

Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
Odsjek za psihologiju

**RAZLIKE U SVRSI UPOTREBE GLAZBE IZMEĐU GLAZBENIKA I
NEGLAZBENIKA**

Diplomski rad

Dajana Miloš

Mentorica: Prof.dr.sc. Lidija Arambašić

Zagreb, 2016.

SADRŽAJ

UVOD.....	1
<i>Upotreba glazbe u svakodnevnom životu</i>	<i>1</i>
<i>Razlike u svrsi upotrebe glazbe između glazbenika i neglazbenika</i>	<i>3</i>
<i>Anksioznost i depresivnost kao osobine te razlike u anksioznosti i depresivnosti između glazbenika i neglazbenika</i>	<i>3</i>
<i>Prediktori svrhe upotrebe glazbe.....</i>	<i>6</i>
<i>Cilj.....</i>	<i>7</i>
<i>Problemi i hipoteze</i>	<i>7</i>
METODA	9
<i>Sudionici.....</i>	<i>9</i>
<i>Mjerni instrumenti</i>	<i>9</i>
<i>Postupak</i>	<i>11</i>
REZULTATI.....	12
<i>Preliminarne analize i deskriptivna statistika</i>	<i>12</i>
<i>Testiranje razlika između glazbenika i neglazbenika te između muškaraca i žena u svrsi upotrebe glazbe.....</i>	<i>15</i>
<i>Prediktori emocionalne, kognitivne i pozadinske upotrebe glazbe</i>	<i>18</i>
RASPRAVA	21
<i>Razlike između glazbenika i neglazbenika u svrsi upotrebe glazbe</i>	<i>21</i>
<i>Rodne razlike u svrsi upotrebe glazbe</i>	<i>22</i>
<i>Razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti</i>	<i>24</i>
<i>Prediktori upotrebe glazbe</i>	<i>24</i>
<i>Ograničenja i prijedlozi za buduća istraživanja</i>	<i>25</i>
ZAKLJUČAK	27
LITERATURA.....	28
PRILOZI	31

Razlike u upotrebi glazbe između glazbenika i neglazbenika

Dajana Miloš

Sažetak

Pojedinci se prilikom slušanja glazbe usmjeravaju na različite elemente i koriste glazbu u različite svrhe. Ciljevi ovog istraživanja bili su ispitati razlike između glazbenika i neglazbenika te rodne razlike u upotrebi glazbe, depresivnosti i dimenzijama anksioznosti kao crta ličnosti te također ispitati neke prediktore upotrebe glazbe. U istraživanju je sudjelovalo 127 sudionika dobnog raspona 18-35 godina. Korišteni su mjerni instrumenti: *Zungova ljestvica samoprocjene depresivnosti* (Zung, 1965), *Endlerove višedimenizionalne ljestvice anksioznosti kao crte ličnosti* (Endler i sur., 1991; prema Bojanić, 2013) te *Upitnik upotrebe glazbe* (Chamorro-Premuzic i Furnham, 2007; prema Bastijanić, 2013) koji mjeri emocionalnu, kognitivnu i pozadinsku upotrebu glazbe.

Multivarijatnom analizom varijance (*MANOVA*) ustanovljeno je da glazbenici češće koriste glazbu u kognitivne svrhe, a neglazbenici kao pozadinu prilikom obavljanja drugih aktivnosti dok razlika u emocionalnoj upotrebi nije ustanovljena. Žene češće upotrebljavaju glazbu u emocionalne i pozadinske svrhe, dok rodne razlike u kognitivnoj upotrebi nisu ustanovljene. Rezultati nisu pokazali postojanje razlika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti između glazbenika i neglazbenika, dok su žene, za razliku od muškaraca, anksioznije u situacijama procjene te u novim i nepoznatim situacijama. Ostale razlike nisu bile značajne.

Hijerarhijskom regresijskom analizom dobiveno je da emocionalnu upotrebu glazbe najbolje predviđaju rod i anksioznost u svakodnevnim situacijama, značajnim prediktorom kognitivne upotrebe glazbe pokazala se glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik), a pozadinske upotrebe glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik), rod te anksioznost u svakodnevnim situacijama.

Ključne riječi: upotreba glazbe, glazbenici, neglazbenici, depresivnost, anksioznost

Differences in uses of music between musicians and non-musicians

Dajana Miloš

Summary

When listening to music, individuals focus on different music elements and use it for different purposes. The objectives of this study were to examine the differences between musicians and non-musicians and gender differences in uses of music, depression and anxiety dimensions as personality traits as well. We also examined some predictors of music uses. The study included 127 participants, aged 18 to 35 years who completed *Zung Self Rating Depression Scale* (Zung, 1965), *Endler Multidimensional Anxiety Scales – Trait* (Endler et al., 1991) and the *Uses of Music Inventory* (Chamorro-Premuzic & Furnham, 2007; in Bastijanić, 2013) which measures emotional, cognitive and background use of music.

Multivariate analysis of variance (*MANOVA*) found that musicians tend to use music for cognitive purposes more often, while non-musicians tend to use music as background. The difference in the emotional use has not been established. Women use music for emotional and background purposes more often than men, while there were no gender differences in cognitive use. The results showed no differences in depression and anxiety dimensions between musicians and non-musicians. Women scored significantly higher on social evaluation trait anxiety and ambiguous trait anxiety, while gender differences in daily routines trait anxiety and depression were not significant.

Hierarchical regression analysis showed that the emotional use of music was predicted by gender and daily routines trait anxiety, a significant predictor of cognitive use of music proved to be music education, while the background use of music was predicted by music education, gender and daily routines trait anxiety.

Keywords: uses of music, musicians, non-musicians, depression, trait anxiety

UVOD

Upotreba glazbe u svakodnevnom životu

Istraživanja su pokazala da ljudi smatraju kako je glazba važan aspekt u njihovim životima, a slušanje glazbe aktivnost u kojoj vrlo često sudjeluju. Postoji vrlo širok spektar situacija u kojima ljudi slušaju glazbu, npr. tijekom radnog vremena, za vrijeme vožnje, vježbanja, prilikom ustajanja i lijeganja, prilikom učenja (Rentfrow i Gosling, 2003). U današnje vrijeme digitalizacija i internet omogućili su mnogo veću dostupnost glazbe i ona je postala neizostavna podloga svakodnevnog života. Glazbu čujemo u svakodnevnom životu u raznim situacijama, bilo da se nalazimo u trgovini, u čekaonici kod liječnika, u javnom prijevozu, na ulici ili da gledamo televiziju; slušamo je bez određene namjere i često je nismo uopće svjesni. Vrijeme koje provedemo u slušanju glazbe u naglom je porastu, a time i njen utjecaj na pojedinca. Život bez glazbe je, u današnje vrijeme, gotovo nemoguće zamisliti.

Mnoge autore je zanimalo *Zašto ljudi slušaju glazbu?* Odgovori na to pitanje su veoma različiti. Razlozi slušanja glazbe, kao i izbor vrste glazbe razlikuju se od pojedinca do pojedinca. Glazba je sveprisutan socijalni fenomen i u središtu je mnogih socijalnih aktivnosti i zbivanja. Također, može zadovoljiti mnoge individualne potrebe pojedinca i izvan socijalnog konteksta. Izbor glazbe, odnosno glazbene preferencije, vjerojatno su povezane s ličnošću pojedinca, što su pokušali dokazati Rentfrow i Gosling (2003) te drugi autori na području psihologije ličnosti (Chamorro-Premuzic, Fagan i Furnham, 2010; Miranda i Claes, 2009; Chamorro-Premuzic, Swami, Furnham i Maakip, 2009).

Cattell (1953; prema Rentfrow i Gosling) je među prvima teoretizirao o tome kako glazba može pridonijeti razumijevanju osobnosti. On je vjerovao da sklonost ka određenim vrstama glazbe može otkriti važne informacije o nesvjesnim aspektima ličnosti koje je teško izmjeriti. Rentfrow i Gosling (2003) su ustanovili da osobe koje postižu više rezultate na mjerama ekstraverzije preferiraju energičnu i ritmičnu glazbu, dok, na primjer, osobe koje su otvorenije ka iskustvu odabiru kompleksniju i reflektivniju glazbu.

Osim prema glazbenim preferencijama, ljudi se razlikuju i prema načinu i svrsi upotrebe glazbe. Pojedinici se prilikom slušanja glazbe usmjeravaju na različite elemente i koriste glazbu u različite svrhe. Neka istraživanja su pokazala da je najčešći cilj glazbenih iskustava utjecati na emocije: ljudi koriste glazbu kako bi promijenili emocije, izazvali ih, svrstali svoj trenutni emocionalni doživljaj, uživali, utješili se ili ublažili stres (Behne, 1997;

Juslin i Laukka 2004; Sloboda i O'Neill, 2001; Zillman i Gan, 1997; sve prema Juslin i Västfjäll, 2008). Drugi slušaju glazbu kako bi isprovocirali određene misli, a neki pojedinci kako bi ublažili dosadu (Getz, Marks i Roy, 2014). U istraživanju koje su proveli Thayer i suradnici (1994) čak 51% sudionika navelo je da koristi slušanje glazbe kao strategiju samoregulacije raspoloženja te također navode kako je to jedna od najuspješnijih strategija. Saarikkallio i Erkkila (2007; prema Wood, 2015) su ustanovili kako je slušanje glazbe povezano s učinkovitijom regulacijom emocija. Mnogi autori navode kako postoji niz emocionalnih razloga vezanih uz slušanje glazbe, uključujući i strategije regulacije emocija za poboljšanje raspoloženja, održavanje ugodnog raspoloženja, odvratanja od neugodnog raspoloženja i smanjenje straha (Thoma i sur., 2012; prema Wood, 2015).

Na temelju istraživanja koje su proveli Rentfrow i Gosling (2003) te drugi autori u području psihologije ličnosti, možemo zaključiti kako je u podlozi povezanosti osobina ličnosti i glazbenih preferencija zapravo ideja da glazba zadovoljava različite potrebe pojedinca. Slično se može zaključiti i kada govorimo o povezanosti individualnih razlika i načina upotrebe glazbe. Dosadašnja istraživanja uglavnom su se bavila povezanošću velikih pet osobina ličnosti i upotrebe glazbe (npr. Bastijanić, 2013), odnosno osobinama ličnosti, intelektualnim sposobnostima i emocionalnom inteligencijom kao prediktorima upotrebe glazbe.

Psihološke funkcije glazbe se mogu svrstati u kognitivne (doživljavanje glazbe na racionalan način ili korištenje glazbe u svrhu intelektualne stimulacije), emocionalne (korištenje glazbe radi regulacije ili manipulacije afektivnih stanja) i socijalne (upotreba glazbe kao pozadine za ostale aktivnosti kao što su učenje, vožnja, posao, druženje) (Bastijanić, 2013). Chamorro-Premuzic, Fagan i Furnham (2010) ustanovili su da je neuroticizam pozitivno povezan s emocionalnim korištenjem glazbe, ekstraverzija pozitivno korelira s pozadinskom upotrebom glazbe, dok je otvorenost prema iskustvu u pozitivnoj korelaciji s intelektualnim odnosno kognitivnim korištenjem glazbe, što je bilo u skladu s očekivanjima. Također, mnoga istraživanja pokazala su da postoje rodne razlike u upotrebi glazbe. Najkonzistentnijom pokazala se razlika u emocionalnoj upotrebi glazbe. Žene su mnogo češće od muškaraca birale glazbu u emocionalne svrhe (npr. Chamorro-Premuzic i sur., 2009; Bastijanić, 2013), a u nekim je istraživanjima dobiveno kako muškarci češće koriste glazbu u kognitivne svrhe (npr. Chamorro-Premuzic, Fagan i Furnham, 2010), dok postojanje razlika u upotrebi glazbe kao pozadine prilikom obavljanja drugih radnji nije potvrđeno.

