

Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za psihologiju

**Odnos dimenzija privrženosti i samootkrivanja u različitim  
vrstama bliskih veza u odrasloj dobi**

Diplomski rad

Valentina Ružić

Mentor: Doc. dr. sc. Željka Kamenov

Zagreb, 2006.

## SAŽETAK

### Odnos dimenzija privrženosti i samootkrivanja u različitim vrstama bliskih odnosa u odrasloj dobi

Cilj istraživanja bio je utvrditi odnos dimenzija privrženosti i samootkrivanja u odrasloj dobi s obzirom na spol i tip odnosa ispitanika s drugim bliskim osobama (prijateljem, roditeljem i partnerom). Ispitivane su dvije dimenzije privrženosti (anksioznost i izbjegavanje), pet dimenzija samootkrivanja (količina, dubina, iskrenost, namjera i pozitivno/negativno samootkrivanje) te ukupno samootkrivanje. U istraživanju je sudjelovalo 205 ispitanika (92 M i 113 Ž), u dobi između 18 i 40 godina (prosječna dob je 27 godina).

Za ispitivanje samootkrivanja primijenjena je Revidirana skala samootkrivanja (Wheeles i Grotz, 1976), a za ispitivanje privrženosti modificirana verzija Brennanovog Inventara iskustava u bliskim vezama (Kamenov i Jelić, 2003).

Rezultati su pokazali da je dimenzija izbjegavanja značajno negativno povezana s ukupnim samootkrivanjem u sve tri vrste bliskih odnosa (s prijateljima, roditeljima i s partnerom) i da je veća razina izbjegavanja povezana sa manjom iskrenošću pri samootkrivanju, manjom dubinom samootkrivanja i manjom namjerom samootkrivanja, te sa otkrivanjem više negativnih nego pozitivnih informacija o sebi. Dimenzija anksioznosti nije statistički značajno povezana s ukupnim samootkrivanjem, ali je značajna njena povezanost s manjom iskrenošću i većom dubinom samootkrivanja, te otkrivanjem više negativnih informacija o sebi.

Dobivene su statistički značajne spolne razlike u smjeru veće razine ukupnog samootkrivanja kod žena i veće razine izbjegavanja kod muškaraca. Utvrđeno je i da se ispitanici statistički značajno više samootkrivaju prijateljima i partnerima nego roditeljima.

**Ključne riječi:** privrženost, privrženost u odrasloj dobi, vrste bliskog odnosa, samootkrivanje

## SUMMARY

### The relationship of attachment and self-disclosure in different types of close relationships in adulthood

The aim of this study was to determine the relationship of attachment and dimensions of self-disclosure in adulthood with respect to gender and type of close relationships with others (friends, parents and partner). Two attachment dimensions were examined (anxiety and avoidance), five self-disclosure dimensions (amount, depth, honesty, intent and positive/negative self-disclosure) and self-disclosure in general.

The study included 205 participants (92 males and 113 females) aged between 18 and 40 (average age was 27). The Revised Scale of Self-Disclosure (Wheeles and Grotz, 1976) was applied, while attachment was determined using modification of Brennan's Inventory of Close Relationships (Kamenov and Jelić, 2003).

The results have shown that avoidance is significantly negatively correlated with overall self-disclosure for all three types of close relationships (with friends, parents and partner) and that a higher level of avoidance is correlated with lower levels of honesty in self-disclosure, shallower self-disclosure and lowered intent of self-disclosure, as well as with the increased disclosure of negative information. Anxiety did not reveal a statistically significant correlation with overall self-disclosure, but was significantly correlated with decreased honesty and greater depth of self-disclosure, as well as with revealing more negative information. Statistically significant gender differences were found in terms of a higher level of overall self-disclosure in women and a higher level of avoidance in men. The participants showed higher levels of self-disclosure toward friends and partners than toward parents.

**Key words:** attachment, attachment in adulthood, types of close relationships, self-disclosure

## SADRŽAJ

UVOD	1
CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE	7
METODA	
Postupak	8
Sudionici	8
Instrumenti	8
REZULTATI I RASPRAVA	11
ZAKLJUČAK	23
LITERATURA	24
PRILOZI	
Prilog 1 Uvodni upitnik	26
Prilog 2 Skala privrženosti i skala samootkrivanja za odnos s roditeljima	27
Prilog 3a Uputa za skalu privrženosti u odnosu s prijateljima	28
Prilog 3b Uputa za skalu samootkrivanja u odnosu s prijateljima	29
Prilog 4a Uputa za skalu privrženosti u odnosu s partnerom	29
Prilog 4b Uputa za skalu samootkrivanja u odnosu s partnerom	29

## UVOD

Privrženost je snažna emocionalna povezanost s objektom privrženosti, a svrha joj je održavanje blizine sa objektom privrženosti, osobito u stresnim uvjetima (Bartholomew i Horowitz, 1991). Osnovni primjer privrženosti je odnos majke i djeteta, ako je majka ta koja brine o djetetu. No, privrženost može biti usmjerena ka ocu, djedu, baki, a kasnije i prijateljima i romantičnim partnerima, te drugim osobama s kojima postoji dugotrajna emocionalna veza veće ili manje kvalitete.

Iako sva djeca razviju privrženost (čak i prema roditeljima koji ih zanemaruju ili zlostavljaju), nisu sva sigurno privržena. Ainsworth i sur. (1978; prema Kamenov i Jelić, 2003) navode da se ovisno o ponašanju majke prema novorođenčetu, kvaliteti njihova odnosa, majčinu primjećivanju djetetovih signala i njihovu točnom interpretiranju, prikladnom odgovaranju, brizi i nježnosti, stvara jedan od tri tipa privrženosti djeteta prema majci. Tako razlikujemo sigurni tip privrženosti, u koji se ubraja oko 65% djece, izbjegavajući tip, u koji se ubraja oko 25% djece i ambivalentni ili opirući tip, u koji se ubraja oko 10% djece.

Bartholomewova (1990) smatra da postoje dvije različite forme izbjegavajuće privrženosti – ona motivirana obrambenim mehanizmom samodostatnosti (odbijajuća privrženost) i ona motivirana strahom od anticipiranog odbijanja od strane drugih osoba (plašljiva privrženost). Također, Bartholomewova razlikuje dvije dimenzije privrženosti: model o sebi i model o drugima, a ti modeli čine osnovu iz koje proizlaze četiri tipa privrženosti koji su prikazani u Tablici 1.

*Tablica 1*

Dvodimenzionalni model tipova privrženosti u odrasloj dobi Kim Bartholomew (Bartholomew i Horowitz, 1991)

		<b>Model o sebi (ovisnost ili anksioznost)</b>	
		Pozitivan (niska)	Negativan (visoka)
<b>Model o drugima (izbjegavanje)</b>	Pozitivan (nisko)	<b>SIGURNI TIP</b> Ugoda s intimnošću i autonomijom	<b>ZAOKUPLJENI TIP</b> Zaokupljeni odnosima, pretjerano ovisni
	Negativan (visoko)	<b>ODBIJAJUĆI TIP</b> Umanjuju važnost privrženosti, neovisni	<b>PLAŠLJIVI TIP</b> Strah od bliskosti, društveno izbjegavanje

Smatra se da stil privrženosti pojedinca stvara unutarnje radne modele koji se sastoje od očekivanja o tome koliko su drugi dostupni i osjetljivi u stresnim situacijama i od pravila koja određuju pojedinčevo reagiranje na stres (Bowlby, 1977). Ti modeli predstavljaju reprezentacije objekta privrženosti, sebe i okoline i uključuju emocije, vjerovanja, očekivanja, strategije i pravila za selektivnost pažnje, interpretaciju informacije i organizaciju memorije. Nastaju na temelju iskustva s objektom privrženosti i omogućuju djetetu da bira određena privržena ponašanja u određenoj situaciji s obzirom na to kako anticipira buduće događaje. Kada dijete ima unutarnji radni model objekta privrženosti kao dostupnog i osjetljivog na njegove potrebe ono prema tom objektu razvija sigurnu privrženost.

Modeli o sebi i drugima grade se na iskustvu s objektima privrženosti. Model o sebi može biti pozitivan (pojedinaac sebe vidi kao nekog vrijednog pažnje i ljubavi) ili negativan (pojedinaac misli da on ne zavrjeđuje ljubav). Isto tako i model o drugima može biti pozitivan (pojedinaac vidi druge kao dostupne i brižne) ili negativan (vidi druge kao nepouzidane ili odbijajuće). Dijete stvara unutarnje radne modele internalizirajući iskustva iz djetinjstva, a ti modeli utječu na interpersonalne odnose tijekom cijelog života.

Brennan, Clark i Shaver (1998; prema Bretherton i Munholland, 1999) su koristeći postojeće mjere samoprocjene privrženosti koje se baziraju na kategorijama, identificirali dvije bipolarne dimenzije: sigurnost-anksioznost i bliskost-izbjegavanje. Dimenzija anksioznosti odnosi se na strah od napuštanja i potrebu za ekstremnom bliskošću. Dimenzija izbjegavanja tj. udobnosti s bliskošću kreće se od lakog zblizavanja s drugima do neugode kada odnosi s drugima postanu bliski. Rezultati na ove dvije dimenzije mogu se kombinirati u iste četiri kategorije privrženosti koje navodi i Bartholomewova. Odbijajuće i plašljivo privrženi pojedinci postižu više rezultate na dimenziji izbjegavanja, što ukazuje na to da je dimenzija izbjegavanja usko povezana s modelom o drugima. Zaokupljeno i plašljivo privrženi postižu više rezultate na dimenziji anksioznosti, što ukazuje na povezanost te dimenzije s modelom o sebi (Feeney, 1999).

