

Razlike u životnim težnjama između tipova privrženosti

Dubravić, Davor

Master's thesis / Diplomski rad

2017

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Department of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Hrvatski studiji**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:111:557946>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-06-02**



Repository / Repozitorij:

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)



Davor Dubravić

2017.

Diplomski rad



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI

Davor Dubravić

Razlika u životnim težnjama između tipova privrženosti

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2017.

Davor Dubravić

2017.

Diplomski rad



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI

Davor Dubravić

Razlika u životnim težnjama između tipova privrženosti

DIPLOMSKI RAD

Mentor: prof. dr. sc. Gordana Buljan-Flander

Zagreb, 2017.

Sažetak

Razlika u životnim težnjama između tipova privrženosti

Cilj ovog istraživanja bio je proširiti razumijevanje teorije privrženosti i povezati je sa životnim težnjama prema teoriji samoodređenja na način da se ispituju razlike između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u strukturi životnih težnji. Životne težnje su unutarnje (osobni rast i razvoj, značajni odnosi i rad u korist zajednice) te vanjske (bogatstvo, slava i izgled). U istraživanju je sudjelovalo 300 sudionika. Riješili su Upitnik iskustava u bliskim vezama te Upitnik o životnim težnjama (AI). Podatci su prikupljeni *online* tijekom ljeta 2016. Provedene statističke analize ukazuju na neke razlike između tipova privrženosti. Nesigurno privrženi pojedinci procijenjuju ekstrinzične životne težnje bitnijima od sigurno privrženih pojedinaca, dok sigurno privrženi pojedinci procijenjuju značajne odnose bitnijima. Također su dobivene neke razlike u aspektu samoprocjene vjerojatnosti njihovog ostvarenja u budućnosti te samoprocjeni njihovog dosadašnjeg ostvarenja. Moguće objašnjenje takvih nalaza jest da nesigurno privrženi pojedinci kompenziraju nedostatak roditeljske brige vanjskim potvrdama, odnosno ekstrinzičnim životnim težnjama. Korisno je dalje istražiti teoriju privrženosti u kontekstu životnih stremljenja radi češćeg korištenja novih spoznaja u savjetodavnom i psihoterapijskom radu.

Ključne riječi: privrženost, odrasla privrženost, životne težnje, teorija samoodređenja.

Summary

Difference in life aspirations between attachment styles

The aim of this study was to expand the understanding of attachment theory, and connect it to the life aspirations according to self-determination theory in order to examine the differences of life aspiration structure between securely and insecurely attached individuals. There are intrinsic life aspirations (personal growth and development, meaningful relationships and activities for the sake of community) and extrinsic life aspirations (wealth, fame and appearance). 300 people participated in this study. They took the Experiences in close relationships Inventory and the Life aspirations questionnaire (AI). Data was collected *online* during the summer of 2016. Conducted statistic analyses point out some of the differences between attachment styles. Insecurely attached individuals assess extrinsic life goals of higher value compared to securely attached individuals, whereas securely attached individuals assess significant relationships of higher value compared to insecurely attached individuals. Also, some of the differences are shown in aspect of self-assessment of importance of certain life aspirations, self-assessment of the likelihood of their future accomplishments and self-assessment of their current accomplishments. Possible explanation of such findings is that insecurely attached individuals compensate the lack of their parents' care with external validations, therefore, extrinsic life goals. It is useful to keep studying the attachment theory in the context of life goals for the purpose of more frequent use of new understandings in counseling and psychotherapy.

Keywords: attachment, adult attachment, life aspirations, self-determination theory.

Sadržaj

Uvod.....	1
Teorija privrženosti - definicija.....	2
Tipovi privrženosti.....	3
Odrasla privrženost.....	5
Privrženost i životne težnje.....	7
Ciljevi i problem.....	11
Metoda.....	12
Sudionici.....	12
Postupak.....	14
Rezultati.....	15
Rasprava.....	21
Praktične implikacije.....	24
Metodološka ograničenja.....	25
Sugestije za daljnja istraživanja.....	26
Zaključak.....	27
Literatura.....	29
Prilozi.....	33

Uvod

Ljudska emocionalnost se kroz povijest psihologije tumačila na različite načine. Od antičkog doba do danas toj se temi pristupalo iz brojnih perspektiva – Aristotel ih je tumačio kao produkt naših vjerovanja, Descartes je obratio pažnju na neurofiziološku prirodu emocija te njihovu diobu na osnovne i složene, a kasnije ideje postaju konceptualno složenije (Oatley i Jenkins, 2007). Tako je Darwin istraživao adaptivnu funkciju emocija, odnosno kako nam one koriste u preživljavanju, a Williama Jamesa interesirale su tjelesne promjene u emocionalnom iskustvu (Oatley i Jenkins, 2007). Sredinom prošlog stoljeća dominantni pravac bila je psihoanalitička škola koja se bavila pitanjima patološke emocionalnosti s naglaskom na odnos roditelja i djeteta te je njen glavni doprinos bio ideja da je u ljudskoj prirodi, odnosno nesvjesnom dijelu naše ličnosti mehanizam čuvanja od iznimno neugodnog emocionalnog iskustva putem obrambenih mehanizama, a zbog svojih kontroverznih tumačenja i nedostatnog metodološkog pristupa uz mnoge druge kritike, znanost je inzistirala na teoriji koja bi naslijedila frejdovsku školu. Najrazvijenije gledište o razvoju dječje emocionalnosti i njegovom utjecaju na odrasli život toga djeteta predstavlja teorija privrženosti Johna Bowlbyja (Oatley i Jenkins, 2007). Ta teorija prikazuje razvojni, emocionalni i socijalni aspekt čovjeka tako da empirijski podupire ideju da su ti aspekti na određen način povezani (Bowlby, 1988). Neke ideje razvija iz psihodinamskog pristupa (poput naglaska na odnos primarnog skrbnika i djeteta), uz biheviorističku potporu koja se očituje u proučavanju ljudskog ponašanja i zaključaka na temelju tih opservacija (Bowlby, 1988). Proučava ponašanja ljudi svih dobnih skupina jer su svi na neki način uključeni u koncept – glavna hipoteza jest da model emocionalnosti koji dijete usvoji u ranoj dobi određuje mnoge aspekte života u odrasloj dobi, uključujući emocionalno vezivanje u romantičnim odnosima, odnos prema vlastitoj djeci i odgoj te naizgled manje povezane teme poput izbora profesije, odabira mjesta za život i slično (Bowlby, 1988).

Kako bismo bolje razumijeli istraživačku ideju ovog diplomskog rada, u uvodu ćemo prikazati detaljniji opis teorije privrženosti, zatim relevantnu literaturu koja govori o povezanosti ranih emocionalnih koncepata i ponašanja u odrasloj dobi te konačno svrši proučavanja životnih težnji i na koji način ona može biti povezana s emocionalnim svijetom čovjeka.

Teorija privrženosti - definicija

S obzirom na to da je većina čovjekovih ponašanja usmjerena k postizanju homeostaze, odnosno ravnoteže unutar sustava, teorija privrženosti se bavi proučavanjem aktivnosti kojima se ljudi koriste kada su u situaciji stresa, a ta ponašanja uključuju kontakt s bližnjima (Raboteg-Šarić, 2011). Teorija se dotiče i najranijih ponašanja, odnosno onih koja nastupaju nedugo nakon rođenja i koja djetetu omogućuju zadovoljstvo i prilagodbu (LaFreinere, 2000). Privrženost se dakle definira kao poseban tip socioemocionalne veze između primarnog skrbnika i djeteta koja nastaje tijekom prve godine djetetova života (Bowlby, 1982). *Primarni skrbnik* je termin koji se koristi u okviru teorije privrženosti koji najčešće jest, ali ne mora biti majka (Buljan-Flander, 2001).

Bowlby je na privrženost gledao kao na evolucijski utemeljen oblik odnosa u kojem dijete koristi emocije da zadovolji neku od svojih potreba. Potrebe mogu biti fiziološke prirode, poput gladi, žeđi, hladnoće i slično, a mogu biti i emocionalne, odnosno psihološke – primjerice, dijete osjeća prijetnju zbog prisustva osobe s kojom se još nije susrelo (Oatley i Jenkins, 2007). Radi se o repertoaru ponašanja koje je vjerojatno evolucijski usvojeno jer dijete ne može samo zadovoljiti svoje potrebe, stoga ono mora biti privrženo nekome tko mu može zadovoljiti te potrebe (Carlson i Sroufe, 1995). Teorija uključuje i kontrolu sustava (Buljan-Flander, 2001) – to znači da dijete inzistira na određenoj blizini s majkom, ali i eksploraciji svijeta oko sebe. Kada fizička daljina između roditelja i primarnog skrbnika postane prevelika, uključuje se sustav privrženosti i dijete traži prisutnost skrbnika. Taj mehanizam najbolje ilustrira istraživanje Ainsworth, Blehar, Walters i Wall (1978). Djeca koja su bila sudionici istraživanja su bila odvajana od roditelja u tzv. nepoznatoj situaciji. Tijekom istraživanja, u prostoriju bi ušla osoba nepoznata djetetu, a roditelj bi izašao. Mjerene varijable bile su vrijeme provedeno istražujući svoju okolinu, reakcije djeteta na odlazak skrbnika, tjeskoba prema neznancu i reakcija djeteta na dolazak skrbnika. Na temelju tih reakcija, Ainsworth je klasificirala djecu u jedan od tri tipa privrženosti (kasnije je dodala i četvrti) o kojima će biti detaljnije riječi u nastavku, a također je empirijski pokazala da djeca manje ulažu vremena u eksploraciju ako im nedostaje emocionalne topline. Ta dva sustava nazivaju se eksplorativni i afilijativni sustav (Buljan-Flander, 2001) i rade po sljedećem principu – kada je afilijativni sustav upaljen, to znači da je dijete zbog nečega u stresu i fokusirano je na njegov otklon i ne osjeća se sigurno istraživati okolinu. Kada se afilijativni sustav gasi, može nastupiti eksplorativni, odnosno dijete se osjeća sigurno istraživati okolinu te će se okrenuti onome oko njega, a to se može mjeriti i u fizičkom odmaku od primarnog

skrbnika. Bowlby (1982) je problematizirao mjerenje privrženosti – smatrao je da se ono ne može jednostavno prikazati prisutnošću, intenzitetom ili frekvencijom nekog ponašanja, već se mora gledati u kontekstu u kojem se događa. Primjerice, smijeh ili traženje pažnje može i ne mora biti znak paljenja afilijativnog sustava, nego može služiti i eksploraciji, stoga je potrebno gledati kako je organizirano ponašanje i u kojem kontekstu. Možemo biti sigurni da se radi o ponašanju privrženosti ako se radi o situaciji stresa i njegova svrha je preživljavanje djeteta (ako govorimo o privrženosti na relaciji skrbnik-dijete).

Tipovi privrženosti

Znači, privrženost je mehanizam zadovoljavanja potreba. U odnosu između djeteta i skrbnika, privrženost služi da se maksimalizira vjerojatnost preživljavanja djeteta. S tim u vezi, roditelji variraju u terminima responzivnosti na potrebe svoga djeteta. U kontekstu privrženosti, razlikujemo skrbnike koji su dosljedni u zadovoljavanju potreba svoga djeteta, skrbnike koji su dosljedni u zanemarivanju potreba svoga djeteta i skrbnike koji su nepredvidljivi u svojoj responzivnosti (Buljan-Flander, 2001).