Razlike u svrsi upotrebe glazbe između glazbenika i neglazbenika

Glazbenici se od neglazbenika razlikuju prema većem broju neurobioloških parametara (npr. u hormonima i neurotransmiterima) što ima za posljedicu razlike u ličnosti, načinu ponašanja, mišljenja i osjećanja, kako u svakodnevnim tako i u specifičnim situacijama profesionalnog izvođenja glazbe (Hassler, 2000; Bogunović, 2006; sve prema Đorđević, 2010). Zbog svog glazbenog obrazovanja, glazbenici, osim što često biraju različitu vrstu glazbe, različito doživljavaju glazbu koju slušaju u odnosu na pojedince koji nemaju glazbeno obrazovanje. Glazbena naobrazba vjerojatno utječe na to da pojedinci mogu više cijiniti glazbu iz intelektualne perspektive, a ne samo da bi utjecali na afektivno stanje, opustili se ili zabavili. Getz, Marks i Roy (2014) u svom su istraživanju dobili da su pojedinci s više glazbenog obrazovanja skloniji koristiti glazbu više u kognitivne svrhe nego iz emocionalnih razloga. Autori navode kako je moguće da je za pojedince s glazbenim obrazovanjem glazba češće intelektualno iskustvo te su usmjereni na kognitivne funkcije glazbe iz jednostavnog razloga zato što su bolje opremljeni da to čine; glazbeni trening može dovesti pojedince da se više usredotoče na strukturu glazbe, odnosno kvalitetu izvedbe svojih kolega glazbenika umjesto da se usmjeravaju na jednostavno uživanje u glazbi kao pozadini pri obavljanju drugih aktivnosti ili kao vid emocionalnog bijega.

Anksioznost i depresivnost kao osobine te razlike u anksioznosti i depresivnosti između glazbenika i neglazbenika

Crte ličnosti možemo opisati kao unutrašnja (ili skrivena) svojstva pojedinca koja uzrokuju njihovo ponašanje te ih možemo koristiti za opisivanje aspekata nečijeg ponašanja (Larsen i Buss, 2008). Crte ličnosti su *unutrašnje*, u smislu da pojedinac prenosi svoje žudnje, potrebe ili želje iz jedne situacije u drugu (npr. Altson, 1975; prema Larsen i Buss, 2008) i *kauzalne*, u smislu da objašnjavaju ponašanje pojedinca.

Anksioznost kao crta predstavlja mjeru individualnih razlika u sklonosti anksioznosti s obzirom na vjerojatnost da će stanje anksioznosti biti manifestirano u okolnostima koje uključuju različite stupnjeve stresa i odnosi se na razmjerno stabilne individualne sklonosti k anksioznosti (Spielberger, 2000). Ljudi s jače izraženom anksioznošću kao osobinom veći broj situacija procjenjuju prijetećima ili opasnima te češće pokazuju izraženija stanja anksioznosti od ljudi sa slabije izraženom anksioznošću kao osobinom (Horvat, 2002).

Spielberger (2000) razlikuje anksioznost kao stanje i kao osobinu odnosno crtu, no obje vrste anksioznosti smatra jednodimenzionalnima. Alternativa tom modelu anksioznosti je Višedimenzionalni interakcijski model anksioznosti kojeg su predložili Shedletsky i Endler (1974; prema Endler, Parker, Bagby i Cox, 1991), a u kojem je anksioznost predstavljena kao funkcija interakcije osobnih i situacijskih varijabli. Osnovna pretpostavka modela je višedimenzionalnost anksioznosti i kao stanja i kao crte. Model se fokusira na razlikovanje predispozicije osobe za određeno iskustvo ili uključenost u određeno ponašanje (anksioznost kao crta) i trenutne reakcije osobe u specifičnoj situaciji (anksioznost kao stanje) (Endler, 1983; prema Endler i sur., 1991).

Kada je riječ o anksioznosti kod glazbenika, najviše istraživanja (npr. Wesner, Noyes i Davis, 1990) bavilo se strahom od javnih nastupa kojeg, također, možemo objasniti kao interakciju osobina ličnosti i situacije (u ovom slučaju anksioznosti kao osobine glazbenika i situacije javnog nastupa kojoj je pojedinac izložen). Jedna od pretpostavki modela kojeg su predložili Shedletsky i Endler (1974; prema Endler i sur., 1991) jest da je interakcija osobe (faceta anksioznosti kao crte) i situacijskog konteksta (stresnih uvjeta) učinkovita u induciranju promjena anksioznosti kao stanja jedino ako je ugrožavajuća situacija kongruentna ispitivanoj faceti anksioznosti, odnosno sukladna kontekstu na koji se ispitivana faceta anksioznosti odnosi (Endler, Edwards, Vitelli i Parker, 1989). Ako faceta anksioznosti kao crte i situacijski stres nisu međusobno kongruentni, interakcija s obzirom na anksioznost kao stanje neće se pojaviti. Dakle, anksioznost kao stanje je funkcija interakcije specifičnih tipova anksioznosti kao crte i kongruentne situacijske prijetnje (Endler i sur., 1991; Bojanić, 2013). Prema modelu kojeg su predložili Endler i suradnici (1991), postoje četiri tipa situacijski određene anksioznosti kao crte: *anksioznost vezana uz socijalnu procjenu*, *anksioznost vezana uz tjelesnu opasnost*, *anksioznost vezana uz nove i nepoznate situacije* te *anksioznost vezana uz svakodnevne situacije*. Osobe koje postižu visoke rezultate na određenoj faceti anksioznosti kao crte u situaciji kada su izloženi kongruentnoj prijetnji doživljavat će jaču anksioznost kao stanje za razliku od osoba koje postižu niske rezultate na istoj faceti.

U ovom istraživanju zanimale su nas razlike u anksioznosti kao crti između glazbenika i neglazbenika. Kemp (1981) je proveo opsežno istraživanje u kojem se bavio karakteristikama ličnosti glazbenika te razlikama u ličnosti između glazbenika i neglazbenika te unutar skupine glazbenika ovisno o tome kakvom se vrstom glazbe bave te na koji način (koju vrstu instrumenta sviraju, jesu li glazbeni pedagozi ili izvođači i sl.). U tom istraživanju je ustanovio da su glazbenici između ostalog introvertiraniji i osjetljiviji od neglazbenika te

posljedično i anksiozniji. Prema Kempovom mišljenju, anksioznost dolazi do izražaja kroz ozbiljno bavljenje glazbom, a počinje već tijekom studiranja. U svojim nalazima se oslanja na teoriju o pobuđenosti živčanog sustava te smatra da javni nastup kao izvor anksioznosti djeluje prije svega na osobe čiji živčani sustav ima nižu razinu pobuđenosti pa će u tom slučaju introverti češće anksiozno reagirati u takvim situacijama od ekstraverata.

Depresivnost je dimenzija za koju, također, možemo reći da je nalik osobini. Prema *modelu dijateza – stres*, kod ljudi koji postanu depresivni i obolijevaju od depresije, postoji određena osjetljivost odnosno dijateza. Slično kao kod anksioznih osoba, stresan događaj kod tih ljudi pokrene depresiju. Isti stresan događaj kod nekoga tko ne pokazuje određenu osjetljivost vjerojatno neće dovesti do depresije (Larsen i Buss, 2008). Osim dijateze, neki su autori sklonost ka obolijevanju od depresije pokušali objasniti i uz pomoć kognitivnih teorija. Prema tim teorijama postoje određeni kognitivni stilovi koji ljude čine osjetljivima na depresiju (Larsen i Cowan, 1988; prema Larsen i Buss, 2008). Najpoznatija je Beckova kognitivna teorija (Beck, 1967; prema Larsen i Buss, 2008) prema kojoj osjetljivost leži u posebnoj kognitivnoj shemi odnosno načinu obrađivanja, organiziranja i interpretiranja informacija koje dobivamo u svakodnevnom životu. Prema Becku, postoji *kognitivna trijada* odnosno tri važna područja koja su pod utjecajem depresivne kognitivne sheme. To su informacije o sebi, o svijetu i o budućnosti. Osobe koje su sklone takvom načinu obrade informacija, sklone su npr. generaliziranju neuspjeha, katastrofiziranju, personaliziranju i negativnom pogledu na budućnost.

U ovom radu zanimalo nas je postoje li razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti. Prema istraživanju koje su proveli Getz, Marks i Roy (2014), glazbenici pokazuju više rezultate na ljestvicama stresa i niže rezultate na mjerama optimizma te su općenito skloniji negativnijem pogledu na budućnost, što je prema Beckovoj kognitivnoj teoriji jedan od elemenata kognitivne trijade koja predstavlja temelj razvoja depresije. Burson (2014) navodi kako su glazbenici skloniji depresiji, međutim teško je ustanoviti uzročnu posljedičnu vezu. Postavlja se pitanje jesu li depresivniji ljudi općenito skloniji bavljenju umjetnošću ili su umjetnici skloniji obolijevanju od depresije. Budući da glazbenici kroz svoju glazbu često izražavaju vlastite emocije i govore o svom životu, izloženost javnoj kritici može biti direktan udar na njihovu osobnost. Također, glazbenici su prema Bursonu (2014), kao i umjetnici općenito, zaokupljeni negativnim mislima što, kako navodi Langenecker (2012; prema Broz, 2014) predstavlja rizični faktor za depresiju.

Prediktori svrhe upotrebe glazbe

Prema rezultatima nekih istraživanja (Costa i McCrae, 1992; Juslin i Sloboda, 2010; sve prema Getz, Marks i Roy, 2014), manje emocionalno stabilne osobe izgleda pokazuju veću osjetljivost za glazbu i stoga često koriste glazbu kako bi utjecali na svoje raspoloženje. Ljudi koji su neurotični ujedno su osjetljivi na neugodne emocije. Istraživači su koristili različite termine za neuroticizam, između ostalog i sklonost anksioznosti i negativni afektivitet (Watson i Clark, 1984; prema Larsen i Buss, 2008). Neurotične osobe su anksioznije u odnosu na one koje su emocionalno stabilnije.