Neki nalazi (Bridges, Connell i Belsky, 1988, Main i Weston, 1981; prema Vasta, Haith i Miller, 1998) su pokazali da djeca mogu razviti različite odnose privrženosti s različitim skrbnicima, što naravno ovisi o načinu na koji skrbnici reagiraju na dijete.

Bowlby (1969) smatra da sustav privrženosti postoji i djeluje kroz cijeli život pojedinca. Privrženo ponašanje postaje organizirano unutar njegove ličnosti i određuje emocionalne veze tijekom života pojedinca. Stoga se na osnovi teorije privrženosti zaključuje da jednom uspostavljen tip privrženosti u djetinjstvu djeluje i strukturira kvalitetu odnosa u adolescenciji i zreloj dobi. Bilo koji odnos u odrasloj dobi može biti izvorom privrženosti i bilo koja osoba može biti «ciljna» osoba tj. osoba kojoj se neki pojedinac samootkriva (npr. bračni drug, partner, istospolni prijatelj). Postoje određene razlike u vrsti informacija koje otkrivamo pojedinoj ciljnoj osobi (npr. neke informacije koje ćemo podijeliti s majkom nećemo reći ocu).

U mnogim istraživanjima ispitivana je veza privrženosti s psihološkom prilagodbom i psihosocijalnim funkcioniranjem, jer se vjeruje da kvaliteta odnosa s objektima privrženosti uvelike utječe na naše gledanje socijalnog svijeta i na naša očekivanja o drugima, te time povećava ili smanjuje naše socijalne vještine i utječe na osjećaje bliskosti s drugima i usamljenost (prema Jerković, 2005). U odrasloj dobi je samootkrivanje ključno za određivanje ishoda bliskih veza i pretpostavlja se da je povezano sa stilom privrženosti (prema Mikulincer i Nachshon, 1991).

Kao što kaže Rubin (1973, str.168; prema Tardy i Dindia, 1997): «U svakoj vrsti međusobnih odnosa, od poslovnog partnerstva do ljubavnih veza, razmjena informacija o sebi ili samootkrivanje ima vrlo važnu ulogu.» Pojedinci se razotkrivaju prijateljima, partnerima, frizerima, odvjetnicima i slično. Samootkrivanje se odnosi na proces otkrivanja sebe drugima, a Derlega i Grzelak (1979) ga definiraju kao razmjenu bilo kakvih informacija koje se odnose na samog pojedinca, uključujući u to i njegova stanja, dispozicije, prošle događaje i planove za budućnost.

Pojedinac u procesu samootkrivanja voljno i namjerno otkriva točne informacije o sebi drugom pojedincu i to takve informacije koje ovaj ne bi mogao doznati iz drugog izvora. Ako su informacije neistinite ili im je svrha zavaravanje i uljepšavanje, one ne spadaju u samootkrivanje. Istraživanja su pokazala da je sposobnost otkrivanja vlastitih osjećaja i misli drugoj osobi osnovna vještina potrebna za razvoj bliskih odnosa, a manjak samootkrivanja se često povezuje sa nezadovoljstvom socijalnom mrežom i usamljenošću (Mikulincer i Nachshon, 1991). Samootkrivanje unosi uzbuđenje u odnos

i gradi povjerenje i intimnost, a bez njega je osoba izolirana u svom osobnom iskustvu. Ne možemo ga izbjeći, jer do samootkrivanja dolazi uvijek kad smo okruženi drugim ljudima. Može biti verbalno i neverbalno. Primjer neverbalnog samootkrivanja je širok osmijeh kao odgovor na pitanje jesmo li odabrani za radno mjesto na koje smo se prijavili, upotreba sarkastičnog tona glasa pri opisivanju «sretnog života» ili zagrljaj osobe koju volimo (Pearson i Spitzberg, 1990).

Samootkrivanje je recipročan proces. Kada nam drugi otkriju intimne podatke o sebi za nas je to ugodno iskustvo i osjećamo da su s nama podijelili nešto važno, pa se i mi osjećamo dužnima podijeliti nešto s njima što ima sličnu vrijednost. Samootkrivanje druge osobe možemo, ovisno o situaciji pripisati njenim osobinama (osoba s kojom razgovaramo je otvorena i iskrena) ili pak postojećem odnosu između nas i te osobe (svidam joj se pa mi zato otkriva nešto o sebi). Najčešće nam se sviđaju osobe koje nam se otkrivaju, pa se i mi njima češće otkrivamo. Otkrivanje informacija o sebi nekoj osobi je izravan način iskazivanja povjerenja prema toj osobi. Važno je u svim vrstama bliskih odnosa i pruža nam informacije koje smanjuju nesigurnost o stavovima, vrijednostima i osjećajima druge osobe i time produbljuje određeni odnos (prema Tardy i Dindia, 1997).

Samootkrivanje se sastoji od nekoliko različitih dimenzija. Tu spadaju: količina samootkrivanja, pozitivna/negativna priroda samootkrivanja, dubina samootkrivanja (radi li se o površnim informacijama ili o informacijama koje su jedinstvene i čine ranjivim pojedinca koji se razotkriva), vrijeme (faza veze) u kojem se javlja samootkrivanje i osoba kojoj se pojedinac razotkriva. Iako se u istraživanjima najčešće ispituje spremnost ili volja za samootkrivanjem (količina samootkrivanja) važno je razumjeti sve ove dimenzije, jer one objašnjavaju kompleksnu prirodu samootkrivanja. One su izvori individualnih razlika među ljudima i vrlo su bitne u formiranju međusobnih odnosa.

Jourard (prema Lombardo i Wood, 1979) smatra da je otkrivanje informacija o sebi ne samo indikativno za prilagodbu već i neophodno kao osnova procesa postizanja mentalnog zdravlja i procesa uspostavljanja bliskih odnosa s drugima. Rezultati istraživanja Lombarda i Wooda (1979) ukazuju na to da samootkrivanje nije povezano sa uspješnošću prilagodbe već sa stabilnošću bliskih veza s drugim ljudima.

Istraživanja samootkrivanja potvrđuju zdravorazumske pretpostavke. Lakše se otkrivamo svome partneru, članovima obitelji i bliskim prijateljima i lakše otkrivamo o sebi informacije poput odabira odjeće ili hrane nego svoj financijski status ili seksualne preferencije. Pojedinci rijetko otkrivaju informacije o sebi drugim ljudima, jer se ne smatra «pristojnim» previše pričati o sebi i iznositi svoje osjećaje i mišljenja osobama izvan kruga obitelji. Mogući razlozi su i strah od odbacivanja, strah od kazne, strah od ogovaranja ili strah pojedinca da će biti iskorišten (prema McKay, Davis i Fanning, 1983).

Pojedinci su često suočeni sa situacijama u kojima trebaju birati je li je bolje biti otvoreni ili ne. S jedne strane, samootkrivanje je potrebno za postizanje povjerenja i intimnosti u vezi, ali ujedno otkrivanje osobnih podataka i informacija o sebi drugima čini nas ranjivima. Budući da je samootkrivanje namjerno, pojedinci uvijek uzimaju u obzir moguće pozitivne i negativne posljedice otkrivanja informacija o sebi i procjenjuju da li bi se trebali samootkrivati. Barrell i Jourard (1976, prema Petronio i Martin, 1986) ističu da «je varijabla koja određuje našu spremnost otkrivanja osobi koja nam se sviđa način na koji zamišljamo ishode tog otkrivanja i njihov utjecaj na naše prijateljstvo...»(str 191). Postoje najmanje tri moguća pozitivna ishoda samootkrivanja:

1. razvijanje većeg prihvaćanja i razumijevanja samoga sebe
2. razvijanje većeg prihvaćanja i razumijevanja drugih ljudi
3. razvijanje dubljih, značajnijih veza (prema Pearson i Spitzberg, 1990).

Kao što vidimo, samootkrivanje je vrlo važno za bliske odnose, ali ne treba ga koristiti uvijek i svugdje. Bitno je samootkrivanje prilagoditi situaciji, kulturalnim normama i osobi s kojom se razgovara. Nema univerzalnog «recepta» za uspješno samootkrivanje, već ono ovisi o uspostavljenoj ravnoteži i učenju.

Tip privrženosti koji pojedinac razvije u djetinjstvu može objasniti individualne razlike u sposobnosti stjecanja vještina potrebnih za samootkrivanje. Na primjer, osobe koje imaju visoki rezultat i na dimenziji izbjegavanja i na dimenziji anksioznosti vide sebe kao nevrijedne a druge kao neprihvaćajuće. Takvo gledište dovodi do toga da pojedinac izbjegava sve interakcije s drugima i samim time sebi umanjuje mogućnost razvijanja i vježbanja vještine samootkrivanja.