Izbjegavajuće privržena djeca su nesigurna, povučena djeca koja kroz svoje iskustvo razvijaju radni model svoga skrbnika kao dosljedno zanemarujućeg te vjerovanje da je svijet za njih nesigurno mjesto jer se moraju osloniti isključivo na sebe kako bi zadovoljila svoje potrebe. Skrbnici mogu biti fizički prisutni i voditi računa o svojoj djeci, ali njihovi postupci nisu povezani s njihovim istinskim potrebama. Često se služe mehanizmom podizanja oklopa između sebe i drugih te postaju zatvorena i oslonjena uglavnom na sebe (Stefanović-Stanojević, 2010).

Sigurno privržena djeca su, prema Bowlby (1988), ona djeca koja imaju roditelja koji može pružiti ljubav i pažnju i tu pretpostavku nosi kao zaštitni znak u ostalim odnosima. Skrbnike sigurno privržene djece opisujemo kao dosljedno responzivne na potrebe svoga djeteta i takva djeca svijet vide kao sigurno mjesto, a sebe kao vrijedne pripadnike. Možemo reći da ta djeca imaju povjerenja u sebe i u svijet (Stefanović-Stanojević, 2010).

Anksiozno privržena djeca, prema Stefanović-Stanojević (2010), razvijaju model skrbnika kao nedosljedno dostupnih, odnosno nepredvidljivih u svojoj responzivnosti. To znači da skrbnik ponekad reagira, a ponekad ne reagira na potrebu djeteta. Posljedica toga je da dijete razvija izraženije vezivanje za skrbnika, na način da ga pojačano prati, kontrolira u strahu da ga ne izgubi, a shodno tome, manje istražuje svoju okolinu. Takva djeca svijet vide kao

nesigurno mjesto i da moraju stalno biti u pripravnosti od mogućeg gubitka figure privrženosti. Neki nalazi sugeriraju i postojanje korelacije između sniženog kognitivnog razvoja i anksiozne privrženosti (Cassidy i Berlin, 1994), što se može interpretirati time da se inteligencija djelomično razvija izlaganjem bogatom sadržaju koji u konceptu privrženosti odgovara eksplorativnom ponašanju koje je kod anksiozno privrženih pojedinaca, kao što je već gore napomenuto, rjeđe.

Postoji određeni postotak djece koji se u inicijalnoj klasifikaciji nije mogao nigdje svrstati, a budući da se radilo o malom broju (manje od 5%), prvo su bili smješteni u kategoriju *nesvrstani* (Stefanović-Stanojević, 2010). Istraživanje na kliničkoj populaciji (Radke-Yarrow, Cummings, Kuzynski i Chapman, 1985) pokazalo je da postoji značajan broj djece koja pripadaju kategoriji *nesvrstani* u kliničkoj grupi djece. Takva djeca ne pokazuju neku koherentnu strategiju u situaciji stresa, odnosno njihove aktivnosti naizgled nisu u funkciji otklona stresa, već se koriste dezorganiziranim ponašanjima poput lupanja, mirovanja, tresenja, udaranja rukama ili nekih drugih stereotipija (Buljan-Flander, 2001). Osnovni indikator za svrstavanje djeteta u ovu kategoriju je neobično ponašanje koje se događa u situacijama sastajanja sa skrbnikom. Nesigurno privrženost djeca svoje roditelje doživljavaju kao uplašene ili vrlo zastrašujuće i ne mogu provjerom njihove facijalne ekspresije očitati u kakvom se okruženju nalaze, te je najčešće zastrašujući skrbnik i agresivan prema djetetu, pa je osoba koja bi trebala biti izvor utjehe djetetu zapravo izvor straha (Stefanović-Stanojević, 2010). Dijete se u takvom situacijama dovodi do dileme koja se naziva strah bez rješenja – istovremeno ima želju za bliskošću skrbnika i užasavanja od moguće blizine. Radi se o ekstremnom konfliktu koji interferira s razvojem i stabilnošću efektivnih strategija emocionalne komunikacije, kao i sa sposobnošću uspostavljanja unutarnje organizacije (Buljan-Flander, 2001).

Kamenov i Jelić (2003) ističu da je najviše djece koja su sigurno privrženost za svoje skrbnike, odnosno oko 65% djece, zatim izbjegavajući tip u kojem je 25% djece te opirući (anksiozni) tip u kojem je 10%.

Važno je spomenuti da se tipovi privrženosti baziraju na unutarnjim radnim modelima, odnosno mentalnim reprezentacijama ili internaliziranim vjerovanjima o svojoj kompetentosti i da su djeca koja su vrijedna tuđe ljubavi (model sebe) te da je figura privrženosti ovdje za njih (model drugih). Njihova adaptivna funkcija je da predviđaju buduće situacije i stvaraju planove (Buljan-Flander, 2001). Primjerice, anksiozno privrženost djeca koja doživljavaju svoje

skrbnike kao nepredvidljivo responzivne na njihove potrebe razvijaju unutarnji radni model sebe kao bojažljivog i nesigurnog te modela drugih kao nepouzdatih. Posljedica toga je da samopoštovanje djeteta uvelike ovisi o prisutnosti drugih i odobravanju od strane figure privrženosti (Buljan-Flander, 2001). Takva ovisnost o drugima otežava razvoj emocionalne samoregulacije i dovodi do emocionalne nestabilnosti i osjetljivosti na stres (Buljan-Flander, 2001). Izbjegavajuće privrženost djece zbog kontinuiranog negativnog odgovora na traženje zaštite razvijaju unutarnji model sebe kao samodostatnog i neželjenog, a posljedično potpuno izbacuju ponašanja traženja bliskosti iz repertoara aktivnosti. Bowlby (1982) upozorava da takav reprezentativni model dovodi do ranga neželjenih ponašanja: od kompulzivne samodostatnosti do antisocijalnog ponašanja.

Odrasla privrženost

Bowlby je smatrao da su rano formirani modeli trajni kapital osobe, odnosno da su stabilni i otporni na promjene i perzistiraju kroz cijeli život, određujući odnose s drugim odraslima (Stefanović-Stanojević, 2010). Takav način svojevrsnog prijenosa emocionalnog stila isprva je vidljiv u odnosu s vršnjacima kada postaje dominantan i važan dio afektivne komunikacije u društvima, razredu, dijadama i slično, a kasnije i u prvim romantičnim odnosima (Brković, 2011). Prva veća nastojanja za osamostaljenjem i nezavisnošću od roditelja vide se u adolescenciji, gdje u situaciji sigurne privrženosti, adolescent nastoji imati skrbnika u blizini, ali i na daljini. Djeca koja su sigurno privrženost sa svojim skrbnikom u adolescenciji nailaze na razumijevanje roditelja prilikom odvajanja, dok djeca koja su nesigurno privrženost sa svojim skrbnikom doživljavaju napad od strane roditelja jer roditelji tu situaciju tumače kao povredu odnosa i integriteta, što vodi u konfliktne odnose sa svojom djecom (Brković, 2011).

U većini slučajeva, privrženost ostaje stabilna cijeli život, što znači da ona privrženost koju razvijemo unutar prve tri godine postaje dio nas, odnosno determinira naš odnos s drugima do kraja života (Bowlby, 1988). Istraživanje na šestogodišnjim sudionicima pokazalo je da su djeca koja su u dojenačkoj dobi imala nesigurnu privrženost sa svojim majkama, također su imala oskudnu i nepersonalnu komunikaciju sa šest godina, za razliku od sigurno privrženost djece čija je komunikacija s roditeljima bila osobnija i sadržajno bogatija (Bowlby, 1988). Mnoge studije su podržale ideju da je normalan proces prenijeti stil privrženosti iz djetinjstva u kasnije romantične odnose (Dinero, Conger, Shaver, Widaman i Larsen-Life, 2008; Galliher, Welsch i Rostosky i Kawaguchi, 2004). Također, sigurno privrženost djeca će kasnije

biti zadovoljnija odnosima u romantičnim vezama (Eastwick i Finkel, 2008, prema Schade, Sandberg, Bean, Busby i Coyne, 2013).

Povezanost privrženosti iz dojenačkog doba i adolescentskih odnosa ilustrirali su i Grossman i Grossman (1991) u istraživanju koje je mjerilo strategije rješavanja problema u adolescentskoj dobi i dobili su rezultate da će sigurno privržena djeca prije nego nesigurna koristiti priznavanje neugodnih osjećaja za razliku od nesigurno privržene dojenčadi koja će u školskoj dobi biti izolirana i pokušavati svoje probleme riješiti sama, bez priznavanja neugodnih osjećaja. Također, sigurno privržena djeca bi izjašnjavala da imaju jednog ili nekoliko dobrih prijatelja, dok bi ona nesigurno privržena izražavala da ili nemaju ni jednog ili ih imaju puno.

Vjerojatnost zadržavanja stila privrženosti i u odrasloj dobi razlikuje se od studije do studije. Primjerice, Egeland i Farber (1984) mjerili su pouzdanost mjere privrženosti u razmaku od 6 mjeseci i dobili podudarnost u 60% slučajeva uz naznake da je sigurni tip privrženosti stabilniji od anksioznog. Colin (1996) zaključuje da je klasifikacija pouzdana za 88% djece u razmaku od dojenačke dobi do 6 godina. Main i Cassidy (1988) proučavali su svojom longitudinalnom studijom stil privrženosti djece od 12, 18 i 60 mjeseci i zaključili da je stabilnost stilova prisutna u 84% slučajeva ako se izuzme, primjerice, obitelj koja je doživjela neki teži emocionalni problem poput rastave ili smrti.

Privrženost nije samo karakteristika odnosa između skrbnika i djeteta. Prema Bowlbyju (1977), privrženost postaje integrirani dio ličnosti pojedinca i definira sve buduće odnose, s naglaskom na one s romantičnim partnerima. Colin (1996) kaže da anksiozno privrženi pojedinci stalno traže pažnju svog partnera, ali se i boje napuštanja te imaju problem s vjerovanjem da su voljeni. Izbjegavajuće privrženi pojedinci nastoje ostati emocionalno nezavisni od svojih partnera, a to znači da izbjegavaju zbližavanje i generalno manje ulažu u vezu. S obzirom na to da se privrženost izučava prvenstveno u situacijama stresa, tip privrženosti u vezama također je determiniran reakcijama na stres. Primjerice, anksiozno privrženi pojedinci osjećaju se manje opterećeno stresom ako je manja fizička udaljenost između njih i partnera, dok će izbjegavajuće privrženi pojedinci teže priznati da su u situaciji stresa i ne okreću se svojim partnerima za podršku (Stanton i Campbell, 2014). U izučavanju mentalnog i tjelesnog zdravlja, Stanton i Campbell (2014) povezuju simptome poput stresa i bolesti s tipom privrženosti u vezi tako da nesigurno privrženi pojedinci imaju više akutnih stresnih reakcija i više su bolesni. Nadalje, Godbout i sur. (2016) su u svom istraživanju došli

do zaključka da je sigurna privrženost prediktor za visoko zadovoljstvo vezom, dok je nesigurna za nisko. Možemo zaključiti da privrženost igra važnu ulogu u odrasloj dobi pojedinca. Aron i Aron (1997, prema Langeslag, Muris i Franken, 2013) čak zaključuju da je nesigurna privrženost utjecajna do toga da ljudi mijenjaju fizički izgled, hobije, prijatelje, zemlje, religije i profesije za svoje romantične partnere.