Žene postižu veće rezultate na mjerama anksioznosti od muškaraca (Larsen i Buss, 2008) te, također, na mjerama neuroticizma. Visoki rezultati muških sudionika na ljestvicama anksioznosti su relativno rijetki, a kada do njih dođe to može značiti da je njihova potreba da "priznaju" anksioznost jača od sklonosti da se brane od tog priznanja (Vulić-Prtorić, 1992; prema Horvat, 2002). Drži se da ženska populacija nije nužno anksioznija od muške, već da je samo spremnija priznati svoju anksioznost. Ako je neuroticizam pozitivno povezan s emocionalnim korištenjem glazbe, odnosno korištenjem glazbe radi regulacije ili manipulacije emocionalnih stanja (Chamorro-Premuzic i sur., 2010), onda možemo očekivati da postoji povezanost između anksioznosti i emocionalnog korištenja glazbe (korelacija ide u istom smjeru), tj. da anksiozne osobe češće koriste glazbu u emocionalne svrhe.

Osim roda, izgleda da i dob utječe na svrhu upotrebe glazbe. U istraživanju koje su proveli Chamorro-Premuzic, Fagan i Furnham (2010) utvrđen je negativan efekt dobi na kognitivnu upotrebu glazbe. Čini se da mlađi pojedinci češće koriste glazbu u kognitivne svrhe, posebice ako su muzički obrazovani. Autori to objašnjavaju modelom kreativnih mjera (Chamorro-Premuzic, Furnham i Reimers, 2007; prema Chamorro-Premuzic, Fagan i Furnham, 2010) prema kojem se u mlađoj dobi javljaju kreativne preferencije i interesi. Zbog zanimanja za glazbu i želje da se bolje upoznaju s glazbom, pojedinci koji se njome bave u mladosti više su usredotočeni na njene kognitivne vidove i više cijene njenu kognitivnu perspektivu. S vremenom raste njihova stručnost i kreativni interesi prelaze u znanje, javlja se pad kreativnih interesa te se posljedično smanjuje upotreba glazbe u kognitivne svrhe.

Ovim istraživanjem željelo se ispitati postoje li razlike u svrhama upotrebe glazbe između glazbenika i neglazbenika te postoje li rodne razlike u upotrebi glazbe s obzirom na to da su rezultati dosadašnjih istraživanja nedosljedni. Također smo željeli ispitati može li se i nekim drugim osobinama (osim velikih pet dimenzija ličnosti), točnije depresivnošću i anksioznošću kao osobinama, predvidjeti upotreba glazbe u svakodnevnom, a i

profesionalnom životu te objasniti koje još individualne razlike mogu biti povezane s razlikama u svrsi upotrebe glazbe.

CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE

Cilj

Ciljevi ovog istraživanja su ispitati razlike između glazbenika i neglazbenika u upotrebi glazbe kao i ispitati neke prediktore upotrebe glazbe poput roda, dobi, glazbene naobrazbe te osobinama pojedinca kao što su depresivnost i anksioznost.

Problemi i hipoteze

U skladu s navedenim ciljevima istraživanja postavljeni su sljedeći problemi i hipoteze:

1. Ispitati postoje li razlike u svrhama upotrebe glazbe između glazbenika i neglazbenika te između muškaraca i žena.

H1: Predviđamo da će se pokazati razlike između glazbenika i neglazbenika u svrhama upotrebe glazbe i to tako da će glazbenici češće koristiti glazbu u kognitivne svrhe, dok će neglazbenici više koristiti glazbu u emocionalne svrhe i kao pozadinu prilikom obavljanja drugih zadataka. Također, očekujemo postojanje rodnih razlika u upotrebi glazbe i to tako da će žene u odnosu na muškarce više koristiti glazbu u svrhu regulacije emocija, dok će muškarci više koristiti glazbu u kognitivne svrhe te kao pozadinu bez obzira na skupinu kojoj pripadaju (glazbenici/neglazbenici). Dakle, ne očekuje se interakcija između glavnih efekata roda i bavljenja glazbom odnosno pripadnosti grupi glazbenika ili neglazbenika.

2. Ispitati postoje li razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti kao crtama te osoba različitog roda.

H2: Pretpostavljamo da će postojati razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i anksioznosti kao crtama. Glazbenici će postizati više rezultate na ljestvicama anksioznosti i depresivnosti kao crtama u odnosu na neglazbenike. Ujedno očekujemo postojanje rodnih razlika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti kao crtama ličnosti i to tako da će žene u odnosu na muškarce postizati više rezultate na svim ljestvicama bez obzira na skupinu kojoj pripadaju (glazbenici/neglazbenici). Ne očekuje se interakcija između glavnih efekata roda i bavljenja glazbom odnosno pripadnosti grupi glazbenika ili neglazbenika.

3. Ispitati može li se svrha upotrebe glazbe predviđati na temelju roda, dobi, glazbene naobrazbe (glazbenik/neglazbenik) te depresivnosti i dimenzija anksioznosti kao crte.

H3: Očekujemo da će emocionalnu upotrebu glazbe najbolje predviđati rod, dob, glazbena naobrazba te depresivnost i sve tri dimenzije anksioznosti kao crte; kognitivnu upotrebu glazbe najbolje će predviđati dob, glazbena naobrazba i anksioznost vezana uz socijalnu evaluaciju, dok će pozadinsku upotrebu glazbe najbolje predviđati rod, glazbena naobrazba i anksioznost vezana uz svakodnevne situacije.

METODA

Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo sveukupno 127 sudionika studenata muzičkih i umjetničkih akademija – *glazbenika* (N=60) te studenata drugih fakulteta hrvatskih sveučilišta koji nemaju glazbenu naobrazbu i koji se ni na koji način ne bave glazbom – *neglazbenika* (N=67) dobnog raspona 18-35 godina ($M = 22,86$). Muškog je spola bilo 37 sudionika (29%), a ženskog spola 90 (71%) i to u skupini glazbenika bilo je $n=42$ ženskih sudionika te $n=18$ muških sudionika, dok je u skupini neglazbenika bilo $n=48$ žena te $n=19$ muškaraca. Oni koji su naveli da imaju neku vrstu glazbenog obrazovanja i bave se glazbom, a da pritom ne studiraju na glazbenoj akademiji, bili su isključeni iz daljnje obrade.

Mjerni instrumenti

Upitnik o demografskim podacima sastavljen je za potrebe ovog istraživanja i sastoji se od pitanja koja se odnose na informacije o dobi, spolu, fakultetu na kojem studiraju, godini studiranja, glazbenoj naobrazbi sudionika te načinima bavljenja glazbom.

Zungova ljestvica samoprocjene depresivnosti (Zung Self Rating Depression Scale; Zung, 1965) je kvantitativna mjera depresivnosti koja mjeri kognitivne, emocionalne, fiziološke i bihevioralne aspekte depresije. Ljestvica se sastoji od 20 čestica, od čega je 10 čestica kodirano negativno, a preostalih 10 pozitivno. U originalnoj inačici sudionici odgovaraju pomoću ljestvice od 4 stupnja, dok je Jandrić u svom istraživanju koristila odgovore od 1 do 5 (1 = „nikada nije točno“, 2 = „ponekad točno“, 3 = „niti točno niti netočno“, 4 = „često točno“, 5 = „uvijek točno“). Ukupan rezultat dobiva se zbrajanjem odgovora na svakoj od čestica. Čestice su prikupljene na temelju dijagnostičkih kriterija depresije. Iako je zamišljena kao jednodimenzionalna ljestvica depresivnosti, provedene su faktorske analize, a broj ekstrahiranih faktora varira. Tako su neki autori (npr. Bolton i Barling, 1980; Kitamura i sur., 2004; sve prema Jandrić, 2009) na studentskom uzorku pronašli tri faktora, dok su Passik i suradnici (2000; prema Jandrić, 2009) na uzorku oboljelih od raka našli četiri faktora. Ipak, u većini istraživanja (npr. Sanfilipo, 1994; Szkló i Coxe, 2007; sve prema Jandrić, 2009) koja su koristila Zungovu ljestvicu depresivnosti ona se koristila kao jednodimenzionalna. Jandrić (2009) je također faktorskom analizom bez rotacije

dobila jednodimenzionalnu ljestvicu. Konfirmatornom faktorskom analizom na našem uzorku potvrđena je jednodimenzionalnost ljestvice. Metodom glavnih komponenata bez rotacije potvrdili smo zadržavanje jednog faktora čija vrijednost karakterističnog korijena iznosi 5.69 te je njime objašnjeno 28.48% varijance. Obzirom na vrijednosti karakterističnog korijena, moglo bi se govoriti o dodatnim eventualnim faktorima, no, oni nisu smisleno interpretabilni. Scree plot također ukazuje na jednodimenzionalnost ljestvice. U prilogu 4. prikazana je matrica faktorskog sklopa. Faktorske saturacije manje od .30 suprimirane su. Pouzdanost ljestvice na uzorku istraživanja koje je provela Jandrić (2009) bila je dobra: Cronbach alfa iznosio je 0,85, a korelacija na temelju split-half metode iznosila je 0,79. U našem istraživanju također je dobivena visoka pouzdanost izračunata na cijelom uzorku i to $\alpha = 0,85$.

Endlerove višedimenzionalne ljestvice anksioznosti kao crte ličnosti (Endler Multidimensional Anxiety Scales – Trait; Endler i sur., 1991) sastoje se od četiri ljestvice namijenjene ispitivanju predispozicija za doživljavanje anksioznosti u četiri različita situacijska konteksta: u situacijama socijalne evaluacije, tjelesne opasnosti, u novim i nepoznatim situacijama te svakodnevnim i uobičajenim aktivnostima. Za hrvatsku populaciju ljestvice je prevela i prilagodila Sorić (2002). Svaka od 4 ljestvice instrumenta sastoji se od 15 istovjetnih tvrdnji, odnosno čestica, dakle ukupno ima 60 čestica. Neke od čestica su: „Uživam u takvim situacijama.“, „Osjećam se tjeskobno.“, „Opušten/a sam.“. Sudionici trebaju izraziti stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom odnoseći se na navedenu situaciju na ljestvici od 1 do 5 (1 – uopće ne, 5 – jako). Odgovori na određenim česticama vrednuju se obrnuto. Ukupan rezultat na svakoj ljestvici dobiva se zbrajanjem odgovora nakon obrnutog vrednovanja. Veći rezultat upućuje na veću razinu anksioznosti kao crte ličnosti za pripadajuću situaciju. Unutarnje pouzdanosti ljestvica (Cronbach alpha – α) koje je Sorić (1997) dobila u svom istraživanju su visoke i to: $\alpha = 0,90$ za dimenziju socijalna procjena, $\alpha = 0,90$ za dimenziju tjelesna opasnost, $\alpha = 0,87$ za dimenziju nove situacije te $\alpha = 0,87$ za dimenziju svakodnevne situacije. Za potrebe ovog istraživanja korištene su tri od četiri dimenzije anksioznosti i to: anksioznost vezana uz socijalnu procjenu, anksioznost vezana uz nove i nepoznate situacije te anksioznost vezana uz svakodnevne situacije, dakle ukupno 45 čestica. Dobivene su visoke pouzdanosti izračunate na cijelom uzorku i to: $\alpha = 0,92$ za ljestvicu anksioznosti u situaciji socijalne procjene, $\alpha = 0,93$ za ljestvicu anksioznosti u novim i nepoznatim situacijama te $\alpha = 0,89$ za ljestvicu anksioznosti u svakodnevnim situacijama.