Ranije spomenuti unutarnji radni modeli stvaraju stavove prema osobama s kojima stupamo u interakciju i oblikuju ciljeve interakcije koji mogu utjecati na samootkrivanje. Nađeno je da i privrženost i samootkrivanje igraju ključnu ulogu u formiranju bliskih odnosa (Berg i Derlega, 1987; Chelune, 1979; Hazan i Shaver, 1987; prema Mikulincer i Nachshon, 1991) i da odražavaju individualne razlike u ciljevima interakcija. Dosadašnjim istraživanjima povezanosti te dvije varijable dobiveni su teoretski značajni rezultati, ali i neki nedosljedni podaci (prema Bradford, Feeney i Campbell, 2002). Na primjer, Mikulincer i Nachson (1991) su u svom istraživanju pokazali da je zaokupljeni tip privrženosti povezan s većim samootkrivanjem nego izbjegavajući tip privrženosti. Nasuprot tome, u istraživanju koje su proveli Keelan, Dion i Dion (1998; prema Bradford, Feeney i Campbell, 2002) dobiveno je da privrženost nije povezana sa samootkrivanjem. Uzrok takvih nekonzistentnih nalaza je najčešće u instrumentima koji se koriste ili u načinu na koji se operacionalizira i mjeri samootkrivanje. Najčešće se u istraživanjima ispituju dubina i količina samootkrivanja, a zanemaruju se njegove ostale dimenzije. Moguće je da su pojedine dimenzije samootkrivanja u različitim odnosima s dimenzijama privrženosti, te da do nejednoznačnih rezultata dolazi upravo zato što se u različitim istraživanjima zahvaća različiti dio ovog složenog koncepta. Zato je potrebno provesti istraživanje koje bi obuhvatilo i ukupno samootkrivanje i njegove pojedine dimenzije, te njihovu povezanost s dimenzijama privrženosti. Upravo to je učinjeno u ovom istraživanju.

## **CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE**

Cilj istraživanja je ispitati odnos dimenzija privrženosti i samootkrivanja u odrasloj dobi s obzirom na spol i tip odnosa ispitanika s drugim bliskim osobama (prijateljem, roditeljem i partnerom).

1. Ispitati razlike u izraženosti dimenzija privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) s obzirom na spol i ciljnu osobu.

Pretpostavljamo da postoji statistički značajna spolna razlika u izraženosti dimenzija privrženosti i to takva da žene imaju viši rezultat na dimenziji anksioznosti od muškaraca, a muškarci imaju izraženiju dimenziju izbjegavanja nego žene. Na temelju istraživanja Kamenov i Jelić (2005) pretpostavljamo da će dimenzija anksioznosti biti najizraženija u odnosu s partnerom, zatim u odnosu s prijateljem i najmanje izražena u odnosu s roditeljima. Za dimenziju izbjegavanja pretpostavljamo da će biti najizraženija u odnosima s roditeljima, zatim u odnosima s partnerom, a najslabije izražena u odnosu s prijateljima.

2. Ispitati spolne razlike i razlike s obzirom na ciljnu osobu u ukupnom samootkrivanju i u pojedinim dimenzijama samootkrivanja.

Pretpostavljamo da će postojati statistički značajna razlika u samootkrivanju između žena i muškaraca i to takva da će kod žena razina samootkrivanja biti značajno viša. Mnoga istraživanja su ukazala na to da se žene u prosjeku samootkrivaju češće nego muškarci (Highlen i Gillis, 1978; Jourard, 1971; prema Petronio i Martin, 1986). Dosadašnja istraživanja su pokazala da se samootkrivanje razlikuje ovisno o ciljnim osobama i da se više otkrivamo osobama s kojima smo intimniji. S obzirom na dob uzorka korištenog u ovom istraživanju smatramo da će samootkrivanje prema roditeljima biti najmanje, zbog želje za odvajanjem, neovisnošću i autonomijom.

3. Ispitati odnos dimenzija privrženosti (anksioznosti i izbjegavanja) i samootkrivanja (i ukupnog i njegovih pojedinih dimenzija).

Pretpostavljamo da će dimenzija izbjegavanja biti negativno povezana sa samootkrivanjem, tj. da će visoka razina izbjegavanja biti povezana sa nižom razinom ukupnog samootkrivanja. Uz to, pretpostavljamo da neće postojati povezanost između dimenzije anksioznosti i samootkrivanja.

## **METODA**

### **Postupak**

Podaci su prikupljeni individualno, tijekom ljeta 2006. g. na 205 sudionika. Svaki sudionik je popunjavao Inventar iskustva u bliskim vezama za ciljnu osobu (npr. najboljeg prijatelja) nakon kojeg je slijedila Revidirana skala samootkrivanja za tu istu osobu. Isti postupak je ponovljen i za ostale dvije ciljne osobe (roditelja i partnera). Redoslijed ciljnih osoba je variran od sudionika do sudionika, da bi se poništio njegov eventualni utjecaj na rezultate. Za ispitivanje različitih ciljnih osoba korišteni su jednaki instrumenti, ali je ovisno o ciljnoj osobi variran redoslijed pitanja unutar skala.

### **Sudionici**

U istraživanju je sudjelovalo 205 sudionika iz Hrvatske, 92 muškog i 113 ženskog spola. Radilo se o prigodnom uzorku, jer su sudionike pronalazili ispitivači na svojim radnim mjestima, mjestima gdje izlaze u slobodno vrijeme i na fakultetima koje pohađaju. Sudionici su morali biti u rasponu od 18 do 40 godina starosti i imati barem jednog živog roditelja. Većina sudionika (60%) bila je u rasponu od 22 do 30 godina, dok ih je 15% bilo mlađe od 22 godine, a 25% starije od 30 godina.

Najveći broj sudionika je srednje stručne spreme (62,4%), ali su u znatnom broju zastupljeni i visokoobrazovani pojedinci (27,8% sudionika). Od ukupno 205 sudionika njih 120 je bilo u trenutku ispitivanja u ljubavnoj vezi, a prosječno trajanje veze iznosilo je 4 godine i 9 mjeseci. Ukupno 61 sudionik je u trenutku ispitivanja živio s partnerom, a 47 ih je bilo u braku.

### **Instrumenti**

U ispitivanju je korištena kraća modificirana verzija Brennanovog Inventara iskustava u bliskim vezama koju su napravile Kamenov i Jelić (2003) i Revidirana skala samootkrivanja (Wheeles i Grotz, 1976). Za oba instrumenta su napravljene verzije za svaku od tri ciljne osobe (za prijatelja, roditelja i partnera).

### *Inventar iskustava u bliskim vezama*

Brennan i sur. su 1998 konstruirali Inventar iskustva u bliskim vezama (eng. *Experiences in Close Relationship Inventory*), kojeg čine skala anksioznosti (strah od odbijanja ili napuštanja) i skala izbjegavanja (doživljaj neugode zbog bliskosti i ovisnosti o drugima). Radi se o skali samoprocjene od 36 čestica kojom se može ustanoviti rezultat sudionika na te dvije ortogonalne dimenzije, te tip privrženosti sudionika na osnovi kombinacije rezultata na dimenzijama. Ovaj instrument se smatra do danas najboljom mjerom privrženosti u odrasloj dobi.

Kamenov i Jelić (2003) provele su istraživanje u kojem je jedan od ciljeva bio i skratiti Brennanov Inventar iskustva u bliskim vezama. Kao rezultat tog istraživanja dobiven je upola kraći instrument koji je zadržao gotovo sve karakteristike originalnog instrumenta. Faktorska struktura skale ostala je ista, zadržana su dva faktora: anksioznost i izbjegavanje, na koje je raspoređeno po devet odgovarajućih čestica (Kamenov i Jelić, 2003). Pouzdanost Inventara iskustava u bliskim vezama je visoka i zadovoljavajuća. Dobiveni Cronbachov alpha koeficijent iznosi za skalu izbjegavanja, ovisno o ciljnoj osobi, između ,80 i ,88, a za skalu anksioznosti između ,80 i ,83.

Zadatak sudionika pri ispunjavanju Inventara je izražavanje stupnja slaganja sa svakom od navedenih tvrdnji, na skali od 7 stupnjeva (1 – uopće se ne slažem, 4 – niti se slažem niti se ne slažem, 7 – potpuno se slažem). Rezultat sudionika određuje se zbrajanjem procjena za odgovarajuće čestice svake pojedine skale uz prethodno rekodiranje tri čestice. Posebno se zbrajaju bodovi na parnim česticama jer se one odnose na dimenziju anksioznosti i na neparnim česticama jer se one odnose na dimenziju izbjegavanja. Tip privrženosti sudionika određen je na temelju njegovih rezultata na dimenzijama anksioznosti i izbjegavanja, kako je prikazano u tablici 2.

*Tablica 2*

Prikaz formiranja tipa privrženosti na temelju rezultata sudionika na skali izbjegavanja i anksioznosti (medijan 36)

		<b>Izbjegavanje</b>	
		<b>≤36</b>	<b>&gt;36</b>
<b>Anksioznost</b>	<b>≤36</b>	Sigurna privrženost	Odbijajuća privrženost
	<b>&gt;36</b>	Zaokupljena privrženost	Plašljiva privrženost

### *Revidirana skala samootkrivanja*

Wheelees i Grotz (1976) razvili su Revidiranu skalu samootkrivanja – RSDS (eng. *Revised Self-Disclosure Scale*) da bi poboljšali postojeće načine mjerenja samootkrivanja. Autori su smatrali da se samootkrivanje sastoji od osam dimenzija: čestina, trajanje, iskrenost, točnost, intimnost, namjera, pozitivna/negativna priroda informacija i važnost samootkrivanja za druge teme. Da bi provjerili svoju hipotezu obavljeno je ispitivanje na širokom rasponu sudionika i to za 20 različitih ciljnih osoba (npr. bračni drug, majka, liječnik,...)

Ortogonalnom rotacijom je dobiveno pet faktora koji su objasnili 60% varijance, a oblimin rotacijom šest faktora koji su objasnili jednaki postotak varijance. Autori su zaključili da, budući da su obje rotacije kao rezultat imale sličnu faktorsku strukturu, postoji barem 5 nezavisnih dimenzija samootkrivanja. Mnoge dimenzije su empirijski dokazane, što pruža određenu potvrdu konstruktnoj valjanosti ove skale (Wheelees i Grotz, 1976; prema Rubin i sur.). Uz to, provedena su istraživanja (Wheelees i sur., 1986; Wheelees, 1978; prema Rubin i sur.) koja su potvrdila valjanost faktorske strukture RSDS.

