

Odsjek za Psihologiju
Filozofski Fakultet
Sveučilište u Zagrebu

DIPLOMSKI RAD

SMISAO U ŽIVOTU:

EVALUACIJA UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU

Mentor:
dr. sc. Goranka Lugomer-Armano

Studentica:
Tatjana Vučinić
Zagreb, studeni 2003.

SADRŽAJ

1. UVOD	2
1.1. POJAM SMISLA ŽIVOTA.....	4
1.2. FILOZOFSKI PRISTUPI KONSTRUKTU SMISLA U ŽIVOTU.....	5
1.3. PSIHOLOŠKI PRISTUPI KONSTRUKTU SMISLA U ŽIVOTU.....	7
1.4. USPOREDBA PSIHOLOŠKIH PRISTUPA KONSTRUKTU SMISLA U ŽIVOTU.....	11
1.5. TEORIJA O SMISLU U ŽIVOTU BATTISTE I ALMONDA.....	14
1.6. ISTRAŽIVANJA I MJERNI INSTRUMENTI SMISLA U ŽIVOTU.....	16
1.6.1. RANIJA ISTRAŽIVANJA I INSTRUMENTI.....	16
1.6.2. NOVIJA ISTRAŽIVANJA I INSTRUMENTI.....	18
1.7. RAZLOZI ZA KORIŠTENJE LRI-a U OVOM ISTRAŽIVANJU.....	21
2. CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA	22
2.1. CILJ ISTRAŽIVANJA.....	22
2.2. OSNOVNI PROBLEMI ISTRAŽIVANJA.....	22
3. METODOLOGIJA	23
3.1. UPITNIK ODNOSA PREMA ŽIVOTU, LRI.....	23
3.2. ISPITANICI.....	25
3.3. POSTUPAK.....	26
4. OBRADA PODATAKA	27
5. REZULTATI I RASPRAVA	29
5.1. FAKTORSKA ANALIZA REZULTATA NA UPITNIKU ODNOSA PREMA ŽIVOTU.....	29
5.2. DISKRIMINATIVNA VALJANOST ČESTICA UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU.....	33
5.3. OSNOVNA STATISTIČKA ANALIZA UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU.....	38
5.4. POUZDANOST UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU.....	42
6. OPĆA RASPRAVA	43
7. ZAKLJUČAK	46
8. LITERATURA	47
9. SAŽETAK	50
KLJUČNI POJMOVI.....	52
PRILOZI.....	53

1. UVOD

Kroz čitavu ljudsku povijest smisao života prihvaćao se kao nešto samo po sebi razumljivo. Naravno, on je mijenjao svoj sadržaj širenjem društvene svijesti, čime je njegova determiniranost bila očita. Naime, poznato je da je iza svakog društvenog prevrata postojao neki kolektivni ideal, koji je oslobađao pojedinca, te život činio razumnim i davao naznake sigurnog napretka čovječanstva (Simmel, 2001). Tako je u svakoj kulturnoj epohi bio uočljiv jedan središnji pojam iz kojega proizlaze sva društvena kretanja i prema kojemu se istodobno kreću. U grčkoj klasicima je to bila ideja bitka, u srednjem vijeku bio je to kršćanski pojam Boga. Od renesanse taj pojam preuzima priroda. 17. stoljeće pak, ima svjetonazor prirodnog zakona, a u devetnaestom stoljeću se pojam društva provukao kao centralna vodilja i realnost naših života. No, zapravo tek na prijelazu u 20. stoljeće pojam života probija se prema središnjem mjestu na kojem se susreću zbilja i vrijednosti: metafizičke, moralne, psihološke i umjetničke.

U današnje vrijeme je, dakle, potpuno nova situacija u kojoj više ne postoji faza dolaska do nove forme već čak, dapače, više ne živimo gotovo ni pod kakvom zajedničkom idejom. Kada bi se danas pitale obrazovane ljude pod kojom idejom oni žive, većina njih bi navela neki specijalistički odgovor iz okruženja njihovih zanimanja.

Upravo iz tih razloga svojevrsne konfuzije, pa čak i anarhije različitih smjerova danas, pitanje smisla života postaje izrazito važno. Uostalom, kao što Rollo May i egzistencijalisti zaključuju: "Takva pitanja su gotovo uvijek odraz krize; kolektivnog ili individualnog sloma; točke od koje stari principi više ne vrijede ili pak vode katastrofi" (Schneider i May, 1994, str.54). Štoviše, svjesna razmišljanja o životnim opcijama su osobito značajna danas, kada čovječanstvo postaje globalna sila sa snagom da uništi Zemlju (Walton, 2001), što zahtijeva odgovornost za smisleno djelovanje u svijetu.

Stoga ćemo razmotriti neke od najvažnijih filozofskih i psiholoških pristupa koji pokušavaju ponuditi okvir vrijednosti kojeg smatraju bitnim za smislen život, te se bave proučavanjem uvjeta koji su potrebni da bi se te vrijednosti dostigle.

No, prije toga valja naglasiti da ovdje pitanje "Što je smisao života?" nije shvaćeno kao apstraktno i nikad odgovoreno pitanje svrhe ljudskog postojanja, već je ono preformulirano u pitanje "Što čini život vrijednim življenja?", ili još konkretnije "Što **moj** život čini vrijednim življenja?", koje samim time traži drugačije odgovore.

1.1. POJAM SMISLA ŽIVOTA

Upravo iz razloga što je pitanje smisla života bilo shvaćeno kao pitanje svrhe ljudskog postojanja općenito, za filozofe današnjice, ono je vrlo nepopularno. Štoviše, zaključuje Baumeister (1991): "Samo mali broj filozofa koji drže do sebe uopće bi se udostojio izustiti to pitanje!" (Walton, 2001). Isto pitanje je, također, omraženo i u široj javnosti, koja ga smatra čudnim, nedokučivim, irelevantnim...

Naime, tisućama se godina pokušavalo odgovoriti na tako shvaćeno pitanje, no bez uspjeha. S pravom su stoga mnogi zaključili da taj nedostatak zadovoljavajućeg objašnjenja već sam za sebe puno govori. No, poteškoća u odgovaranju na to pitanje proizišla je upravo iz pogrešnog shvaćanja značenja samog pitanja.

Nielsen (2000 prema Walton, 2001) dobro zaključuje da na pitanje smisla života treba tražiti odgovore koji su važni i stvarni za svakog čovjeka, a na koje se, srećom, **moгу** dati odgovarajući odgovori. Dakle, kada se radi o pitanju smisla U ŽIVOTU, ili po definiciji "...po čemu nešto znači, po čemu je nešto vrijedno življenja..." (Kalin, 1996, str.431), tada to pitanje postaje gotovo ključno pitanje u životu svakog čovjeka, a upravo je tako shvaćeno pitanje tema ove diplomske radnje.

1.2. FILOZOFSKI PRISTUPI KONSTRUKTU SMISLA U ŽIVOTU

Od filozofskih pristupa pitanju smisla u životu, najvažnija su tri: teistički, ateistički i lingvistički (Klemke, 2000 prema Walton, 2001).

Teisti smatraju da se smisao u životu može naći u postojanju Boga, koji je svijet stvorio, nalazi se izvan tog svijeta, te upravlja njime i svim ljudima koje je stvorio na svoju sliku. Vjerom u Boga teisti tako prihvaćaju autoritet koji je iznad njih, a koji im istodobno daje odgovornost prema životu i ulogama koje u njemu imaju. Oni naime, polaze od razmišljanja da život mora imati objektivni smisao (koji im u ovom slučaju osigurava Bog!) da bi uopće imao bilo kakav značaj. Craig (2000 prema Kalin, 1996) tako zaključuje: "Ako Bog ne postoji, tada su i čovjek i svemir neizbježno osuđeni na smrt". Dakle, Bog jedini može doprinijeti smislu u životu čovjeka.

Ateisti, naprotiv, kažu da Bog nije uvjet da bi život bio smislen, a svoje mišljenje opravdavaju vjerovanjem da su sve vrijednosti i svrhe samo konstrukcije ljudskog uma. Klemke (2000 prema Walton, 2001) to jako dobro pojašnjava u svojoj izjavi: "Moramo reći da je svemir bezvrijedan. Mi smo ti koji mu dajemo vrijednost, na temelju subjektivnih preferencija. Dakle, mi ne otkrivamo vrijednosti koje su postojeće u svemiru. Mi ih sami unosimo u njega!"

Dakle, s obzirom da su vrijednosti i razmišljanja o smislu samo naše vlastite konstrukcije, one mogu postojati isključivo unutar individue. Također, ateisti smatraju da postojanje Boga nije preduvjet da bi život imao smisla. Prema njima, život naprosto "jest", a reći da život bez Boga nema smisla, predstavlja vrijednosni sud, i dakle, ponovno ljudski konstrukt.

Kako onda ateisti uopće nalaze motivaciju da dalje žive, kad će ionako jednom umrijeti, a nemaju ništa (ili nikog) na kog bi se oslonili, a tko bi njihovom životu dao smisao? Oni, naime, tvrde da upravo neizostavna smrt koja nas sve čeka, daje još veći smisao našem životu. Također, životu pristupaju kao nečemu što sami oblikujemo, pa tako svatko od nas može naći onaj smisao koji sam kreira, ili pak, prema nekim autorima (npr. Taylor prema

Walton, 2001), da živi svoju pravu prirodu i razvije identitet, te ga nesmetano izrazi. No, ovaj pristup kao da ljude oslobađa svake obaveze prema društvu u kojem žive. Uostalom, pitanje je žele li ljudi kreirati vlastiti smisao, ili im taj smisao pruža odgovornost prema društvu, državi, ili nekom višem cilju.

Lingvisti su, za razliku od teista i ateista, usmjereni na interpretaciju same riječi "smisao" u pitanju "Što je smisao života?". Naime, fundamentalno značenje riječi "smisao" jest "značenje označenog ili nešto što objašnjava simbol" (npr. simbol, kao što je riječ "miš" označava nešto drugo, tj. životinju određenih karakteristika). Tako se "smisao" u pitanju "Što je smisao života?", može odnositi na pitanje "koje značenje ima riječ **život**?". Prema lingvistima, mišljenje o značenju simbola je individualno, tj. svatko ima drugačiju interpretaciju simbola (iako su one uglavnom vrlo slične, a što omogućuje međusobno razumijevanje), što ovisi o iskustvu i konceptima koje je osoba stvorila na temelju njezinog vlastitog povijesnog konteksta. S obzirom da je značenje simbola za svakog čovjeka drugačije, postavljanje pitanja "Što je smisao života?" za lingviste je besmisleno.

No, kao što smo već i predložili, drugačija formulacija pitanja okuplja sve ove pristupe.

1.3. PSIHOLOŠKI PRISTUPI KONSTRUKTU SMISLA U ŽIVOTU

Kad se pitamo što je to što je vrijedno u našem životu, ili zbog čega je naš život vrijedan življenja, na neki način tražimo vrijednosni sud (Walton, 2001). Iako su neki filozofi smatrali da objektivne vrijednosti nisu moguće, već proizlaze iz samog pojedinca, kao njegovi individualni konstrukti, određeni broj psihologa i sociologa smatra da su neke potrebe koje se formiraju u vrijednosti, tj. ciljeve kroz proces socijalizacije kojima ljudi teže, te daju smisao njihovom životu, univerzalne za sve, iako sadržaj tih iskustava može varirati.

Među rijetkim psiholozima teoretičarima koji su se odlučili baviti pitanjem smisla u životu, Victor Frankl (1955, 1976), Abraham Maslow (1967, 1971), te Irvin Yalom (1980 prema Debats, 1996) su najistaknutiji, pa će se njihov rad ovdje opširnije predstaviti, te poslužiti kao temelj za bolje razumijevanje konstrukta smisla u životu.

Victor Frankl (Frankl, 1997) smatra da je pitanje smisla u životu (kojeg definira kao postojanje nečega čemu težimo, a što ljudima daje poticaj življenju) primarno pitanje i ljudski motiv. Upravo je to pitanje ono što pokreće ljude, te ih razlikuje od ostalih, nižih bića. No, i ljudi se razlikuju po razini na kojoj osjećaju život kao smislen. Dokaze za svoja razmišljanja on crpi iz nacističkih koncentracijskih logora u kojima je, za vrijeme II. svjetskog rata, proveo tri godine kao zarobljenik. Osjećaj smisla, čak i onaj kojeg je našao u patnji, pomogao mu je da izdrži, dok su mnogi radi nedostatka tog smisla pokleknuli. Na temelju tih zapažanja, Frankl je osmislio logoterapiju, koju mnogi smatraju i trećim bečkim smjerom psihoterapije (uz psihoanalizu i individualnu psihologiju). Cilj logoterapije je učiniti pojedinca svjesnim vlastite odgovornosti, te mu pomoći da sam pronikne u ono što u nekom trenutku život od njega očekuje (Devčić-Gršković, 1992). Dakle, Frankl smatra da za svakoga, u svakoj situaciji, postoji objektivni smisao koji međutim, ne ovisi o pojedincu, već postoji izvan njega. Pojedinaac ga kroz život otkriva, više ili manje uspješno, što ovisi o njegovim karakteristikama (Frankl, 1997). To otkrivanje pojedinac može postići putem tri tehnike, naglašava Frankl (Walton, 2001). To su: posvećivanje kroz kreativno stvaralaštvo i rad (npr. kroz poslovni uspjeh), iskustvene vrijednosti (dobrota, ljubav i ljepota), te zauzimanjem pozitivnih stavova prema neizbježnim negativnim uvjetima (npr. otkaz na poslu doživjeti kao znak da se potraži i nađe bolji posao).