Upitnik upotrebe glazbe (Uses of Music Inventory; Chamorro-Premuzic i Furnham, 2007; prema Bastijanić, 2013) je upitnik koji mjeri emocionalnu, kognitivnu i pozadinsku upotrebu glazbe. Sastoji se od 15 čestica na koje pojedinci odgovaraju na ljestvici Likertovog tipa od 1 do 5 (1 = "uopće se ne slažem", 5 = "u potpunosti se slažem"). Emocionalna upotreba glazbe odnosi se na upotrebu glazbe u svrhu regulacije emocija odnosno izazivanje raspoloženja koja mijenjaju emocionalni doživljaj pojedinca (npr. "Slušanje glazbe zaista utječe na moje raspoloženje."). Kognitivna odnosno racionalna upotreba glazbe odnosi se na to koliko pojedinac glazbu koristi u intelektualne svrhe, tj. prilikom slušanja glazbe usmjerava se na njenu strukturu, način izvedbe ili različite dijelove nekog glazbenog djela koji su odsvirani na različitim instrumentima odnosno analizira elemente glazbe koju sluša (npr. "Često uživam u analiziranju složenih glazbenih kompozicija"). Pozadinska upotreba glazbe odražava koliko je pojedinac sklon slušanju glazbe dok istovremeno obavlja neki drugi zadatak, npr. radi, uči, druži se i sl. Bastijanić (2013) je upitnik prevela i prilagodila hrvatskom jeziku te provela faktorsku analizu u kojoj su se pokazala ista tri faktora. Bastijanić (2013) je dobila pouzdanosti $\alpha = 0,68$ za emocionalnu upotrebu glazbe, $\alpha = 0,73$ za kognitivnu upotrebu glazbe i $\alpha = 0,64$ za pozadinsku upotrebu glazbe i one su u skladu s onima dobivenim u prijašnjim istraživanjima (npr. Chamorro-Premuzic i sur., 2009, 2010). Pouzdanosti dobivene u našem istraživanju u skladu su s onima dobivenima u dosadašnjim istraživanjima. Cronbach α koeficijenti dobiveni na cijelom uzorku iznose redom: $\alpha = 0,69$ za emocionalnu upotrebu glazbe, $\alpha = 0,69$ za kognitivnu upotrebu glazbe i $\alpha = 0,61$ za pozadinsku upotrebu glazbe.

Postupak

Za provedbu istraživanja korištena je on-line baterija upitnika koja je primijenjena tijekom lipnja 2016. godine. Baterija je kreirana u sustavu *Google Forms* te je sadržavala ukupno 85 čestica. Poveznica do baterije upitnika poslana je na nekoliko različitih platformi (društvene mreže – *facebook* grupe studenata različitih fakulteta, *facebook* grupa studenata Muzičke akademije, *mailing* liste, stranice studentskih udruga i sl.). Nadalje, sudionike smo prikupljali metodom snježne grude (zamolili smo ih da poveznicu prosljede dalje). Vrijeme ispunjavanja nije bilo ograničeno, a za ispunjavanje cjelokupne baterije u prosjeku je bilo potrebno približno 10 minuta. Sudionicima je u uvodnom tekstu bila objašnjena svrha istraživanja kao i to da je ono dobrovoljno i anonimno. Bateriji upitnika pristupalo se putem

poveznice. Svi sudionici potvrdili su svoj pristanak na sudjelovanje u istraživanju samim ispunjavanjem upitnika.

REZULTATI

Preliminarne analize i deskriptivna statistika

Za obradu rezultata koristili smo statistički paket SPSS. Prije obrade rezultata provjerili smo normalnost distribucija svih korištenih ljestvica na cijelom uzorku i na oba poduzorka, glazbenicima i neglazbenicima. Normalnost distribucija testirana je Shapiro–Wilkovim testom (*S - W*). Rezultati su prikazani u tablicama u prilogu 5 i 6. Odstupanje od normalne distribucije kad se u obzir uzme cijeli uzorak (uz razinu rizika manju od 1%), pokazuju sve ljestvice osim *Kognitivne upotrebe glazbe*, *Pozadinske upotrebe glazbe* te *Anksioznosti u situaciji socijalne procjene*. Na poduzorku glazbenika od normalne distribucije odstupaju ljestvice *Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama* (pozitivno asimetrična) te *Anksioznost u svakodnevnim situacijama* (pozitivno asimetrična), dok na poduzorku neglazbenika odstupanje od normalnosti pokazuju ljestvice *Zungova ljestvica samoprocjene depresivnosti* (pozitivno asimetrična) te ljestvica *Anksioznost u svakodnevnim situacijama* (pozitivno asimetrična).

Također je provedena provjera jednakosti kovarijanci i varijanci. Jednakost kovarijanci testirana je pomoću Boxovog *M* testa (*Box M=146,009; F(84, 12134.2)=1.510; p=.002*), a jednakost varijanci pomoću Levenovog testa čiji su rezultati prikazani u *Prilogu 6*. Za sve upitnike, odnosno njihove ljestvice, nije se pokazala statistički značajna razlika (uz razinu rizika manju od 1%) između varijanci dviju skupina (glazbenika i neglazbenika) što opravdava upotrebu parametrijske statistike.

U prvom koraku analize izračunati su deskriptivni podaci (aritmetičke sredine i standardne devijacije) za sve varijable za cijeli uzorak i za svaku grupu (*glazbenici/neglazbenici*) posebno te deskriptivni podaci za cijeli uzorak i grupe (*glazbenici/neglazbenici*) odvojeno po spolu. Rezultati su prikazani u tablicama 1 i 2.

Tablica 1. *Deskriptivna statistika korištenih varijabli za cijeli uzorak te poduzorke glazbenika i neglazbenika.*

	Cijeli uzorak			Glazbenici			Neglazbenici		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>
Dob	22.86	2.67	127	22.20	2.97	60	23.45	2.22	67
Emocionalna upotreba glazbe	3.46	.71	127	3.44	.69	60	3.48	.74	67
Pozadinska upotreba glazbe	3.45	.80	127	3.26	.80	60	3.62	.76	67
Kognitivna upotreba glazbe	2.62	.79	127	3.03	.72	60	2.26	.68	67
Depresivnost	35.99	8.57	127	36.70	8.85	60	35.36	8.32	67
Anksioznost u situaciji socijalne procjene	3.13	.78	127	3.18	.73	60	3.08	.83	67
Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	2.67	.79	127	2.61	.89	60	2.73	.69	67
Anksioznost u svakodnevnim situacijama	1.59	.48	127	1.53	.41	60	1.64	.54	67

Legenda: *M* – aritmetička sredina, *SD* – standardna devijacija; *N* – broj sudionika u cijelom uzorku; *n* – broj sudionika poduzorku odnosno grupi glazbenika i neglazbenika

Tablica 2. Deskriptivna statistika korištenih varijabli odvojeno po rodu za cijeli uzorak ($N=127$) i pojedine poduzorke (glazbenika i neglazbenika).

		Žene			Muškarci		
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>
Dob	Cijeli uzorak	22.76	2.68	90	23.11	2.65	37
	Glazbenici	22.10	3.11	42	22.44	2.71	18
	Neglazbenici	23.33	2.11	48	23.74	2.51	19
Emocionalna upotreba glazbe	Cijeli uzorak	3.57	.69	90	3.19	.70	37
	Glazbenici	3.48	.69	42	3.35	.69	18
	Neglazbenici	3.66	.68	48	3.04	.70	19
Pozadinska upotreba glazbe	Cijeli uzorak	3.55	.81	90	3.23	.74	37
	Glazbenici	3.35	.83	42	3.06	.71	18
	Neglazbenici	3.72	.75	48	3.39	.74	19
Kognitivna upotreba glazbe	Cijeli uzorak	2.61	.75	90	2.66	.89	37
	Glazbenici	2.98	.70	42	3.13	.77	18
	Neglazbenici	2.28	.65	48	2.21	.76	19
Depresivnost	Cijeli uzorak	36.31	8.84	90	35.22	7.93	37
	Glazbenici	36.83	9.12	42	36.39	8.42	18
	Neglazbenici	35.85	8.65	48	34.11	7.50	19
Anksioznost u situaciji socijalne procjene	Cijeli uzorak	3.26	.81	90	2.81	.62	37
	Glazbenici	3.31	.77	42	2.90	.54	18
	Neglazbenici	3.22	.84	48	2.72	.68	19
Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	Cijeli uzorak	2.77	.80	90	2.45	.73	37
	Glazbenici	2.65	.89	42	2.54	.91	18
	Neglazbenici	2.87	.70	48	2.36	.52	19
Anksioznost u svakodnevnim situacijama	Cijeli uzorak	1.55	.49	90	1.68	.47	37
	Glazbenici	1.50	.43	42	1.61	.36	18
	Neglazbenici	1.60	.53	48	1.74	.55	19

Legenda: *M* – aritmetička sredina; *SD* – standardna devijacija; *N* – broj sudionika u cijelom uzorku; *n* – broj sudionika pojedinog spola u poduzorku odnosno grupi glazbenika i neglazbenika

Testiranje razlika između glazbenika i neglazbenika te između muškaraca i žena u svrsi upotrebe glazbe

U drugom koraku testirali smo razlike između glazbenika i neglazbenika u upotrebi glazbe. Također su nas zanimale i rodne razlike u trima vrstama upotrebe glazbe: emocionalnoj, kognitivnoj i pozadinskoj. Razlike između pojedinih podskupina testirali smo uz pomoć multivarijatne (*glazbena naobrazba x rod*) analize varijance (MANOVA) te su rezultati prikazani u tablici 3. Koristeći multivarijatni Pillai test (V) ustanovljen je značajan glavni efekt bavljenja glazbom odnosno glazbene naobrazbe (kojeg smo definirali kao pripadnost grupi glazbenika odnosno neglazbenika) ($V=.317$; $p<.001$) kao i roda ($V=.159$; $p<.01$) na upotrebu glazbe, dok se efekt interakcije nije pokazao značajnim ($V=.045$; $p>.05$). Na našem uzorku dobiveno je da glazbenici, za razliku od neglazbenika, češće koriste glazbu u kognitivne svrhe ($F(1,125)=35.139$; $p<.001$; $\eta^2=.042$). Također je utvrđen značajan glavni efekt grupe glazbenik/neglazbenik na pozadinsku upotrebu glazbe. Rezultati pokazuju da neglazbenici češće od glazbenika koriste glazbu kao pozadinu prilikom obavljanja drugih zadataka ($F(1,125)=5.337$; $p<.05$; $\eta^2=.222$). Razlike između glazbenika i neglazbenika nisu se pokazale značajnima kada je u pitanju upotreba glazbe u emocionalne svrhe. I jedna i druga skupina koristi glazbu kako bi utjecala na emocije, ublažila neugodno raspoloženje ili zadržala ugodno. Dobiveni rezultati djelomično potvrđuju našu prvu hipotezu o postojanju razlika između glazbenika i neglazbenika u upotrebi glazbe.