Za potrebe ovog istraživanja RSDS skala je prevedena na hrvatski jezik. Provjera faktorske strukture skale na našem uzorku potvrdila je strukturu koju navode njeni autori i identificirala 5 faktora koji objašnjavaju oko 60% varijance. Izračunate su i pouzdanosti dimenzija samootkrivanja, a dobiveni Cronbachov alpha koeficijenti iznose između ,60 i ,84.

Čini se da je RSDS i pouzdana i valjana mjera samootkrivanja, no njena najveća snaga je raznolika mogućnost upotrebe. Wheelees je zapravo stvorio mjeru i opće razine samootkrivanja i razine samootkrivanja nekoj određenoj (ciljnoj) osobi. Uz to, rezultat pojedinog sudionika može se izraziti kao ukupna razina samootkrivanja ili kao rezultat na pojedinim dimenzijama samootkrivanja.

Skala se sastoji od 31 čestice. Zadatak sudionika je izraziti svoj stupanj slaganja sa svakom od tvrdnji, na skali od 7 stupnjeva (1 – uopće se ne slažem, 4 – niti se slažem niti se ne slažem, 7 – potpuno se slažem). Rezultat sudionika određuje se zbrajanjem procjena za odgovarajuće čestice svake pojedine dimenzije uz prethodno rekodiranje nekih čestica. Ukupno samootkrivanje sudionika se računa zbrajanjem rezultata na svim česticama skale.

## REZULTATI I RASPRAVA

Pri odgovaranju na postavljene probleme valjalo je prvo utvrditi zastupljenost različitih tipova privrženosti među sudionicima, s obzirom na spol i ciljnu osobu (roditelj, partner, prijatelj). U tu svrhu su rezultati na Inventaru iskustava u bliskim vezama izraženi na dvije postojeće dimenzije: anksioznost i izbjegavanje. Kombinacija rezultata na te dvije dimenzije čini jedan od četiri tipa privrženosti. Takav tip privrženosti je izračunat za svakog pojedinca u sve tri vrste bliskog odnosa (s prijateljem, partnerom i roditeljem). Zastupljenost pojedinog tipa privrženosti u uzorku  $N=205$  sudionika, s obzirom na ciljnu osobu, prikazana je u tablici 3.

*Tablica 3*  
Zastupljenost pojedinog tipa privrženosti u tri vrste bliskih odnosa na  $N=205$  sudionika

	Prijatelj		Roditelj		Partner	
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
Sigurna privrženost	153	74,6	131	63,9	138	67,3
Zaokupljena privrženost	29	14,1	10	4,9	47	22,9
Odbijajuća privrženost	15	7,3	52	25,4	15	7,3
Plasljiva privrženost	8	3,9	12	5,9	5	2,4

Redoslijed tipova privrženosti po čestini javljanja tj. zastupljenosti u uzorku je konzistentan sa rezultatima istraživanja Kamenov i Jelić (2005). Najveći postotak sudionika je sigurno privržen u odnosima s bliskim osobama. Slijede, prema čestini, zaokupljeni i odbijajući tip privrženosti, dok se najrjeđe u odnosima s bliskim osobama javlja plasljivi tip privrženosti.

Primjetne su i neke razlike u zastupljenosti pojedinih tipova privrženosti, s obzirom na ciljnu osobu. Naime, zaokupljeni tip privrženosti se najčešće javlja u odnosima s partnerom, a najrjeđi je u odnosima s roditeljima. Ovaj rezultat je moguće objasniti željom partnera da se što bolje upoznaju i saznaju što više jedno o drugom, ali se pritom boje napuštanja od strane partnera. Pretpostavljamo da je taj strah od napuštanja manji kod ostale dvije vrste odnosa (odnos s roditeljem i s najboljim prijateljem) jer su oni trajniji i stabilniji, pa se zato kod njih rjeđe javlja zaokupljena privrženost.

U odnosu s roditeljem se odbijajuća privrženost javlja češće od zaokupljene privrženosti, što bi moglo biti odraz dobi sudionika i javljanja želje za autonomijom i samostalnošću, te odvajanja od roditeljskog utjecaja. Ovakav poredak zastupljenosti tipova privrženosti u odnosu s roditeljima dobiven je i u istraživanju Kamenov i Jelić (2005). Odbijajuća i plašljiva privrženost su najčešće u odnosima s roditeljima, a upravo njih karakterizira visoka razina izbjegavanja. Čini se da to možemo pripisati želji sudionika za osamostaljivanjem ili već prisutnoj odvojenosti od roditelja kod starijih sudionika.

Provjerena je statistička značajnost spolnih razlika u zastupljenosti određenog tipa privrženosti i dobiveno je da ta razlika nije statistički značajna za odnose s prijateljima i s roditeljima. Dobiveni rezultati za ove dvije vrste odnosa prikazani su u tablici 4.

*Tablica 4*  
Zastupljenost tipova privrženosti u dvije vrste bliskih odnosa (s prijateljima i roditeljima) na  $N=205$  sudionika, ovisno o spolu sudionika

	Prijatelj		Roditelj	
	Muškarci ( $n=92$ )	Žene ( $n=113$ )	Muškarci ( $n=92$ )	Žene ( $n=113$ )
Sigurna privrženost	67 (72,8%)	86 (76,1%)	52 (56,5%)	79 (69,9%)
Zaokupljena privrženost	10 (10,9%)	19 (16,8%)	4 (4,3%)	6 (5,3%)
Odbijajuća privrženost	10 (10,9%)	5 (4,4%)	30 (32,6%)	22 (19,5%)
Plašljiva privrženost	5 (5,4%)	3 (2,7%)	6 (6,5%)	6 (5,3%)
$\chi^2$	5,223; $p>,05$		5,098; $p>,05$	

Spolna razlika u zastupljenosti pojedinih tipova privrženosti je statistički značajna kada se radi o odnosu s partnerom, ali samo kod plašljivog tipa privrženosti. Ovi rezultati pokazuju da su muškarci statistički značajno češće nego žene plašljivo privrženi u svojim odnosima s partnerom/partnericom. Navedeni rezultati su prikazani u tablici 5.

Mnogi autori (Bartholomew i Horowitz, 1991, Kobak i Sceery, 1988; DiTommaso i sur., 2001; prema Jerković, 2005) nalaze konzistentne spolne razlike na četverodijelnom modelu privrženosti, osobito kod zaokupljenog stila privrženosti, gdje

je veća zastupljenost žena, te kod odbijajuće privrženosti gdje je veća zastupljenost muškaraca. Pretpostavljam da bi se navedene razlike na većem broju sudionika pokazale statistički značajnima i u našem istraživanju.

Tablica 5

Zastupljenost tipova privrženosti u odnosima s partnerom na  $N=205$  sudionika, ovisno o spolu

	Partner				$\chi^2$
	Muškarci ( $n=92$ )		Žene ( $n=113$ )		
	$N$	%	$N$	%	
Sigurna privrženost	60	65,2	78	69,0	2,75; $p>,05$
Zaokupljena privrženost	18	19,6	29	25,7	1,07; $p>,05$
Odbijajuća privrženost	9	9,8	6	65,3	1,50; $p>,05$
Plašljiva privrženost	5	5,4	0	0	6,30; $p<,01$
$\chi^2$	8,460; $p<,05$				

Prvi postavljeni problem je ispitati razliku u izraženosti dimenzija privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) s obzirom na spol i ciljnu osobu. Kod sudionika ovog istraživanja je izraženost dimenzija anksioznosti i izbjegavanja nešto niža od prosječne (srednja vrijednost skala je 36). Rezultati usporedbe izraženosti dviju dimenzija privrženosti u tri vrste bliskih odnosa prikazani su u tablici 6.

Tablica 6

Izraženost dimenzija privrženosti  $N=205$  sudionika s obzirom na spol sudionika i ciljnu osobu

	Prijatelj		Roditelj		Partner	
	$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$
Anksioznost	26,3	10,5	22,7	8,64	28,7	11,31
Izbjegavanje	21,3	9,80	29,2	12,40	22,1	9,43
$t$	-5,327; $p<,001$		6,671; $p<,001$		-6,853; $p<,001$	

Pokazalo se da je dimenzija anksioznosti značajno izraženija od dimenzije izbjegavanja u odnosima s prijateljem i s partnerom. Kada se radi o odnosu s roditeljima odnos dviju dimenzija je suprotan, dakle, sudionici su postizali značajno više rezultate na dimenziji izbjegavanja nego na dimenziji anksioznosti. Ovaj rezultat ukazuje na to da je kod sudionika prisutno smanjenje intimnosti s roditeljima, ali bez povećanja razine zabrinutosti oko održavanja odnosa.

Ispitana je i značajnost spolnih razlika i razlika s obzirom na ciljnu osobu u zastupljenosti dimenzija privrženosti. Ti rezultati su prikazani u tablici 7.