Iako okolina može značajno utjecati na pojedinca u smislu uskraćivanja mogućnosti ispunjenja smisla, bitno je kako se sam pojedinac postavi prema tim ograničenjima, tj. kako ih interpretira, a u tom reinterpetiranju situacije mu upravo logoterapija i pomaže. U obrnutom slučaju, ako čovjek ne uspijeva naći smisao u životnim zahtjevima i situacijama, to ga može dovesti do tzv. egzistencijalnog vakuuma ili osjećaja besmisla, tj. tzv. noogene neuroze, pod čime Frankl podrazumijeva stanje dosade i apatije (Frankl, 1997). Ne treba niti govoriti kako takvo stanje može dovesti do negativnih kliničkih stanja, depresije, pa čak i suicida, pa je stoga osmišljen život, prema Franklu, preduvjet za psihičko, ali i fizičko zdravlje pojedinca. Frankl u svom pristupu koristi elemente dinamske psihologije, biheviorizma i egzistencijalizma (Petz, 1992).

Abraham Maslow (Strydom, 2001) za razliku od Frankla, smatra da smisao nije izvan osobe kao nešto što egzistira nevezano uz nju, već on postoji unutar svake osobe. Prema njegovoj poznatoj teoriji ličnosti, koja ujedno predstavlja i temelj humanističke psihologije, tzv. treće sile u psihologiji (uz biheviorizam i psihoanalizu), samoaktualizacija predstavlja određeno psihičko stanje pojedinca koje on treba postići u svom razvoju (Santrock, 2002). Dakle, to je najviši cilj koji pokreće čovjeka i kojemu čovjek prirodno teži. Konkretno, prema definiciji, samoaktualizacija je proces stalne aktualizacije **potencijala, kapaciteta i talenata**, a što se očituje u znanju i prihvaćanju vlastite intrinzične prirode pojedinca (Walton, 2001). Maslowljeva teorija ličnosti bi se mogla, dakle, nazvati i teorijom o samoaktualizaciji, a njezin temelj predstavlja teorija potreba koja na potrebe i njihovo zadovoljenje gleda kao na način dolaženja do samoaktualizacije.

Ciljevi su vrlo bitni u životu pojedinca (oni predstavljaju vrijednosti koje su operacionalno definirane), jer njihovo zadovoljenje služi kao nagrada, te samim time život dobiva na značenju i smislu. Zbog toga je vrlo bitno proučavati potrebe pojedinaca, koje ih tjeraju na rast (zato se te potrebe i nazivaju potrebama rasta). Stanja zadovoljstva su trenutna, jer zadovoljenje jednog cilja (ili za Maslowa ciljnog stanja) dovodi do potrebe za zadovoljenjem nekog drugog (a ne do homeostaze, kao u slučaju potreba nedostatka ili deficijencije, a koje su ujedno i niže potrebe) (Fulgosi, 1997). Na taj način postoji stalna dinamika ispunjenja želja i postizanja ciljeva pri čemu se uočava red i pravilnost u samom procesu. Kako su neke potrebe i želje važnije za pojedinca, a neke manje važne, one su hijerarhijski organizirane i to u pet razina. U osnovi te hijerarhije nalaze se najprioritetnije potrebe, koje trebaju biti ispunjene. Tek nakon njihovog ispunjenja (barem djelomičnog),

može se prijeći na zadovoljavanje potreba na slijedećim, višim razinama. Prema prioritetu zadovoljavanja, Maslow potrebe dijeli na:

1. osnovne fiziološke potrebe
2. potrebe za sigurnošću
3. potrebe za pripadanjem i ljubavlju
4. potrebe za samopoštovanjem
- 5. potrebe za samoaktualizacijom**

Ova hijerarhijska organizacija potreba je obilježje ljudske rase i vrijedi za sve ljude, s tim da su ljudi to sličniji u potrebama što su one niže na hijerarhijskoj ljestvici. Potrebe više razine su više individualizirane, pa su i manje životinjske od onih nižih (Fulgosi, 1997). Uz ove potrebe neki autori (npr. Walton, 2001.) dodaju još i estetske (red, simetrija, ljepota), te potrebe za kognicijom (znati, istražiti, razumjeti).

Potrebe za samoaktualizacijom kao što vidimo, na vrhu su hijerarhije potreba, pa kad su zadovoljene, to znači da je pojedinac postigao maksimum koji mu je kao ljudskom biću omogućen. Kako, međutim, nismo sigurni u čemu se točno očituje taj maksimum, ne možemo znati ni je li netko potpuno i uopće koliko je samoaktualiziran. Zbog toga je bolje govoriti samo o težnji ka samoaktualizaciji. Na ovoj razini u hijerarhiji potreba, ljudi se najviše razlikuju, jer se svatko samoaktualizira u skladu s vlastitim sposobnostima i talentima, prilikom čega pojedinac mora biti iskren prema sebi, jer će ga to dovesti na pravi put samoostvarenja (Fulgosi, 1997.)

Do nedostizanja nekog visokog stupnja samoaktualizacije dolazi zbog nepoznavanja sebe, a samim time ni svojih potencijalnih mogućnosti, zatim zbog nevjerovanja u vlastite sposobnosti, zbog društvenih stereotipa i predrasuda, te nezadovoljenja potreba iz nižih razina. Nadalje, to može dovesti do bolesti i osjećaja besmisla i praznine u nečijem životu, jer ljudima je potrebno ispunjenje potreba rasta, jednako kao što im je potrebna "hrana, sunce ili ljubav!" (Maslow, 1968 prema Fulgosi, 1997).

Humanistička psihologija općenito naglašava da je ljudska priroda stvaralačka, univerzalna, no ona se može očitovati jedino ako postoji podrška okoline za njezinu ekspanziju. Ako to nije slučaj, osoba postaje žrtva društva i potrebna joj je snaga da se bori

protiv svih njegovih ograničenja, te preuzme potpunu odgovornost za ostvarivanje vlastitih potencijala. Tu je važno istaknuti da uspjeh u savladavanju tih distraktora rasta leži i u karakteristikama same osobe, pa se na taj način mogu objasniti interindividualne razlike u stupnju samoaktualizacije.

Irvin Yalom (Debats, 1996) o smislu u životu govori s egzistencijalističkog gledišta. Naime, egzistencijalisti smatraju da je pojedinac suočen s četiri ultimativne datosti, a to su: smrt, sloboda, izolacija i besmisao. Psihopatologija se javlja kao rezultat neadekvatnog modela suočenja s tim datostima. S druge strane, smisao u životu smatra se kreativnim odgovorom na apsolutni besmisao svijeta. Dakle, ljudi esencijalno izabiru i stvaraju svoj svijet, izvan kojeg nema objektivnih vrijednosti koje bi predstavljale smisao. Dakle, nema ultimativne svrhe svemira, iz čega proizlazi da je smisao u životu kojeg svaki pojedinac stvara zasebno, upravo nužna potreba za preživljavanjem u beznačajnom svijetu.

Yalom (1980 prema Debats, 1996) govori da se smisao u životu može postići na mnogo načina, npr. **putem kreativnosti, ili pak hedonizma**. Naravno, s obzirom da je većina pojedinaca svjesna da sami stvaraju svoj smisao, a to može dovesti do osjećaja izgubljenosti i straha od smrti i ništavila, kao i do pretjeranog osjećaja odgovornosti, potrebno je također i posvetiti se tom stvorenom smislu i biti dosljedan u težnji prema njegovom ispunjenju (Debats, 1996).

Dakle, postojanje smisla u životu nužno je za zdravlje svakog pojedinca, jer, kao što Yalom kaže: "Živjeti bez smisla, ciljeva, vrijednosti ili ideala utječe na nastanak stresa. U nekim oblicima to može dovesti do odluke o namjernom prekidu života (suicid). Mi trebamo apsolute, čvrste ideale kojima možemo težiti, kao i okvire unutar kojih možemo smisleno živjeti" (Yalom, 1980 prema Debats, 1996, str. 6).

1.4. USPOREDBA PSIHOLOŠKIH PRISTUPA KONSTRUKTU SMISLA U ŽIVOTU

Iz svega prije navedenog, možemo zaključiti da se sva trojica autora slažu da je konstrukt smisla života vrlo relevantan, pogotovo u kliničkoj psihologiji, jer ima i pozitivne, ali i negativne utjecaje na mentalno zdravlje (alkoholizam, depresija), ali i na druga životna područja (seksualnost, agresija). Oni se međutim razlikuju u samoj definiciji konstrukta kojeg ovdje proučavamo, kao i u teorijskim pristupima. Naime, Frankl smatra da život posjeduje smisao i izvan pojedinca, dok Maslow govori o smislu unutar pojedinca. Za razliku od njih, Yalom polazi od pretpostavke o potpunoj besmislenosti u životu, te smatra da je izlaz iz očaja koji proizlazi iz takvog saznanja, jedino u posvećenju samo-odabranom smislu, kojeg svaki pojedinac mora zasebno izgraditi (Debats, 1996). Nadalje, s obzirom da Frankl smatra da postoji objektivan smisao koji je iznad pojedinca i kojemu svaki pojedinac teži, hedonizam kao rješenje njemu ne bi bilo prihvatljivo, kao recimo Yalomu. Isto tako bi Yalomu i egzistencijalistima bilo nezadovoljavajuće pronalaziti smisao npr. u postojanju Boga (za razliku od Frankla), jer se takav pristup u egzistencijalističkoj psihologiji smatra jednim od glavnih mehanizama obrane od neizbježnog besmisla, a toga se treba osloboditi.

Frankl, nadalje, kritizira Maslowa kojemu je uvjet za ispunjenje viših potreba, a samim time i potrebe za smislom (samoaktualizacija), ispunjenje nižih potreba. Opravdanje za svoju kritiku Frankl nalazi u svom iskustvu u nacističkim logorima gdje su mu najniže potrebe (hrana, san, sigurnost...) bile oduzete, no on je ipak mogao pronaći smisao i transcendirati na više potrebe (recimo, putem brige za druge zatvorenike itd.). No, Maslow se ne slaže s time i kaže da nezadovoljenje nižih potreba u određenim razdobljima života može čak dovesti i do ugrožavanja psihičkog razvoja i mentalnog zdravlja.

Osim ovih glavnih psiholoških pristupa u razmatranju konstrukta smisla u životu, kao i njihovih predstavnika, samo bih kratko spomenula još i Csikszentmihalyi-a (1990) i Baumeistera (1991 prema Walton, 2001), koji su dodatno doprinijeli razumijevanju ovog konstrukta.

Michaly Csikszentmihalyi naglašava da je postizanje optimalnog iskustva, koje on naziva "flow" (osjećaj uronjenosti), ultimativni cilj i smisao svakog čovjeka. Analogija su Maslowljevi "vrhunski doživljaji" ili "oceanska iskustva". To je, prema definiciji

Csikszentmihalyi-a "...osjećaj uzbuđenosti, duboki osjećaj uživanja, koji ostaje još dugo u sjećanju uz razmišljanje da bi život trebao biti takav konstantno." Taj osjećaj se javlja kad su ljudi toliko okupirani aktivnošću kojom se bave, da se ništa drugo u tom trenutku ne čini toliko važnim. Oni su naprosto "uronjeni" u aktivnost (Walton, 2001). No, potrebni su određeni uvjeti da bi se mogao postići taj osjećaj sveobuhvatnosti i svrhe, a to su: predmeti kojima se bavimo trebaju biti jasno određeni; koncentracija mora biti potpuna, kao i posvećenost zadatku; zadatak treba biti svojevrsni izazov, koji zahtijeva određene vještine i osjećaj kontrole, te koji omogućuje svojevrsne nove spoznaje i otkrića. Uz ispunjenje ovih uvjeta, može se čak izgubiti i osjećaj za vrijeme, a kad je važan cilj dovršen s evidentnim rezultatima, i sve se aktivnosti zajedno slože u jedinstveni osjećaj doprinosa i svrhe, to rezultira harmonijom u čovjeku, te pozitivno utječe na njegovo zdravlje. Dakle, kao i Frankl, Csikszentmihalyi govori o unificiranom smislu koji nastaje od niza flow-iskustava.

