiza.

REZULATATI

Rezultati deskriptivne analize

U Tabeli 1 su prikazani rezultati deskriptivne statistike za varijablu socijalni resursi. Na osnovu dobijenih aritmetičkih sredina zapaža se da je nešto izraženije vođenje kao socijalni resurs, a najmanje je izražen pouzdani oslonac. Takođe se zapaža da su dobijene aritmetičke sredine nešto niže u odnosu da rezultate koje su imali autori skale (Cutrona & Russell 1987).

Tabela 1. Deskriptivni pokazatelji za varijablu socijalni resursi

	N	Teorijski raspon	Empirijski raspon	AS	SD
Vođenje	253	4-16	6-16	14.58	2.03
Priverženost	253	4-16	6-16	13.32	2.47
Socijalna integracija	253	4-16	6-16	13.59	2.09
Briga za druge	253	4-16	7-16	13.23	1.70
Potvrda sopstvene vrednosti	253	4-16	6-16	13.22	2.24
Pouzdana oslonac	253	4-16	8-16	14.46	1.85

U Tabeli 2 su prikazani deskriptivni pokazatelji za varijablu socijalne strategije. Pošto subskele sadrže različit broj ajtema, da bismo mogli porediti izraženost aspekata socijalnih strategija urađena je korekcija skorova tako što je prosečna vrednost podeljena sa brojem ajtema na subskali. Na osnovu korigovanih skorova zapaža se da je nešto izraženije upravljanje kao socijalna strategija, a najmanje izražen je pesimizam. Takođe se zapaža da su rezultati na subskalama koje mere adaptivne strategije (Očekivanje uspeha, Upravljanje i Traženje socijalne podrške) pomereni

prema višim vrednostima, dok je distribucija rezultata na subskalama koje se odnose na neadaptivne socijalne strategije (Ponašanje irelevantno na zadatak, Izbegavanje i Pesimizam) blago pomerena prema nižim vrednostima što je u skladu sa nalazima autorke skale (Nekić 2008b).

Tabela 2. Deskriptivni pokazatelji za varijablu socijalne strategije.

	N	Teorijski raspon	Empirijski raspon	AS	SD
Vođenje	253	4-16	6-16	14.58	2.03
Priverženost	253	4-16	6-16	13.32	2.47
Socijalna integracija	253	4-16	6-16	13.59	2.09
Briga za druge	253	4-16	7-16	13.23	1.70
Potvrda sopstvene vrednosti	253	4-16	6-16	13.22	2.24
Pouzdani oslonac	253	4-16	8-16	14.46	1.85

U Tabeli 3 dat je prikaz rezultata deskriptivne statistike za varijablu socijalna usamljenost. Socijalna usamljenost na našem uzorku je nešto ispod proseka (AS=27.04) imajući u vidu teorijski raspon od 13 do 91. Autori skale su na uzorku studenata dobili nisko izraženu socijalnu usamljenost AS=24,7 (Ćubela Adorić, Nekić 2004), što je približno isti rezultat u odnosu na stepen izraženosti socijalne usamljenosti na našem uzorku adolescenata.

Tabela 3. Deskriptivni pokazatelji za varijablu socijalna usamljenost

	N	Teorijski raspon	Empirijski raspon	AS	SD
Socijalna usamljenost	253	13-91	14-57	27.04	6.57

Rezultati korelacione analize

U Tabeli 4 dat je prikaz korelacione analize socijalnih resursa, socijalnih strategija i socijalne usamljenosti. Na osnovu dobijenih rezultata može se zapaziti da postoji pozitivna povezanost svih socijalnih resursa sa adaptivnim socijalnim strategijama (Očekivanje uspeha, Upravljanje i Traženje socijalne podrške), a negativna povezanost sa neadaptivnim socijalnim strategijama (Ponašanje irelevantno za zadatak, Izbegavanje i Pesimizam). Takođe, može se zapaziti negativna povezanost svih

socijalnih resursa sa socijalnom usamljenošću. Adaptivne socijalne strategije su negativno povezane sa socijalnom usamljenošću, a neadaptivne pozitivno.