*Tablica 7*  
Spolne razlike u izraženosti dimenzija privrženosti  $N=92$  muškarca i  $N=113$  žena  
u tri vrste bliskih odnosa

		Prijatelj		Roditelj		Partner		<i>F</i>
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Anksioznost	M	25,5	10,24	22,5	8,91	28,1	10,94	1,473; $p>,05$
	Ž	26,9	10,74	22,8	8,46	29,3	11,62	
	<i>F</i>	17,801; $p<,01$						
Izbjegavanje	M	24,4	10,41	31,3	12,35	23,3	10,04	21,015; $p<,05$
	Ž	18,7	8,48	27,6	12,24	21,1	8,82	
	<i>F</i>	35,673; $p<,01$						

Složena analiza varijance pokazala je da nema statistički značajne spolne razlike u izraženosti dimenzije anksioznosti. Dakle, u ovom istraživanju se nije pokazalo da žene imaju višu razinu anksioznosti, kao što bi se očekivalo na temelju nekih prijašnjih istraživanja (Kobak i Sceery, 1988; DiTommaso i sur., 2001; prema Jerković, 2005).

Izraženost dimenzije anksioznosti je značajno različita između odnosa s prijateljem i roditeljem ( $p<,02$ ), te između odnosa s roditeljem i partnerom ( $p<,01$ ). Prema dobivenim rezultatima, sudionici imaju najvišu razinu anksioznosti u odnosima s partnerom, nešto nižu u odnosima s prijateljem, a najnižu razinu anksioznosti u odnosima s roditeljima. Ovakav poredak izraženosti dimenzije anksioznosti dobiven je i u istraživanju Kamenov i Jelić (2005). Dakle, sudionici su najviše zabrinuti vezom s partnerom, jer ta veza vjerojatno najmanje traje i najveći je strah od raskidanja upravo te vrste bliskog odnosa.

Interakcija spola sudionika i vrste odnosa za dimenziju anksioznosti nije se pokazala statistički značajnom ( $F(2,203)=0,154$ ;  $p>,05$ ).

Dobivena je statistički značajna spolna razlika u izraženosti dimenzije izbjegavanja. Muški sudionici imaju viši rezultat na dimenziji izbjegavanja u sve tri vrste bliskih odnosa. Ovaj nalaz može se pripisati većem traženju samostalnosti i neovisnosti kod muških sudionika koje dovodi do veće nelagode zbog ovisnosti o drugima i intimnosti s njima. Ovo je često ispitivana i potvrđivana spolna razlika, dobivena i u istraživanju Kamenov i Jelić (2005). Može se pripisati načinu odgoja i socijalizacije muških sudionika koji izbjegavaju preveliku intimnost i zbližavanje, jer se od muškaraca očekuje da budu samostalni, neovisni i jaki.

Također je dobivena statistički značajna razlika u izraženosti dimenzije izbjegavanja ovisno o vrsti bliskog odnosa, a post hoc Scheffe test je pokazao da je ta razlika značajna između odnosa s prijateljem i roditeljima ( $p < ,01$ ), te između odnosa s roditeljima i partnerom ( $p < ,01$ ). Dakle, sudionici imaju znatno jače izraženo izbjegavanje u svojim odnosima s roditeljima, nego u odnosima s prijateljima i partnerom, što je odraz njihovog osamostaljivanja i razvijanja neovisnosti od roditelja. U istraživanju Kamenov i Jelić (2005) je dobivena i značajna razlika u izraženosti dimenzije izbjegavanja između odnosa s partnerom i odnosa s prijateljem, dok kod nas razlika između te dvije skupine nije statistički značajna.

Interakcija spola sudionika i vrste odnosa za dimenziju izbjegavanja nije se pokazala statistički značajnom ( $F(2,203)=1,48; p > ,05$ ).

Drugi postavljeni problem bio je ispitati spolne razlike i razlike s obzirom na ciljnu osobu u ukupnom samootkrivanju i u pojedinim dimenzijama samootkrivanja. Malo je podataka u literaturi koji bi nam mogli pomoći u postavljanju hipoteza, ali s obzirom na dob uzorka korištenog u ovom istraživanju smatramo da će samootkrivanje prema roditeljima biti najmanje, zbog želje za odvajanjem, neovisnošću i autonomijom, a da će samootkrivanje prijateljima i partneru biti podjednako izraženo.

Rezultati sudionika na dimenzijama samootkrivanja, s obzirom na spol i ciljnu osobu, kao i njihovi rezultati na ukupnom samootkrivanju prikazani su u tablici 8.

Analiza varijance za navedene varijable je pokazala da postoje statistički značajne spolne razlike u razini ukupnog samootkrivanja. Ta razina je kod žena značajno viša nego kod muškaraca, kao što je i bilo pretpostavljeno na temelju dosadašnjih istraživanja. Postoje različita moguća objašnjenja ovih nalaza. Jedno je da su žene socijalizirane tako da budu empatične, otvorene i iskrenije, dok su muškarci zatvoreniji, hladniji i neiskreniji. Upravo zbog različitog načina socijalizacije postoje različiti kriteriji pri samootkrivanju, pa se muškarci i žene otkrivaju na različite načine. Drugo moguće objašnjenje je razlika u pojmu o sebi između muškaraca i žena. Naime, žene su više međuzavisne od muškaraca, tj. njihov pojam o sebi ovisan je o odnosima s drugim ljudima, dok su muškarci neovisniji (Hannover, Birkner i Pohlmann, 2006). Zato se može očekivati da će žene otkrivati više informacija o sebi od muškaraca, te tako produbljivati i održavati odnose koji su im vrlo važni.

Tablica 8

Razlike u samootkrivanju  $N=205$  sudionika (92 muškarca i 113 žena), s obzirom na spol i ciljnu osobu

		Prijatelj		Roditelj		Partner		<i>F</i>
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
namjera	M	20,7	4,89	20,7	4,75	20,8	4,61	0,272; $p>,05$
	Ž	21,2	5,20	21,0	4,67	20,7	4,84	
	U	20,9	5,06	20,8	4,70	20,7	4,73	
<i>F</i>				0,059; $p>,05$				
količina	M	26,6	7,76	25,9	7,55	26,8	8,08	17,978; $p<,01$
	Ž	30,6	8,63	27,5	9,02	29,8	8,54	
	U	28,8	8,47	26,8	8,41	28,5	8,45	
<i>F</i>				3,117; $p<,05$				
pozitivno/ negativno	M	33,1	6,94	33,2	6,55	32,9	6,49	0,289; $p>,05$
	Ž	31,2	6,99	33,9	7,91	33,3	7,09	
	U	32,0	7,02	33,6	7,32	33,1	6,81	
<i>F</i>				2,055; $p>,05$				
dubina	M	17,5	5,10	17,5	4,70	19,0	5,56	5,033; $p<,05$
	Ž	20,6	5,81	17,0	5,41	19,4	5,65	
	U	19,2	5,69	17,2	5,10	19,3	5,60	
<i>F</i>				8,405; $p<,01$				
iskrenost	M	39,6	9,02	38,6	8,59	39,4	8,75	12,410; $p<,01$
	Ž	43,0	7,83	40,1	9,12	41,9	8,47	
	U	41,5	8,54	39,4	8,89	40,8	8,66	
<i>F</i>				2,637; $p>,05$				
ukupno	M	137,5	18,29	135,8	17,40	139,1	20,02	14,590; $p<,001$
	Ž	146,5	19,87	139,4	22,98	145,0	20,45	
	U	142,5	19,66	137,8	20,70	142,3	20,42	
<i>F</i>				3,516; $p<,05$				

Ukupno samootkrivanje se statistički značajno razlikuje i s obzirom na ciljnu osobu. Sudionici su se značajno više samootkrivali prijateljima i partnerima nego roditeljima ( $p<,05$ ). Ovaj nalaz ukazuje na odvajanje od roditelja i stvaranje bliskih odnosa izvan kruga obitelji, s osobama kojima se sudionici mogu povjeravati i samootkrivati. Utjecaj roditelja s odrastanjem sve više slabi, pa tako i odnos s njima postaje manje intiman, a pojedinac nalazi značajne druge kojima će se samootkrivati i povjeravati.

Pokazalo se da postoje spolne razlike u količini, dubini i iskrenosti samootkrivanja u korist žena. Ovakvi rezultati ne iznenađuju jer žene grade odnose na povjeravanju i razgovoru, dok muškarci češće temelje odnose na zajedničkim aktivnostima, pa samim time imaju i manje potreba za samootkrivanjem.

Količina samootkrivanja je značajno viša u odnosima s prijateljima nego s roditeljima ( $p < ,05$ ), dok je dubina samootkrivanja značajno veća u odnosima s prijateljima i partnerima nego u odnosima s roditeljima ( $p < ,01$ ). Dakle, informacije koje pojedinci otkrivaju roditeljima su površne, dok privatne stvari o sebi koje izazivaju ranjivost pojedinci otkrivaju partnerima i prijateljima.

Pronađena je značajna interakcija spola i vrste odnosa na dimenziju dubine samootkrivanja ( $F(2,202)=5,716; p < ,05$ ), pri čemu je samootkrivanje žena dublje nego samootkrivanje muškaraca kada se radi o prijateljima i partnerima, a samootkrivanje muškaraca je dublje prema roditeljima. Postoje neki nalazi da su muškarci u kasnoj adolescenciji više vezani uz roditelje od djevojaka, što bi objasnilo veću razinu samootkrivanja muškaraca prema roditeljima.

Treći postavljeni problem bio je ispitati odnos dimenzija privrženosti (anksioznosti i izbjegavanja) i samootkrivanja s obzirom na spol i ciljnu osobu. Pretpostavljamo da ukupno samootkrivanje neće biti značajno povezano s dimenzijom anksioznosti, a da će biti značajno negativno povezano s dimenzijom izbjegavanja. Dobivene korelacije između dimenzija privrženosti i ukupnog samootkrivanja u tri različite vrste odnosa prikazane su u tablici 9.