Roy Baumeister (Walton, 2001) izdvaja 4 potrebe za smislom, koje svi ljudi jednako posjeduju. Prema Baumeisteru, pojedinac koji ima zadovoljene ove potrebe, zasigurno će svoj život doživjeti kao vrijedan življenja. To su redom:

- **potreba za svrhom**, koja se očituje u postojanju ciljeva i ispunjenja na osjećajnoj razini, pri čemu su ciljevi svojevrsne slike budućih eksternih stanja, a ispunjenja su moguća buduća subjektivna stanja koja su po zadovoljenju iznad trenutnih;
- **potreba za vrednovanjem**, koja se očituje u čovjekovoj potrebi da su njegove akcije ispravne i pozitivno evaluirane od strane drugih ljudi u nekom socijalnom okruženju;
- **potreba za kontrolom nad događajima**, gdje je bitno vjerovanje da ta kontrola postoji, čak i ako se radi o iluziji i
- **samo-vrijednost**, gdje ljudi žele biti iznad drugih, osjećati se nadmoćnima.

Vidimo da Baumeister ima puno sličnosti sa svim prethodno spomenutim autorima u objašnjenju prirode i uvjeta za nastanak i održanje smisla u životu. No, ono što bih izdvojila, a što ga razlikuje od ostalih, jest nespominjanje potrebe za ljubavi i pripadanjem, potrebe za transcendencijom, kao i potrebe za ljepotom i estetskim iskustvima, kao bitnim preduvjetima za doživljavanje života koji je, iz tih razloga, vrijedan življenja.

Naravno, svaki od ovih autora ovdje je istaknut upravo iz razloga da se, osim sličnosti, (koje se, između ostalog, odnose i na zajednički konsenzus o potrebi za smislom kao o unutrašnjoj osobini (trait) koja je svojstvena svakom čovjeku), istaknu i razlike, a što onda omogućuje sagledavanje konstrukta smisla u životu kvalitetnije i preciznije. Važno je također ovdje uočiti da se iz svih prethodnih teorija mogu izdvojiti **vrijednosti** koje igraju ključnu ulogu u procesu nalaženja smisla u životu. Njih definiramo kao "...organizaciju čovjekovih potreba, želja i ciljeva, kojom se među njima uspostavlja određeni odnos prioriteta i hijerarhije važnosti..." (Petz, 1992, str. 500). I tako, dok Frankl govori o transcendenciji i ulozi kreativnih, iskustvenih vrijednosti, te pozitivnih stavova u razvoju smisla u životu, Maslow ističe samoaktualizaciju i različite uloge potreba nedostatka i rasta, a Yalom posvećenost i ulogu kreativnih vrijednosti u razvoju i doživljaju smisla u životu.

1.5. TEORIJA O SMISLU U ŽIVOTU BATTISTE I ALMONDA

U ovom je radu za temelj istraživanja uzeta teorija Battiste i Almonda (1973) o smislu u životu. Naime, Battista i Almond su, proučavajući glavne pristupe tumačenju prirode smisla u životu i uvjeta u kojima on nastaje, zaključili da su, unatoč razlikama, svim pristupima glavne odrednice zajedničke. Tako su meta-analizom tih teorija došli do zaključka da su im svima zajednička 4 bazična koncepta (Debats, 1996). Naime, ističući kako koncept smisla u životu nema jasnu definiciju (prema jednima, npr. Weisskopfu je to osjećaj integracije i povezanosti, a prema drugima, npr. Maslowu, to je osjećaj ispunjenja i značajnosti, ili pak, prema Camusu, osjećaj besmisla shvaćen kao osjećaj alijenacije i ništavila), pokušali su integracijom postojećeg doći do potpunijih i smislenijih odgovora.

Naime, prema tim autorima, kad osoba izjavi da joj je život vrijedan življenja, ona je:

- **predana nekom konceptu smisla u životu** (to može biti Bog, hedonizam, ili pak neki drugi prijedlog za to što život čini smislenim);
- **ima određeni okvir** (ili kako su to oni nazvali, "framework"), kojeg predstavlja skup ciljeva tj. vrijednosti koji su osobi važni u životu (kognitivna komponenta);
- **ima osjećaj ispunjavanja ili ispunjenja** tih ciljeva tj. vrijednosti (emocionalna komponenta) i
- **ima osjećaj značaja, integriranosti ili povezanosti** koji mu daje upravo to ispunjenje međusobno povezanih i shvaćenih ciljeva, tj. vrijednosti.

Iz navedenog vidimo da autori traže zajedničko svim stanovištima, no, za razliku od njih, smatraju da predanost bilo kojem modelu vrijednosti ili ciljeva, može poslužiti kao životni okvir gdje se smisao pronalazi. Dakle, oni svakom pojedincu dozvoljavaju postojanje njegovog, individualnog smisla u životu. To, naprotiv, nije slučaj sa svim ostalim shvaćanjima koja, iako drugačije usmjerena, propagiraju jedan jedini pravi smisao u životu (npr. sam život -kod egzistencijalista, čovjek - kod humanista, ili pak vanjski, ultimativni smisao -kao kod npr. Frankla).

Dakle, dok ostali modeli govore o sadržaju vrijednosti kao o preduvjetu razvoja smisla, ovaj, relativistički model naglašava proces vrednovanja kao jedinu determinantu osjećaja smisla u životu.

Fenomenološki model (Battista i Almond, 1973) najbolje objašnjava uvjete pod kojima pojedinac doživljava svoj život smislenim, te objašnjava načine na koje razvijamo vrijednosti i vjerovanja povezana sa smislom u životu. On se bavi procesom kojim pojedinac definira sebe, i to tako da prati stupanj progressa u približavanju cilju. Naime, prema tom modelu, stupanj izraženosti smisla u životu ovisiti će o tome u kojoj se mjeri pojedinac približio željenom životnom cilju, zatim koliko brzo mu se približava, koliko je to sporije ili brže u odnosu na približavanje u prošlosti, i koliko je to sporije ili brže od onoga što je očekivao, te koliki je efekt izraženosti smisla u životu u prošlosti.

Upravo iz njihovog fenomenološkog pristupa ovom konstrukt, putem analize individualnog iskustva, uz razmatranja prethodnih teorijskih rješenja o prirodi tog iskustva, moguće je, kažu autori, definirati konstrukt smisla u životu koji, s obzirom da ne ovisi niti o jednoj teoriji, takve teorije može i testirati. Ovaj pristup također ima tu prednost što uspješno izbjegava filozofske rasprave o tome koji je model objektivno bolji, te tako potiče znanstveno razmišljanje o konstrukt smisla u životu. I napokon, njegov eklektički karakter omogućuje toleranciju i jednako gledanje na sve teorijske modele, od kojih svaki tako može doprinijeti razumijevanju ovog složenog konstrukta (Battista i Almond, 1973).

Kao inicijalnu definiciju smisla u životu (i to individualnog, s obzirom da ne ulaze u sadržaje iskustva kao smislenog), Battista i Almond su ponudili koncept "**pozitivnog odnosa prema životu**" koji se odnosi na "...vjerovanje pojedinca da je ispunio ili je u procesu ispunjenja svojih pozitivno vrednovanih životnih ciljeva ili okvira životnih vrijednosti."

Iz ove preliminarne definicije, nastao je i upitnik koji je korišten u ovom diplomskom radu, a to je **Upitnik odnosa prema životu** (eng. Life regard indeks, iz čega proizlazi i kratica **LRI**), a koji predstavlja operacionalnu definiciju konstrukta smisla u životu.

1.6. ISTRAŽIVANJA I MJERNI INSTRUMENTI SMISLA U ŽIVOTU

Jedno od glavnih objašnjenja radi čega se smisao života kao konstrukt počeo ozbiljnije shvaćati i empirijski istraživati tek u drugoj polovici 20. stoljeća, najvjerojatnije je ranije preferiranje objektivnih, ponašajnih predmeta mjerenja subjektivnom iskustvu, kao i dominacija interesa za psihopatologiju. Stoga ne čudi što su se rijetki znanstveno orijentirani stručnjaci upustili u operacionalno definiranje konstrukta smisla u životu.

1.6.1. RANIJA ISTRAŽIVANJA I INSTRUMENTI

Iz Franklove logoterapije, tj. pristupa liječenju klijenata aktiviranjem njihovog "logosa", odnosno njihovog kapaciteta da nađu smisao u životu, nastao je **Upitnik smisla u životu** (eng. Purpose In Life Test, ili skraćeno PIL), kojeg su osmislili Crumbaugh i Maholick 1964 (Debats, 1998). Razlog za popularnost PIL-a i njegovo rasprostranjeno korištenje dobro opisuje Yalom (1980 prema Debats, 1996), koji kaže da je PIL "...jedini u gradu". Uglavnom, PIL ispituje stupanj u kojem osoba doživljava smislenost u vlastitom životu, a ona se ispituje s 20 čestica koje se ocjenjuju na skali od 7 stupnjeva, od kojih 8 mjeri postojanje životnog, smislenog okvira, 6 zadovoljstvo koje osoba osjeća u životu, 3 koje se bave slobodom, te po jedna koja mjeri strah od smrti, razmišljanje o suicidu, odnosno svrsi života pojedinca. No, unatoč širokoj rasprostranjenosti PIL-a, zadovoljavajućoj test-retest pouzdanosti od 0.83 (Meier i Edwards, 1968 prema Wong i Fry, 1998), njegova valjanost je upitna. Naime, tu su objedinjeni različiti koncepti (pitanja o smrti, slobodi...), a problem je i u vrlo izravno postavljenim pitanjima, na koje je moguće davati socijalno poželjne odgovore i tako prikriti prave rezultate, a tu su i dodatne kritike koje govore da je PIL ustvari indirektna mjera depresije (Dyck, 1987 prema Debats, 1998). Kvalitetu PIL-a dodatno ograničava i 5 čestica koje mjere postojanje točno određenih vrijednosti, čije postojanje implicira veći smisao u životu. Npr. ako netko na tom upitniku iskaže više osjećaja kontrole nad svojim životom, ili osjećaja odgovornosti, za njega će se smatrati da ima viši smisao u životu. Naime, upitno je koliko baš te vrijednosti predstavljaju pokazatelje smisla.

Slična situacija je i sa slijedećim takvim upitnikom, **Upitnikom osobne orijentacije** (eng. Personal Orientation Inventory, ili skraćeno POI), koji je nastao iz Maslowljevog koncepta samoaktualizacije, a osmislio ga je Shostrom 1965. godine.

Maslow kaže da osobe koje su samoaktualizirane doživljavaju iskustvo "životne validacije", koncepta identičnog konceptu pozitivnog odnosa prema životu, tj. konceptu smisla u životu (Battista i Almond, 1973). No, Shostrom-ov POI se bazira na Maslowljevoj teoriji da osobe koje su samoaktualizirane, imaju određene vrijednosti koje proizlaze iz "potreba rasta", pa mogu biti identificirane određenim karakteristikama ličnosti. Tako je POI dizajniran da diferencira samoaktualizirane osobe od onih koje to nisu uz pomoć razlika u njihovim vrijednosnim orijentacijama. Međutim, također je tu upitno koliko baš te vrijednosti predstavljaju pokazatelje smisla. No, unatoč nedostacima, oba upitnika su korištena u istraživanjima, pogotovo PIL.

PIL je bio korišten u mnogim disertacijama, u kojima su ispitivane i dobivene povezanosti s vrijednostima (Crandall i Rasmussen, 1975), ovisnosti o drogama (Padelford, 1974) i depresijom (Crumbaugh, 1968 prema Wong i Fry, 1998). Nadalje, pacijenti koji su hospitalizirani radi kroničnog alkoholizma i psihotičnih poremećaja, imali su smanjene rezultate na PIL-u (Crumbaugh, 1971), a to se odnosilo i na socijalno introvertirane (Sheffield i Pearson, 1974 prema Wong i Fry, 1998). Isto tako, PIL nije korelirao visoko s ostalim skalama ličnosti, osim sa skalom depresije na MMPI-u (Debats, 1998). Novija istraživanja baziraju se na povezanosti PIL-a s mentalnim zdravljem. Npr. Newcomb i Harlow (Wong i Fry, 1998) pronašli su povezanost gubitka osjećaja kontrole i smisla s korištenjem droga, depresijom, te suicidom.

Coleman, Kaplan i Downing (1986 prema Wong i Fry, 1998) našli su da ovisnici značajno manje od neovisnika pokazuju postojanje smisla u životu, te dobivaju značajno manje rezultate na PIL-u. Zika i Chamberlain (1987 prema Wong i Fry, 1998) utvrdili su da je smisao u životu vrlo jak prediktor psihološke dobrobiti (eng. well-being). Također je utvrđeno da se ljudi koji imaju izražen smisao u životu, bolje nose sa bolestima kao što je rak (Taylor, 1984 prema Wong i Fry, 1998), ili AIDS, i događajima kao što je npr. gubitak djeteta (Chodoff i sur., 1964 prema Wong i Fry, 1998).