Tabela 4. Povezanost socijalnih resursa, socijalnih strategija i socijalne usamljenosti

	Očekivanje uspeha	Ponašanje irelevantno za zadatak	Izbegavanje	Upravljanje	Pesimizam	Traženje socijalne podrške	Socijalna usamljenost
Vođenje	.483**	-.411**	-.376**	.435**	-.417**	.562**	-.386**
Privrženost	.431**	-.353**	-.437**	.359**	-.445**	.530**	-.319**
Socijalna integracija	.529**	-.452**	-.493**	.450**	-.429**	.582**	-.370**
Briga za druge	.327**	-.213**	-.217**	.383**	-.279**	.454**	-.121
Potvrda sopstvene vrednosti	.596**	-.422**	-.457**	.451**	-.468**	.556**	-.333**
Pouzdana oslonac	.532**	-.418**	-.377**	.512**	-.471**	.614**	-.363**
Socijalna usamljenost	-.431**	.297**	.321**	-.204**	.291**	-.386**	1

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Rezultati regresione analize

U Tabeli 5 dat je prikaz rezultata regresione analize gde su prediktorske varijable socijalni resursi i socijalne strategije, a kriterijumska varijabla je socijalna usamljenost. Socijalni resursi i socijalne strategije objašnjavaju 27% varijanse socijalne usamljenosti, a iz grupe prediktorskih varijabli su se kao značajni prediktori izdvojili briga za druge ($\beta = .170$, $p < 0.05$) kao aspekt socijalnih resursa i očekivanje uspeha ($\beta = -.257$, $p < 0.01$) kao aspekt socijalnih strategija.

DISKUSIJA

Cilj istraživanja je bio ispitati da li posedovanje određenih socijalnih resursa (vođenje, privrženost, socijalna integracija, briga za druge, potvrda sopstvene vrednosti i pouzdani oslonac) i primena određenih socijalnih strategija (očekivanje uspeha, ponašanje irelevantno za zadatak, izbegavanje, upravljanje, pesimizam i traženje socijalne podrške) smanjuju socijalnu usamljenost.

Rezultati deskriptivne analize pokazuju da je nešto izraženije vođenje kao socijalni resurs. Vođenje kao socijalni resurs je posebno važno u situacijama kada treba rešiti neki problem, jer uključuje dobijanje informacija ili saveta od osoba na koje možemo da se oslonimo i od kojih očekujemo pomoć. Vođenje pruža osobi sigurnost da može da računa na druge osobe kada joj je pomoć neophodna, a to su najčešće roditelji, nastava-

Tabela 5. Socijalni resursi i socijalne strategije kao prediktori socijalne usamljenosti

	R	R²	F	df	p	β	p
Socijalni resursi i Socijalne strategije	.519	.270	7.452	12	.000***		
Vođenje						-.180	.056
Privrženost						-.032	.685
Socijalna integracija						-.114	.175
Briga za druge						.170	.013*
Potvrda sopstvene vrednosti						.039	.639
Pouzdaní oslonac						-.044	.658
Očekivanje uspeha						-.257	.002**
Ponašanje irelevantno za zadatak						.000	.999
Izbegavanje						.057	.503
Upravljanje						.087	.213
Pesimizam						-.009	.906
Traženje socijalne podrške						-.146	.073

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

vnici, tj. autoriteti (Nekić 2008a). Što se tiče razvijenih socijalnih strategija, kod ispitanika u ovom istraživanju su izraženije adaptivne strategije poput očekivanja uspeha, upravljanja i traženja socijalne podrške. Ove kognitivne i bihevioralne strategije omogućavaju osobi iniciranje, uključivanje i održavanje socijalnih odnosa (Nekić 2008b). Osobe veruju u pozitivan ishod socijalnih interakcija, veruju u sopstvene socijalne veštine i spremne su da traže pomoć od drugih ukoliko im je ona potrebna. Takođe, ispitanici u ovom istraživanju pokazuju nešto niži stepen socijalne usamljenosti što upućuje na zaključak da imaju razvijenu socijalnu mrežu u kojoj osoba dobija razumevanje i podršku od prijatelja sa kojima uspostavlja prisan odnos. Ispitanici imaju zajednička interesovanja u postojećim socijalnim relacijama i ostvaruju bliskost u tim prijateljskim odnosima. Buyuksahin (2001) je utvrdio niži nivo usamljenosti onih pojedinaca koji uspostavljaju bliske odnose sa drugim ljudima