*Tablica 9*  
Korelacije ukupnog samootkrivanja i dimenzija privrženosti u tri vrste bliskih odnosa (s prijateljem, roditeljima i partnerom) na  $N=205$  sudionika

		<b>Samootkrivanje</b>		
		Prijatelju	Roditelju	Partneru
<b>Privrženost</b>	Izbjegavanje	-,473**	-,596**	-,534**
	Anksioznost	-,053	-,094	,089

\*\*  $p < ,01$

Dobiveno je da je dimenzija izbjegavanja značajno negativno povezana sa samootkrivanjem u sve tri vrste bliskih odnosa. Ispitivanje značajnosti razlika među dobivenim koeficijentima korelacije pokazalo je da nema statistički značajne razlike

između odnosa s prijateljem i odnosa s roditeljem ( $t=1.84, p<.05$ ), odnosa s roditeljem i odnosa s partnerom ( $t=0,965; p<.05$ ), te odnosa s prijateljem i odnosa s partnerom ( $t=0,087; p<.05$ ).

Nije dobivena statistički značajna povezanost dimenzije anksioznosti i ukupnog samootkrivanja niti u jednoj od tri vrste odnosa, kao što se i očekivalo. Moguće je da korelacija između te dvije varijable nije dobivena zato što se zapravo radi o povezanosti u obliku slova «u» tj. da su i visoka i niska anksioznost povezane sa višom razinom ukupnog samootkrivanja.

U svrhu provjere ove hipoteze sudionici su rangirani prema rezultatu na dimenziji anksioznosti i podijeljeni u tri skupine (niža, srednja i visoka anksioznost), tako da je svaka skupina imala podjednak broj sudionika. Podjela sudionika i rezultati skupina prikazani su u tablici 10.

*Tablica 10*

Razlike u ukupnom samootkrivanju s obzirom na izraženost dimenzije anksioznosti u tri vrste bliskih odnosa (prijatelj, roditelj i partner) na  $N=205$  sudionika

<b>Prijatelj</b>						
		Anksioznost			Samootkrivanje	
Grupa	<i>N</i>	Raspon	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
1	71	9-20	15,3	3,31	145,3	19,53
2	68	21-31	25,8	3,17	140,2	18,66
3	66	32-60	38,5	6,43	141,7	20,67
<i>F</i>			0,918; $p<.05$			
<b>Roditelj</b>						
		Anksioznost			Samootkrivanje	
Grupa	<i>N</i>	Raspon	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
1	74	9-18	14,0	2,89	138,3	19,89
2	63	19-26	21,8	2,15	138,5	19,17
3	68	27-48	32,9	4,84	136,7	23,04
<i>F</i>			0,154; $p<.05$			
<b>Partner</b>						
		Anksioznost			Samootkrivanje	
Grupa	<i>N</i>	Raspon	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
1	71	9-23	16,6	4,40	139,5	20,96
2	68	24-33	28,7	2,82	143,3	18,36
3	66	34-60	41,8	6,19	144,5	21,76
<i>F</i>			1,225; $p<.05$			

Analizom varijance provjereno je postojanje razlike u količini ukupnog samootkrivanja među sudionicima sa nižim, srednjim i višim rezultatom na dimenziji anksioznosti i dobiveno je da ta razlika nije statistički značajna. Dakle, dobiveni rezultati ukazuju na to da dimenzija anksioznosti nije povezana s ukupnim samootkrivanjem pojedinca.

Moguće je ispitati i povezanost dimenzija privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) s pojedinim dimenzijama samootkrivanja (količina, dubina, namjera, iskrenost i pozitivno/negativno samootkrivanje). Korelacije navedenih varijabli su prikazane u tablici 11.

Dobivene korelacije dimenzije izbjegavanja i dimenzija samootkrivanja pokazuju da je dimenzija izbjegavanja u sve tri vrste odnosa značajno povezana sa manjom iskrenošću pri samootkrivanju, manjom dubinom samootkrivanja i manjom namjerom samootkrivanja, te sa otkrivanjem više negativnih nego pozitivnih informacija o sebi.

*Tablica 11*

Korelacije dimenzija samootkrivanja i dimenzija privrženosti u tri vrste bliskog odnosa (s prijateljem, roditeljima i partnerom) na  $N=205$  sudionika

		<b>Samootkrivanje</b>				
		namjera	količina	pozitivno/ negativno	dubina	iskrenost
Prijatelj	Anksioznost	-,113	,112	-,182**	,310**	-,223**
	Izbjegavanje	-,304**	-,249**	,029	-,316**	-,475**
Roditelj	Anksioznost	-,115	,061	-,192**	,226**	-,188**
	Izbjegavanje	-,243**	-,455**	-,069	-,392**	-,547**
Partner	Anksioznost	,019	,184**	-,057	,330**	-,149*
	Izbjegavanje	-,350**	-,204**	-,107	-,324**	-,576**

\*\*  $p < ,01$

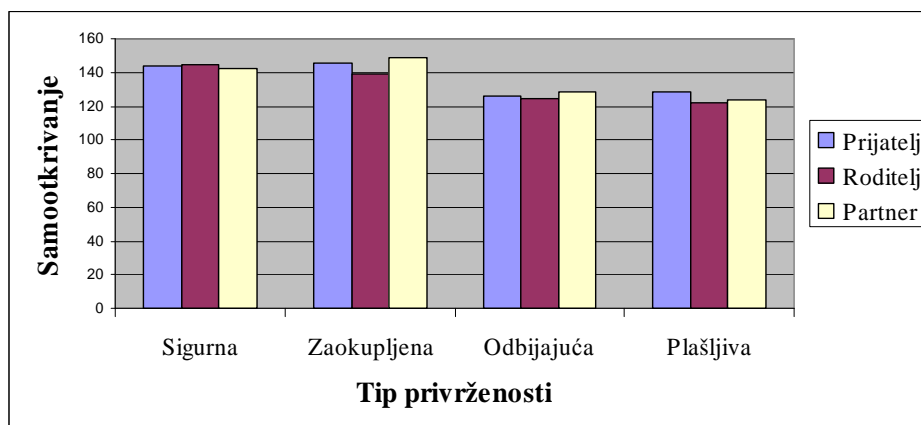
\*  $p < ,05$

Dimenzija anksioznosti je u sve tri vrste odnosa značajno povezana s iskrenošću i dubinom samootkrivanja. Značajnom se pokazala i povezanost anksioznosti i otkrivanja negativnih informacija o sebi u odnosima s roditeljem i prijateljem. Dakle, pojedinac koji ima izraženu anksioznost će u bliskim odnosima s manjom iskrenošću otkrivati informacije o sebi, a samootkrivanje će biti dublje što ukazuje na to da će ljudi zabrinuti oko svojih veza s bliskim osobama koristiti samootkrivanje da bi povećali i produbili intimnost i tako zadržali tu osobu kraj sebe.

Vjerojatno visoka anksioznost sa sobom nosi i zabrinutost oko odnosa te pojedinac priča o svojim brigama i stvarima za koje zna da su negativne kod njega. Budući da su odnosi s prijateljima i roditeljima najčešće duži nego odnos s partnerom vjerojatno u njima postoji veće povjerenje i intimnost, koji možda još nisu razvijeni u odnosima s partnerom. Možda kod sudionika još uvijek postoji tendencija prikazivanja partneru u najboljem mogućem svjetlu pa pojedinci partneru otkrivaju više pozitivnih nego negativnih informacija o sebi.

Količina samootkrivanja je značajno povezana s anksioznošću samo kod odnosa s partnerom, što ide u prilog pretpostavci da će visoko anksiozni pojedinci (zaokupljeni i plašljivi tip privrženosti) koristiti samootkrivanje da bi povećali intimnost. Zaokupljeni i plašljivi tip privrženosti su najčešći upravo kod odnosa s partnerom.

Analiza razlika u ukupnom samootkrivanju s obzirom na tip privrženosti, a ne samo s obzirom na dimenzije privrženosti mogla bi pružiti neke zanimljive podatke. Premali broj sudionika ovog istraživanja koji pripadaju pojedinim kategorijama tj. tipovima privrženosti ne dozvoljava upotrebu statističkih postupaka kojima bi se takve razlike testirale. Zato je odnos ukupnog samootkrivanja i tipova privrženosti za sve tri ciljne osobe grafički prikazan na slici 1.



Slika 1. Prikaz odnosa ukupnog samootkrivanja i tipa privrženosti za sve tri ciljne osobe (N=205)

Iz literature (Mikulincer i Nachshon, 1991; Bradford, 2002) mogu se dobiti podaci o izraženosti samootkrivanja ovisno o tipu privrženosti pojedinca. Oni sugeriraju da sigurno privrženi pojedinci najčešće vide blisku vezu kao nagrađujuću pa se prema

tome očekuje da će razina samootkrivanja kod njih biti zadovoljavajuća. Osobe s visoko izraženom dimenzijom izbjegavanja (odbijajući i plašljivi tip) vide intimnu vezu kao prijeteću i nezadovoljavajuću pa će pokušati ograničiti razinu samootkrivanja, da bi održali distancu od druge osobe. Osobe s visokim rezultatom na dimenziji anksioznosti, a niskim izbjegavanjem (zaokupljena privrženost) koristit će samootkrivanje da bi povećali intimnost u bliskim odnosima, pa će ono kod njih biti najizraženije.