1.6.2. NOVIJA ISTRAŽIVANJA I INSTRUMENTI

Posljednjih nekoliko desetljeća, konstrukt smisla u životu privukao je pažnju znanstvenika iz različitih disciplina, pa se tako ispitivao značaj smisla u životu u starosti (npr. Nies, Stevens i Buysen, 1983 prema Debats, 1996), u vezi s AIDS-om (Schwartzberg, 1993 prema Debats, 1996), zatim u religiji (van der Lans, 1990 prema Debats, 1996), medicinskoj sociologiji (Pyan i Greenfeld, 1991 prema Debats, 1996), ili pak u psihoterapiji (Debats, 1990 prema Debats 1998).

Jedna od novijih skala za ispitivanje smisla u životu je i **Upitnik koherentnosti** (eng. Sence of Coherence Scale, ili skraćeno SOC). Antonovsky (1983 prema Wong i Fry, 1998), koji je konstruirao taj upitnik, kaže da je "osjećaj koherentnosti" dispozicija da se život gleda na način koji omogućava nošenje sa svijetom, doživljavajući ga kao smislenog, predvidljivog i u kojem postoji mogućnost akcije i kontrole. Upravo iz ove definicije nastala je skala koja ima 29 čestica, a sastoji se od 3 subskale (koje mjere smisao, mogućnost kontrole, te osjećaj reda, predvidljivosti).

Antonovsky govori o alpha koeficijentima nutarnje konzistencije koje za SOC variraju između 0.82 i 0.91, kao i o test-retest korelaciji koja iznosi 0.63. No, u jednom od istraživanja koja koriste tu skalu, Chamberlain i Zika (1987 prema Debats, 1996) nisu dobili empirijsku potvrdu strukture SOC-a. Naime, 3 postulirane komponente se empirijski nisu razdvojile. Također je i sam Antonovsky na kraju odbacio početno zamišljenu strukturu skale, i preporučio korištenje čitave skale kao globalne mjere za ispitivanje.

Antonovsky je svoja istraživanja i spoznaje većinom usmjerio na probleme stresa, no njegovo bavljenje stresom je pozitivno orijentirano, s obzirom da se bavi ispitivanjem kako ljudi u jako lošim uvjetima (npr. u koncentracijskim logorima), mogu biti stabilni unatoč doživljenim izrazito traumatičnim i stresnim iskustvima. Tako i SOC predstavlja mjeru pozitivnog pristupa nošenja sa zahtjevima života (Chamberlain i Zika, 1987 prema Debats, 1996).

Ovaj model je upotrebljavan u istraživanjima medicinske sociologije, koji ispituju bolest i zdravlje u vezi sa socio-kulturalnim faktorima (npr. Ryland i Greenfeld, 1991

prema Wong i Fry, 1998). Rezultati SOC-a su pozitivno korelirani sa samo-izvještajima o zdravlju (Antonovsky, 1983 prema Wong i Fry, 1998), a u jednom istraživanju je čak dobiveno da SOC uspješno predviđa mogućnost suicida (Petrie i Brook 1992 prema Debats, 1996).

Konačno, tu je i **Upitnik odnosa prema životu** (eng. Life Regard Indeks, ili skraćeno LRI), kojeg su Battista i Almond konstruirali 1973. godine, kao odgovor i kritiku na PIL. Naime, njihov upitnik je bio, za razliku od PIL-a, vrijednosno neovisna operacoinalizacija konstrukta pozitivnog odnosa prema životu, kojeg koriste kao sinonim konstrukta smisla u životu. Yalom je pohvalio Upitnik kao racionalno konstruiran i konceptualno sofisticiran, te je izrazio žaljenje što se LRI-u nije poklonila veća pažnja u upotrebi i evaluaciji, a što se do danas, na žalost, vrlo malo promijenilo. (1980 prema Wong, 1998).

Prva verzija LRI-a se sastojala od 28 čestica koje su se procjenjivale na Lickertovoj skali od 5 stupnjeva, a činile su dvije subskale. Jedna subskala odnosi se na "vrijednosni okvir" (eng. framework), tj. kognitivnu komponentu koja predstavlja postojanje životnog okvira pojedinca sastavljenog od vrijednosti i ciljeva. Druga skala odnosi se na "ispunjavanje vrijednosti" (eng. fulfillment), tj. emotivnu komponentu koja predstavlja stupanj u kojem pojedinac osjeća da je ispunio ili je u procesu ispunjavanja tih ciljeva i vrijednosti). Svaka subskala sastojala se od 14 čestica, od kojih je pola pozitivno, a pola negativno formulirano. Tih ukupno 28 čestica bilo je prezentirano u klasterima u kojima su pozitivne i negativne čestice bile odvojene za svaku subskalnu. No, takav razmještaj u Upitniku nije bio metodološki poželjan, te je u istraživanju Debatsa 1990. godine (Wong i Fry, 1998), dobiveno da takav raspored čestica utječe na odgovore. To je riješeno slučajnim razmještajem čestica duž čitavog Upitnika. Nadalje, da bi se izbjeglo davanje ekstremnih odgovora, petodjelna skala skraćena je na trodjelnu. No, Harris je 2001. u svom istraživanju zaključio da je najbolje vratiti se na skalu Lickertovog tipa s 5 odgovora radi povećanja osjetljivosti instrumenta, što je inače, za potrebe ovog diplomskog rada i napravljeno. Isto tako, izbačene su i neke riječi iz pojedinih tvrdnji, koje bi vrednovanje odgovora mogle učiniti pristranim. Te su promjene izazvale nastanak različitih, revidiranih verzija LRI-a, koje su varirale od istraživanja do istraživanja, pa je time usporedba istraživanja, kao i generalizacija rezultata prilično otežana, naravno uz dodatne

probleme izazvane prevođenjem. No, neke bazične karakteristike Upitnika koje su ispitane, pokazale su se konstantno stabilnima kroz istraživanja.

Što se tiče pouzdanosti LRI-a, ona se u svim istraživanjima pokazala zadovoljavajućom. Test-retest pouzdanosti se kreću od 0.79-0.94, za cijeli Upitnik i za subskele pojedinačno. Cronbachovi alpha koeficijenti su također zadovoljavajući i kreću se između 0.76 za pojedine skale do 0.86 za čitav Upitnik. Međutim, iako je u nekoliko istraživanja faktorska analiza pokazala da postoje 2 latentne dimenzije Upitnika (npr. Zika 1988 prema Wong i Fry, 1998), faktorska struktura nije jednoznačna, čestice su se projicirale na pojedine faktore različito, ovisno o istraživanju, a neki autori su čak predložili i korištenje čitavog Upitnika kao generalne mjere za ispitivanje smisla (Harris, 2001). Također je ispitivana i konkurentna valjanost, gdje su dobivene statistički značajne povezanosti s Upitnikom smisla u životu (PIL) i Upitnikom osobne orijentacije (POI) (Battista i Almond, 1973), te Upitnikom koherentnosti (SOC) (Chamberlain i Zika, 1992 prema Wong i Fry, 1998). Dobivene su i umjerene, ali statistički značajne pozitivne povezanosti sa samopoštovanjem, zadovoljstvom u životu i dobrobiti općenito (Debats, 1990 prema Wong i Fry 1998), a negativne s depresijom, usamljenošću i anksioznošću (Wong i Fry, 1998), s tim da je dobivena razlika u povezanostima ovisno o subskalama. Naime, izgleda da subskala "ispunjavanje vrijednosti" više od subskale "vrijednosni okvir" korelira sa mjerama dobrobiti (well-beinga) i to pozitivnima (zadovoljstvo, samopoštovanje), ali i negativnima (depresija, anksioznost, interpersonalna senzibilnost, stres). To je u skladu sa Shekovim nalazima iz 1991. godine (Wong i Fry, 1998), prema kojima je osjećaj pojedinca da ispunjava ili je ispunio ciljeve koji su mu vrijedni u životu, puno važniji od pukog postojanja tih ciljeva. Dapače, postojanje ciljeva i vrijednosti bez mogućnosti njihovog ispunjenja čak može dovesti i do ozbiljnijih negativnih posljedica na dobrobit (well-being).

Ono što bi još trebalo spomenuti jest i neovisnost rezultata LRI-a o stupnju naobrazbe (Debats, 1993 prema Wong i Fry, 1998), ali ne i o bračnom statusu. Pokazalo se da su pojedinci koji su imali partnere, imali više rezultate na Upitniku, što naglašava važnost bliskih veza za konstrukt smisla u životu. Također postoje dokazi i za prediktivnu valjanost. Katz (1988 prema Wong i Fry, 1998) je u svojem istraživanju dobio da su inicijalno visoki rezultati na LRI-u dobri prediktori uspješnosti tretmana u liječenju ovisnika.

1.7. RAZLOZI ZA KORIŠTENJE LRI-a U OVOM ISTRAŽIVANJU

U ovom diplomskom radu LRI je korišten sa željom da se provjere njegove osnovne metrijske karakteristike na našem uzorku, kao i faktorska struktura, a izabran je iz razloga što ima neke ključne prednosti pred ostalim upitnicima koji mjere isti konstrukt. Naime, kao što je ranije navedeno, Upitnik je vrijednosno neovisan. To je potvrđeno istraživanjem Debats-a 1993. godine (Wong i Fry, 1998), koji je usporedio rezultate LRI-a sa Rokeach skalom vrijednosti, te dobio značajnu povezanost samo sa vrijednošću "ambicioznost". Zaključio je da je to zbog uzorka, u kojemu su svi ispitanici bili polaznici Poslovnog koledža. Nadalje, Battista i Almond (1973) su izvijestili o samo 4% varijance Upitnika koja je uvjetovana davanjem socijalno poželjnih odgovora. Također je Debats 1990 (Wong i Fry, 1998) pokazao da rezultat na LRI-u nije pod utjecajem spola, niti dobi, što je i logično jer je dob povezana sa sadržajem vrijednosti, ali ne i sa samim procesom vrednovanja. Dakako, npr. Redekopp 1990 (Debats, 1996) naglašava da se smisao u životu ne razvija u vakuumu, već je on proizvod interakcije sa socijalnom okolinom, kao što su i jezične sposobnosti proizvod otkrivanja formi i procesa u jezičnoj okolini.

Tako bismo mogli zaključiti da je iskustvo, koje se povećava s dobi, nužno za osjećaj smisla. No, Blocker 1974. (Wong i Fry, 1998) kaže da se i u ranoj dobi smisao nalazi, u **otkrivanju** svijeta, dok se u odrasloj dobi naglasak više stavlja na **kreiranje** istog. Uostalom, Fry (1996 prema Wong i Fry, 1998) ne vidi razlog zašto, nakon razvoja operacionog mišljenja kod djece, ne bi mogao postojati kapacitet za otkrivanje i stvaranje smisla. On dodatno naglašava da npr. kod adolescenata na kojima je provedeno i ovo istraživanje, tome pridonosi i podržavajuća okolina, koja potiče njihovo pravilno sazrijevanje, razvoj samopoštovanja i razvoj sposobnosti da se uspješno suočavaju sa životnim zahtjevima u teškim uvjetima (Wong i Fry, 1998).

Dakle, iz navedenih razloga LRI, tj. Upitnik odnosa prema životu, čini se najmanje pristranim instrumentom za mjerenje konstrukta smisla u životu, te je stoga izabran za ovo istraživanje.

2. CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

2.1. CILJ ISTRAŽIVANJA

Osnovni cilj ovog diplomskog rada je evaluacija **Upitnika odnosa prema životu** (eng. Life regard index, ili skraćeno LRI), autora Battiste i Almonda (1973). U Hrvatskoj još ne postoje istraživanja smisla u životu niti instrument za operacionalizaciju tog konstrukta. Stoga je za potrebe ovog diplomskog rada Upitnik preveden s engleskog na hrvatski jezik, te, uz istraživanje koje je provedeno na našoj populaciji, predstavlja doprinos proučavanju i boljem razumijevanju konstrukta pozitivnog odnosa prema životu, tj. smisla u životu.

Kako autori Upitnika (Battista i Almond, 1973) govore o postojanju dvije latentne dimenzije Upitnika, tzv. "vrijednosni okvir" (postojanje okvira vrijednosti i ciljeva koji su značajni za pojedinca), te "ispunjavanje vrijednosti" (stupanj ispunjenja ili ispunjavanja tih vrijednosti), a što je tek djelomično potvrđeno kasnijim istraživanjima, ovim istraživanjem se željelo eksploratornom faktorskom analizom vidjeti kakvi će se rezultati dobiti na našem uzorku, te odrediti i metrijske karakteristike Upitnika.