u odnosu na one koji nemaju takve odnose. U jednom istraživanju (Bogaerts, Vanheule & Desmet 2006) došlo se do nalaza da je socijalna usamljenost povezana sa brojem bliskih prijatelja, tj. odnosi se na razvijenost mreže socijalnih veza. U istraživanju iz 2008. godine (Ružić, Bouillet 2008) utvrđena je veća usamljenost kod ispitanika koji češće ostaju kući nego kod ispitanika koji se sa usamljenošću suočavaju praktikujući sportstke aktivnosti.

Rezultati korelacione analize pokazuju negativnu povezanost svih socijalnih resursa sa socijalnom usamljenošću. Ispitanici koji imaju doživljaj pripadnosti određenoj grupi, emotivno su povezani sa članovima grupe, mogu da se oslone na njih i računaju na njihovu podršku i pomoć u stresnim situacijama, pokazivaće manju socijalnu usamljenost, odnosno dobru uključenost u različite socijalne odnose sa prijateljima, kolegama. Na taj način socijalni resursi deluju poput protektivnih faktora od pojave socijalne usamljenosti. Što se tiče povezanosti socijalnih strategija i socijalne usamljenosti, dobijeni rezultati pokazuju negativnu povezanost adaptivnih socijalnih strategija i socijalne usamljenosti, a pozitivnu povezanost neadaptivnih socijalnih strategija i socijalne usamljenosti. To znači da ispitanici koji imaju razvijene adaptivne strategije su usmereni ka sprovođenju individualnih namera, ciljeva i veruju u pozitivan ishod svojih aktivnosti pa pokazuju veće interesovanje za socijalne interakcije i odgovarajuće socijalne veštine, odnosno niži stepen socijalne usamljenosti. Sa druge strane, ispitanici koji imaju razvijene neadaptivne socijalne strategije, koji nalaze izgovore za sopstvene neuspehe, izbegavaju stresne situacije i veruju u negativne ishode socijalnih interakcija, imaju osećaj sopstvene socijalne neintegrisanosti, odnosno pokazuju viši stepen socijalne usamljenosti. Adaptivne socijalne strategije, poput socijalnih resursa, deluju kao zaštitni faktor od socijalne usamljenosti.

Na osnovu rezultata regresione analize može se zaključiti da osobe koje pokazuju visoku brigu za druge, pokazivaće i znake socijalne usamljenosti. Briga za druge kao socijalni resurs je povezana sa samopoštovanjem pojedinca. Naime, ove osobe imaju osećaj da su potrebne drugima i da doprinose dobrobiti drugih. Budući da se interpersonalni odnosi zasnivaju na reciprocitetu, to znači da pored brige koje pokazujemo za druge, mi dobijamo određenu socijalnu proviziju od drugih. Na osnovu dobijenih rezultata, možemo zaključiti da je taj odnos jednosmeran, odnosno da samo ispitanici pokazuju brigu za druge, dok nemaju doživljaj da drugi to isto pokazuju prema njima te se otuda javlja socijalna usamljenost. Istraživanja su i pokazala da usamljenost zavisi od kvaliteta i smislenosti susreta sa drugima (Cacioppo & Patrick 2008). Socijalna usamljenost može da nastane i kao rezultat

nedostatka smislenog prijateljstva i zajedništva, a praćena je osećajem marginalnosti (Penezić, Lacković-Grgin, Sorić 2000).