Kada su u pitanju rodne razlike u upotrebi glazbe, rezultati su pokazali da žene češće od muškaraca upotrebljavaju glazbu u emocionalne svrhe ($F(1,125)=7.596$; $p<.01$; $\eta^2=.058$) te kao pozadinu prilikom obavljanja drugih zadataka ($F(1,125)=4.263$; $p<.05$; $\eta^2=.033$). Nije dobivena očekivana razlika između muškaraca i žena u kognitivnoj upotrebi glazbe što znači da rezultati samo djelomično potvrđuju našu treću hipotezu. Efekt interakcije nije se pokazao značajnim ni za jednu vrstu upotrebe glazbe što je u skladu s dijelom postavljene hipoteze o postojanju rodnih razlika bez obzira na pripadnost grupi (glazbenik/neglazbenik).

Testiranje razlika između glazbenika i neglazbenika te između muškaraca i žena u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti

Zanimalo nas je postoje li razlike u nekim crtama ličnosti, točnije depresivnosti i dimenzijama anksioznosti između glazbenika i neglazbenika te između muškaraca i žena. Rezultati prikazani u tablici 3. nisu pokazali značajne razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti kao crtama ličnosti ($>.05$). Glazbenici se nisu pokazali depresivnijima i anksioznijima od neglazbenika, kao što smo predviđali, te stoga drugu postavljenu hipotezu možemo odbaciti.

Što se tiče rodni razlika, značajnima su se pokazale razlike u dimenzijama anksioznosti *Anksioznost u situaciji socijalne procjene* ($F(1,125)=9.241$; $p<.01$; $\eta^2=.070$) te *Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama* ($F(1,125)=4.062$; $p<.05$; $\eta^2=.032$). Žene postižu više rezultate na objema ljestvicama anksioznosti kao crte ličnosti bez obzira na to pripadaju li skupini glazbenika ili neglazbenika, što je u skladu s predviđanjima. Međutim, nisu dobivene razlike u dimenziji anksioznosti *Anksioznost u svakodnevnim situacijama* kao ni depresivnosti te stoga postavljenu hipotezu možemo samo djelomično potvrditi.

Tablica 3. Razlike između glazbenika i neglazbenika te između muškaraca i žena u upotrebi glazbe te u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti (MANOVA; $N=127$).

		Suma kvadrata	<i>df</i>	Prosječni kvadrat	<i>F</i>	<i>p</i>	Parcijalni η^2
Grupa (glazbenik/neglazbenik)	Emocionalna upotreba	.114	1	.114	.241	.624	.002
	Pozadinska upotreba	3.190	1	3.190	5.337	.023	.042
	Kognitivna upotreba	17.204	1	17.204	35.139	.000	.222
	Depresivnost	69.658	1	69.658	.937	.335	.008
	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	.463	1	.463	.801	.373	.006
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	.017	1	.017	.028	.866	.000
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	.376	1	.376	1.615	.206	.013
Rod (muški/ženski)	Emocionalna upotreba	3.590	1	3.590	7.596	.007	.058
	Pozadinska upotreba	2.548	1	2.548	4.263	.041	.033
	Kognitivna upotreba	.044	1	.044	.090	.764	.001
	Depresivnost	31.478	1	31.478	.423	.516	.003
	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	5.349	1	5.349	9.241	.003	.070
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	2.463	1	2.463	4.062	.046	.032
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	.434	1	.434	1.860	.175	.015
Interakcija (Grupa*Rod)	Emocionalna upotreba	1.533	1	1.533	3.244	.074	.026
	Pozadinska upotreba	.006	1	.006	.010	.920	.000
	Kognitivna upotreba	.307	1	.307	.628	.430	.005
	Depresivnost	11.134	1	11.134	.150	.699	.001
	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	.043	1	.043	.074	.786	.001
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	1.024	1	1.024	1.688	.196	.014
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	.007	1	.007	.031	.861	.000

Legenda: *df* – stupnjevi slobode; *F* – omjer aritmetičkih sredina između podskupina; *p* – razina statističke značajnosti; parcijalni η^2 – veličina učinka

Prediktori emocionalne, kognitivne i pozadinske upotrebe glazbe

U svrhu predviđanja upotrebe glazbe proveli smo tri odvojene hijerarhijske regresijske analize posebno za svaku vrstu upotrebe glazbe: emocionalnu, kognitivnu i pozadinsku. U prvom koraku svake analize uvedene su varijable roda i dobi, u drugom koraku varijabla glazbene naobrazbe odnosno bavljenja glazbom (glazbenik/neglazbenik), a u trećem koraku varijable ličnosti odnosno depresivnost i dimenzije anksioznosti kao crte – anksioznost u situaciji socijalne procjene, anksioznost u novim i nepoznatim situacijama te anksioznost u svakodnevnim situacijama. Rezultati za emocionalnu upotrebu glazbe prikazani su u tablici 5, za kognitivnu upotrebu u tablici 6, a za pozadinsku upotrebu u tablici 7.

Tablica 5. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za **emocionalnu** upotrebu glazbe ($N=127$).

Korak	Prediktori	β	R^2	ΔR^2
1. korak	Rod	-.24**	.06*	
	Dob	-.02		
			F(2,124) = 3.98**	
2. korak	Rod		.06	.00
	Dob	-.24**		
	Glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik)	-.03		
		-.03		
			F(3,123) = 2.67	F ΔR^2 (1,123) = .12
3. korak	Rod	-.22*	.14*	.08*
	Dob	-.08		
	Glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik)	-.00		
	Depresivnost	-.08		
	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	.08		
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	.16		
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	.23*		
			F(7,119) = 2.86**	F ΔR^2 (4,119) = 2.88*

Legenda: * $p < .05$, ** $p < .01$

Prediktori koje smo koristili u ovom istraživanju objašnjavaju ukupno 14,4% varijance emocionalne upotrebe glazbe. Objašnjena varijanca statistički je značajna u prvom i trećem koraku ($p < .05$). Značajnim prediktorima emocionalne upotrebe glazbe pokazali su se rod i anksioznost u svakodnevnim situacijama ($p < .05$). Pritom viša dob i viši rezultat na ljestvici anksioznosti u svakodnevnim situacijama predviđaju viši rezultat na emocionalnoj upotrebi glazbe (kovariranje rezultata ide u istom smjeru).

Tablica 6. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za **kognitivnu** upotrebu glazbe ($N=127$).

Korak	Prediktori	β	R^2	ΔR^2
1. korak	Rod	.04	.01	
	Dob	-.10		
			F(2,124)= .63	
2. korak	Rod	.02	.24**	.23
	Dob	.02		
	Glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik)	.49**		
			F(3,123)=12.64**	F ΔR^2 (1,123)=36.30**
3. korak	Rod	.01	.27**	.04
	Dob	-.00		
	Glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik)	.50**		
	Depresivnost	.07		
	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	-.01		
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	.01		
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	.15		
			F(7,119)=6.34**	F ΔR^2 (4,119)=1.47

Legenda: * $p < .05$, ** $p < .01$

Prediktori koje smo koristili u ovom istraživanju objašnjavaju ukupno 27,2% varijance kognitivne upotrebe glazbe, a značajnim prediktorima pokazala se samo glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik) ($p < .01$). Doprinos objašnjene varijance statistički je značajan u drugom koraku ($p < .01$). Glazbena naobrazba pozitivno je povezana s kognitivnom upotrebom glazbe.

Tablica 7. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za **pozadinsku** upotrebu glazbe (N=127).

Korak	Prediktori	β	R^2	ΔR^2
1. korak	Rod	-.18*	.05*	
	Dob	-.01		
			F(2,124)=2.15	
2. korak	Rod	-.18*	.09*	.04
	Dob	-.06		
	Glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik)	-.24**		
3. korak	Rod	-.19*	.12*	.04
	Dob	-.08		
	Glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik)	-.22*		
	Depresivnost	-.08		
	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	.05		
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	-.02		
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	.21*		
			F(7,119)=2.42*	F ΔR^2 (4,119)=1.27

Legenda: * $p < .05$, ** $p < .01$

Prediktorima koje smo koristili u ovom istraživanju možemo objasniti ukupno 12,4% varijance pozadinske upotrebe glazbe. Značajnim prediktorima pozadinske upotrebe pokazali su se glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik), rod te anksioznost u svakodnevnim situacijama ($p < .05$). Objašnjena varijanca statistički je značajna u sva tri koraka ($p < .05$). Glazbena naobrazba i rod negativno su povezani s pozadinskom upotrebom glazbe, dok povezanost anksioznosti u svakodnevnim situacijama i kriterija ide u istom smjeru.

RASPRAVA

Provedeno istraživanje bavilo se ispitivanjem razlika između skupine glazbenika i neglazbenika u upotrebi glazbe kao i rodnim razlikama u upotrebi glazbe te nekim individualnim razlikama između spomenutih skupina. Također je cilj bio ispitati neke od prediktora upotrebe glazbe. Dobiveni rezultati interpretirani su u odnosu na teorijske postavke i nalaze dosadašnjih istraživanja u tom području.

Razlike između glazbenika i neglazbenika u svrsi upotrebe glazbe

Rezultati su pokazali da glazbenici češće od neglazbenika koriste glazbu u kognitivne svrhe. Ovi nalazi u skladu su s rezultatima prijašnjih istraživanja. Prema Getzu, Marksu i Royu (2014), glazbeni trening vjerojatno utječe na to da pojedinci mogu više cijeliti glazbu iz intelektualne perspektive jer je bolje poznaju, zbog čega oni s više glazbenog obrazovanja imaju tendenciju koristiti glazbu u kognitivne svrhe. Autori to objašnjavaju tako da su glazbenici općenito više usmjereni na kognitivne aspekte glazbe jer imaju više iskustva i znanja u području glazbe te se mogu usredotočiti npr. na strukturu glazbe, kvalitetu izvedbe umjesto na jednostavno uživanje u glazbi kao pozadini pri obavljanju drugih aktivnosti ili kao vidu emocionalnog bijega.

S druge strane, neglazbenici češće od glazbenika koriste glazbu kao pozadinu prilikom obavljanja drugih aktivnosti. Za glazbenike glazba vjerojatno predstavlja preveliku distrakciju dok obavljaju druge aktivnosti. Zbog ograničenosti kapaciteta pažnje za izvođenje kontroliranog procesiranja ili zadržavanja fokusa na informacijama važnim za zadatak, što neki autori nazivaju i kontrolirana pažnja (Rončević Zubković, 2010), te nemogućnosti da se kvalitetno usredotočimo na više radnji istovremeno, glazba može ometati glazbenike tijekom obavljanja drugih zadataka iz jednostavnog razloga što su oni usredotočeni na elemente glazbe i teško mogu percipirati glazbu samo kao pozadinski šum. Glazba za glazbenike predstavlja važan faktor kako u profesionalnom tako i u svakodnevnom životu. Čini se da su, zbog toga što su usredotočeni na kognitivne vidove glazbe, u nemogućnosti zanemariti glazbu i posvetiti se obavljanju drugih radnji jer glazba privlači njihovu pažnju pa je zato rjeđe upotrebljavaju kao pozadinu prilikom obavljanja drugih aktivnosti.

Kada je u pitanju emocionalna upotreba glazbe, rezultati nisu pokazali značajne razlike između glazbenika i neglazbenika. I jedna i druga skupina u jednakoj mjeri koristi glazbu u emocionalne svrhe. Neki autori (npr. Woody i McPherson, 2010; prema Getz, Marks

i Roy, 2014) to objašnjavaju time da pojedinci s više godina glazbenog obrazovanja stavljaju naglasak na obje svrhe upotrebe glazbe, kognitivnu kao i emocionalnu.