Grafički prikaz rezultata sudionika ovog istraživanja pokazuje da je prosječna izraženost samootkrivanja kod sva četiri tipa privrženosti oko srednje vrijednosti skale samootkrivanja (vrijednost 120). Razlike među skupinama u razini samootkrivanja su jako male, ali se kreću u očekivanom smjeru (viša razina samootkrivanja kod zaokupljene i sigurne privrženosti, a niža kod odbijajuće i plašljive privrženosti, u sve tri vrste odnosa).

Iako je do sada već ispitivana povezanost dimenzija privrženosti i samootkrivanja, ovo istraživanje je prvo koje je to ispitivalo u različitim vrstama bliskih odnosa. U tu svrhu je i na hrvatski jezik prevedena Revidirana skala samootkrivanja (Wheless i Grotz, 1976) te potvrđena njena faktorska struktura i na sudionicima iz Hrvatske (naravno, treba imati na umu da se radi o prigodnom uzorku sudionika). Rezultati ovog istraživanja ukazuju na to da odnos samootkrivanja i dimenzija privrženosti nije jednostavan i da se u mjerenjima samootkrivanja treba uzeti u obzir i osoba kojoj se pojedinac samootkriva, jer odnos može imati značajan utjecaj na ukupno samootkrivanje i na njegove pojedine dimenzije.

Osim doprinosa objašnjenju konstrukta samootkrivanja i prevođenja skale za mjerenje samootkrivanja, rezultati ovog istraživanja imaju određene praktične implikacije. Naime, dobiveni rezultati mogu se koristiti kao polazna osnova u tretmanima pojedinaca koji imaju probleme u bliskim odnosima. Ukazivanje na važnost samootkrivanja i vježbanje tehnika njegovog primjenjivanja moglo bi poboljšati odnose među ljudima, te povećati intimnost i međusobno razumijevanje.

Broj sudionika u ovom istraživanju je relativno mali, što je dovelo do premalog broja sudionika u pojedinim tipovima privrženosti, kao i u pojedinim dobnim skupinama. To je onemogućilo provođenje nekih statističkih obrada za koje pretpostavljam da bi nam dale zanimljive rezultate. Dakle, trebalo bi provesti daljnja



istraživanja povezanosti samootkrivanja i dimenzija privrženosti na većem broju sudionika i na različitim skupinama sudionika (stariji, mlađi, oženjeni, samci i slično). Uz to, bilo bi zanimljivo ispitati odnos ovih varijabli i kod različitih ciljnih osoba, a ne samo u navedena tri bliska odnosa. Kao što vidimo, potrebna su daljnja istraživanja validacije konstrukta samootkrivanja i njegove povezanosti s konstruktima iz područja socijalne psihologije bliskih odnosa.

Rezultati ovog istraživanja temelje se isključivo na procjenama sudionika o njihovom odnosu s bliskim osobama. Takve procjene mogu biti pod utjecajem različitih pristranosti ili pak nemogućnosti pojedinca da adekvatno procijeni određeni aspekt bliskog odnosa.

Ograničenje ovog istraživanja je i jednokratnost prikupljanja podataka, budući da su sudionici rješavali upitnike u jednoj točki mjerenja. Bilo bi zanimljivo provesti longitudinalno istraživanje u kojem bi se mogao pratiti razvoj odnosa među prijateljima, roditeljima i partnerima, te mijenjanje samootkrivanja prema tim osobama kroz vrijeme.

Ograničenje pri zaključivanju na temelju podataka dobivenih ovim istraživanjem predstavlja i njegova korelacijska priroda. Naime, iz dobivenih rezultata nije opravdano donositi zaključke o uzročno posljedičnom slijedu ispitivanih varijabli. Na primjer, ne možemo reći da li visoko izbjegavanje u bliskim odnosima dovodi do niskog samootkrivanja ili pak nedostatak samootkrivanja dovodi do većeg izbjegavanja u bliskim odnosima.

## ZAKLJUČAK

Istraživanje je provedeno sa 205 sudionika u dobi od 18 do 40 godina koji imaju barem jednog živog roditelja. Prema očekivanju, nađeno je da najveći postotak sudionika spada u sigurno privržene pojedince, dok se najrjeđe javlja plašljivi tip privrženosti u odnosima s bliskim osobama.

Ispitivanje izraženosti pojedinih dimenzija privrženosti kod sudionika pokazalo je da je anksioznost jednako izražena kod oba spola, te da muški sudionici imaju izraženiju dimenziju izbjegavanja od žena. Ovaj nalaz se može pripisati većem traženju samostalnosti i neovisnosti kod muških sudionika koje dovodi do veće nelagode zbog ovisnosti o drugima i intimnosti s njima. Izbjegavanje je, sukladno tome, najizraženije u odnosima s roditeljima, a manje je izraženo u odnosima s prijateljima i partnerom.

Pokazalo se da je razina ukupnog samootkrivanja značajno viša kod žena i one su pri samootkrivanju iskrenije od muškaraca. Uz to, prijateljima i partnerima se više otkrivamo i dajemo im intimnije informacije o sebi nego roditeljima. Ovi nalazi su lako razumljivi budući da su sudionici takve dobi u kojoj im je puno važniji odnos s prijateljima i partnerom, dok se gubi utjecaj roditelja i ovisnost o njima.

Ispitana je i povezanost varijabli privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) i ukupnog samootkrivanja, te pojedinih dimenzija samootkrivanja. Dobiveno je da nema statistički značajne povezanosti između dimenzije anksioznosti i ukupnog samootkrivanja niti u jednoj od tri vrste odnosa, ali je anksioznost povezana s manjom iskrenošću i većom dubinom samootkrivanja, te otkrivanjem više negativnih informacija o sebi. Dimenzija izbjegavanja je značajno negativno povezana sa samootkrivanjem u sve tri vrste bliskih odnosa i sa manjom iskrenošću pri samootkrivanju, manjom dubinom samootkrivanja i manjom namjerom samootkrivanja, te sa otkrivanjem više negativnih nego pozitivnih informacija o sebi.

Budući da se radi o istraživanju korelacijske prirode iz rezultata nije opravdano zaključivati o uzročno posljedičnom slijedu povezanih varijabli. Stoga ne možemo reći da li visoko izbjegavanje u bliskim odnosima dovodi do niskog samootkrivanja ili pak nedostatak samootkrivanja dovodi do većeg izbjegavanja u bliskim odnosima.

## LITERATURA

Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 61, 226-244.

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

Brace, N., Kemp, R. & Snelgar, R. (2000). *SPSS for Psychologists. A Guide to Data Analysis Using SPSS for Windows (Versions 8, 9 and 10)*. Lawrence Erlbaum Assoc.

Bradford, S.A., Feeney, J.A & Campbell, L. (2002). Links between attachment orientations and dispositional and diary-based measures of disclosure in dating couples: A study of actor and partner effects. *Personal Relationships*, Vol 9, 491-506.

Bretherton, I., Munholland, K.A. (1999). Internal working models in attachment relationships. U: Cassidy, J., Shaver, P. R., (Ur). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: The Guilford press, 89-109.

Cassidy, J. (1999). The nature of the child's ties. U: Cassidy, J., Shaver, P. R., (Ur). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: The Guilford press, 3-20.

Cozby, P. C. (1973). Self-disclosure: A literature review. *Psychological Bulletin*, Vol 79, pp. 73-91.

Crowell, J.A. & Waters, E. (1994). Bowlby's theory grown up: The role of attachment in adult love relationships. *Psychological Bulletin*, Vol 94, 472-505.

Derlega, V. J. & Grzelak, J. (1979). Appropriateness of self-disclosure. U: G. J. Chelune. *Self-disclosure*. San Francisco: Jossey-Bass, 151-176.

Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships. U: Cassidy, J., Shaver, P. R., (Ur). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: The Guilford press, 355-377.

Hannover, B., Birkner, N. & Pohlmann, C. (2006). Ideal selves and self-esteem in people with independent or interdependent self-construal. *European Journal of Social Psychology*, Vol 36, 119-133.

Jerković, V. (2005) *Privrženost i psihološka prilagodba studenata*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Kamenov, Ž. & Jelić, M. (2005). Stability of attachment styles across students' romantic relationships, friendships and family relations. *Review of Psychology*, Vol 12 (2), 115-123.

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*, Vol 6, 73-91.

Lombardo, J.P. & Wood, R.D. (1979). Satisfaction with interpersonal relations as a function of level of self-disclosure. *Journal of Psychology*, Vol 102, 21-26.

McKay, M., Davis, M. & Fanning, P. (1983). *Messages: The communication book*. New Harbinger Publications, Oakland.

Mikulincer, M. & Nachshon (1991). Attachment Styles and Patterns of Self-Disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 61 (2), 321-331.

Pearson, J.C. i Spitzberg, B.H. (1990). *Interpersonal Communication: Concepts, Components, and Contexts (2nd ed.)*. Dubuque. Brown

Petronio, S. i Martin, J.N. (1986). Ramifications of Revealing Private Information: A Gender Gap. *Journal of Clinical Psychology*. Vol 42, 499-506.

Petz, B. (1997). *Osnovne statističke metode za nematematičare*. Jastrebarsko, Naklada Slap.

Rubin, R. B., Palmgreen, P. & Sypher, H. E. (Eds.). *Communication research measures: A sourcebook*. New York: Guilford, 322-326.

Sanković, K. (2005). *Ispitivanje razlika u percepciji roditeljskog prihvaćanja i odbijanja kod studenata različite privrženosti u ljubavnim vezama*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Tardy, C.H., Dindia, K (1997). Self-disclosure. U: Hargie, O.D.W. *The Handbook of Communication Skills*. Routledge. London

Vasta, R., Haith, M. M. i Miller, S. A. (1998). *Dječja psihologija*. Jastrebarsko, Naklada Slap.