Rezultati regresione analize takođe pokazuju da nisko očekivanje uspeha dovodi do veće socijalne usamljenosti. Imajući u vidu negativan predznak β koeficijenta očekivanja uspeha kao kognitivne strategije, dobijeni nalazi govore o tome da je osoba anksiozna u slučaju neuspeha u domenu socijalnih odnosa, što dovodi do socijalne usamljenosti. Kada se osoba oseća neadekvatno i nekompetentno u interpersonalnim odnosima moguće je da ih ona izbegava i zato se oseća izolovano i usamljeno. Osoba ne prepoznaje sopstvene kompetencije, ne opaža sopstvene kapacitete u suočavanju sa stresnim situacijama, što može dovesti do osećaja usamljenosti. Anksioznost i strah od neuspeha sprečavaju je da započne interakciju sa drugim ljudima, da planira i uloži određeni napor u održavanje takvog odnosa jer veruje u negativan ishod. Na taj način one se samohendikepiraju, koriste nesvrshodno ponašanje i nalaze opravdanje za svoje neuspehe. Može se reći da imaju osećaj nepripadanja, nepovezanosti sa drugima, napuštenosti, odnosno nezadovoljstvo socijalnim odnosima. Ljudi pokušavaju da ostave dobar utisak na druge, a kada procene da u tome neće uspeti, počinju da osećaju napetost i nisu motivisani da se uključe u interpersonalne relacije. Bandura (1997) je smatrao da je verovanje u sopstvenu efikasnost prediktivna za delotvornije suočavanje sa stresom. Tako na primer u istraživanju Nurmi i saradnika (1996) uočeno je da usamljene osobe koriste neadekvatne socijalne veštine, što vodi slabijem prihvatanju od strane vršnjaka i manjoj popularnosti među vršnjacima. Vais (Weiss 1974) je došao do nalaza da odsustvo određenih socijalnih resursa dovodi do doživljaja usamljenosti. Nurmi i Salmela-Aro (1997) u longitudinalnoj studiji su utvrdili da usamljenost može biti posledica neadekvatnih socijalnih strategija, ali isto tako i njihov antecedent. Što se više koriste neadekvatne strategije, to će se osoba osećati usamljenijom, a što su osobe usamljenije, manje će koristiti strategije koje im omogućavaju kontrolu nad situacijom. U skladu sa ovim nalazima ranije spomenuti autori su utvrdili da usamljenost ne predstavlja samo subjektivni osećaj nezadovoljstva socijalnim odnosima, nego je ona jednim delom i način na koji se osoba ponaša u socijalnim situacijama. U istraživanju koje su sproveli Jones, Hobbs i Hockenbury (1982) pokazalo se da studenti koji doživljavaju usamljenost često ne poseduju socijalne veštine ili kompetencije koje su nužne za prevladavanje stresnih situacija. U jednom istraživanju (Čurlin 2018) dobijen je nalaz da što su studenti manje socijalno usamljeni, posledično imaju veći doživljaj smisla života. Stillman i saradnici (2009) su u svom istraživanju potvrdili pretpostavku o tome kako socijalna isključenost

uzrokuje i kako je povezana sa percepcijom života kao smislenog. Pokazano je kako su i odbačenost i usamljenost bili negativno povezani sa doživljajem smisla života. Kao dominantno objašnjenje toga da je usamljenost negativno povezana sa doživljajem smisla života navodi se kako su ljudi duboko motivisani da se povežu sa drugim ljudima (Perlman, Peplau & Goldston 1984). Kada smo odvojeni od drugih, gubimo pristup svim svrhama i vrednostima koje su važne za održavanje mentalnog zdravlja. U svom istraživanju Stilman i Lambert (2013) su pokazali da je snažan osećaj pripadanja predviđao i čak uzrokovao kod ljudi percepciju visokog nivoa smisla u njihovim životima. Njihov rad pokazuje da odnosi koji obezbeđuju osećaj pripadanja doprinose većoj percepciji smisla u životu. Drugim rečima, istraživanje je pokazalo da je samo postojanje odnosa bilo povezano sa percipiranjem života kao smislenog, a pronašlo se i da oni odnosi koji podstiču osećaj pripadanja najviše doprinose percepciji smisla života.

Imajući u vidu da socijalni resursi i socijalne strategije objašnjavaju 27% varijanse socijalne usamljenosti, u buduća istraživanja treba uključiti i druge varijable koje mogu biti značajne za sprečavanje socijalne usamljenosti. Neka ranija istraživanja (Eysenck & Eysenck 1964; Watson & Clark 1984) pokazuju da su zajednički faktori pojave depresivnosti, anksioznosti, stresa, usamljenosti – neuroticizam kao osobina ličnosti, negativna afektivnost i faktori okoline.