Glazba je za pojedinca često izvor komunikacije, izražavanja, emocionalnosti i kreativnog toka na individualnoj i društvenoj razini. Iz tog razloga i oni koji imaju glazbeno obrazovanje stavljaju velik naglasak na glazbu kao izvor emocionalne regulacije. Korištenje glazbe za emocionalnu regulaciju kod glazbenika može se dodatno povećati zbog emocionalnih i tjelesnih zahtjeva koje pred njih stavlja bavljenje glazbom (Getz i sur., 2014) te zbog toga što glazbenici, kao i kreativne osobe općenito, češće pokazuju negativni pogled na svijet (Akinola i Mendes, 2008; Cohen i Ferrari, 2010; sve prema Getz i sur., 2014). Rezultati dobiveni u ovom istraživanju u skladu su s predviđanjima koje su postavili Getz i suradnici (2014) da će glazbenici u jednakoj mjeri koristiti glazbu u emocionalne i kognitivne svrhe. Prvu hipotezu samo smo djelomično potvrdili jer se predviđanja za emocionalnu upotrebu glazbe nisu pokazala točnima.

Rodne razlike u svrsi upotrebe glazbe

Dobiveni rezultati pokazuju da žene češće od muškaraca upotrebljavaju glazbu u emocionalne svrhe i kao pozadinu prilikom obavljanja drugih zadataka. Nalaz da žene za razliku od muškaraca češće koriste glazbu u emocionalne svrhe u skladu je s rezultatima prijašnjih istraživanja (npr. Chamorro-Premuzic i sur., 2009, 2010). Bastijanić (2013) navodi kako su neka istraživanja (Panksepp, 1995; Kamenetsky, Hill i Trehub, 1997; sve prema Bastijanić, 2013) pokazala kako rod ima važnu ulogu u emocionalnim reakcijama na glazbu te da žene snažnije i emotivno ekspresivnije doživljavaju glazbu. U prijašnjim istraživanjima uglavnom nisu pronađene rodne razlike u upotrebi glazbe u kognitivne i pozadinske svrhe (npr. Chamorro-Premuzic i sur., 2009). Rezultati ovog istraživanja pokazuju da žene češće biraju glazbu kao pozadinu prilikom obavljanja drugih aktivnosti što nije u skladu s očekivanjima. Korištenje glazbe kao pozadine prilikom obavljanja drugih aktivnosti može, također, biti iz emocionalnih razloga. Primjerice, dok obavljamo neke automatske radnje poput vožnje automobila, bavljenja tjelesnim aktivnostima ili pak obavljanja kućanskih poslova, nerijetko slušamo glazbu kako bismo se opustili i oslobodili se negativnih misli. Korelacija između emocionalne i pozadinske upotrebe glazbe dobivena u ovom istraživanju na cijelom uzorku je umjereno visoka ($r=.47$; $p<.01$; vidi *prilog 8*) i u skladu je s korelacijom dobivenom u istraživanju koje je provela Bastijanić (2013) koja je na poduzorku žena dobila sličnu korelaciju upravo između ove dvije vrste upotrebe glazbe ($r=.44$; $p<.001$). S obzirom

na to da žene češće koriste glazbu u emocionalne svrhe, ujedno je češće koriste i kao pozadinu prilikom obavljanja drugih aktivnosti. Ustanovljena je dakle umjereno visoka korelacija između faktora emocionalna upotreba i pozadinska upotreba. Razlog tome može biti sama struktura instrumenta mjerenja. Moguće je da je sudionicima teško razlikovati kada koriste glazbu samo kao pozadinu prilikom obavljanja nekih aktivnosti, a kada to čine kako bi regulirali vlastito emocionalno stanje s obzirom na to da se te dvije vrste upotrebe nerijetko isprepliću.

Također, nije dobivena očekivana razlika između muškaraca i žena u kognitivnoj upotrebi glazbe. Izgleda da žene, iako češće koriste glazbu u emocionalne svrhe, u jednakoj su mjeri kao i muškarci usredotočene i na njene kognitivne vidove te su stoga rezultati provedenog istraživanja samo djelomično potvrdili treću hipotezu. Rentfrow i Gosling (2003) smatraju da pojedinci koriste glazbu kako bi drugima stvorili sliku o sebi. Oni su razlike između muškaraca i žena u kognitivnoj upotrebi glazbe objašnjavali evolucijskom teorijom, prema kojoj muškarci imaju tendenciju naglašavati vlastite sposobnosti te se prikazivati pametnima i obrazovanima kako bi zadivili suprotan spol i kako bi pokazali da mogu osigurati dobre gene za preživljavanje potomaka. Zbog toga češće izvještavaju kako koriste glazbu u kognitivne svrhe. U našem se slučaju to nije pokazalo točnim. I žene su u jednakoj mjeri kao i muškarci željele pokazati svoje razumijevanje kognitivnih vidova glazbe. Moguće je također da, zbog same prirode istraživanja (npr. on line prikupljanje podataka, anonimnost odgovaranja) ili specifičnosti uzorka, muškarci nisu bili motivirani prikazati se u "boljem" svijetlu.

Na našem je uzorku dobiveno kako je emocionalna upotreba glazbe povezana s anksioznošću kao crtom (vidi *prilog 8*). Žene su postigle više rezultate na dvjema od tri ljestvice anksioznosti – *Anksioznost u situaciji socijalne procjene* te *Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama* bez obzira na to pripadaju li skupini glazbenika ili neglazbenika, što je u skladu s predviđanjima i rezultatima prijašnjih studija (npr. Endler i sur., 1991; Larsen i Buss, 2008) te ujedno češće od muškaraca koriste glazbu u emocionalne svrhe. Izgleda da su žene, za razliku od muškaraca (Vulić-Prtorić, 1992; prema Horvat, 2002), općenito sklonije priznati vlastite strahove. Ženska populacija nije nužno anksioznija od muške, već je samo spremnija priznati svoju anksioznost i pokazati se ranjivijom, što je pogotovo karakteristično za našu kulturu u kojoj vrijedi da muškarci moraju biti hrabri i ne trebaju previše pokazivati vlastite emocije. Rezultati, međutim, nisu pokazali očekivane razlike u dimenziji anksioznosti *Anksioznost u svakodnevnim situacijama*, kao ni depresivnosti, što se može objasniti

specifičnošću uzorka (sudionici su studenti, neravnomjerna je rodna struktura uzorka, mali je broj muških sudionika).

Razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti

Rezultati ovog istraživanja nisu pokazali značajne razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti kao crtama ličnosti što nije u skladu s nalazima prijašnjih istraživanja da su glazbenici općenito skloniji negativnijem pogledu na svijet te anksiozniji. Prema rezultatima studije koju je proveo Kemp (1981), glazbenici su introvertiraniji i osjetljiviji od neglazbenika te posljedično i anksiozniji. Prema Kempovom (1981) mišljenju, anksioznost dolazi do izražaja profesionalnim bavljenjem glazbom. Budući da naš uzorak čine studenti glazbe, moguće je da se njihov identitet profesionalnog glazbenika još nije u potpunosti razvio te da još nisu razvili sve karakteristike profesionalnih glazbenika. Moguće je da će s godinama profesionalnog bavljenja glazbom razviti i anksioznost kao stanje zbog zahtjeva koje pred njih stavlja ta profesija. Bilo bi zanimljivo za usporedbu uzeti uzorak glazbenika koji se glazbom bave već duži niz godina pa kod njih ispitati anksioznost.

Slično se mogu objasniti i nalazi nekih istraživanja koji ukazuju na to da su glazbenici i umjetnici općenito skloni depresiji. Burson (2014) navodi kako su glazbenici kao i umjetnici općenito zaokupljeni negativnim mislima što predstavlja rizični faktor za razvoj depresije. Moguće je da se anksioznost te depresivnost kao stanja javljaju kao posljedica profesionalnog bavljenja glazbom te da glazbenici s dugogodišnjim iskustvom bavljenja glazbom češće izvještavaju da su anksiozniji odnosno depresivniji što bi bilo dobro ispitati kroz slična istraživanja. Profesionalno bavljenje glazbom stresan je posao koji zahtijeva mnoga odricanja, a stalna izloženost pogledima javnosti i javnoj kritici može biti udar na identitet glazbenika i njegovu osobnost te ga učiniti nesigurnim. Budući da se u našem slučaju radi o studentima, studenti glazbe se vjerojatno kao i svi ostali studenti susreću s istim problemima i teškoćama koje su povezane sa zahtjevima studiranja i sl. te je zbog toga moguće da među njima još ne postoje značajne razlike u anksioznosti i depresivnosti.

Prediktori upotrebe glazbe

U ovom istraživanju smo htjeli ispitati koje varijable predviđaju pojedinu upotrebu glazbe. Značajnim prediktorima emocionalne upotrebe glazbe pokazali su se ženski rod i visok rezultat na ljestvici *Anksioznost u svakodnevnim situacijama*. Glazbena naobrazba nije

se pokazala značajnim prediktorom emocionalne upotrebe glazbe kao što smo predviđali, jednako kao ni depresivnost. Prediktori koje smo koristili u ovom istraživanju objašnjavaju ukupno 14,4% varijance emocionalne upotrebe glazbe. Značajnim prediktorom kognitivne upotrebe glazbe pokazala se samo glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik), a njime je objašnjeno čak 24% varijance kognitivne upotrebe glazbe. Što se tiče pozadinske upotrebe glazbe značajnim prediktorima pokazali su se glazbena naobrazba (glazbenik/neglazbenik), rod te anksioznost u svakodnevnim situacijama, što je u skladu s postavljenom hipotezom. Pojedinci koji su anksiozni u svakodnevnim situacijama, posebice žene, češće koriste glazbu kao pozadinu pri obavljanju drugih aktivnosti, što im vjerojatno služi kao vid opuštanja i distrakcije te može biti korisna strategija za suočavanje s anksioznošću i neugodnim emocijama. Korištenim prediktorima možemo objasniti ukupno 12,4% varijance pozadinske upotrebe glazbe. Rezultati su pokazali kako se odabranim prediktorima može objasniti samo manji dio varijance svrhe upotrebe glazbe. Najviše varijance objašnjeno je glazbenom naobrazbom, posebno kada je riječ o upotrebi glazbe u kognitivne svrhe što znači da glazbena naobrazba najviše utječe na to da pojedinci koriste glazbu iz intelektualne perspektive.

Ograničenja i prijedlozi za buduća istraživanja

Ovo istraživanje nam daje zanimljive rezultate o razlikama u upotrebi glazbe ovisno o tome je li netko glazbenik ili ne, kao i o rodnim razlikama u upotrebi glazbe. Uglavnom se radi o potvrdi nalaza prijašnjih studija, no dobiveni su i neki drugi zanimljivi rezultati koji predstavljaju dobar povod za buduća istraživanja u tom području. Ustanovljeno je da se žene i muškarci ne razlikuju u kognitivnoj upotrebi glazbe što nije u skladu s nalazima dosadašnjih istraživanja. Također je dobiveno da žene češće koriste glazbu kao pozadinu prilikom obavljanja drugih aktivnosti što također nije u skladu s rezultatima prijašnjih studija.