Čini se da odrasla privrženost odgovara nečemu što percipiramo kao romantični odnos, odnosno ljubav. Neki autori razlikuju zdravu i proaktivnu ljubav od one štetne, ili barem problematične (Hindi i Schwarz, 1984; Tennov, 1979), ali čini se da teorija privrženosti objedinjuje takve oblike pod jedinstveni koncept u čijoj su pozadini temeljna vjerovanja o sebi i svijetu. Znanstveno izučavanje privrženosti u kontekstu ljubavi pokazuje da postoji povezanost između dva pojma. Primjerice, istraživanje Hazan u Shaver (1987) pokazalo je da je prosječno trajanje ozbiljnog romantičnog odnosa za anksiozno privržene 4,86 i izbjegavajući 5,97 godina. Također, 6% ispitanih sigurno privrženih pojedinaca bili su rastavljeni, spram 10% anksioznih i 12% izbjegavajućih pojedinaca. Dok su izbjegavajuće privrženi pojedinci karakterizirali svoju ljubav kao strah od intimnosti, anksiozno privrženi su značajno više od ostalih opisivali kao ekstremnu tjelesnu privlačnost. Taj nalaz povezan je i s istraživanjem Monteoliva, Garcia-Martinez, Miguel i Calvo-Salguero (2016) koji su istražili kako pojedini tip privrženosti percipira romantične odnose na skali dobitaka i gubitaka. Anksiozno privrženi i sigurno privrženi pojedinci smatrali su da ulazak u romantičnu vezu ima više dobitaka nego gubitaka, a izbjegavajući i dezorganizirano privrženi da ima više gubitaka nego dobitaka.

Privrženost i životne težnje

Čini se da su pojedinci različitog tipa privrženosti skloni nekom obrascu ponašanja. U pozadini većine ponašanja jest motivacija. Možemo li povezati konstrukt emocionalne privrženosti s motivima koji nas pokreću, životnim stremljenjima kojima su determinirane naše vrijednosti? Sve te pojmove objedinjuje termin životnih aspiracija, odnosno težnji (Williams, Cox, Herdberg i Deci, 2000). Prije nego ponudimo teoriju i prikaz literature koja problematizira ovo pitanje, važno je definirati što su životne težnje. Radi se o strukturi naših želja koja počiva na potrebama (Williams i sur., 2000). Teorija potreba ima mnogo, a u ovom kontekstu ih gledamo iz perspektive teorije samoodređenja, suvremene teorije o psihološkim potrebama koja polazi od pretpostavke da je svaki čovjek motiviran trima unutarnjim silama:

potrebom za autonomijom, potrebom za kompetencijom i potrebom za pripadanjem (Čudina-Obradović, 2012). Ryan i Deci (2000) objašnjavaju da nezadovoljenje neke od ovih potreba vodi k negativnim posljedicama koje su najčešće u obliku negativnog utjecaja po mentalno zdravlje. Prema tim autorima, čovjek je aktivni organizam orijentiran osobnom rastu i razvoju te je sklon integraciji svojih psihičkih elemenata u unificirani self i daljnjoj integraciji u složenije društvene strukture. To postiže traganjem za okolinom u kojoj može zadovoljiti spomenute tri psihološke potrebe. U čovjekovoj adaptivnoj funkciji jest pratiti svoje interese, vježbati kapacitete i ulagati u povezanost s drugima kako bi došlo do ujedinjenja intrapsihičkog i interpsihičkog iskustva (Ryan i Deci, 2000). To znači da smo intrinzično motivirani za ona ponašanja koja nam omogućavaju te tri potrebe, a u kontrolirajućoj okolini, prezahtjevnoj ili odbijajućoj okolini postoji tendencija obrambenom ponašanju ili kompleksnijim problematičnim ponašanjima poput asocijalnog ponašanja, prezaokupljenosti sobom, potpunom nezainteresiranosti za druge i slično. Važno je uočiti da je kontrolirajuća okolina zapravo ona koja blokira psihološku potrebu za autonomijom, prezahtjevna je ona koja blokira potrebu za kompetencijom te odbijajuća potrebu za povezanosti. Ryan i Deci (2000) objašnjavaju da, ako percipiramo svoju okolinu kao hranjivu za našu kompetenciju i razvoj, u njoj ćemo biti intrinzično angažirani. Tamo će se nalaziti aktivnosti koje su nam zanimljive i promiču naš rast. William, Friedman i Deci (1998) proveli su istraživanje na pacijentima s dijabetesom koji uzimaju dugoročno lijekove za svoju dijagnozu, te su im ponudili upitnik motiva zašto to rade. Primijećeno je da oni pacijenti koji su ponudili motive koji su više na skali autonomije (npr. *zato što vjerujem da je ovo dobro za zdravlje*) pokazuju niz beneficija spram onih čiji su motivi kontrolirani (npr. *zato što bi mi drugi zamjerili ako izgubim tjelesnu masu*); pacijenti s autonomnim motivima su izgubili više tjelesne mase, bili su redovitiji s dolascima na programima mršavljenja i više su vremena provodili vježbajući. Nadalje, istraživanje provedeno na vjernicima koji prakticiraju religiozna ponašanja poput odlaska u vjersku instituciju i molitve istražilo je povezanost religijskih ponašanja i mentalnog zdravlja (Ryan, Rigby i King, 1993). Rezultati su pokazali moderirajući učinak motiva na mentalno zdravlje – ako su motivi bili autonomni, poput *molim se jer uživam u toj radnji*, religiozna ponašanja bila su povezana s boljim mentalnim zdravljem. Međutim, ako su njihovi motivi bili kontrolirani, odnosno gdje su im evaluatori drugi ljudi, poput *radim to da me drugi kršćani prihvate*, ta religiozna ponašanja bila su povezana s lošijim mentalnim zdravljem. Kontrolirani motivi predstavljaju ekstrinzičnu motivaciju, a autonomni intrinzičnu motivaciju, a ti tipovi motivacija su u podlozi istoimenih životnih težnji.

Čini se da su motivi u podlozi našeg ponašanja najbolji prediktori njihovog ishoda, ili barem snažniji nego sama ponašanja. Ryan i Deci (2000) životna stremljenja koja su rezultat zadovoljavajućih uvjeta za osnovne psihološke potrebe nazivaju intrinzičnim životnim težnjama jer se sastoje od motiva za ponašanja koja polaze od samog čovjeka, on je sam evaluator njihove uspješnosti. Primjerice, potreba pomaganjem drugima u obliku volontiranja može biti intrinzična životna težnja jer je potaknuta (najčešće) s osjećajem rasta i povezanosti sa zajednicom. S druge strane, postoje ekstrinzične životne težnje koje promiču potvrdu svoje vrijednosti izvana. Te težnje navode na ponašanja koja za cilj imaju tuđu potvrdu uspješnosti ponašanja, primjerice potreba za karijerom može biti ekstrinzična životna težnja ako je u podlozi tog stremljenja želja da drugi primijete i dive se uspjehu. To ne treba miješati sa psihološkom potrebom za kompetencijom, koja se odnosi na istraživanje i širenje naših kapaciteta u bilo kojem polju i ne mora nužno biti vezana za profesiju te je načelno dio intrinzičnih životnih težnji.

William i sur. (2000) smatraju da zadovoljenje unutarnjih životnih težnji koje potiču osobni rast i razvoj i streme ka samoaktualizaciji vodi k većoj subjektivnoj dobrobiti, boljem mentalnom i tjelesnom zdravlju što je indikativno za povezivanje s konceptom privrženosti jer se radi o trajnom emocionalnom kapitalu koji prati osobu kroz cijeli život i na ovaj ili onaj način određuje odluke koje u životu donosimo (Bowlby, 1988).

Istraživanja koja povezuju životne težnje i privrženost su brojna. Primjerice, Kasser, Ryan, Zax i Sameroff (1995) dobili su u svom istraživanju rezultat da su mladi koji više cijene materijalno bogatstvo odrasli uz zanemarujuće roditelje. To su interpretirali tako da novac predstavlja kompenzaciju za osjećaj nesigurnosti koji im ostaje od manjka roditeljske brige. Također, mladi koji imaju nesigurnu privrženost, posebno anksioznu, bit će više zaokupljeni oko toga izgledaju li dobro, neovisno o indeksu tjelesne težine koji imaju (Sira, 2003). Sellers (2015) svojim istraživanjem dokazuje da je nesigurna privrženost dobar prediktor za preokupaciju svojom tjelesnom masom, a važnost izgleda bila je prediktor izbjegavajuće privrženosti. Nadalje, prema Williams i sur. (2000), mladi čiji su roditelji bili manje angažirajući i koji su koristili autoritarni ili zanemarujući odgojni stil imali su generalno ekstrinzičnu strukturu životnih težnji, što znači da im je znatno važnije bilo bogatstvo, slava i dobar izgled. S druge strane, roditelji koji su bili visoko angažirajući i koji su poticali autonomiju svoje djece imali su djecu intrinzične strukture životnih težnji, odnosno ta djeca su stremila osobnom rastu i razvoju, djelovanju s dobrobiti zajednice i ulaganju u interpersonalne odnose. Autori nalaz objašnjavaju tako da su visoko angažirajući roditelji

vjerojatno više zadovoljavali osnovne psihološke potrebe (potreba za autonomijom, potreba za povezanošću i potreba za kompetencijom). Schindler, Fagundes i Murdock (2010) istraživali su je li stil privrženosti prediktivan za težnju ulaska u ozbiljniji romantični odnos. Rezultati koje su dobili ticali su se izbjegavajuće privrženih pojedinaca tako da su oni odbijali ulaganje u bliski odnos, a interpretacija koju su ponudili jest da oni manje vjeruju u bit interpersonalne bliskosti jer je njihov unutarnji radni model drugih takav da smatraju da im drugi nisu potrebni.

Ulaganje u profesionalni život je također vid životne težnje i postoje neki nalazi koji povezuju profesionalna stremljenja i privrženost. Na primjer, istraživanje provedeno na ženama ponudilo je rezultat da sigurno privržene pojedinke imaju veće samopouzdanje u vezi sebe i streme više tome da budu karijerno uspješne od nesigurno privrženih pojedinki (O'Brien, Tipton i Linn, 2000). Moor i Leung (2002) su u svom istraživanju prikazale povezanost između stila privrženosti i zadovoljstva ocjenama, gdje su sigurno privrženi pojedinci bili zadovoljniji od nesigurno privrženih.

Povezanost osobnog rasta i razvoja i privrženosti može biti prikazana i kroz istraživanje koje je povezalo odraslu privrženost i spiritualnost kroz facete poput osjećaja smisla i nade (Hiebler-Ragger, Faltansl-Scheinecker, Birnhuber, Fink i Friedrich-Unterreiner, 2016). Nesigurno privrženi pojedinci su pokazivali značajno nižu spiritualnost.