2.1. PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

Osnovni problemi istraživanja su stoga slijedeći:

1. Provjeriti konstruktnu valjanost Upitnika odnosa prema životu
2. Provjeriti ostale metrijske karakteristike Upitnika odnosa prema životu

3. METODOLOGIJA

3.1. UPITNIK ODNOSA PREMA ŽIVOTU, LRI

Upitnik za mjerenje odnosa prema životu (eng. Life regard indeks, ili skraćeno LRI) konstruirali su Battista i Almond 1973. godine na Stanford University u Kaliforniji kao jednu od rijetkih mjera za ispitivanje individualnog smisla u životu. Originalna verzija upitnika sastoji se od dvadeset i osam čestica od kojih se četrnaest čestica odnosi na subskalu "vrijednosni okvir" (koja je kreirana za mjerenje stupnja u kojem osoba posjeduje skup životnih ciljeva tj. smisleni okvir vrijednosti), odnosno četrnaest na subskalu "ispunjavanje vrijednosti" (koja mjeri stupanj ispunjenja ili ispunjavanja tih životnih ciljeva i vrijednosti). Sve su čestice u obliku tvrdnje, a za odgovor se nudi skala Likertovog tipa s pet mogućnosti izbora. To su odgovori sa slijedećim značenjem: 1 - Uopće se ne slažem; 2 - Uglavnom se ne slažem; 3- Niti se slažem, niti se ne slažem; 4 - Uglavnom se slažem; 5 - U potpunosti se slažem.

Svaka od subskala sastoji se od sedam pozitivno (npr. *"Osjećam da sam pronašao pravi smisao svog života"*) i sedam negativno formuliranih čestica (npr. *"Ne vidim baš previše smisla u životu, kao ni u vlastitom postojanju"*).

Od prezentiranja početne verzije Upitnika iz 1973. godine pa do danas, uočeno je nekoliko nedostataka, kao što je već istaknuto u uvodu. Naime, ta originalna verzija LRI-a bila je prezentirana u četiri klastera od po sedam čestica, gdje su pozitivne i negativne čestice bile prezentirane zasebno. Taj način prikazivanja čestica pokazao se vrlo lošim s obzirom na induciranje raspoloženja, a samim time i utjecaja na konačni rezultat (Debats, 1991). Da bi se to izbjeglo, čestice su po slučaju ispremiješane. Nadalje, iako je u revidiranim verzijama pribjegnuto skraćivanju skale na tri moguća odgovora (1 – ne slažem se, 2 – nemam mišljenje, 3 – slažem se), radi veće osjetljivosti skale ipak se vratilo originalnoj raspodjeli od pet odgovora.

Još jedan problem početne verzije LRI-a bili su i izrazi "u potpunosti", "dosta" i "puno" u nekima od čestica. S obzirom da bi bodovanje na tim česticama bilo pristrano, spomenuti izrazi su izbrisani.

U ovom istraživanju korištena je verzija Upitnika u kojoj su uzete u obzir sve prethodne primjedbe. Upitnik su, na hrvatski jezik prevela tri nezavisna prevoditelja, te je na temelju usuglašenja tih prijevoda nastala konačna verzija.

Uobičajeno je da se rezultat izražava za 2 skale zasebno, ili kao ukupni uradak na cijelom Upitniku. Rezultat se dobiva zbrajanjem procjena na petodijelnoj skali, uz konvertiranje procjena uz čestice pod rednim brojem 3, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 22 i 26.

Veći rezultat ukazuje na izraženiji smisao u životu, a po subskalama ukazuje na izraženiji smisleni okvir vrijednosti, odnosno izraženiji osjećaj ispunjavanja ili ispunjenja tih vrijednosti.

Upitniku su dodana, osim pitanja o spolu i datumu rođenja, još dva opća pitanja. Prvo pitanje odnosi se na materijalni status, a odgovara se na skali s pet mogućih odgovora. To pitanje glasi:

"Materijalni status moje obitelji je":

- 1- Izrazito loš
- 2- Loš
- 3- Osrednji
- 4- Dobar
- 5- Izrazito dobar

Drugo pitanje odnosi se na školski uspjeh prošle školske godine i glasi:

"Moj opći uspjeh školske godine bio je": 1 2 3 4 5

Ova pitanja, dodana Upitniku, imali su svrhu detaljnijeg opisa samog uzorka. U **prilogu 1.** nalazi se primjerak ovog Upitnika, tj. Upitnika odnosa prema životu (LRI).

3.2. ISPITANICI

U ispitivanju je sudjelovao ukupno 256 ispitanika, od toga 140 žena (54.7%) i 116 (45.31%) muškaraca. Svi ispitanici su učenici iz 7 trećih razreda (prosječna dob je 17 godina) iz dvije zagrebačke gimnazije, Lucijan Vranjanin i VI. Gimnazije. Svi ispitanici su dobrovoljno pristali na sudjelovanje u ovom istraživanju i predstavljaju prigodni uzorak. U **tablici 1** nalazi se prikaz zastupljenosti ispitanika po školama s obzirom na spol.

Analizom odgovora koje su ispitanici dali na posljednja dva opća pitanja, a to su pitanje o materijalnom statusu obitelji, te općem školskom uspjehu prošle godine, pokazalo se da je većina učenika dobrog materijalnog statusa (61.3%). Loš status ima svega 2.7% učenika, osrednji 27.3%, a izrazito dobar svega 8.6%. Nadalje, najveći broj učenika imao je vrlo dobar uspjeh na kraju 2. razreda (48.4%). Ostali postoci se kreću od 0.4% za nedovoljan i dovoljan, 27.3% za dobar, te 23.4% za odličan uspjeh.

Ovi podaci su navedeni radi detaljnijeg opisa uzorka, a što se može upotrijebiti za usporedbu s rezultatima drugih istraživanja s istim upitnikom ili u istom području.

Tablica 1. Frekvencija ispitanika po školama s obzirom na spol

ŠKOLA	SPOL		UKUPNO UČENIKA PO ŠKOLI
	MUŠKARCI	ŽENE	
VI. Gimnazija	52	120	172
Gimnazija Lucijan Vranjanin	64	20	84
UKUPNO UČENIKA PO SPOLU	116	140	256

3.3. POSTUPAK

Upitnik odnosa prema životu (LRI) primijenjen je grupno krajem svibnja i početkom lipnja 2003. godine na ranije opisanom uzorku. Ispitivanja su provedena u školama u okviru nastave, pretežno na satovima psihologije. Vrijeme rada nije bilo ograničeno, iako je većina ispitanika završavala s popunjavanjem upitnika za oko dvadeset minuta. Primijenjene su još 3 skale, no one nisu korištene za potrebe ovog istraživanja.

Ispitanicima je rečeno da je svrha istraživanja izrada diplomske radnje. Nakon što su obaviješteni o anonimnosti ispitivanja, pročitana im je uputa koja se nalazi na prvoj stranici Upitnika odnosa prema životu, a koja glasi:

"Ispred Vas se nalaze određene tvrdnje koje se odnose na procjenu Vašeg odnosa prema životu. Molimo Vas da ih pažljivo pročitate i uz svaku od njih zaokružite jedan od ponuđenih brojeva koji najbolje opisuje Vaše slaganje s pojedinom tvrdnjom."

Ispitanici su također usmeno bili upozoreni da odgovore na prethodno iznesena opća pitanja (spol, datum rođenja, materijalni status obitelji, te opći školski uspjeh prethodne godine.

OBRADA PODATAKA

Obrada podataka je podijeljena u nekoliko logičkih cjelina radi preglednosti statističkih i psihometrijskih postupaka koji su korišteni u svrhu rješavanja problema ovog diplomskog rada.

Izvršeni su sljedeći psihometrijski postupci:

1. Faktorska analiza rezultata dobivenih primjenom LRI-a
2. Određivanje diskriminativne valjanosti čestica LRI-a
3. Osnovna statistička analiza rezultata dobivenih primjenom LRI
4. Utvrđivanje pouzdanosti LRI-a

Dakle, provedene su slijedeće analize:

1. Eksploratorna faktorska analiza rezultata dobivenih upitnikom odnosa prema životu. Ovim prvim korakom željelo se utvrditi da li će i koje čestice Upitnika definirati skalu "vrijednosni okvir" i "ispunjenje vrijednosti" za LRI. Provedena je faktorska analiza na glavne komponente za cijeli uzorak od 256 ispitanika. S obzirom da pretpostavka o postojanju dvije latentne dimenzije nije potvrđena, u daljnjoj obradi se uzima u obzir Upitnik u cjelini.
2. Diskriminativna valjanost čestica LRI-a određena je tako da je kao standard korišten je ukupni rezultat dobiven skalom. Izračunat je i indeks relativnog varijabiliteta, koji ukazuje na osjetljivost skale.
3. Osnovna statistička analiza- predstavlja dio obrade podataka koji se odnosi na deskriptivnu statistiku na razini poduzoraka (muškarci i žene) i ukupno. Izračunate su aritmetičke sredine i standardne devijacije, te je napravljen Kolmogorov-Smirnov test za testiranje normaliteta distribucije.

4. Pouzdanost tipa nutarnje konzistencije određena je računanjem Cronbachovog alfa koeficijenta za LRI na razini cijelog uzorka.

5. REZULTATI I RASPRAVA

5.1. FAKTORSKA ANALIZA REZULTATA NA UPITNIKU ODNOSA PREMA ŽIVOTU

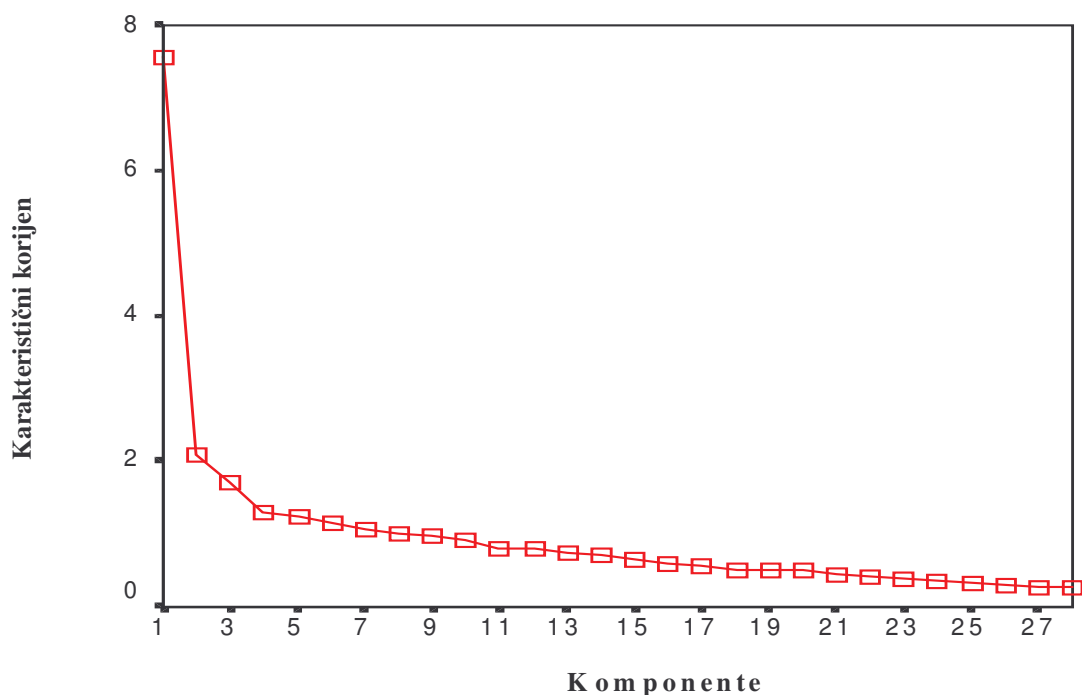
Cilj eksploratorne faktorske analize je utvrditi temeljne faktore promatranih varijabli, tj. faktorski opisati određeno područje istraživanja (Petz, 1992). Da bi se utvrdila faktorska struktura Upitnika odnosa prema životu (LRI-a), provedena je analiza glavnih komponenata na matrici korelacija između 28 čestica. Analiza glavnih komponenata predstavlja metodu ekstrakcije faktora, u kojoj prva glavna komponenta kao linearna kombinacija manifestnih varijabli tumači najveći dio njihove varijance. Druga glavna komponenta tumači najveći mogući dio preostale varijance, te nije korelirana s prvom glavnom komponentom. Prema istom principu, sve ostale komponente tumače, svaka manji dio preostale varijance i nisu korelirane s ostalima. Iako je moguće izračunati toliko komponenti koliko je varijabli u analizi, te tako njima prezentirati svaku varijablu u potpunosti (a čime bi komunalitet svih varijabli bio jednak jedinici), mi odabiremo one faktore koji objašnjavaju najveći dio ukupne varijance, a koju predstavlja suma varijanci pojedinih varijabli. S obzirom da su varijable standardizirane, ukupna varijanca jednaka je broju varijabli (u našem primjeru bi ona iznosila 28). U našem primjeru, stupac "vrijednost početnih karakterističnih korjenova" u tablici 2, prikazuje dio ukupne varijance objašnjen pojedinim faktorima.