Međutim, dobivene rezultate treba uzeti s određenim oprezom jer ovo istraživanje ima mnoga ograničenja. Prije svega treba uzeti u obzir da je istraživanje provedeno na uzorku studenata te stoga generalizacija dobivenih rezultata na cijelu populaciju glazbenika nije opravdana pa se postavlja pitanje ograničenja vanjske valjanosti provedenog istraživanja. Studenti su specifični po nekim osobinama i vjerojatno su razlike između studenata različitih fakulteta manje od razlika između skupina ljudi koji se već duži niz godina bave različitim zanimanjima. Također, uzorak je prigodan budući da je poziv na istraživanje proslijeđen samo na nekoliko različitih kanala te su podaci prikupljeni metodom snježne grude. Još jedno ograničenje je mali broj sudionika te neujednačena rodna struktura uzorka, kao i značajna odstupanja korištenih ljestvica od normalne distribucije. No ipak, spomenuti nedostaci uzorka

kao i odstupanja od normalne distribucije svedeni su na minimum korištenjem robustne metode obrade podataka (poput MANOVE) koja nije toliko osjetljiva na veličinu uzorka kao ni na manja odstupanja od normalnosti. Također, pouzdanosti faktora upotrebe glazbe dobivene u ovom istraživanju nisu visoke, vjerojatno zbog specifičnosti same ljestvice pa i to treba uzeti u obzir prilikom donošenja zaključaka.

I metodologija prikupljanja podataka korištena u ovom istraživanju ima svoja ograničenja. Istraživanje je provedeno *on-line*, a tehnika prikupljanja podataka je samoizvještavanje. To znači da su sudionici subjektivni prilikom procjenjivanja sebe, a postavlja se i pitanje njihove motivacije za davanje iskrenih odgovora. Također, faktori koji su korišteni u ovom istraživanju objašnjavaju samo mali postotak individualnih razlika u upotrebi glazbe. U buduća istraživanja bilo bi dobro uključiti i neke druge varijable koje bi mogle utjecati na svrhu upotrebe glazbe kako bi se dobila šira slika toga što sve može utjecati na dobivene razlike između glazbenika i neglazbenika te kako bi se povećala unutarnja valjanost istraživanja. Npr. osim velikih pet osobina ličnosti, depresivnosti i anksioznosti, mogu se ispitati i izloženost stresnim situacijama, suočavanje sa stresom, optimizam, mjesto kontrole i slične varijable koje bi mogle predvidjeti upotrebu glazbe. Rezultati ovog i sličnih istraživanja, osim u razumijevanju individualnih razlika između glazbenika i neglazbenika na području psihologije ličnosti, imaju i određene praktične implikacije. Mogu se upotrijebiti u području kliničke psihologije gdje mogu pomoći u prepoznavanju potreba te pružanju odgovarajućeg tretmana glazbenicima koji se, zbog emocionalnih izazova posla, stresa ili anksioznosti (npr. pred javnim nastupima) te zbog stalne izloženosti javnoj kritici, javljaju radi savjetovanja ili psihoterapije.

ZAKLJUČAK

Rezultati ovog istraživanja samo su djelomično potvrdili hipoteze o razlikama u upotrebi glazbe između glazbenika i neglazbenika kao i rodnim razlikama u upotrebi glazbe te razlikama u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti između ispitivanih skupina. Rezultati pokazuju da glazbenici češće koriste glazbu u kognitivne svrhe, a neglazbenici u pozadinske svrhe, dok se razlike u emocionalnoj upotrebi glazbe između glazbenika i neglazbenika nisu pokazale. Žene, u odnosu na muškarce, izvještavaju da češće koriste glazbu u emocionalne svrhe te kao pozadinu pri obavljanju drugih aktivnosti, dok rodne razlike u kognitivnoj upotrebi nisu značajne. Nisu dobivene značajne razlike između glazbenika i neglazbenika u depresivnosti i dimenzijama anksioznosti, a testiranje rodnih razlika pokazalo je kako žene postižu nešto više rezultate na ljestvicama *Anksioznost u situaciji socijalne procjene* te *Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama* dok rodne razlike u depresivnosti i anksioznosti u svakodnevnim situacijama nisu se pokazale značajnima.

Što se tiče predviđanja upotrebe glazbe, značajnim prediktorima emocionalne upotrebe pokazali su se rod te *Anksioznost u svakodnevnim situacijama*, značajnim prediktorom kognitivne upotrebe glazbe pokazala se samo glazbena naobrazba, a pozadinsku upotrebu glazbe najbolje predviđaju glazbena naobrazba, rod te *Anksioznost u svakodnevnim situacijama*.

Ovo istraživanje, iako ima mnoga ograničenja, daje uvid u neke razlike između glazbenika i neglazbenika kao i u rodne razlike u upotrebi glazbe i nekim osobinama ličnosti te predstavlja povod budućim istraživanjima u području kliničke psihologije i psihologije ličnosti za ispitivanje i drugih varijabli koje bi mogle imati utjecaja na upotrebu glazbe kao i na razlike između spomenutih skupina.

LITERATURA

- Bastijanić, T. (2013). *Upotreba glazbe i osobine ličnosti*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Bojanić, A. (2013). *Anksioznost i strah od negativne evaluacije kod osoba koje mučaju*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Broz, J. (2014, 13. rujna). *Hiper-povezani neuroni u mladih odraslih osoba koje su bile u depresiji*. Preuzeto sa: <http://znanost.20minuta.hr/zdravlje-i-medicina/3/hiper-povezani-neuroni-u-mladih-odraslih-osoba-koje-su-bile-u-depresiji/1443/>).
- Burson, J. T. (2014). *Are Musicians More Likely to Suffer from Depression?* Kennesaw State University.
- Chamorro-Premuzic, T., Fagan, P. i Furnham, A. (2010). Personality and Uses of Music as Predictors of Preferences for Music Consensually Classified as Happy, Sad, Complex, and Social. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 4(4), 205–213.
- Chamorro-Premuzic, T., Swami, V., Furnham, A. i Maakip, I. (2009). The Big Five Personality Traits and Uses of Music: A Replication in Malaysia Using Structural Equation Modeling. *Journal of Individual Differences*, 30(1), 20–27.
- Đorđević, B. (2010). *Temperament, karakter i sklonost ka traženju senzacija kod muzičara*. Niš: VI. Dani primenjene psihologije.
- Endler, N. S., Edwards, J. M., Vitelli, R. i Parker, J. D. A. (1989). Assessment of state and trait anxiety: Multidimensional anxiety scales. *Anxiety Research*, 2(1), 1–14.
- Endler, N. S., Magnusson, D., Ekehammar, B., i Okada, M. (1976). The multidimensionality of state and trait anxiety. *Scandinavian Journal of Psychology*, 17, 81–96.

- Endler, N. S., Parker, J. D. A., Bagby, R. M., i Cox, B. J. (1991). Multidimensionality of state and trait anxiety: Factor structure of the Endler Multidimensional Anxiety Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6, 919–926.
- Getz, L.M., Marks, S. i Roy, M. (2014). The influence of stress, optimism, and music training on music uses and preferences. *Psychology of Music*, 42(1), 71–85. DOI: 10.1177/0305735612456727
- Horvat, M. (2002). *Evaluacija Upitnika anksioznosti kao stanja i osobine STAI*. Diplomski rad. Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta, Sveučilište u Zagrebu.
- Jandrić, D. (2009). *Spolne razlike u odnosu između agresivnosti i depresije*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Hrvatski studiji u Zagrebu.
- Juslin, P.N. i Västfjäll, D. (2008). Emotional Responses to Music: The Need to Consider Underlying Mechanisms. *The Behavioral and brain sciences*, 31(5), 559–621. DOI: 10.1017/S0140525X08005293.
- Kemp, A. (1981). The Personality Structure of the Musician: II. Identifying a Profile of Traits for the Composer. *Psychology of Music*, 9, 69-75.
- Kenny, D.T., Davis, P. i Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders* 18(6), 757–777.
- Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Zagreb: Naklada Slap.
- Miranda, D. i Claes, M. (2009). Music listening, coping, peer affiliation and depression in adolescence. *Psychology of Music*, 37, 215–233.
- Rentfrow, P.J. i Gosling, S.D. (2003). The Do Re Mi's of Everyday Life: The Structure and Personality Correlates of Music Preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1236–1256.

- Rončević Zubković, B. (2010). Ustrojstvo radnog pamćenja i njegova uloga u jezičnom procesiranju. *Psiholojske teme* 19(1), 1–29.
- Sorić, I. (2002). Enderlove multidimenzionalne skale anksioznosti. U: K. Lacković-Grgin, A. Proroković; V. Čubela i Z. Penezić (ur.): *Zbirka psiholojskih skala i upitnika* (str. 115–123). Zadar: Filozofski fakultet u Zadru.
- Spielberger, C.D. (2000). *Priručnik za Upitnik anksioznosti kao stanja i osobine ličnosti STAI*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Thayer, R.E., Newman, J.R. i McClain, T.M. (1994). Self-Regulation of Mood: Strategies for Changing a Bad Mood, Raising Energy, and Reducing Tension. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(5), 910–925.
- Wesner, R.B., Noyes Jr, R. i Davis, T.L. (1990). The occurrence of performance anxiety among musicians. *Journal of Affective Disorders*, 18(3), 177–185.
- Wood, J.D.M. (2015). *Music, emotion regulation, & distress tolerance: Investigating how music may influence distress tolerance in college students*. Honors Thesis. The University of Arkansas: J. William Fulbright College of Arts and Sciences.
- Zung, W.W. (1965). *A self-rating depression scale*. *Arch Gen Psychiatry*, 12, 63–70.

PRILOZI

Prilog 1. Upitnik upotrebe glazbe

Uputa: Pred Vama se nalazi 15 tvrdnji koje opisuju različite navike, sklonosti i doživljaje vezane uz slušanje glazbe. Molimo Vas da zaokruživanjem odgovarajućeg broja na ljestvici od 1 do 5 označite stupanj slaganja sa svakom od navedenih tvrdnji, vodeći se pritom sljedećim značenjima:

1 - uopće se ne slažem

2 - donekle se ne slažem

3 - niti se slažem niti se ne slažem

4 - donekle se slažem

5 - u potpunosti se slažem

1.	Slušanje glazbe zaista utječe na moje raspoloženje.	1	2	3	4	5
2.	Nisam jako nostalgičan/na kad slušam stare pjesme koje sam nekad slušao/la.	1	2	3	4	5
3.	Kad god se želim osjećati sretno, poslušam veselu pjesmu.	1	2	3	4	5
4.	Kad slušam tužne pjesme, osjećam se vrlo emotivno.	1	2	3	4	5
5.	Gotovo svaka moja uspomena povezana je s određenom pjesmom.	1	2	3	4	5
6.	Često uživam u analiziranju složenih glazbenih kompozicija.	1	2	3	4	5
7.	Rijetko mi se sviđa pjesma ako se ne divim tehnici glazbenika.	1	2	3	4	5
8.	Ne uživam u slušanju pop glazbe jer je vrlo primitivna.	1	2	3	4	5
9.	Umjesto da se opuštam, kad slušam glazbu više se volim usredotočiti na nju.	1	2	3	4	5
10.	Slušanje glazbe za mene je intelektualno iskustvo.	1	2	3	4	5
11.	Uživam u slušanju glazbe dok radim.	1	2	3	4	5
12.	Glazba me jako ometa, stoga kad god učim moram imati tišinu.	1	2	3	4	5

13.	Ako ne slušam glazbu dok nešto radim, često mi postane dosadno.	1	2	3	4	5
14.	Uživam u slušanju glazbe na društvenim događanjima.	1	2	3	4	5
15.	Često se osjećam jako usamljeno ako ne slušam glazbu.	1	2	3	4	5

Prilog 2. Endlerove višedimenzionalne ljestvice anksioznosti u situaciji socijalne procjene, novim i nepoznatim situacijama te u svakodnevnim situacijama.