Indikativno je to da, primjerice, Buljan-Flander (2001) objašnjava da je nesigurna privrženost povezana s većom emocionalnom nestabilnošću, a autori koji su se bavili životnim težnjama u kontekstu teorije samoodređenja ekstrinzične životne ciljeve nazivaju emocionalnom nestabilnosti koja počiva na emocionalnoj kompenzaciji, tj. traganju za emocionalnim mirom (Kasser i Ryan, 1992; Williams i sur, 2000). Drugim riječima, težnjom za slavom, novcem i fizičkim izgledom pokušavaju zamijeniti manjak roditeljske brige.

Vidljivo je da navedena literatura na ovaj ili onaj način povezuje privrženost i životne težnje. Ideja ovog diplomskog rada je sabrati životne težnje koje se baziraju na teoriji samoodređenja, a to su intrinzične životne težnje (težnja za osobnim rastom i razvojem, težnja za ulaganjem u osobne odnose i težnja za djelovanjem za dobrobit zajednice) te ekstrinzične životne težnje (težnja za bogatstvom, težnja za slavom i težnja za dobrim fizičkim izgledom), te potom usporediti životne težnje između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca.

Ciljevi i problemi istraživanja

Cilj istraživanja je usporediti izraženost aspekata pojedinih intrinzičnih i ekstrinzičnih životnih težnji između ljudi sigurne i nesigurne privrženosti s partnerom. U svrhu određivanja navedenog cilja postavljeni su sljedeći problemi istraživanja:

1. Ispitati razlike u samoprocjeni važnosti pojedine životne težnje između ljudi sigurne i nesigurne privrženosti
2. Ispitati razlike u samoprocjeni ostvarenja pojedine životne težnje u budućnosti između ljudi sigurne i nesigurne privrženosti
3. Ispitati razlike u samoprocjeni dosadašnjeg ostvarenja pojedine životne težnje između ljudi sigurne i nesigurne privrženosti

U skladu s postavljenim teorijskim postavkama formirane su sljedeće hipoteze:

1. Osobe sa sigurnom privrženosti procjenjivat će intrinzične težnje važnijima u odnosu na nesigurno privržene osobe, a nesigurno privržene osobe će ekstrinzične težnje procjenjivati važnijima od sigurno privrženih osoba.
2. Osobe sa sigurnom privrženosti će višim procjenjivati vjerojatnost ostvarenja intrinzičnih životnih težnji u budućnosti u odnosu na osobe sa nesigurnom privrženosti, a osobe sa nesigurnom privrženosti će višima procjenjivati vjerojatnost ostvarenja ekstrinzičnih životnih težnji u budućnosti u odnosu na osobe sa sigurnom privrženosti.
3. Samoprocjena dosadašnjeg ostvarenja intrinzičnih životnih težnji bit će viša kod osoba sa sigurnom privrženosti u odnosu na osobe s nesigurnom privrženosti, a samoprocjena dosadašnjeg ostvarenja ekstrinzičnih životnih težnji bit će viša kod osoba sa nesigurnom privrženosti u odnosu na osobe sa sigurnom privrženosti.

Metoda

Odlučili smo se za kvantitativni pristup jer su konstrukti koje ispituje poznati u suvremenoj literaturi, pa nije potrebna dodatna ili inicijalna kvalitativna obrada i također postoji potreban instrumentarij koji mjeri odabrane varijable na skalama koje koriste brojčane vrijednosti. Kvantitativni pristup tipičan je za istraživanja koja polaze od empirijskih pretpostavki čiji je cilj maksimalizirati objektivnost i spoznati stvarnost oko nas (Milas, 2009).

Sudionici

Istraživanjem je obuhvaćeno 300 sudionika u dobi od 18 do 35 godina (prosječna dob je 22,7), od toga 187 žena i 113 muškaraca. 233 sudionika bili su studenti i studentice (uglavnom tehničke struke i psihologije), 35 sa visokom stručnom spremom i 32 sa srednjom stručnom spremom. Većina studenata i studentica (njih 105) bili su tehničke struke jer su upitnici distribuirani na projektu *Summer Camp 2016.* u Ericsson Nikola Tesla d.d., te psihologije na Hrvatskim studijima Sveučilišta u Zagrebu. Ostali sudionici studenti su ostalih fakulteta poput Prirodoslovno-matematičkog fakulteta, Kineziološkog fakulteta, Filozofskog fakulteta i drugih.

Instrumenti

Korišteni instrumentarij za ovo istraživanje sastojao se od 3 dijela – upitnikom o demografskim podacima, Upitnikom za procjenu partnerske privrženosti i Indeksom životnih težnji.

Upitnik o demografskim podacima sastojao se od pitanja za dob, spol, razinu studija ako su studenti i broj braće i sestara.

Upitnik iskustava u bliskim vezama je izvorno od autora Brennan, Clark i Shaver (1995, prema Stefanović-Stanojević, 2005), a Kamenov i Jelić (2003) napravile su skraćenu verziju i normirale su omjere pripadnosti pojedinom tipu privrženosti na hrvatskoj populaciji. Taj upitnik se do danas smatra najboljom mjerom privrženosti u odrasloj dobi. Sudionicima je bilo ponuđeno 18 tvrdnji za koje su trebali procijeniti koliko se slažu s njima na skali od 1 do 7, gdje je 1 značilo *uopće se ne slažem*, 4 *niti se slažem*, 5 *niti se ne slažem* a 7 *u potpunosti se*

slažem. Svaka neparna tvrdnja je bila jedna podskala koja je mjerila izbjegavajuće tendencije, a svaka parna tvrdnja druga podskala koja je mjerila anksiozne tendencije. Rezultati su se zbrajali (nakon obrtanja vrijednosti na skalama 9, 13 i 17 jer su bile zadane u suprotnom smjeru), a prilikom obrade rezultata svaki sudionik je klasificiran u jedan tip privrženosti prema sljedećem ključu:

1. Sigurni obrazac (Anksioznost < 36; Izbjegavanje < 36)
2. Anksiozni obrazac (Anksioznost > 36; Izbjegavanje < 36)
3. Izbjegavajući obrazac (Anksioznost < 36, Izbjegavanje > 36)
4. Dezorganizirani obrazac (Anksioznost > 36; Izbjegavanje > 36)

Mjerena pouzdanost za pojedinu podskalu je zadovoljavajuća. Cronbach alfa za podskalu izbjegavanja iznosi 0,86, a za podskalu anksioznosti 0,84.

Drugi upitnik je Indeks životnih težnji (*Aspirations Index – AI*), a mjeri koliko su pojedine životne težnje bitne, koliko su ostvarene i koliko je vjerojatno da će se u budućnosti ostvariti. Unatoč tome što, prema Kasser i Ryan (1996) je taj upitnik kreiran primarno za američku kulturu, odlučili smo ga primijeniti jer polazi na pretpostavkama najsuvremenije teorije o psihološkim potrebama (Čudina-Obradović, 2012). Dvije grupacije čestica dijele se na ekstrinzične životne težnje i intrinzične životne težnje, a te grupacije na 3, odnosno 4 životne težnje – ekstrinzične životne težnje su bogatstvo, slava i fizički izgled, a intrinzične osobni rast i razvoj, odnosi s drugima i djelovanje u korist zajednice. U originalnom upitniku zdravlje je također uvršteno u intrinzične težnje, ali autori upitnika objašnjavaju da nije jasno s kojom težnjom više korelira zdravlje, stoga je izbačeno za potrebe ovog istraživanja.

Sudionicima su bile predstavljene životne težnje – svaka težnja je imala 5 konkretnih ciljeva za koje su bila postavljena 3 pitanja:

1. Koliko vam je bitan navedeni cilj?
2. Koliko je vjerojatno da ćete ostvariti navedeni cilj u budućnosti?
3. Koliko ste ga do sada ostvarili?

To znači da je upitnik ukupno imao 90 pitanja. Svako pitanje sudionici su procjenjivali na skali od 1 do 7, po ključu 1 – *uopće mi nije bitno*, a 7 – *izrazito mi je bitno*. Pouzdanost mjerena Cronbach alfom je zadovoljavajuća. Za intrinzične životne težnje iznosi 0,89, a za ekstrinzične životne težnje 0,87.

Postupak

Potrebni upitnici dobavljeni su i odobreni od strane autora u ožujku 2016. Zatim je kreirana online verzija dobivenih upitnika preko *googledoc* platforme. Istraživanje je provedeno online metodom od 1.7.2016. do 25.7.2016. Distribucija je provedena tijekom Summer Camp projekta u kompaniji Ericsson među studentima tehničke struke koji su tada tamo radili, među studentima psihologije Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu te na upisima novih studenata na Hrvatske studije. Pri ponudi linka na upitnik, potencijalni sudionici su zamoljeni za prosljeđivanje linka svojim kontaktima neovisno o tome jesu li studenti, tako da se broj sudionika nije mogao predvidjeti. Prije upitnika, sudionici su dobili uputu za rješavanje koja je glasila:

Poštovani,

pred Vama se nalaze pitanja koja ispituju neka Vaša ponašanja, stavove, osjećaje i težnje, a njihov cilj je izrada diplomskog rada. Molimo Vas da pažljivo pročitate tvrdnje te odgovorite koliko se s tim tvrdnjama slažete. Ispunjavanje je anonimno, odgovori će se analizirati skupno, ali ako izrazite želju za povratnom informacijom (o rezultatima cijelog rada), na kraju možete ostaviti svoj kontakt e-mail na koju bih Vam je poslao.

Vrijeme ispunjavanja je cca 8 minuta. Ako imate bilo kakva pitanja vezana uz upitnik, slobodno se javite na e-mail: davor.dubravac1@gmail.com.

Hvala Vam! :)

Davor Dubravić, bacc. psych.

Nakon upute, klikom je bilo potrebno potvrditi da pristaju na sudjelovanje. Sljedeća stranica bila je Upitnik iskustava u bliskim vezama. Uputa za njega glasila je ovako:

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vaše osjećaje u ljubavnim vezama. Zanima nas kako se Vi općenito osjećate u Vašim vezama s LJUBAVNIM PARTNERIMA (djevojka ili dečko), a ne što se događa u Vašoj trenutnoj vezi ako je imate. Molimo Vas da pažljivo pročitate svaku tvrdnju i odgovorite u kojoj mjeri se slažete s tvrdnjom.

Svoj stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom izrazite zaokruživanjem odgovarajućeg broja na skali od 1 do 7. Podsjećamo, ispitivanje je anonimno pa Vas molimo da budete iskreni.

Nakon Upitnika iskustava u bliskim vezama, slijedio je Indeks životnih težnji (AI). Uputa prije tog upitnika glasila je ovako:

Svi imamo dugoročne ciljeve i životne težnje. To su stvari za koje se nadamo da ćemo ih ostvariti tijekom našeg života. U ovom dijelu predstaviti ćemo Vam niz životnih ciljeva te vam postaviti 3 pitanja vezana za njih; (1) koliko su vam bitni, (2) koliko je vjerojatno da ćete taj cilj doseći u budućnosti; i (3) koliko ste ga do sada ostvarili.

Nakon što su riješili oba upitnika, na zadnjoj strani mogli su napisati komentar ili sugestiju i ostaviti kontakt e-mail ako bi htjeli pročitati rad u cijelosti u PDF formatu. Od 300 sudionika, njih 102 je zatražilo povratnu informaciju u obliku rada.