## PRILOZI

### Prilog 1. Uvodni upitnik korišten u ovom istraživanju

Poštovani,

ovo istraživanje provodi se u okviru diplomskog rada studentice psihologije na **Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu**. Istražujemo kako ljudi komuniciraju s bliskim osobama.

Vaše nam je iskustvo i mišljenje dragocjeno i svojim biste nam sudjelovanjem pomogli u prikupljanju vrijednih podataka. Stoga Vas molimo da što iskrenije odgovorite na sljedeća pitanja. Istraživanje je anonimno, a podaci će biti korišteni isključivo u znanstvene svrhe.

**Unaprijed Vam zahvaljujemo na suradnji!**

1. Spol                    M            Ž

2. Koliko imate godina? \_\_\_\_\_

3. Završeni stupanj obrazovanja

- a) nezavršena osmogodišnja škola
- b) osnovna škola
- c) srednja škola
- d) viša škola
- e) visoka škola/fakultet
- f) akademski stupanj (mr., dr.)

4. Jeste li trenutno s nekim u ljubavnoj vezi?    DA    NE

Ako jeste, koliko dugo?        \_\_\_\_\_ godina    \_\_\_\_\_ mjeseci

5. Živate li zajedno s partnerom, ako ga imate?    DA    NE

Ako da, koliko dugo?        \_\_\_\_\_ godina    \_\_\_\_\_ mjeseci

6. Jeste li u braku?        DA    NE

Ako jeste, koliko dugo?        \_\_\_\_\_ godina    \_\_\_\_\_ mjeseci

**Prilog 2.** Skala privrženosti i skala samootkrivanja koje su korištene u ovom istraživanju (za ispitivanje odnosa s roditeljima).

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vaše osjećaje u obiteljskim odnosima. Zanima nas kako se Vi općenito osjećate u Vašim odnosima s RODITELJIMA. Pri odgovaranju na ovu skalu imajte na umu jednog roditelja i to onog s kojim ste bliskiji.

Molimo Vas da pažljivo pročitate svaku tvrdnju i odgovorite u kojoj mjeri se s njom slažete. 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 ne slažem	niti se slažem niti se ne slažem
		potpuno se slažem
1. Pokušavam izbjeći preveliko zблиžavanje s roditeljima.	1	2 3 4 5 6 7
2. Postanem nezadovoljan/nezadovoljna kad moji roditelji nisu na raspolaganju kad ih trebam.	1	2 3 4 5 6 7
3. Ne osjećam se ugodno kada se emocionalno otvaram svojim roditeljima.	1	2 3 4 5 6 7
4. Bojim se da moji roditelji neće mariti za mene koliko ja marim za njih.	1	2 3 4 5 6 7
5. Osjećam se ugodno dijeleći svoje intimne misli i osjećaje s roditeljima.	1	2 3 4 5 6 7
6. Kada nemam bliskog člana obitelji, osjećam se pomalo tjeskobno i nesigurno.	1	2 3 4 5 6 7
7. Gotovo sve govorim svojim roditeljima.	1	2 3 4 5 6 7
8. Jako se brinem da ću izgubiti naklonost svojih roditelja.	1	2 3 4 5 6 7
9. Nervozan/nervozna sam kada mi se roditelji previše emocionalno približe.	1	2 3 4 5 6 7
10. Ako ne mogu navesti roditelje da pokažu interes za mene, postajem uznemiren/a ili ljut/a.	1	2 3 4 5 6 7
11. obraćam se roditeljima iz puno razloga, uključujući utjehu i smirivanje.	1	2 3 4 5 6 7
12. Moja želja za bliskošću ponekad uplaši i otjera moje roditelje.	1	2 3 4 5 6 7
13. Radije ne pokazujem roditeljima svoje prave osjećaje.	1	2 3 4 5 6 7
14. Zamjeram svojim roditeljima kada provode vrijeme odvojeno od mene.	1	2 3 4 5 6 7
15. Osjećam se jako neugodno kad sam blizak/bliska s roditeljima.	1	2 3 4 5 6 7
16. Brinem se da ću ostati sam/a.	1	2 3 4 5 6 7
17. U trenutku kada se moji roditelji počnu zблиžavati sa mnom, primjećujem da se ja povlačim.	1	2 3 4 5 6 7
18. Ponekad osjećam da prisiljavam svoje roditelje da pokazuju više osjećaja, više obvezivanja.	1	2 3 4 5 6 7

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vašu komunikaciju u obiteljskim odnosima. Zanima nas kako Vi općenito komunicirate u Vašim odnosima s RODITELJIMA. Pri odgovaranju na ovu skalu imajte na umu jednog roditelja i to onog s kojim ste bliskiji.

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		
	<b>uopće se ne slažem</b>	<b>niti se slažem niti se ne slažem</b>	<b>potpuno se slažem</b>
1.	Ne pričam često o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
2.	Obično razotkrivam pozitivne stvari o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
3.	Ne mogu se otkrivati kad to želim jer ne poznajem samog/samu sebe dovoljno dobro.	1	2 3 4 5 6 7
4.	Kad to želim, ono što otkrivam o sebi je uvijek točan odraz onoga što ja stvarno jesam.	1	2 3 4 5 6 7
5.	Moje izjave o vlastitim osjećajima su obično kratke.	1	2 3 4 5 6 7
6.	Sve u svemu, moja razotkrivanja o sebi više su negativna nego pozitivna.	1	2 3 4 5 6 7
7.	U razgovoru otvoreno i potpuno razotkrivam ono što stvarno jesam.	1	2 3 4 5 6 7
8.	Često nisam siguran/sigurna da su moji izražaji vlastitih osjećaja i doživljaja istiniti odraz mene.	1	2 3 4 5 6 7
9.	Obično prilično dugo govorim o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
10.	Obično otkrivam «loše» osjećaje koje imam o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
11.	Uvijek se osjećam potpuno iskrenim/iskrenom kad otkrivam vlastite osjećaje i doživljaje.	1	2 3 4 5 6 7
12.	Kad izražavam svoje osjećaje, uvijek sam svjestan/svjesna svega što radim i govorim.	1	2 3 4 5 6 7
13.	Moji razgovori najkraći su u slučajevima kad raspravljam o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
14.	Obično izražavam «dobre» osjećaje o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
15.	Jednom kad započnem, razotkrivanje mojih vlastitih osjećaja traje dugo.	1	2 3 4 5 6 7
16.	Moja razotkrivanja su potpuno točan odraz onog što ja stvarno jesam.	1	2 3 4 5 6 7
17.	Često pričam o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
18.	Često otkrivam više nepoželjnih nego poželjnih stvari o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
19.	Često razotkrivam intimne, osobne stvari o sebi bez oklijevanja.	1	2 3 4 5 6 7
20.	Nisam uvijek iskren/iskrena u svojim razotkrivanjima.	1	2 3 4 5 6 7
21.	Kad otkrivam što osjećam o samom/samoj sebi, to radim svjesno i namjerno.	1	2 3 4 5 6 7
22.	Često raspravljam o tome što osjećam o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
23.	Obično razotkrivam negativne stvari o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
24.	Osjećam da ponekad ne kontroliram razotkrivanje osobnih ili intimnih stvari koje kažem o sebi.	1	2 3 4 5 6 7
25.	Moje izjave o vlastitim osjećajima i doživljajima uvijek su točne percepcije sebe.	1	2 3 4 5 6 7
26.	Samo ponekad izražavam osobna uvjerenja i mišljenja.	1	2 3 4 5 6 7
27.	Sve u svemu, moja razotkrivanja o sebi više su pozitivna nego negativna.	1	2 3 4 5 6 7
28.	Uvijek sam iskren/iskrena kad se razotkrivam.	1	2 3 4 5 6 7
29.	Kad se razotkrivam, potpuno sam svjestan/svjesna toga što točno otkrivam.	1	2 3 4 5 6 7
30.	Jednom kad započnem, u potpunosti se intimno razotkrivam.	1	2 3 4 5 6 7
31.	Ne osjećam se uvijek potpuno iskrenim/iskrenom kad otkrivam svoje osjećaje, ponašanja i doživljaje.	1	2 3 4 5 6 7

\*\* Skale za ostale dvije vrste bliskog odnosa sastoje se od istih pitanja, ali su čestice rotirane. Zato su prilogu 4 a, 4 b, 5 a i 5b prikazane samo upute za skalu privrženosti i skalu samootkrivanja u ostale dvije vrste bliskog odnosa.

### **Prilog 3 a.** Uputa za skalu privrženosti u odnosu s prijateljima

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.

### **Prilog 3 b.** Uputa za skalu samootkrivanja u odnosu s prijateljima

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vašu komunikaciju u ljubavnim vezama. Zanima nas kako Vi općenito komunicirate 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.

### **Prilog 4 a.** Uputa za skalu privrženosti u odnosu s partnerom

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vaše osjećaje u prijateljskim odnosima. Zanima nas kako se Vi osjećate u Vašem odnosu s NAJBOLJIM PRIJATELJEM / PRIJATELJICOM.

Prijatelj/prijateljica na kojeg se odnose Vaši odgovori na ovoj skali je:

- a) istog spola kao i Vi
- b) suprotnog spola

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.

### **Prilog 4 b.** Uputa za skale samootkrivanja u odnosu s partnerom

Sljedeće tvrdnje odnose se na Vašu komunikaciju u prijateljskim odnosima. Zanima nas kako Vi općenito komunicirate u Vašem odnosu s NAJBOLJIM PRIJATELJEM / PRIJATELJICOM. 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.