UPUTA: Dolje je navedeno 60 tvrdnji koje su opisi doživljaja u trima vrstama situacija. Zaokružite broj od 1 (uopće ne) do 5 (jako) da biste opisali svoje doživljaje u tim situacijama.

Dodatne upute navedene su na vrhu svakog odjeljka. Molimo vas, pročitajte ih pažljivo i odgovorite na svaku tvrdnju zaokružujući vama najprihvatljiviji odgovor prema sljedećoj ljestvici:

1	2	3	4	5
uopće ne	malo	umjereno	prilično	jako

1. Zamislite da se nalazite u situaciji gdje vas drugi procjenjuju. Zanimaju nas vaši doživljaji općenito u situacijama gdje vas drugi procjenjuju ili promatraju. To uključuje radne, školske, sportske i druge socijalne situacije gdje bi se moglo dogoditi da vas ljudi promatraju, ocjenjuju ili procjenjuju.

1. Dopadaju mi se takve situacije	1	2	3	4	5
2. Uzrujan/a sam	1	2	3	4	5
3. Znojim se	1	2	3	4	5
4. Opušten/a sam	1	2	3	4	5
5. Osjećam se nelagodno	1	2	3	4	5
6. Veselim se takvim situacijama	1	2	3	4	5
7. Osjećam podrhtavanje u želucu	1	2	3	4	5
8. Osjećam se ugodno	1	2	3	4	5
9. Napet/a sam	1	2	3	4	5
10. Uživam u takvim situacijama	1	2	3	4	5
11. Srce mi ubrzano radi	1	2	3	4	5
12. Osjećam se sigurnim/om	1	2	3	4	5
13. Osjećam se tjeskobno	1	2	3	4	5
14. Pun/a sam samopouzdanja	1	2	3	4	5
15. Nervozan/na sam	1	2	3	4	5

2. **Zamislite da se nalazite u novoj i nepoznatoj situaciji.** Zanimaju nas vaši doživljaji općenito u novim, neobičnim ili nepoznatim situacijama uključujući one u kojima niste sigurni što vas očekuje.

1	2	3	4	5
uopće ne	malo	umjereno	prilično	jako
1. Dopadaju mi se takve situacije			1 2 3 4 5	
2. Uzrujan/a sam			1 2 3 4 5	
3. Znojim se			1 2 3 4 5	
4. Opušten/a sam			1 2 3 4 5	
5. Osjećam se nelagodno			1 2 3 4 5	
6. Veselim se takvim situacijama			1 2 3 4 5	
7. Osjećam podrhtavanje u želucu			1 2 3 4 5	
8. Osjećam se ugodno			1 2 3 4 5	
9. Napet/a sam			1 2 3 4 5	
10. Uživam u takvim situacijama			1 2 3 4 5	
11. Srce mi ubrzano radi			1 2 3 4 5	
12. Osjećam se sigurnim/om			1 2 3 4 5	
13. Osjećam se tjeskobno			1 2 3 4 5	
14. Pun/a sam samopouzdanja			1 2 3 4 5	
15. Nervozan/na sam			1 2 3 4 5	

3. **Zamislite se u svakodnevnim i uobičajenim aktivnostima.** Zanimaju nas vaši doživljaji općenito u situacijama s kojima se susrećete u svom svakodnevnom životu. Drugim riječima, kako se obično osjećate dok se na primjer, odijevate, čitate novine, ručate, i slično.

1	2	3	4	5
uopće ne	malo	umjereno	prilično	jako
1. Dopadaju mi se takve situacije			1 2 3 4 5	
2. Uzrujan/a sam			1 2 3 4 5	
3. Znojim se			1 2 3 4 5	
4. Opušten/a sam			1 2 3 4 5	

5. Osjećam se nelagodno	1	2	3	4	5
6. Veselim se takvim situacijama	1	2	3	4	5
7. Osjećam podrhtavanje u želucu	1	2	3	4	5
8. Osjećam se ugodno	1	2	3	4	5
9. Napet/a sam	1	2	3	4	5
10. Uživam u takvim situacijama	1	2	3	4	5
11. Srce mi ubrzano radi	1	2	3	4	5
12. Osjećam se sigurnim/om	1	2	3	4	5
13. Osjećam se tjeskobno	1	2	3	4	5
14. Pun/a sam samopouzdanja	1	2	3	4	5
15. Nervozan/na sam	1	2	3	4	5

Prilog 3. Zungova ljestvica za samoprocjenu depresije

Pročitajte sljedeće izjave i procijenite koliko često navedena izjava opisuje Vaše osjećaje i misli.

Odaberite Vaš odgovor	Rijetko	Ponekad	Često	Većinom
1. Osjećam se tužno i potišteno.				
2. Najbolje se osjećam ujutro.				
3. Plačem i često sam na rubu suza.				
4. Imam problema sa spavanjem.				
5. Jedem uobičajeno kao i ranije.				
6. Uživam u seksu kao prije.				
7. Primjećujem da gubim na težini.				
8. Imam problema s konstipacijom/zatvorom.				
9. Srce mi kuca brže nego inače.				
10. Umaram se bez razloga.				
11. Misli su mi bistre kao i ranije.				
12. S lakoćom obavljam stvari koje sam i prije obavljao/la.				
13. Nemiran/na sam i ne mogu se umiriti.				
14. Nadam se svijetloj budućnosti.				
15. Razdražljiviji/ja sam nego inače.				
16. Lako donosim odluke.				
17. Osjećam se korisnim/om i potrebnim/om.				
18. Moj život je prilično ispunjen.				
19. Drugima bi bilo bolje kada bih ja bio/bila mrtav/va.				
20. Još uvijek uživam u stvarima u kojima sam i prije uživao/la.				

Ukupan rezultat: _____

Prilog 4. Matrica faktorskog sklopa Zungove ljestvice samoprocjene depresivnosti.

Čestice upitnika	Faktor 1
ZSRDS_1	.733
ZSRDS_2	
ZSRDS_3	.429
ZSRDS_4	.411
ZSRDS_5	.581
ZSRDS_6	.445
ZSRDS_7	.326
ZSRDS_8	
ZSRDS_9	.427
ZSRDS_10	.451
ZSRDS_11	.752
ZSRDS_12	.718
ZSRDS_13	.600
ZSRDS_14	.407
ZSRDS_15	.630
ZSRDS_16	.556
ZSRDS_17	.693
ZSRDS_18	.601
ZSRDS_19	.372
ZSRDS_20	.670

* ZSRDS_2 i ZSRDS_8: faktorske saturacije <.30

Prilog 5. Vrijednosti i statistička značajnost Shapiro-Wilkovog testa normalnosti distribucije za upitnike (odnosno njihove ljestvice) korištene u ovom istraživanju za cijeli uzorak (N = 127).

Upitnik	Ljestvica	S-W test	p
Upitnik upotrebe glazbe	Emocionalna upotreba glazbe	0.97	.01
	Kognitivna upotreba glazbe	0.98	.04
	Pozadinska upotreba glazbe	0.98	.09
Zungova ljestvica samoprocjene depresivnosti		0.95	.00
Endlerove višedimenionalne ljestvice anksioznosti kao crte ličnosti	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	0.98	.11
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	0.97	.01
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	0.90	.00

Legenda: S-W test = Shapiro-Wilkov test normalnosti distribucije; p = razina statističke značajnosti

Prilog 6. Vrijednosti i statistička značajnost Shapiro-Wilkovog testa normalnosti distribucije za upitnike (odnosno njihove ljestvice) korištene u ovom istraživanju za poduzorke glazbenika (N = 60) i neglazbenika (N = 67).

Upitnik	Ljestvica	Glazbenici		Neglazbenici	
		S-W test	p	S-W test	p
Upitnik upotrebe glazbe	Emocionalna upotreba glazbe	0.96	.04	0.97	.10
	Kognitivna upotreba glazbe	0.98	.32	0.96	.04
	Pozadinska upotreba glazbe	0.98	.55	0.97	.06
Zungova ljestvica samoprocjene depresivnosti		0.97	.18	0.89	.00
Endlerove višedimenionalne ljestvice anksioznosti kao crte ličnosti	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	0.97	.15	0.98	.25
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	0.95	.01	0.98	.36
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	0.92	.00	0.89	.00

Legenda: S-W test – Shapiro-Wilkov test normalnosti distribucije; p – razina statističke značajnosti

Prilog 7. Vrijednost, stupnjevi slobode i statistička značajnost Levenovog testa jednakosti varijanci između glazbenika i neglazbenika za upitnike (odnosno njihove ljestvice) korištene u ovom istraživanju (N = 127).

Upitnik	Ljestvica	F	df	p
	Emocionalna upotreba glazbe	0.22	3, 125	.89
Upitnik upotrebe glazbe	Kognitivna upotreba glazbe	0.25	3, 125	.86
	Pozadinska upotreba glazbe	0.35	3, 125	.79
	Zungova ljestvica samoprocjene depresivnosti	0.53	3, 125	.66
Endlerove višedimenionalne ljestvice anksioznosti kao crte ličnosti	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	1.28	3, 125	.29
	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	1.77	3, 125	.16
	Anksioznost u svakodnevnim situacijama	0.83	3, 125	.48

Legenda: *F* – vrijednost Levenovog testa jednakosti varijanci; *df* – stupnjevi slobode; *p* – statistička značajnost Levenovog testa

Prilog 8. Povezanost depresivnosti i dimenzija anksioznosti i svrha upotrebe glazbe – matrica interkorelacija svih ispitivanih varijabli na cijelom uzorku.

Varijabla	Emocionalna upotreba glazbe	Pozadinska upotreba glazbe	Kognitivna upotreba glazbe	Depresivnost	Anksioznost u situaciji socijalne procjene	Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama	Anksioznost u svakodnevnim situacijama
Emocionalna upotreba glazbe		.47**	.19*	.10	.21*	.23*	.18*
Pozadinska upotreba glazbe			.08	.02	.07	.05	.17
Kognitivna upotreba glazbe				.17	.08	-.00	.12
Depresivnost					.45**	.23*	.43**
Anksioznost u situaciji socijalne procjene						.47**	.13
Anksioznost u novim i nepoznatim situacijama							.08
Anksioznost u svakodnevnim situacijama							

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