Rezultati

Obrada podataka za odgovor na hipoteze sastojala se od provjere homogenosti varijance i niza t-testova jer se radi o dvije skupine sudionika. Provjera homogenosti varijance radi se Levenovim testom homogenosti varijanci, a važna je jer provjerava jesu li dvije skupine (ili njih više) uzorkovane iz iste populacije. Zapravo se testiraju varijance pogreške σ_e^2 , variranja rezultata od prosjeka neovisno od djelovanja obilježja varijable koje dijeli sudionike u skupine (u ovom kontekstu bi to bio tip privrženosti). Ako je test homogenosti varijanci neznajčan, to znači da se ono što predstavlja kontinuiranu varijablu (neka životna težnja) raspodjeljuje po istoj raspodjeli za obje skupine, dakle zaključak je taj da je kontinuirana varijabla translatairana za neku vrijednost na obje razine varijable privrženosti. Kažemo da su σ_1^2 i σ_2^2 jednaki i koristimo *pooled variance* t-test. Ako je test homogenosti varijanci heterogen, to znači da se kontinuirana varijabla raspodjeljuje prema drugačijoj raspodjeli za razine varijable privrženosti, te pribjegavamo korekciji t-testa (koji je karakterističan po tome što ima drugačiju formulu za stupnjeve slobode). T-test na nezavisnim uzorcima uspoređuje aritmetičke sredine između dviju skupina u omjeru sa procjenom standardne pogreške aritmetičkih sredina. Ako je on značajan, odnosno veći u usporedbi sa graničnom t-vrijednosti koja ovisi o stupnjevima slobode i dogovorenoj razini značajnosti, kažemo da su dvije uspoređene grupe izvučene iz dvije različite populacije, odnosno da postoji značajna razlika između aritmetičkih sredina. Sva obrada podataka provedena je u *IBM SPSS Statistics 23* programu.

Za potrebe ovog istraživanja, sudionici su bili podijeljeni u četiri, odnosno dvije skupine. Prvo su bili grupirani u jedan od četiri tipa privrženosti prema prethodno opisanom ključu u

potpoglavlju *Instrumenti*, a zatim u dvije – sigurna privrženost i nesigurna privrženost (nesigurna privrženost se sastojala od anksiozne, izbjegavajuće i dezorganizirane privrženosti).

Tablica 1. Raspodjela sudionika u pojedini tip privrženosti (N=300)

	Broj sudionika	Postotak
Sigurni	171	57
Anksiozni	87	29
Izbjegavajući	31	10,3
Dezorganizirani	11	3,7

Prema tablici 1, vidljivo je da je najviše sudionika sigurno privrženo, zatim anksioznih, pa izbjegavajućih, a dezorganiziranih ima najmanje. Na temelju ovakvog pregleda sudionika se oni grupiraju za daljnju obradu. Prvi razlog za grupaciju jest teorijski - ti se tipovi privrženosti zaista mogu grupirati u zajedničku grupu nesigurne privrženosti zbog karakteristike koju dijele, a to je na ovaj ili onaj način poremećen model o sebi ili drugima zbog toga što nisu imali dosljedno responzivnog primarnog skrbnika te su te emocionalne obrasce preslikali na odnose sa značajnim odraslima; a drugi je metodološki – ako postoji više grupa, obrada podataka jednosmjerne analize varijance ima pretpostavku, između ostalog, i uravnoteženosti broja sudionika po grupama, što ovdje nije slučaj zbog prirode obilježja.

Tablica 2. *Raspodjela sudionika u grupe prema tipu privrženosti (N=300)*

	Broj sudionika	Postotak
Sigurna	171	57
Nesigurna	129	43

Broj sudionika u pojedinim grupama otprilike je ujednačen. Radi se o grupaciji koju je teško uravnotežiti zbog obilježja (tip privrženosti) koje nije vidljivo prije provedbe istraživanja.

Tablica 3. *Levenov test homogenosti varijanci i t-test razlike u izraženosti intrinzičnih životnih težnji i njihovih aspekata s obzirom na tip privrženosti (N=300)*

		<i>F</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>df</i>
Osobni rast i razvoj 1	Nesigurna	3,384	6,38	0,825	-1,039	298
	Sigurna		6,468	0,642		
Osobni rast i razvoj 2	Nesigurna	6,15*	5,516	0,954	-3,304**	246,775
	Sigurna		5,832	0,797		
Osobni rast i razvoj 3	Nesigurna	1,236	4,293	0,958	-3,579**	298
	Sigurna		4,683	0,915		
Odnosi 1	Nesigurna	8,349**	6,454	0,832	-1,915*	230,33
	Sigurna		6,622	0,63		
Odnosi 2	Nesigurna	4,233*	5,455	0,985	-5,568**	257,441
	Sigurna		6,066	0,877		
Odnosi 3	Nesigurna	0,454	4,499	1,189	-7,351**	298
	Sigurna		5,496	1,142		
Zajednica 1	Nesigurna	5,196*	5,713	1,133	-1,401	245,288
	Sigurna		5,995	0,938		
Zajednica 2	Nesigurna	6,518**	5,224	1,07	-2,752**	237,005
	Sigurna		5,539	0,844		
Zajednica 3	Nesigurna	0,03	4,096	1,085	-0,909	298
	Sigurna		4	1,054		

Retci s brojem 1 = Koliko vam je bitno...?

Retci s brojem 2 = Koliko je vjerojatno da će se taj cilj ostvariti u budućnosti?

Retci s brojem 3 = Koliko ste taj cilj do sad postigli?

* $p < ,05$; ** $p < ,01$

Tablica 3. prikazuje provedeni t-test i relevantne statistike za njega. Prije provedbe t-testa, ishod Levenovog testa homogenosti varijanci (statistik *F* u tablici) određuje koja će se vrsta t-testa provesti na razlici tih aritmetičkih sredina. Varijance su heterogene za one *F*-statistike koji su označeni jednom ili dvije zvjezdice prema legendi te je za njih korištena opcija korekcije stupnjeva slobode.

Pregledom aritmetičkih sredina u tablici 3., od triju intrinzičnih životnih težnji, najvažnije su procijenjeni odnosi s drugima i za sigurno i za nesigurno privržene pojedince ($M_s=6,454$; $M_n=6,622$). Za vjerojatnost ostvarenja u budućnosti, nesigurno privrženi pojedinci postižu najviši rezultat na polju osobnog rasta i razvoja ($M=5,516$), a sigurno privrženi na polju odnosa s drugima ($M=6,066$). Samoprocjena dosadašnjeg ostvarenja pojedinog cilja pokazuje da su najviše do sada ostvarile obje skupine cilj odnosa s drugima ($M_s=4,499$; $M_n=5,496$), spram drugih ponuđenih ciljeva. Činjenica da je većina aritmetičkih sredina nagomilana na gornjim granicama raspona ukazuje na efekt stropa, odnosno slabiju diskriminativnost sudionika.

Usporedbom tih dviju skupina dobivamo nekoliko statističkih značajnih razlika na t-testu. Sigurno privrženi sudionici procjenjuju da će se više ostvariti na polju osobnog rasta i razvoja u budućnosti od nesigurno privrženih sudionika ($t(246,775) = -3.304$; $p < .01$), te također značajno više procjenjuju da su taj cilj do sada ostvarili spram nesigurno privrženih sudionika ($t(298) = -3.579$; $p < .01$). Što se odnosa s drugima tiče, sigurno privrženi sudionici smatraju da će se više ostvariti na tom polju u usporedbi s nesigurno privrženima ($t(257,441) = -5.568$; $p < .01$) te smatraju da su se do sada značajno više ostvarili na tom polju ($t(298) = -7.351$; $p < .01$). Grupa sigurno privrženih pojedinaca procjenjuje da će se više ostvariti na polju rada za dobrobit zajednice od grupe nesigurno privrženih pojedinaca ($t(237,005) = -2.752$; $p < .01$). Sve dobivene statistički značajne razlike na polju intrinzičnih težnji u skladu su s našim očekivanjima. Ostali t-testovi koji nisu značajni nisu u skladu s našim očekivanjima.

Tablica 4. *Levenov test homogenosti varijanci i t-test razlike u izraženosti ekstrinzičnih težnji i njihovih aspekata s obzirom na tip privrženosti (N=300)*

		<i>F</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>df</i>
Bogatstvo 1	Nesigurna	0,21	4,419	1,142	2,898**	298
	Sigurna		4,056	1,158		
Bogatstvo 2	Nesigurna	0,530	3,9942	1,2132	-0,743	298
	Sigurna		4,0947	1,11784		
Bogatstvo 3	Nesigurna	3,051	2,755	1,08462	-0,294	298
	Sigurna		2,7942	1,18449		
Slava 1	Nesigurna	5,855**	2,6667	1,32461	2,325*	240,626
	Sigurna		2,3357	1,0673		
Slava 2	Nesigurna	2,404	2,7907	1,25346	1,14	298
	Sigurna		2,6374	1,07068		
Slava 3	Nesigurna	0,005	2,2	0,92229	0,811	298
	Sigurna		2,1146	0,88701		
Izgled 1	Nesigurna	0,02	4,0853	1,07668	4,261**	298
	Sigurna		3,5591	1,04531		
Izgled 2	Nesigurna	1,309	4,0651	1,188	0,639	298
	Sigurna		3,9825	1,04664		
Izgled 3	Nesigurna	0,002	3,7271	1,15676	0,403	298
	Sigurna		3,6749	1,0766		

Napomena

Retci s brojem 1 = Koliko vam je bitno...?

Retci s brojem 2 = Koliko je vjerojatno da će se taj cilj ostvariti u budućnosti?

Retci s brojem 3 = Koliko ste taj cilj do sad postigli?

* $p < .05$; ** $p < .01$

Varijance su homogene na svakoj subskali osim na skali važnosti slave, prema tome, za taj t-test se vršila korekcija na stupnjevima slobode.

Pogledom na aritmetičke sredine u tablici 4., kao najvažniju ekstrinzičnu težnju i nesigurno privrženi i sigurno privrženi navode da je to bogatstvo ($M_n=4,419$; $M_s=4,056$). Sigurno privrženi smatraju da će se u budućnosti ostvariti na polju bogatstva ($M=4,094$), a nesigurno privrženi pojedinci na polju izgleda ($M=4,0651$), od navedenih vanjskih životnih težnji. I jedni i drugi procjenjuju da su, od navedenih težnji, do sada postigli najviše na cilju izgleda, odnosno imidža ($M_n=3,7216$; $M_s=3,6749$).

Aritmetičke sredine su bliže sredini raspona uz relativno male standardne devijacije. To ukazuje na normalnu raspodjelu, odnosno dobru diskriminativnost sudionika.