Na kraju treba pomenuti i određena ograničenja istraživanja koja se pre svega odnose na uzorak i procedure sprovođenja. S obzirom na to da je istraživanje rađeno u vreme pandemije koronavirusa, jedini način sprovođenja bio je online. Upitnik su mogli da popune oni ispitanici kojima je dostupan internet, kompjuter, telefon i koji su bili korisnici društvenih mreža, članovi različitih grupa na društvenim mrežama, korisnici različitih platformi, pa se dobijeni nalazi ne mogu generalizovati.

Praktične implikacije dobijenih nalaza ogledaju se u jačanju socijalnih resursa i stimulaciji razvoja adaptivnih, bihejvioralnih i kognitivnih strategija kroz savetodavni i radioničarski rad.

LITERATURA

1. Bandura, Albert (1997), *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, Freeman Publishing Company, New York
2. Bogaerts, Stefan, Stijn Vanheule, Mattias Desmet (2006), "Feelings of subjective emotional loneliness: An exploration of attachment", *Social Behavior and Personality*, 34(7), 97-812.
3. Burholt, Vanessa, Gill Windle, Deborah J. Morgan, CFAS Wales Team (2017), "A social model of loneliness: The roles of disability, social resources, and cognitive impairment", *The Gerontologist*, 57(6), 1020-1030.
4. Çevik, Gülşen Büyükaşahin, Öner Çelikkaleli (2010), "Ergenlerin arkadaş bağıllığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve anne-baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi", *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3), 225-240.
5. Cacioppo, John, William Patrick (2008), *Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection*, The United States by W. W. Norton & Co.
6. Cutrona, Carolyn E., Daniel W. Russell (1987), "The provisions of social relationships and adaptation to stress", *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
7. Čubela Adorić, Vera, Marina Nekić (2004), "Skala socijalne i emocionalne usamljenosti", u: Proroković, Ana, Katica Lacković-Grgin, Vera Čubela Adorić, Zvezdan Penezić (ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Svezak 2, 36-45.
8. Čurlin, Marina (2018), *Odnos socijalne i emocionalne usamljenosti te preferirane samoće s doživljajem smisla života*, završni rad, Sveučilište u Zadru, Odjel za psihologiju
9. DiTommaso, Enrico, Barry Spinner (1993), "The Development and Initial Validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA)", *Personality and Individual Differences*, 14, 127-134.
10. DiTommaso, Enrico, Barry Spinner (1997), "Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness", *Personality and Individual Differences*, 22(3), 417-427.
11. Eysenck, Hans J., Sybil Bianca Giuletta Eysenck (1964), *Manual of the Eysenck Personality Inventor*, University of London Press, London
12. Jones, Wanre H., Steven A. Hobbs, Don Hockenbury (1982), "Loneliness and social skill deficits", *Journal of personality and social psychology*, 42(4), 682-689.