Iz **tablice 2** se može vidjeti da je u našem uzorku dobiveno 7 svojstvenih vrijednosti većih od jedinice, a koje su značajne prema Kaiser-Guttmanovom kriteriju, prema kojem se zadržavaju one komponente koje imaju vrijednosti karakterističnih korjenova veće od jedan. Tih sedam svojstvenih vrijednosti objašnjavaju 57,41 % varijance, od kojih prva objašnjava 26,982% varijance, a druga 7,481% varijance. Ove dvije komponente su izdvojene s obzirom da se željelo provjeriti potvrđuju li naši rezultati dvo-faktorski model predložen u prethodnim istraživanjima.

Tablica 2. Prikaz karakterističnih korjenova LRI-a značajnih prema Kaiser-Guttmanovom kriteriju na uzorku od 256 ispitanika.

Komponenta	Vrijednost početnih karakterističnih korjenova	% objašnjene varijance	Kumulativni %
1	7,555	26,982	26,982
2	2,095	7,481	34,463
3	1,699	6,069	40,532
4	1,290	4,607	45,139
5	1,235	4,409	49,548
6	1,136	4,056	53,604
7	1,066	3,807	57,411

Prema kriteriju tzv. factor scree plot, koji grafički prikazuje dio varijance protumačen pojedinim faktorima, a prikazan je na **slici 1**, jasno se izdvajaju prve dvije komponente, iako se može vidjeti postojanje i treće komponente kao značajne, no mi ćemo se ograničiti na dvije, da bismo provjerili teorijsku pretpostavku autora.



Slika 1. Grafički prikaz distribucije karakterističnih korjenova LRI-a prema komponentama na uzorku od N=256 ispitanika

Dakle, metodom glavnih komponenata su iz korelacijske matrice 28 X 28 zadržana 2 faktora. U **prilogu 2** prikazana je zasićenost svake od varijabli pojedinim faktorom (komponentom). Čestice pod rednim brojem 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 23, 25, 28, trebale bi prema teorijskoj pretpostavci, sačinjavati subskalu "vrijednosni okvir", a čestice 2, 5, 6, 12, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 26 i 27 subskalu "ispunjavanje vrijednosti". Naši rezultati, međutim ne idu u prilog takvoj pretpostavci, jer se uvidom u 2. prilog može vidjeti da je čak dvadeset čestica visoko saturirano prvim faktorom, uz još dvije čestice (12. i 20.), ako se uzme stroži kriterij (>0.4). Samo tri čestice, a to su čestice pod rednim brojem 8, 18 i 25, njime nisu značajno saturirane, od kojih je samo jedna (18.) u skladu s teorijskom pretpostavkom, prema kojoj bi se trebala projicirati na drugu komponentu. Preostale tri čestice (14., 16., 17.) imaju podjednako visoka zasićenja na oba faktora.

Iz svega navedenog možemo zaključiti da dvofaktorski model ne opisuje dobro rezultate, te se ne ponaša u skladu s teorijskim pretpostavkama. Naime, rezultati pokazuju da je većina čestica saturirana prvom komponentom, te upućuju na pretpostavku o postojanju jedne latentne dimenzije Upitnika odnosa prema životu. Tome zaključku pridonose i najnovija istraživanja Harrisa 2001. koja preporučuju korištenje Upitnika u cjelini, uz izračunavanje ukupnog uratka na Upitniku kao mjere stupnja izraženosti individualnog smisla u životu. U prilog tome ide i postotak objašnjene varijance rezultata, koji jasno izdvaja doprinos prve komponente od ostalih (26.982%).

Stoga će se u daljnjoj analizi pretpostaviti postojanje jednog generalnog faktora u pozadini Upitnika odnosa prema životu, te Upitnik modelirati u skladu s tom pretpostavkom. Za početak su u **prilogu 3** prikazana zasićenja svake pojedine čestice s prvim faktorom (komponentom).

Trebalo bi, nadalje, izostaviti čestice koje nisu saturirane glavnom komponentom, ali i koje ujedno imaju niske koeficijente diskriminativne valjanosti. Stoga je slijedeći korak utvrditi diskriminativnu valjanost čestica LRI-a, te pročistiti skalu izbacivanjem onih čestica koje nisu dobri reprezentanti mjerenja, a u svrhu povećanja konstruktne valjanosti i homogenosti mjernog instrumenta.

5.2. DISKRIMINATIVNA VALJANOST ČESTICA UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU

Diskriminativnu valjanost čestica možemo odrediti tako da za standard koristimo ukupni rezultat u testu čiji je neka čestica dio, a to nazivamo tzv. nutarnjim standardom. Ukoliko je povezanost uratka na pojedinoj čestici nekog testa i njegovog ukupnog rezultata visoka, konstruktna valjanost i homogenost mjernog instrumenta su dobre.

Sukladno navedenom, da bi odredili diskriminativnu valjanost pojedinih čestica Upitnika odnosa prema životu za ukupni uzorak od 256 ispitanika, izračunat je korigirani koeficijent korelacije između ukupnog uratka na Upitniku odnosa prema životu i svake pripadajuće čestice, uz izuzeće te čestice (iz tog razloga i govorimo i korigiranom koeficijentu korelacije). Izračunat je i indeks relativnog varijabiliteta koji predstavlja mjeru osjetljivosti (diskriminativnosti) mjerenja.

Dobiveni su korigirani koeficijenti korelacije između uratka na svakoj od čestica i jednostavne linearne kombinacije uratka na preostalim česticama Upitnika odnosa prema životu, te su prikazani su u **tablici 3.** i kreću se u rasponu od 0,13 do 0,61.

Tablica 3. Prikaz vrijednosti korigiranih koeficijenata korelacije između pojedine čestice (ukupno 28) i ukupnog rezultata na Upitniku odnosa prema životu za N=256 ispitanika

LRI 1	0,50	LRI 15	0,54
LRI 2	0,52	LRI 16	0,34
LRI 3	0,53	LRI 17	0,44
LRI 4	0,37	<u>LRI 18</u>	0,13
LRI 5	0,57	LRI 19	0,55
<u>LRI 6</u>	0,29	LRI 20	0,53
LRI 7	0,45	LRI 21	0,61
<u>LRI 8</u>	0,13	LRI 22	0,48
LRI 9	0,54	LRI 23	0,57
LRI 10	0,52	LRI 24	0,48
<u>LRI 11</u>	0,28	<u>LRI 25</u>	0,24
LRI 12	0,45	LRI 26	0,51
LRI 13	0,52	LRI 27	0,56
LRI 14	0,43	LRI 28	0,41

Određivanjem diskriminativne valjanosti pojedinih čestica skale utvrđeno je da 21 čestica (1, 2, 3, 5, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28) ima koeficijente korelacije s korigiranim ukupnim uratkom na skali veće od 0,40 što znači da imaju dobru diskriminativnu valjanost. Dvije čestice (4, 16) imaju umjereno dobru diskriminativnu valjanost ($0,30 < r < 0,40$), dok preostalih 5 čestica (6, 8, 11, 18, 25) ima slabu diskriminativnu valjanost budući da im je korelacija s korigiranim ukupnim uratkom manja od 0,30.

Što se tiče indeksa relativnog varijabiliteta, on za Upitnik odnosa prema životu iznosi 16.396 % i ukazuje na zadovoljavajuću diskriminativnost tj. osjetljivost mjernog instrumenta.

Možemo lako uočiti da sve čestice za koje se pokazalo da nisu zasićene prvim faktorom, također imaju i niske koeficijente diskriminativne valjanosti. To su čestice 8, 18 i 25. Uz navedene, čestice 6 (*“Provodim većinu svog vremena čineći stvari koje mi u biti nisu jako važne”*) i 11 (*“Imam namjere i ciljeve koji bi mi osobno pružili veliko zadovoljstvo kada bi ih mogao postići”*), imaju nizak koeficijent diskriminativne valjanosti. S obzirom da dobivena latentna dimenzija upitnika objašnjava svega 26.982 % rezultata, nije čudno da se u analizi diskriminativne valjanosti pronašlo još čestica koje se inače projiciraju na neki “treći” faktor (kao npr. 6. čestica koja se na matrici od 7 ekstrahiranih faktora projicira na 4. faktor, ili pak 11. čestica koja se projicira na 3. faktor).

Da bismo pročistili skalu, s obzirom da smo ju u daljnjoj obradi koristili kao cjelovitu, a ne kao sastavljenu od dvije subskale, izbaciti ćemo čestice 8, 18 i 25, koje prema oba kriterija nisu dobri reprezentanti mjerenja, ali i čestice 6 i 11, koje nisu pokazale dobru diskriminativnu valjanost, a i na matrici komponenti se također tek umjereno projiciraju na prvu komponentu.

Tih pet čestica, a to su dakle, 6. (*Provodim većinu svog vremena čineći stvari koje mi u biti nisu jako važne*), 8. (*“Trebam pronaći nešto čemu bih se zaista posvetio”*), 11. (*Imam namjere i ciljeve koji bi mi osobno pružili veliko zadovoljstvo kada bi ih mogao postići*), 18. (*“Imam puno potencijala koje uglavnom ne koristim”*), te 25. (*“Postoje stvari kojima posvećujem svu svoju životnu energiju”*), izgleda ne doprinose razumijevanju konstrukta smisla u životu, a mogući razlozi za to su različito razumijevanje njihovog sadržaja od strane naših ispitanika, tj. nepovezivanje istog sa vrijednostima i ispunjavanjem tih vrijednosti u životu, a koje su ispitanicima važne za doživljaj smisla u životu. No, one su izbačene isključivo prema psihometrijskom kriteriju, pa u analizu njihovog sadržaja nije potrebno posebno ulaziti.

Dakle, iz gore navedenih razloga, pročistili smo naš Upitnik koji sad sadržava 23 čestice. One predstavljaju generalnu mjeru za ispitivanje individualnog smisla u životu. Takvu, pročišćenu verziju Upitnika odnosa prema životu, koristili smo u daljnjoj obradi.

Za početak, u **tablici 4** prikazani su koeficijenti diskriminativne valjanosti čestica nakon pročišćenja skale.

Tablica 4. Prikaz vrijednosti korigiranih koeficijenata korelacije između pojedine čestice (ukupno 23) i ukupnog rezultata na skraćenom Upitniku odnosa prema životu za N=256 ispitanika

LRI 1	0,50	LRI 16	0,35
LRI 2	0,54	LRI 17	0,44
LRI 3	0,54	LRI 19	0,54
LRI 4	0,37	LRI 20	0,52
LRI 5	0,58	LRI 21	0,64
LRI 7	0,43	LRI 22	0,47
LRI 9	0,54	LRI 23	0,56
LRI 10	0,53	LRI 24	0,48
LRI 12	0,47	LRI 26	0,50
LRI 13	0,52	LRI 27	0,57
LRI 14	0,44	LRI 28	0,44
LRI 15	0,54		

Dakle, vidimo da je nakon izbacivanja 5 čestica, diskriminativna valjanost svih preostalih čestica zadovoljavajuća. Dobiveni korigirani koeficijenti korelacije između uratka na svakoj od čestica i jednostavne linearne kombinacije uratka na preostalim česticama Upitnika odnosa prema životu kreću se u rasponu od 0,35 do 064.

Također je dobivena i veća vrijednost Indeksa relativnog varijabiliteta, a ona iznosi 17.67% i ukazuje na to da je, u usporedbi s početnim verzijom Upitnika koja sadrži 28 čestica, diskriminativnost tj. osjetljivost mjernog instrumenta bolja.

5.3. OSNOVNA STATISTIČKA ANALIZA UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU

U **tablici 5** prikazane su osnovne deskriptivne statističke vrijednosti za uzorak muškaraca i za uzorak žena.