Usporedbom aritmetičkih sredina između sigurno i nesigurno privrženih dobivene su tri statistički značajne razlike. Prvo, nesigurno privrženi pojedinci ističu da im je važnije bogatstvo nego što je to sigurno privrženim pojedincima ($t(298) = 2.898$; $p < .01$). Zatim, postoji statistički značajna razlika između tih dviju skupina u važnosti slave, tako da je nesigurno privrženima ona bitnija nego sigurno privrženima ($t(240,626) = 2.325$; $p < .05$). Na posljepku, nesigurno privrženi pojedinci procjenjivali su da im je važnije kako izgledaju nego sigurno privrženim pojedincima ($t(298) = 4.26$; $p < .01$). Navedene statistički značajne razlike u skladu s našim očekivanjima. Samoprocjene vjerojatnosti ostvarenja u budućnosti na polju ekstrinzičnih životnih težnji nisu postigle statistički značajne razlike, kao ni samoprocjene dosadašnjeg ostvarenja ekstrinzičnih životnih težnji između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca, što nije u skladu s našim očekivanjima.

Rasprava

Cilj ovog rada bio je usporediti izraženost unutarnjih i vanjskih životnih težnji između ljudi sigurne privrženosti te ljudi nesigurne privrženosti s partnerom. Naša pretpostavka nakon pregleda literature bila je da su nesigurno privrženi pojedinci skloniji ekstrinzičnim životnim težnjama od sigurno privrženih pojedinaca, a što se tiče intrinzičnih životnih težnji, očekivali smo više samoprocjene sigurno privrženih pojedinaca spram onih nesigurno privrženih na sva 3 pitanja. Naše hipoteze su djelomično potvrđene.

Prema ovom radu, intrinzične životne težnje jednako su važne i sigurno i nesigurno privrženima. Taj nalaz nije u skladu s početnim hipotezama. Moguće objašnjenje jest da zaista ne postoji razlika u izraženosti intrinzičnih životnih težnji između te dvije skupine. Nadalje, moguće da je došlo do socijalno poželjnog odgovaranja, odnosno da su pitanja na taj način

koncipirana da izazivaju akviesenciju. Naime, ponekad pitanja mogu biti tako postavljena da izazivaju generalno slaganje sudionika (Milas, 2005). Primjerice, cilj *da se mogu na kraju života osvrnuti na svoj život kao smislen i cjelovit* koji predstavlja težnju osobnog rasta i razvoja izgleda kao tvrdnja koju bi većina ljudi smatrala važnom.

Sigurno privrženi pojedinci, prema rezultatima, smatraju da će u budućnosti više biti ostvareni na polju osobnog rasta i razvoja, značajnih odnosa s drugima i djelovanja za dobrobit zajednice od nesigurno privrženih, što je u skladu s našim očekivanjima. Značajno viša sigurnost može se objasniti na nekoliko načina – primjerice, sigurno privrženi pojedinci imaju zdrave unutarnje modele koji im pružaju nadu u budućnost i veće samopoštovanje, a time vjeruju u svoje sposobnosti i mogućnost ostvarenja životnih ciljeva (Mikulincer i Shaver, 2007, prema Blakely i Diasosz, 2015). Također, takav nalaz odgovara našoj pretpostavci da je u ljudskoj prirodi ulagati u one ciljeve koji se smatraju bitnijima zbog kognitivne disonance, tj. mehanizma da prilagođavamo naše ponašanje i stavove u istom smjeru (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Ipak, nema značajne razlike u važnosti tih ciljeva, stoga nije moguće u potpunosti interpretirati ovaj rezultat tom tezom. Kao što je već spomenuto, djelovanje u korist zajednice kao životna težnja u svojoj izraženosti se razlikuje između sigurno i nesigurno privržene skupine u aspektu vjerojatnosti ostvarenja u budućnosti. Gillath, Shaver, Mikulincer, Nitzberg, Erez i Ijzendoorn (2005) proveli su istraživanje čiji su rezultati u skladu s našima, a u kojem su istražili povezanost volontiranja s tipom privrženosti. Izbjegavajuće privrženi pojedinci znatno manje volontiraju, izjavljuju da im je to nebitno, a anksiozno privrženi pojedinci povezani su s volontiranjem iz nealtruističnih motiva. Autori argumentiraju svoje nalaze tako da samo relativno sigurno privrženi pojedinci percipiraju druge, osim kao izvor zadovoljenja svojih potreba, kao osobe koje imaju svoje potrebe koje oni mogu zadovoljiti putem altruističnih težnji (Gillath i sur., 2005).

U objašnjavanju vanjskih životnih težnji, neki autori koji su se bavili izučavanjem privrženosti smatraju da nesigurno privrženi pojedinci zapravo nastoje uspostaviti emocionalni mir, stoga koriste sredstva vanjske evaluacije kako bi kompenzirala nedostatak roditeljske brige (Kasser i Ryan, 1992; Williams i sur, 2000). Težnje koje počivaju na vanjskoj evaluaciji su ekstrinzične: izgled, slava i bogatstvo – takvo objašnjenje nalaza ovog istraživanja da nesigurno privrženi pojedinci izražavaju da su im izgled, slava i bogatstvo važniji može se povezati s njihovom mišlju, odnosno da su ulaganje u izgled, slavu i bogatstvo sredstvo putem kojeg oni evaluiraju vlastitu vrijednost.

Bogatstvo je nesigurno privrženijima važnije nego sigurno privrženima što je u skladu s očekivanjima i taj se nalaz može povezati sa zanimljivom tezom – „*ljudi traže novac kada društvena podrška ne uspije ublažiti bol*“ (Mikulincer, 2008). Objašnjava je tako da vjerovanje da imamo stabilnu figuru privrženosti smanjuje našu potrebu da se oslonimo na važnost novca kako bismo preživjeli. Smatra da je novac kompenzacija manjka emocionalne brige od strane okoline. Ne postoji razlika kod dosadašnjeg ostvarenja na polju bogatstva između skupina, a moguća interpretacija tog nalaza je ujedno i nedostatak – prosjek godina korištenog uzorka je 22,7, gotovo 78% sudionika su studenti. Postavlja se pitanje bi li rezultati bili drugačiji da uzorak predstavljaju stariji ljudi angažirani u radne odnose.

Što se izgleda tiče, prema Sira (2003), mladi nesigurne privrženosti će više mariti za to izgledaju li dobro neovisno o indeksu tjelesne težine što je u skladu s očekivanjima. Psihoterapijski rad u kojem se obrađuje nesigurna privrženost preporučuje se kod pojedinaca s poremećajima prehrane, koji su djelomično uzrokovani opterećenošću fizičkim izgledom (Blakely i Diasosz, 2015).

Popularnost, odnosno slava također je važnija nesigurno privrženim pojedincima nego sigurno privrženim pojedincima što je u skladu s očekivanjima. Eroglu (2015) je na regresijskom modelu prikazao kako pripadnost tipu privrženosti može biti prediktivna za ovisnost o Facebooku – platformi koja je danas sredstvo socijalne usporedbe te kao takva predstavlja dobru operacionalizaciju mjere ekstrinzične životne težnje jer je naglasak na vanjskoj evaluaciji koja umanjuje osjećaj emocionalne uznemirenosti. Prema nalazu tog istraživanja, anksiozno privrženi pojedinci provode više vremena na Facebooku od sigurno i izbjegavajuće privrženih. Istraživanje je ipak donekle neusporedivo jer ne razlikuje izbjegavajuće i sigurno privržene pojedince, što otežava interpretaciju rezultata povezanih s težnjom k popularnosti, s obzirom na to da anksiozno privrženi pojedinci znatno više naginju drugim ljudima, a izbjegavajuće privrženi izbjegavaju situacije u kojima je njihova samodostatnost izazvana, poput Facebooka (Eroglu, 2015). Liu, Shi, Liu i Sheng (2013) su proveli istraživanje na kineskim studentima i dobili su nalaz da oni anksiozno privrženi koriste društvene mreže kako bi pojačali socijalni kapital znatno više od sigurno privrženih pojedinaca.

Konačno, osvrćući se na istraživanje o religioznim ponašanjima iz uvoda (Ryan, 1993) gdje su autonomni, intrinzični motivi za religiozna ponašanja bili povezani s boljim mentalnim zdravljem, a kontrolirani, ekstrinzični motivi s lošijim, postavlja se ideja da nesigurno privrženi ljudi ulaze u obrazac ponašanja koji je za njih destruktivan, a sigurno privrženi ljudi

u obrazac koji je produktivan. To je važan nalaz jer ukazuje na moguće nedostatke nesigurnog tipa privrženosti.

Praktične implikacije

Istraživanje o kojem je ovaj rad ima primjenu u višestrukim poljima psihologije. Privrženost je važna tema u kliničkoj i savjetodavnoj psihologiji i često je potrebno identificirati tip privrženosti kod klijenta s kojim se radi (Blakely i Diasosz, 2015). Ovim istraživanjem bolje razumijemo prirodu konstrukata, postaje vidljivo da su tema emocionalne privrženosti i životnih težnji povezane. Primjerice razumijemo da su veće šanse da osoba nesigurne privrženosti manje vjeruje u napredak u unutarnjim težnjama i to potiče otvaranje i rad na novoj temi.

Iako nije istraženo kad se javljaju životne težnje u obliku koji je ovo istraživanje koristilo, sigurno je da se temeljna privrženost razvija u prve tri godine (Buljan-Flander, 2001). Mogu se smisliti preventivski i intervencijski programi za mlade kojima se mogu ohrabrivati i osnaživati u smjeru unutarnjih stremljenja, odnosno da budu sebi evaluatori svoje vrijednosti, što je odlika osoba sklonih unutarnjim težnjama, a novom spoznajom lakše prepoznamo osobe kojima je to potrebnije, odnosno nesigurno privržene pojedince. Dakle, od ovog istraživanja korist ima i domena razvojne psihologije.

Još jedno polje psihologije kojem ovo istraživanje može doprinijeti jest istraživačka/eksperimentalna psihologija. Spoznaje stečene ovim istraživanjem mogu biti korištene u daljnjem istraživačkom radu jer otvaraju ideje za nove nacрте. Neeksperimentalno istraživanje ne može dati uvid u uzročno-posljedičnu vezu između konstrukata (Milas, 2005), ali može otvoriti raspravu kao temelj za eksperimentalni nacrt – na primjer, neka istraživanja pokazuju relativnu promjenjivost tipa privrženosti (Egeland i Farber, 1984, prema Buljan-Flander, 2001; Main i Cassidy, 1988) i znajući to, ideja bi bila može li terapijski rad na osnaživanju unutarnjih životnih težnji promijeniti obrazac privrženosti k sigurnom.

Metodološka ograničenja

Istraživanje ima određene nedostatke. Radi se o neeksperimentalnom nacrtu u kojem se ne odvija eksperimentalna kontrola, stoga je nemoguće odrediti uzročno-posljedičnu vezu promatranih varijabli, već samo da su one povezane. Nadalje, korišteni upitnici također imaju određene slabosti. Oba upitnika prevedena su na hrvatski jezik s engleskog. Upitnik iskustava u bliskim vezama je normiran na hrvatskoj populaciji 2003., zbog vremenskog odmaka od trenutka provedbe ovog istraživanja ne možemo biti posve sigurni u pouzdanost normi. Upitnik AI je preveden metodom dvostrukog prijevoda od strane neovisnog prevoditelja, ali prevedene čestice uvijek su podložne promjeni predmeta ispitivanja. Drugim riječima, ponekad se može dogoditi da ista čestica na dva različita jezika mjeri dvije različite stvari. Još jedan problem vezan za upitnike tiče se AI upitnika. Njegova originalna namjena jest ispitivanje životnih težnji američke populacije. Primjena na hrvatskoj populaciji može biti problematična iz više razloga: struktura životnih težnji američkog naroda vjerojatno se razlikuje od strukture životnih težnji hrvatskog naroda, podjela na unutrašnje i vanjske životne težnje možda ima drugačiji sastav među Hrvatima, moguće je da pojmovi korišteni u upitniku za Hrvate i Amerikance znače različite stvari poput pojma *bogatstvo*. Dodatno, nekoliko sudionika ostavilo je komentar da nisu razumjeli značenja nekih pitanja – primjerice, *važno mi je biti bogat* može značiti bogat u ekonomskom smislu, ali i u spiritualnom, duhovnijem smislu. Ovaj nedostatak može utjecati na rezultate jer pojedino tumačenje odgovara drugačijoj grupaciji životnih težnji. Biti bogat u ekonomskom smislu tumači se kao ekstrinzična težnja, dok unutarnje bogatstvo više odgovara intrinzičnim životnim težnjama.