13. Lacković-Grgin, Katica (2008). *Usamljenost – Fenomenologija, teorije i istraživanja*, Naklada Slap, Jastrebarsko
14. Lacković-Grgin, Katica, Marina Nekić, Zvezdan Penezić (2009), "Usamljenost žena odrasle dobi: Uloga percipirane kvalitete bračnog odnosa i samostišavanja", *Suvremena psihologija*, 12, 7-22.
15. Margrett, Jennifer A., Kate Daugherty, Peter Martin, Maurice MacDonald, Adam Davey, John L. Woodard, L. Stephen Miller, Ilene C. Siegler, Leonard W. Poon (2011), "Affect and loneliness among centenarians and the oldest old: The role of individual and social resources", *Aging & mental health*, 15(3), 385-396.
16. Nekić, Marina, Ivana Tucak (2007), "Loneliness in adolescence: The role of social strategies", u: Silberiesen, R. (ur.), *13th European Conference on Developmental Psychology – Abstracts*, Fridrich Schiller University of Jena, Jena, Germany
17. Nekić, Marina (2008a), "Skala socijalnih strategija", u: Penezić, Zvezdan, Vera Čubela Adorić, Ana Proroković, Ivana Tucak Junaković (ur.), *Zbirka psiholoških skala i upitnika, Svezak 4*, Filozofski fakultet u Zadru, Zadar, 36-46.
18. Nekić, Marina (2008b), "Skala socijalnih zaliha", u: Penezić, Zvezdan, Vera Čubela Adorić, Ana Proroković, Ivana Tucak Junaković (ur.), *Zbirka psiholoških skala i upitnika, Svezak 4*, Filozofski fakultet u Zadru, Zadar, 49-58.
19. Nurmi, Jari-Erik, Sari Toivonen, Katariina Salmela-Aro, Sanna Eronen (1996), "Optimistic, Approach-oriented, and Avoidance Strategies in Social Situations: Three Studies on Loneliness and Peer Relationships", *European Journal of Personality*, 10, 201-219.
20. Nurmi, Jari-Erik, Katariina Salmela-Aro, Tarja Haavisto (1995), "The strategy and attribution questionnaire: Psychometric properties", *European Journal of Psychological Assessment*, 11(2), 108-121.
21. Nurmi, Jari-Erik, Sari Toivonen, Katariina Salmela-Aro, Sanna Eronen (1997), "Social strategies and loneliness", *The Journal of Social Psychology*, 137(6), 764-777.
22. Perlman, Daniel, Letitia Anne Peplau, L. A., (1984), "Loneliness research: A survey of empirical findings", In: Peplau, Letitia Anne, □Stephen E. Goldston (eds.), *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*, National Institute of Mental Health, 13-46.
23. Penezić, Zvezdan, Katica Lacković-Grgin, Izabela Sorić (2000), "Uzroci usamljenosti", *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru, Razdio FPSP*, 38(15), 59-78.

24. Russell, Dan, Carolyn E. Cutrona, Jayne Rose, Karen Yurko (1984), "Social and emotional loneliness: An examination of Weiss' typology of loneliness", *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(6), 1313-1321.
25. Ružić, Franka, Dejana Bouillet (2008), "Neki fenomenološki aspekti usamljenosti adolescenata", *Kriminologija i socijalna integracija*, 16(1), 15-24.
26. Stillman, Tyler F., Roy F. Baumeister, Nathaniel M. Lambert, A. Will Crescioni, C. Nathan DeWall, Frank D. Fincham (2009), "Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion", *Journal of experimental social psychology*, 45(4), 686-694.
27. Stillman, Tyler F., Nathaniel M. Lambert (2013), "The bidirectional relationship of meaning and belonging", In: *The experience of meaning in life*, Springer, Dordrecht, 305-315.
28. Watson, David, Lee A. Clark (1984), "Negative Affectivity: The disposition to experience aversive emotional states", *Psychological Bulletin*, 96(3), 465-490.
29. Weiss, Robert S. (1974), "The provisions of social relationships", In: Rubin, Zick (ed.), *Doing unto others*, Prentice-Hill, New York.
30. Zukauskienė, Rita, Jolanta Sondatė (2004), "The Strategy and Attribution Questionnaire: Psychometric properties of a Lithuanian translation in an adolescent sample", *Scandinavian Journal of Psychology*, 45, 157-162.

SOCIAL RESOURCES AND SOCIAL STRATEGIES AS PREDICTORS OF SOCIAL LONELINESS

Summary:

The research aimed to determine the predictive power of social resources and social strategies in predicting social loneliness. The sample consisted of adult respondents, a total of 253 (103 males and 150 females) from 18 to 45 years, average age $AS = 28.26$, $SD = 5.61$. The instruments used in the research are these: the Social resources scale, Social strategy scale, and Social loneliness scale. The results of descriptive statistics show that the most pronounced social resource is leadership and the most pronounced social strategy is management. Also, the results show that the respondents have below-average social loneliness. The results of the regression analysis show that increased care for others leads to greater social loneliness and low expectations of success lead to pronounced social loneliness.

Keywords: social resources; social strategies; social loneliness

Adrese autorica
Authors' address

Miljana Pavićević
Tijana Živković
Univerzitet u Prištini sa privremenim sedištem u Kosovskoj Mitrovici
Filozofski fakultet
miljana.pavicevic@pr.ac.rs
tijana.zivkovic@pr.ac.rs