Tablica 5. Prikaz aritmetičkih sredina (M), standardnih devijacija (SD), minimalne i maksimalne vrijednosti rezultata (min, max), kao i totalnog raspona (T.R) rezultata;

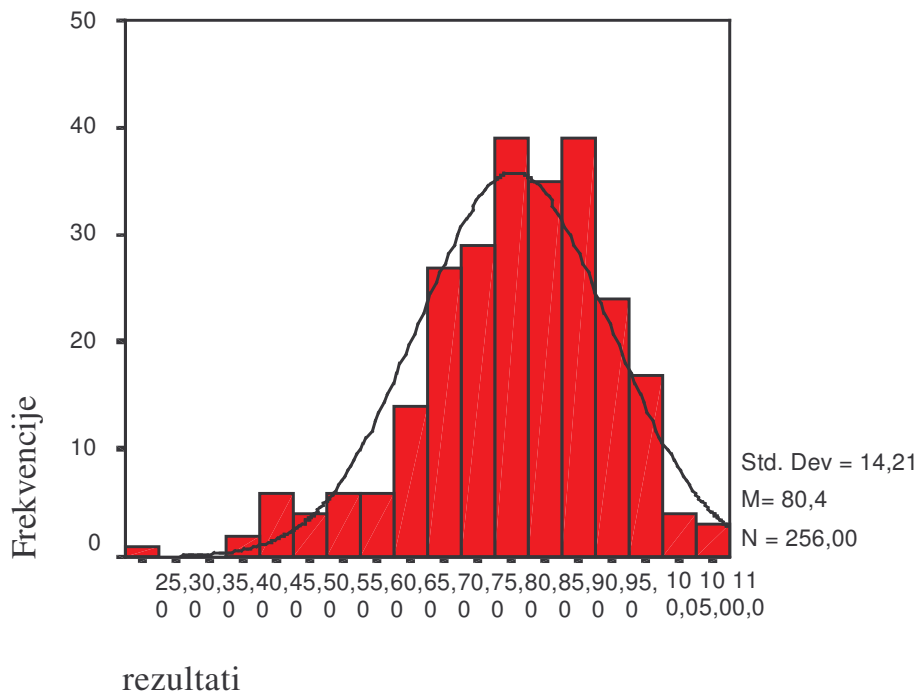
	Deskriptivna statistika					
SPOL	N	M	SD	min	max	T.R.
muškarci	116	81.1	14.03	44	111	23-115
Žene	140	79.9	14.39	27	112	23-115
Zajedno	256	80.4	14.21	27	112	23-115

Izračunate su i prosječne vrijednosti i raspršenja za pojedine čestice Upitnika, a prikazane su u **tablici 6**. Aritmetičke sredine odgovora za pojedine čestice kreću se između 2.91 i 4.17. U skladu s načinom bodovanja rezultata na česticama, veća aritmetička sredina govori o tome da se na tim tvrdnjama iskazuje izraženiji smisao u životu.

Tablica 6. Prosječne vrijednosti i raspršenja za svaku česticu Upitnika odnosa prema životu

Čestica	Aritmetička sredina	Standardna devijacija
LRI1	2.91	1.03
LRI2	3.69	0.97
LRI3	4.16	0.99
LRI4	4.17	1.17
LRI5	3.54	0.89
LRI7	3.32	1.07
LRI9	3.62	1.22
LRI10	3.38	1.10
LRI12	3.33	1.19
LRI13	4.05	1.07
LRI14	3.22	1.26
LRI15	3.56	1.13
LRI16	3.28	1.25
LRI17	3.25	1.21
LRI19	3.28	1.06
LRI20	3.61	1.14
LRI21	3.71	1.13
LRI22	3.84	1.12
LRI23	3.50	1.22
LRI24	3.26	1.09
LRI26	3.46	1.22
LRI27	3.13	1.08
LRI28	3.16	1.07

Izvršena je i provjera normaliteta distribucije rezultata na Upitniku odnosa prema životu, i to upotrebom Kolmogorov-Smirnovog testa (K-S). Uz K-S $z=1.017$, te razinu značajnosti K-S testa, $p=0.25$, pokazalo se da se distribucija ne razlikuje značajno od normalne za uzorak od $N=256$ ispitanika. To nam govori da se naš predmet mjerenja, a to je individualni smisao u životu, u populaciji distribuira po načelu zvonolike krivulje. Na **slici 2** to je i grafički prikazano.



Slika 2. Grafički prikaz distribucije rezultata na Upitniku odnosa prema životu na uzorku od $N=256$ ispitanika

Nadalje, t-testom za velike nezavisne uzorke (Petz, 1997) provjerena je značajnost razlike u ukupnom rezultatu na Upitniku odnosa prema životu za muške i ženske ispitanike.

Dobiveno je da se muškarci i žene značajno ne razlikuju u ukupnom rezultatu ($t = 0.685$, $p < 0,493$). To u našem slučaju konkretno znači da žene i muškarci imaju podjednak doživljaj smisla u životu, a što je, osim što su time potvrđena prijašnja istraživanja

individualnog smisla, prema kojima smisao kao konstrukt nije pod utjecajem spola, na neki način i očekivano, s obzirom da se radi o visoko homogenoj grupi gimnazijalaca. Naravno, rezultati mogu biti i rezultat sve prisutnijeg trenda smanjivanja razlika između muških i ženskih spolnih uloga, što se još i više smanjuje sa ovako, prema obrazovanju i statusu, selekcioniranom skupinom. Rezultati su također u skladu i sa prijašnjim istraživanjima Debatsa 1993. godine (Wong i Fry, 1998), koja govore da LRI rezultati nisu pod utjecajem spola.

5.4. POUZDANOST UPITNIKA ODNOSA PREMA ŽIVOTU

Koeficijent pouzdanosti (standardizirani Cronbachov alfa koeficijent) su određeni metodom nutarnje konzistencije, koja se najviše približava osnovnoj ideji pouzdanosti. Ovim tipom pouzdanosti dobivamo procjenu pouzdanosti na "licu mjesta", putem interkorelacije čestica. Visoka pouzdanost nutarnje konzistencije govori da se radi o homogenom testu (pod visokom pouzdanošću ovdje smatramo koeficijente korelacije koji prelaze 0.8).

Koeficijent pouzdanosti Upitnika odnosa prema životu, koji je dobiven na ukupnom uzorku od 256 ispitanika iznosi 0,89. Iz dobivenog rezultata može se zaključiti da je mjerenje ovim upitnikom vrlo visoko pouzdano. Također zaključujemo da ovako visoki koeficijent nutarnje konzistencije ukazuje na visoku homogenost ovog upitnika. Vidimo da se dobiveni rezultati poklapaju s onima dobivenima u prijašnjim istraživanjima, gdje se Cronbachovi alpha koeficijenti kreću između 0.76 za pojedine subskale, do 0.86 za čitav Upitnik.

6. OPĆA RASPRAVA

Upitnik odnosa prema životu Battiste i Almonda na prigodnom uzorku gimnazijalaca nije pokazao postojanje dvije latentne dimenzije, kako je pretpostavljeno. Naime, Battista i Almond su razložili konstrukt smisla u životu na emocionalnu i kognitivnu komponentu, koje su željeli obuhvatiti česticama u ovom upitniku. Iako su istraživanja koja su uslijedila nakon njihove teorijske pretpostavke, potvrdila da je smisao u životu multidimenzionalni konstrukt, ipak su te potvrde djelomične i variraju od istraživanja do istraživanja. Nije donesen neki konačni zaključak, kao ni čvrsti dokaz za postojanje spomenutih dimenzija. Naime, da je Upitnik imao čvrstu potvrdu konstruktne valjanosti, u istraživanjima bi se pokazalo jasno izdvajanje 2 faktora, što međutim, nije slučaj, jer su manje-više sva prijašnja istraživanja pokazala postojanje 7, tj. 8 faktora koji su onda prisilno svedeni na dva. U našem istraživanju je, prema postotku zajedničke varijance, kao i prema broju varijabli zasićenih prvom komponentom, bilo najlogičnije zaključiti da postoji jedna latentna dimenzija Upitnika, koja međutim objašnjava samo oko 27% varijance, pa je tu opravdano zapitati se što je stvarni predmet mjerenja Upitnika. No, za potrebe ove diplomske radnje, taj postotak smatra se zadovoljavajućim.

Rezultati koji su dobiveni na našim ispitanicima, dakle, opravdali su korištenje Upitnika u cjelini kao generalne mjere konstrukta smisla u životu. Naravno, radi se o vrlo homogenom uzorku ispitanika, a poznato je da, što je uzorak homogeniji, to je i veća vjerojatnost da se dobiju rezultati koji ne ocrtavaju dobro konstrukt, a samim time i teorijski pretpostavljene faktore. Da bi se to izbjeglo, treba koristiti heterogenije grupe ispitanika (npr. korelirati rezultate ispitanika različitih škola ili različitih kliničkih skupina) da bi se dobili ispravniji rezultati.

Naši ispitanici su adolescenti, pa je moguće da je kod njih došlo (iako se pretpostavlja postojanje kapaciteta za otkrivanje i stvaranje smisla i u toj dobi), do generalne evaluacije života kao smislenog, ali ne i ulaženja u konkretna područja u životu (prema Wong, 1998), radi njihovog nedovoljnog životnog iskustva. Iz toga proizlazi da smisao u životu kod njih može biti nedovoljno izdiferenciran. Moguće je da iz tog razloga nije bilo moguće razlikovati kognitivnu i emotivnu komponentu u česticama, kao niti bilo koju drugu

moću latentnu dimenziju koja se možda mogla iskristalizirati faktorskom analizom ovog Upitnika. Daljnja istraživanja trebala bi se, dakle, provesti na ispitanicima različite dobi, te vidjeti da li se rezultati među njima razlikuju. Doduše, istraživanja Debatsa 1993. godine daju rezultate koji nisu pod utjecajem dobi.

Ako, nadalje, promatramo čestice sadržajno, vidimo da su one konceptualno vrlo slične, pa mogu biti i jednako shvaćene. S obzirom da ih ispitanici vrednuju na skali od 1-5, vrlo je teško razdvojiti izraženost postojanja ciljeva i vrijednosti (inače shvaćeno kao kognitivna komponenta) od izraženosti njihovog ispunjenja ili ispunjavanja (inače shvaćeno kao emotivna komponenta). Ako se navedeno još dopuni s gubicima istovjetnosti Upitnika, koji se javljaju s prijevodom, kao i spomenutim ograničenjima našeg uzorka, zaključak je da se na temelju ovog istraživanja ne mogu donositi generalizacije u vezi konstrukta smisla u životu.

Uglavnom, potrebna su daljnja istraživanja strukture konstrukta smisla u životu, te osmišljavanje još boljih i obuhvatnijih čestica za Upitnik na temelju tih istraživanja. Izbacivanjem određenog broja čestica u našem istraživanju napravljen je svojevrsni doprinos većoj kvaliteti Upitnika.

Što se tiče pouzdanosti Upitnika odnosa prema životu, ona je potvrđena i ovim istraživanjem. No, s obzirom da je metoda za njezino određivanje metoda nutarnje konzistencije, bilo bi korisno provjeriti i stabilnost Upitnika kroz vrijeme, tj. u još jednoj vremenskoj točki, tj. ispitati test-retestom. Prijašnja istraživanja, inače, ukazuju na visoku test-retest pouzdanost Upitnika.

Radi novosti teme u Hrvatskoj, kao i njezine opširnosti, u ovom istraživanju nije se ispitivala kriterijska valjanost, pa je to ujedno i preporuka za daljnja istraživanja. Kongruentna valjanost bi se mogla provjeriti kroz korelaciju Upitnika sa nekim ranijim, no s obzirom da takvi instrumenti na našoj populaciji ne postoje, bilo bi ih dobro prevesti i evaluirati. Također, možemo ispitati i povezanost Upitnika s nekim drugim Upitnicima koji mjere ona područja koja su u prošlim istraživanjima pokazala povezanost s konstruktom smisla u životu, kao što su npr. depresija, samopoštovanje, dobrobit. Pretpostavka je da će se dobiti značajne, ali umjerene korelacije s tim konstruktima.

Upitnik odnosa prema životu, nadalje, bazično pretpostavlja smisao u životu kao subjektivni, individualni doživljaj, te ne ulazi u procjenu važnosti pojedinih vrijednosti. No, Baird (1985 prema Wong i Fry 1998) je dobro uočio da "...smislen život ne bi trebao biti onaj Hitlerov, samo zato što ga je Hitler takvim doživio". U skladu s tim, daljnja istraživanja bi se trebala usmjeriti i na proučavanje složenih veza između ovog konstrukta i moralnosti, kao i mentalnog zdravlja.

Konačno, iz analize istraživanja u uvodu ovog diplomskog rada, pokazana je neupitna povezanost Upitnika odnosa prema životu sa mnogobrojnim mjerama blagostanja, tj. psihološkog zdravlja pojedinca. No, s obzirom na korelacijsku prirodu istraživanja, ne može se govoriti o uzročnoj povezanosti, iako su pojedina istraživanja govorila o smislu života kao o antecedentu, tj. prekursoru psihološkog zdravlja pojedinca. No, nevezano uz to, postojanje značajne povezanosti sa spomenutim konstruktima predstavlja vrijedan podatak u kliničkoj praksi, gdje se rezultatom na Upitniku može pretpostaviti izraženost određenih elemenata psihološkog zdravlja, pa čak i predvidjeti krajnji učinak tretmana (npr. kod ovisnika o drogama), što je i potvrđeno u prijašnjim istraživanjima (npr. Katz, 1988 prema Wong i Fry, 1998).