Istraživanje je provedeno *online* metodom što, osim uz neke prednosti poput ekonomičnosti, osjećaja privatnosti i lakše kontrole detalja poput neodgovorenih čestica podrazumijeva i neke nedostatke. Primjerice, kao provoditelji istraživanja nismo u kontroli nad ispitnom situacijom. Upitnik može ista osoba višestruko ispunjavati ili ga može ispunjavati u društvu druge osobe. Također, upotrebom online metode naša populacija već je djelomično selekcionirana na uštrb vanjske valjanosti. Naime, populacija kojoj je dostupan internet vjerojatno odudara po nekim karakteristikama od opće populacije (viša primanja, urbanija sredina, viši obrazovni stupanj...). Još jedan problem upotrebe online metode jest taj da nema mogućnosti direktnog pitanja za ispitivača ako nešto nije jasno.

Uzorak predstavlja i još jedan problem, a taj je da je prosjek godina sudionika 22,8, a njih 78,7% su studenti. Takvo usko uzorkovanje je prijetnja vanjskoj valjanosti. Studenti su

vjerojatno financijski podržani od strane roditelja, još ne razmišljaju o tragovima starenja koliko to vjerojatno rade stariji ljudi (jedan od ciljeva u domeni fizičkog izgleda je *uspješno skrivati tragove starenja*), vjerojatno su ambiciozniji od ostale populacije i više računaju na svoj uspjeh.

Iako su razlozi grupiranja na sigurno i nesigurno privržene pojedince teorijski i metodološki podržani, nedostaju spoznaje o razlikama između anksiozno, izbjegavajuće i dezorganizirano privrženih osoba. Također, ti obrasci privrženosti, iako polaze od poremećenog temeljnog vjerovanja o sebi i svijetu, imaju neke različite karakteristike koje bi mogle doći do izražaja u kontekstu životnih težnji, kada bi se provelo istraživanje koje ih ne grupira na ovako provedeni način.

Sugestije za daljnja istraživanja

Dotično istraživanje pokazalo je neke zanimljive činjenice o životnim težnjama i privrženosti, ali ono može biti temelj ili nadahnuće drugim, budućim istraživanjima.

Za što veću vanjsku valjanost, bilo bi dobro uzorkovati što širu populaciju. To znači da ono nije istraživanje nije nužno provedeno *online*. Upitnici mogu biti distribuirani u školama, firmama, na događanjima i slično i time bi se kompenzirala neka ograničenja poput slabe kontrole ispitne situacije te selekcionirano uzorkovanje onih kojima je dostupan internet, ali na uštrb vremenske i financijske ekonomičnosti.

Bilo bi zanimljivo vidjeti kako se razlikuju različiti tipovi nesigurne privrženosti prema izraženosti životnih težnji. Primjerice, razlikuju li se anksiozna privrženost i izbjegavajuća privrženost prema važnosti fizičkog izgleda? Za buduća istraživanja, dakle, sugerira se uzorkovanje koje bi okupilo više onih nesigurno privrženih u uzorak kako bi se mogle provesti prikladne statističke metode.

Iako je često vrlo visoka korelacija između upitnika privrženosti s roditeljima te upitnika privrženosti s partnerom (Buljan-Flander, 2001), zanimljivo bi bilo ubaciti i upitnik privrženosti s roditeljima te složenijim statističkim metodama provjeriti korelacije i eventualne interakcije tih triju konstrukata.

Konačno, privrženost je važna tema u terapijskom okruženju (Holmes, 1996; Clulow, 2000). Nalazi ovog rada ne mogu direktno utjecati na terapijski rad, ali eksperimentalni nacrti mogu. Zbog toga je jedna od sugestija i eksperimentalni nacrt čiji bi se rezultati mogli primijeniti u

psihoterapiji. Primjerice, utječe li ohrabriranje na unutarnje životne težnje ujedno i na neku dimenziju privrženosti?

Osim životnih stremljenja, privrženost, čini se, svojom konceptualizacijom zahvaća mnogo konstrukata. Moguće je povezivanje s dimenzijama ličnosti, inteligencijom, emocionalnom inteligencijom, životnim vrijednostima (što je djelomično srodno životnim stremljenjima), samopoštovanjem, kliničkim skalama poput skale depresivnosti ili anksioznosti, testovima kreativnosti i mnogim drugim instrumentima. Takva bi istraživanja na latentnoj razini pridonijela znanosti poput ovog istraživanja – iako se manifestno radi o istraživanju koje povezuje životna stremljenja i privrženost, prava ideja jest ukazati na širinu i važnost teorije privrženosti, ali i motiva s kojima krećemo k našim životnim putevima.

Zaključak

Nije utvrđena statistički značajna razlika između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u samoprocjeni važnosti osobnog rasta i razvoja ($t(298) = -1.039$; $p > .05$), u samoprocjeni važnosti značajnih odnosa s drugima ($t(230,33) = -1.915$; $p > .05$) te samoprocjeni važnosti rada za dobrobit zajednice ($t(245,288) = -1.401$; $p > .05$).

Utvrđena je statistički značajna razlika između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u samoprocjeni važnosti bogatstva, tako da nesigurno privrženi pojedinci smatraju bogatstvo važnijim od sigurno privrženih ($t(298) = 2.898$; $p < .01$), u samoprocjeni važnosti slave, tako da nesigurno privrženi pojedinci smatraju slavu važnijom od sigurno privrženih ($t(240,626) = 2.325$; $p < .01$) te u samoprocjeni važnosti fizičkog izgleda, tako da nesigurno privrženi pojedinci smatraju da im je fizički izgled bitniji nego što za svoj smatraju sigurno privrženi pojedinci ($t(298) = 4.261$; $p < .01$).

Utvrđena je statistički značajna razlika između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u samoprocjeni vjerojatnosti ostvarenja u budućnosti na polju osobnog rasta i razvoja, tako da su sigurno privrženi procjenjivali veću vjerojatnost od nesigurno privrženih ($t(246,775) = -3.304$; $p < .01$), na polju značajnih odnosa, tako da su sigurno privrženi procjenjivali veću vjerojatnost od nesigurno privrženih ($t(257,441) = -5.568$;

$p < .01$) te na polju djelovanja za dobrobit zajednice, tako da su sigurno privrženi procjenjivali veću vjerojatnost od nesigurno privrženih ($t(237,005) = -2.752$, uz $p < .01$).

Nije utvrđena statistički značajna razlika između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u samoprocjeni vjerojatnosti ostvarenja u budućnosti na polju bogatstva ($t(298) = -0.743$; $p > .05$), na polju slave, odnosno popularnosti ($t(298) = 1.14$; $p > .05$) te na polju fizičkog izgleda ($t(298) = 0.639$; $p > .05$).

Utvrđena je statistički značajna razlika između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u samoprocjeni dosadašnjeg ostvarenja na polju osobnog rasta i razvoja, tako da su sigurno privrženi pojedinci procjenjivali da su se više ostvarili na tom polju od nesigurno privrženih pojedinaca ($t(298) = -3.579$; $p < .01$) i na polju značajnih odnosa, tako da su sigurno privrženi pojedinci procjenjivali da su se više ostvarili na tom polju od nesigurno privrženih pojedinaca ($t(298) = -7.531$; $p < .01$).

Nije utvrđena statistički značajna razlika između sigurno i nesigurno privrženih pojedinaca u samoprocjeni dosadašnjeg ostvarenja na polju značajnih odnosa ($t(298) = -0.909$; $p > .05$), na polju bogatstva ($t(298) = -0.294$; $p > .05$), na polju slave, odnosno popularnosti ($t(298) = 0.811$; $p > .05$) te na polju izgleda ($t(298) = 0.403$; $p > .05$).

Literatura

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Walters, E. i Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Hillbaum.

Aronson, E., Wilson, T. D. i Akert, R. M. (2005). *Socijalna psihologija*. Mate: Zagreb.

Blakely T. J. i Diasosz, G. M. (2015). Application of Attachment Theory in Clinical Work. *Health & Social Work*. 40 (4), 283-289.

Bowlby, J. (1977). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss. Vol 1: Attachment*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A SECURE BASE: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.

Brković, A. (2011). *Razvojna psihologija*. Regionalni centar za zaposlenost mladih u obrazovanju: Čačak.

Buljan-Flander, G. (2001). *Uloga privrženosti i nekih odrednica ličnosti u zlostavljanju djece: proširenje Bowlbyjeve teorije - doktorska disertacija*. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu: Zagreb.

Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj: emocionalni i socijalni razvoj*. Jastrebarsko: Naklada Slap

Cassidy, J. i Berlin, L. (1994). The Insecure/Ambivalent theory of attachment - theory and research. *Child dev*. 65 (4), 971-991.

Carlson, E. A. i Sroufe, A. (1995). *Contribution of Attachment Theory to Developmental Psychopathology*. *Developmental Psychopathology*. 1, 581-617.

Clulow, C. (2000). *Adult Attachment and Couple Psychotherapy: The secure base in Practice and Research*. Routledge: London.

Colin, V. (1996). *Human Attachment*. Temple University Press. Philadelphia.

Čudina-Obradović, M. (2012). *Motivacija – skripta za studente*. Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu: Zagreb.

Deci, E. L. i Ryan, R. M. (2000). The „What“ and „Why“ of Goal Pursuits: Human needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. 11 (4), 227-268.

Dinero, R. E., Conger, R. D., Shaver, P. R., Widaman, K. F. i Larsen-Rife, D. (2008). *Influence of family of origin and adult romantic partners on romantic attachment security*. Journal of Health Psychology. 22, 622-632.

Egeland, B. i Farber, E. (1984). Infant-mother attachment: factors related to its development and changes over time. *Child dev.* 55 (3), 753-771.

Eroglu, Y. (2015). Interrelationship between Attachment styles and Facebook addiction. *Journal of Education and Training studies*. 4 (1), 150-160.

Galliher, R. V., Welsh, D. P., Rostosky, S. S., & Kawaguchi, M. D. (2004). *Interaction and relationship quality in late adolescent romantic couples*. Journal of Social and Personal Relationships. 21, 203–216.

Gillath, O., Shaver, P. H., Mikulincer, M., Nitzberg, R. E., Erez, A., van Ijzendoorn, M. H. (2005). Attachment, caregiving and volunteering: placing volunteerism in an attachment framework. *Personal Relationships*. 12, 425-446.