7. ZAKLJUČAK

Primjenom Upitnika odnosa prema životu (Life regard index, ili skraćeno LRI), a na osnovi rezultata dobivenih obradom podataka koji su prikupljeni na trećim razredima učenika dviju zagrebačkih gimnazija, mogu se donijeti slijedeći zaključci kao odgovor na ciljeve i probleme postavljene u ovom diplomskom radu:

1. Analiza glavnih komponenata izvedena na česticama Upitnika odnosa prema životu (LRI), rezultirala je pretpostavkom o postojanju jedne glavne komponente koja objašnjava 26.98% varijance (što je relativno mali postotak), a koja predstavlja generalnu mjeru za ispitivanje individualnog smisla u životu. Samo tri čestice od ukupno dvadeset i osam, ne projiciraju se na prvu komponentu.
2. Ispitivanjem diskriminativne valjanosti čestica Upitnika dobiveno je da iste čestice koje se ne projiciraju na prvu komponentu nemaju niti zadovoljavajuću diskriminativnu valjanost. Stoga je odlučeno da se te čestice izbace iz Upitnika odnosa prema životu, uz još dvije, koje također nisu pokazale značajnu povezanost s ukupnim rezultatom. U daljnjoj obradi korišten je takav, pročišćen Upitnik, koji sadrži 23, umjesto početnih 28 čestica.

Izračunat je i indeks relativnog varijabiliteta za čitav Upitnik, koji iznosi 16,24 %, kao i za skraćeni Upitnik, koji je veći i iznosi 17,67 % i smatra se zadovoljavajućim, što znači da je osjetljivost tj. diskriminativnost Upitnika dobra.

2. Kolmogorov-Smirnovim testom, kojim se utvrđuje normalitet distribucije rezultata, dobiveno je da distribucija ne odstupa značajno od normalne. Dakle, smisao u životu se distribuira prema normalnoj distribuciji. Isto tako je t-testom za velike nezavisne uzorke testirana razlika u ukupnom uratku na Upitniku za muške i ženske ispitanike. Razlika se nije pokazala značajnom ($t=0.685$, $p=0.493$).

2. Koeficijent nutarnje konzistencije (Cronbachov alpha) ukazuje na visoku pouzdanost Upitnika odnosa prema životu, a iznosi 0.89.

8. LITERATURA

1. Battista, J. & Almond, R. (1973). The Development of Meaning In Life. *Psychiatry*, Vol. 36, 409-427.
2. Debats, D. L. (1998). Measurements of Personal Meaning: The psychometric properties of the Life Regard Index, in P. Wong & P. Fry (1998). *The Human Quest For Meaning: A handbook of psychological research end clinical applications.* (pp 237-259). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
3. Debats, D. L. (1991). The Life Regard Indeks: Reliability and Validity. *Psychological Reports*, Vol. 67 (1), 27-34.
4. Debats, D. L. (1996). *Meaning in life: psychometric, clinical and phenomenological aspects*. Doktorska disertacija. Nizozemska: Sveučilište u Groningenu.
5. Devčić-Gršković, S. (1992). Primjena egzistencijske skale u liječenju alkoholizma. Diplomski rad. Zagreb: Medicinski Fakultet.
6. Frankl, V. (1997). *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju*. Zagreb: Provincijalat franjevac trećoredaca.
7. Frankl, V. (1996). *Vremena odluke*. Đakovo: Karitativni fond UPT.
8. Fulgosi, A. (1997). *Psihologija ličnosti: Teorije i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.

9. Harris, H. S. (2001). Psychometric Properties of the Life Regard Indeks-Revised: A Validation Study of A Measure of Personal Meaning. *Psychological Reports, Vol.89* (3), 759-773.
10. Kalin, B. (1996). *Povijest filozofije*. Zagreb: Školska knjiga.
11. Petz, B. (1997). *Osnovne statističke metode za nematematičare*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
12. Petz, B. (1992). *Psihologijski rječnik*. Zagreb: Prosvjeta.
13. Santrock, J. (2002). *Psychology*. New York: McGraw-Hill, Inc.
14. Schneider, K. & May, R. (1994). *The Psychology of Existence – An Integrative, Clinical Perspective*. New York: McGraw- Hill, Inc.
15. Simmel, G. (2001). *Kontrapunkti kulture*. Zagreb: Zaklada Jesenski-Turk.
16. Strydom, J. and Plessis, S. (2002). *The Bible's Way to Victory Over ADHD and Other Childhood Challenges*. Chapter 18, URL:
<http://www.audiblox2000.com/onlinebook/chap18.htm> (20.09.2003).
17. Wallton, D. (2001). The Contemporary Debate on the Meaning of Life. URL:
http://www.networkeddemocracy.com/www/Library%20Files/contemporary_debate_on_the_meani.htm,

<http://www.networkeddemocracy.com/doctoral%20research%20index.htm>

(25.08.2003).

18. Wong, P. & Fry, P. (1988). *The Human Quest For Meaning: A Handbook of Psychological Research and Clinical Applications*. New York: Trinity Western University.

9. SAŽETAK

Cilj ovog istraživanja bila je evaluacija Upitnika odnosa prema životu (eng. Life regard indeks, ili skraćeno LRI) autora Battiste i Almonda (1973) je cilj ovog istraživanja. Upitnik je namijenjen za mjerenje konstrukta smisla u životu, a za potrebe ovog istraživanja je preveden s engleskog na hrvatski jezik.

LRI je primijenjen na uzorku od N=256 ispitanika, učenika 7 trećih razreda dviju zagrebačkih gimnazija. Osim samog Upitnika, ispitanici su odgovorili na nekoliko općih pitanja, za potrebe opisa uzorka.

Analizom prikupljenih podataka utvrđeno je slijedeće:

1. Faktorskom analizom glavnih komponenta zaključeno je o postojanju jedne latentne dimenzije Upitnika odnosa prema životu, koja objašnjava 26.982% varijance.
2. Diskriminativna valjanost čestica pokazala je da, uz kriterij zasićenosti s glavnom komponentom, treba izbaciti nekoliko čestica, jer ne razlikuju ispitanike s obzirom na ukupni rezultat, ali i ne doprinose značajno objašnjenju konstrukta smisla u životu. Tako je dobivena nova verzija Upitnika, koja sadrži 23 čestice, čime nije smanjena osjetljivost instrumenta.
3. Kolmogorov-Smirnovim testom utvrđeno je da se distribucija rezultata dobivena ovim istraživanjem ne razlikuje značajno od normalne ($z=1.017$, $p=0.25$), a implicira normalnu raspodjelu doživljaja smisla u životu u populaciji.
4. Testiranjem značajnosti razlike među rezultatima, za što je izračunat t-test za velike nezavisne uzorke, koji je pokazao da ne postoje razlike između muških i ženskih ispitanika ($t=0.685$, $df=254$, $p=0.493$). Nepostojanje spolnih razlika potvrđeno je u prijašnjima istraživanjima,
5. Pouzdanost Upitnika je vrlo visoka i ona iznosi 0.89. Nakon skraćivanja Upitnika se nije gotovo uopće smanjila.

Smisao u životu trenutno je vrlo popularno područje bavljenja u sklopu pozitivne psihologije. Uostalom, potvrđene su povezanosti ovog konstrukta sa mentalnim zdravljem i kvalitetom života. Upitnik odnosa prema životu jedan je od pokušaja da se operacionalizira taj konstrukt. On je izabran za ovaj diplomski rad zbog prvenstveno svojih nepristranih karakteristika, kojima ne favorizira niti jednu teoriju smisla u životu, koja daje prednost nekim vrijednostima, smatrajući ih objektivno značajnijima i vrednijima za čovjekov život i osjećaj smisla u životu.

U Hrvatskoj, koliko mi je poznato, ne postoji niti jedan Upitnik koji bi mjerio konstrukt smisla u životu. Stoga ovaj rad predstavlja svojevrsni doprinos ovoj temi i ukazuje na potrebu daljnjih istraživanja.

KLJUČNI POJMOVI

- Smisao u životu
- Vrijednosti
- Upitnik odnosa prema životu (LRI)

PRILOZI

Prilog 1: Upitnik odnosa prema životu (LRI)

LRI

Ispred Vas se nalaze određene tvrdnje koje se odnose na procjenu Vašeg odnosa prema životu. Molimo Vas da ih pažljivo pročitate i uz svaku od njih zaokružite jedan od ponuđenih brojeva koji najbolje opisuje vaše slaganje s pojedinom tvrdnjom:

- 1 - uopće se ne slažem
- 2 - uglavnom se ne slažem
- 3 - niti se slažem, niti se ne slažem
- 4 - uglavnom se slažem
- 5 - u potpunosti se slažem

1. Osjećam da sam pronašao pravi smisao svog života.....	1	2	3	4	5
2. Življenje me duboko ispunjava.....	1	2	3	4	5
3. Ne vidim baš previše smisla u životu, kao ni u vlastitom postojanju	1	2	3	4	5
4. Iskreno, ne postoji ništa što bih ja doista želio raditi.....	1	2	3	4	5
5. Stvarno sam zadovoljan svojim životom.....	1	2	3	4	5
6. Provodim većinu svog vremena čineći stvari koje mi u biti nisu jako važne.....	1	2	3	4	5
7. Stvarno sam shvatio što mi je važno u životu.....	1	2	3	4	5
8. Trebam pronaći nešto čemu bih se zaista posvetio.....	1	2	3	4	5
9. Jednostavno ne znam što zapravo želim učiniti sa svojim životom..	1	2	3	4	5
10. Čini se da ljudi bolje od mene znaju što žele učiniti sa svojim životom	1	2	3	4	5
11. Imam namjere i ciljeve koji bi mi osobno pružili veliko zadovoljstvo kada bi ih mogao postići.....	1	2	3	4	5
12. Čini mi se da ne mogu ostvariti one stvari koje su mi zaista važne.....	1	2	3	4	5
13. Ne vjerujem duboko ni u što u svome životu.....	1	2	3	4	5
14. Imam životnu filozofiju koja mom življenju daje smisao.....	1	2	3	4	5
15. Čini se da drugi ljudi imaju bolje mišljenje o svom životu nego ja.....	1	2	3	4	5
16. Zbunim se kad pokušavam razumjeti svoj život.....	1	2	3	4	5
17. Izgleda da me nešto sprječava da činim ono što zaista želim.....	1	2	3	4	5
18. Imam puno potencijala koje uglavnom ne koristim.....	1	2	3	4	5
19. Kada sagledam svoj život osjećam zadovoljstvo jer sam zaista radio na tome da nešto postignem.....	1	2	3	4	5
20. Imam istinsku strast u svome životu.....	1	2	3	4	5
21. Osjećam da ću zaista postići ono što želim u životu.....	1	2	3	4	5
22. Ja zapravo ne cijenim ono što radim.....	1	2	3	4	5
23. Imam jasnu ideju o tome što želim učiniti sa svojim životom.....	1	2	3	4	5
24. Toliko se uzбудim s onim što radim da pronalazim nove zalihe energije za koje nisam niti znao da ih imam.....	1	2	3	4	5
25. Postoje stvari kojima posvećujem svu svoju životnu energiju.....	1	2	3	4	5
26. Čini se da mi se nikad ništa posebno ne događa.....	1	2	3	4	5
27. Osjećam da živim punim plućima.....	1	2	3	4	5
28. Imam sistem ili okvir vrijednosti koji mi omogućuje da istinski razumijem svoje življenje.....	1	2	3	4	5

Prilog 2: Zasićenost 28 čestica Upitnika odnosa prema životu sa prve dvije glavne komponente (faktora) na uzorku od N=256 ispitanika

ČESTICE	FAKTOR 1	FAKTOR 2
LRI 1	0.57	-0.24
LRI2	0.61	0.24
LRI3	0.60	
LRI4	0.42	0.16
LRI5	0.64	0.18
LRI6	0.31	0.12
LRI7	0.51	-0.25
<u>LRI8</u>	0.13	0.40
LRI9	0.59	0.27
LRI10	0.57	0.16
LRI11	0.32	-0.25
LRI12	0.50	0.38
LRI13	0.57	
LRI14	0.51	-0.42
LRI15	0.61	0.23
LRI16	0.38	0.45
LRI17	0.48	0.55
<u>LRI18</u>	0.15	0.34
LRI19	0.61	
LRI20	0.60	-0.34
LRI21	0.68	
LRI22	0.53	0.20
LRI23	0.62	-0.29
LRI24	0.54	-0.42
<u>LRI25</u>	0.29	0.13
LRI26	0.57	
LRI27	0.62	-0.26
LRI28	0.48	

Prilog 3: Zasićenost čestica Upitnika odnosa prema životu s prvom glavnom komponentom (faktorom)

FAKTOR 1.	
LRI1	0.569
LRI2	0.611
LRI3	0.603
LRI4	0.416
LRI5	0.639
LRI6	0.313
LRI7	0.505
LRI8	0.133
LRI9	0.586
LRI10	0.579
LRI11	0.324
LRI12	0.502
LRI13	0.571
LRI14	0.509
LRI15	0.606
LRI16	0.383
LRI17	0.475
LRI18	0.150
LRI19	0.613
LRI20	0.596
LRI21	0.681
LRI22	0.525
LRI23	0.615
LRI24	0.541
LRI25	0.284
LRI26	0.564
LRI27	0.623
LRI28	0.482