Godbout, M., Daspe, M. E., Lussier, Y., Sabourin, S., Dutton, D. i Hebert, M. (2016). Early exposure to violence, relationship violence and relationship satisfaction in adolescents and emerging adults: The role of romantic attachment. *Psychological trauma*. 16, 365-384.

Grossmann, K.E. i Grossmann, K. (1991.) Attachment quality as an organiser of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective. U: C.M. Parkes; J.S. Hinde i P. Marris (Eds): *Attachment across the life cycle*. New York: Routledge.

Hiebler-Ragger, M., Falthansl-Scheinecker, J., Birnhuber, G., Fink, A. i Friedrich Unterreiner, H. (2016). Facets of Spirituality Diminish the Positive Relationship between Insecure Attachment and Mood Pathology in Young Adults. *PloS ONE*. 11 (6), 1-9.

Holmes, J. (1996). *Attachment, Intimacy, Autonomy: Using Attachment Theory in Adult Psychotherapy*. Jason Aronson inc.: Lanham.

Kamenov, Ž. i Jelić, M. (2003). Validacija instrumenta za mjerenje privrženosti u različitim vrstama bliskih odnosa: modifikacija Brennanova inventara iskustava u bliskim vezama. *Suvremena psihologija*. 6, 73-91.

- Kasser, T. i Ryan, R. M. (1996). Further Examining the American Dream: Differential Correlates of Intrinsic and Extrinsic goals. *Society for Personality and Social Psychology*. 22 (3), 280-287.
- Kasser, T., Ryan, R. M., Zax. M. i Sameroff, A. (1995). The Relations of Maternal and Social Environments to Late Adolescents' Materialistics and Prosocial Values. *Developmental Psychology*. 31 (6), 907-914.
- LaFreniere, P.J. (2000). *Emotional development: A biosocial perspective*. Belmont: Wadsworth Press.
- Langeslag, S., Muris, P. i Franken, I. (2013). Measuring romantic love: Psychometric properties of the infatuation and attachment scales. *Journal of sex research*. 50 (8), 739-747.
- Main, M. i Cassidy, J. (1988.) Categories of response with parent at age six: Predicted from infant attachment classifications and stable over a month period. *Developmental Psychology*, 24, 415-426.
- Milas, G. (2009). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- Mikulincer, M. (2008). „Can't Buy Me Love“: An Attachment Perspective on Social Support and Money as Psychological Buffers. *Psychological Inquiry*. 19, 167-173.
- Monteoliva, A., Garcia-Martinez, J., Miguel, A. i Calvo Salguero, A. (2016). Percieved benefits and costs of Romantic Relationships for Young People: Differences in Adult Attachment Style. *Journal of Psychology*. 150 (8), 931-948.
- Moor, S. i Leung, C. (2002). Young People's Romantic Attachment Styles and Their Associations with Well-being. *Journal of Adolescence*. 25 (2), 243-255.
- Oatley, K. i Jenkins, J. M. (2007). *Razumijevanje emocija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- O'Brien, K. M., Friedman, S. M., Tipton, L. C. i Linn, S. G. (2000). Attachment, Separation and Women's Vocational Development: A Longitudinal Analysis. *Journal of Counseling Psychology*. 47 (3), 301-315.
- Raboteg-Šarić, Z. (2011). *Uvod u razvojnu psihologiju – skripta za studente*. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu

Ratke-Marrow, Y., Cummings, E.M., Kucynski L. i Chapman, M. (1985). Patterns of Attachment in Two and Three-year olds in Normal families with Parental Depression. *Child Development*. 56 (4), 884-893.

Ryan, R. M., Rigby, S., & King, K. (1993). Two types of religious internalization and their relations to religious orientations and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*. 65, 586–596.

Schade, L. C., Sandberg, J., Bean. R., Busby. D. i Coyne, S. (2013). *Using technology to connect in relationships: Effects on attachment, relationship satisfaction and stability emerging adults*. *Journal of Couple and Relationship Therapy*. 12 (4), 314-318.

Schindler, I., Fagundes, C. P, i Murdock, K. W. (2010). Predictors of romantic relationship formation: Relationship style, prior relationships and dating goals. *Personal Relationships*. 10, 97-105.

Sellers, A. L. (2015). *The Relationship between Body Image, Attachment and Race*. Tennessee State University: Tennessee.

Sira, N. (2003). *Body Image: Relationship to Attachment, Body Mass Index and Dietary Practices among College Students*. Blacksburg: Virginia

Stanton, S. C. E. i Campbell, L. (2014). Psychological i physiological predictors of health in romantic relationships: An attachment perspective. *Journal of personality*. 82, (6). 528-538.

Stefanović-Stanojević, T. (2010). *Afektivna vezanost, razvoj, modaliteti i procena*. Filozofski fakultet u Nišu: Niš.

Williams, G. C., Cox, E. M., Hedberg, V. A. i Deci, E. L. (2000). Extrinsic Life Goals and Health-Risk Behaviors in Adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*. 30 (8), 1756-1771.

Williams, G. C., Freedman, Z., & Deci, E. L. (1998). Supporting autonomy to motivate patients with diabetes for glucose control. *Diabetes Care*. 21, 1644–1651.

Prilog 1. Upitnik iskustava u bliskim vezama

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vaše osjećaje u ljubavnim vezama. Zanima nas kako se Vi općenito osjećate u Vašim vezama s **LJUBAVNIM PARTNERIMA** (djevojka ili dečko), a ne što se događa u Vašoj trenutnoj vezi ako je imate. Molimo Vas da pažljivo pročitate svaku tvrdnju i odgovorite u kojoj mjeri se slažete s tvrdnjom.

Svoj stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom izrazite zaokruživanjem odgovarajućeg broja na skali od 1 do 7. Ispitivanje je anonimno pa Vas molimo da budete iskreni.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

uopće se

nití se slažem

potpuno se

ne slažem

nití se ne slažem

slažem

- | | | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Radije ne pokazujem partneru svoje prave osjećaje. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. | Bojim se da moji ljubavni partneri neće mariti za mene koliko ja marim za njih. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. | U trenutku kada se moj partner počne zbližavati sa mnom, primjećujem da se ja povlačim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. | Jako se brinem da ću izgubiti partnera. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. | Ne osjećam se ugodno kada se emocionalno otvaram ljubavnim partnerima. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. | Ako ne mogu navesti partnera da pokaže interes za mene, postajem uznemiren/a ili ljut/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. | Nervozan/nervozna sam kada mi se partneri previše emocionalno približe. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

- | | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. | Brinem se da ću ostati sam/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. | Osjećam se ugodno dijeleći svoje intimne misli i osjećaje s partnerom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. | Moja želja za bliskošću ponekad uplaši i otjera ljude. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. | Pokušavam izbjeći preveliko zbližavanje s partnerom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. | Ponekad osjećam da prisiljavam partnere da pokazuju više osjećaja, više obvezivanja. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13. | Gotovo sve govorim svojim partnerima. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14. | Kada nisam u vezi, osjećam se pomalo tjeskobno i nesigurno. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15. | Osjećam se jako neugodno kad sam blizak/bliska s partnerima. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16. | Postanem nezadovoljan/nezadovoljna kad moji partneri nisu na raspolaganju kad ih trebam. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17. | Obraćam se partneru iz puno razloga, uključuju utjehu i smirivanje. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18. | Zamjeram partneru kada provodi vrijeme odvojeno od mene. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Prilog 2. AI (Aspirations Index) – Upitnik o životnim težnjama

Svi imamo dugoročne ciljeve i životne težnje. To su stvari za koje se nadamo da ćemo ih ostvariti tijekom našeg života. U ovom dijelu predstaviti ćemo Vam niz životnih ciljeva te vam postaviti 3 pitanja vezana za njih; (1) koliko su vam bitni, (2) koliko je vjerojatno da ćete taj cilj doseći u budućnosti; i (3) koliko ste ga do sada ostvarili.

Pri odgovaranju koristite se ključem odgovora na sljedeći način:

1 - Uopće ne

2 -

3-

4 - Umjereno

5-

6-

7- U potpunosti

... BITI VRLO BOGATA OSOBA

Koliko vam je navedeni cilj bitan?	1	2	3	4	5	6	7
------------------------------------	---	---	---	---	---	---	---

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti?	1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---	---

Koliko ste ga do sada ostvarili?	1	2	3	4	5	6	7
----------------------------------	---	---	---	---	---	---	---

... RASTI I UČITI NOVE STVARI

Koliko vam je navedeni cilj bitan?	1	2	3	4	5	6	7
------------------------------------	---	---	---	---	---	---	---

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti?	1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---	---

Koliko ste ga do sada ostvarili?	1	2	3	4	5	6	7
----------------------------------	---	---	---	---	---	---	---

... DA JE MOJE IME POZNATO DRUGIM LJUDIMA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IMATI DOBRE PRIJATELJE NA KOJE MOGU RAČUNATI

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... USPJEŠNO SKRIVATI TRAGOVE STARENJA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... RADITI ZA DOBROBIT DRUŠTVA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IMATI MNOGO SKUPIH STVARI

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... NA KRAJU ŽIVOTA, DA SE MOGU OSVRNUTI NA SVOJ ŽIVOT KAO SMISLEN I
CJELOVIT

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA MI SE MNOGI LJUDI DIVE

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DIJELITI SVOJ ŽIVOT S NEKIM KOGA VOLIM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA LJUDI ČESTO KOMENTIRAJU KAKO PRIVLAČNO IZGLEDAM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... POMOĆI LJUDIMA KOJI TO TREBAJU, A DA NE TRAŽIM NIŠTA ZAUZVRAT

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA BUDEM FINANCIJSKI USPJEŠAN

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA BIRAM ŠTO RADIM, UMJESTO DA ME GURAJU KROZ ŽIVOT

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... BITI SLAVAN/NA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IMATI PREDANE INTIMNE ODNOS

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... PRATITI MODU S FRIZURAMA I MODNIM STILOM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... RADITI KAKO BI SVIJET BIO BOLJE MJESTO

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... BITI IMUĆAN

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... ZNATI I PRIHVATITI TKO SAM ZAISTA JA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA SE MOJE IME ČESTO SPOMINJE U MEDIJIMA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... OSJEĆATI DA POSTOJE LJUDI KOJI ME VOLE I KOJE JA VOLIM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IZGLEDATI KAKO ŽELIM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... POMOĆI DRUGIMA DA POBOLJŠAJU SVOJ ŽIVOT

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IMATI DOVOLJNO NOVACA DA KUPIM ŠTO GOD ŽELIM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA BOLJE RAZUMIJEM ZAŠTO RADIM NEKE STVARI KOJE RADIM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... DA ME OBOŽAVA MNOGO RAZLIČITIH LJUDI

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IMATI DUBOKE I DUGOTRAJNE ODNOSI

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... IMATI IZGLED KOJI DRUGI SMATRAJU PRIVLAČNIM

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7

... POMOĆI POTREBITIM LJUDIMA

Koliko vam je navedeni cilj bitan? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko je vjerojatno da ćete ga ostvariti u budućnosti? 1 2 3 4 5 6 7

Koliko ste ga do sada ostvarili? 1 2 3 4 5 6 7