

Odnos emocionalne inteligencije i korištenja sredstava ovisnosti kod muškaraca i žena

Šesnić, Anamarija

Undergraduate thesis / Završni rad

2019

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:092521>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-23**



Sveučilište u Zadru
Universitas Studiorum
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Jednopredmetni preddiplomski sveučilišni studij psihologije

Anamarija Šesnić

**Odnos emocionalne inteligencije i korištenja
sredstava ovisnosti kod muškaraca i žena**

Završni rad

Zadar, 2019.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Jednopredmetni preddiplomski sveučilišni studij psihologije

Odnos emocionalne inteligencije i korištenja sredstava ovisnosti kod muškaraca i žena

Završni rad

Student/ica:

Anamarija Šesnić

Mentor/ica:

Doc.dr.sc. Ana Šimunić

Zadar, 2019.



Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Anamarija Šesnić**, ovime izjavljujem da je moj **završni** rad pod naslovom „**Odnos emocionalne inteligencije i korištenja sredstava ovisnosti kod muškaraca i žena**“ rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 17. rujna 2019.

SADRŽAJ

<i>Sažetak:</i>	1
<i>Abstract:</i>	2
UVOD.....	3
<i>Emocionalna inteligencija</i>	3
<i>Razlike između muškaraca i žena u emocionalnoj inteligenciji</i>	5
<i>Ovisnosti</i>	7
<i>Ovisnosti i spol</i>	10
<i>Ovisnosti i emocionalna inteligencija</i>	11
<i>Polazište i cilj</i>	13
PROBLEMI I HIPOTEZE.....	15
METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA.....	16
<i>Sudionici</i>	16
<i>Mjerni instrumenti</i>	16
<i>Postupak</i>	18
REZULTATI.....	19
<i>Razlike u učestalosti korištenja droge, cigareta, alkohola,</i>	20
<i>Razlike u emocionalnoj inteligenciji između onih koji koriste sredstva ovisnosti i onih koji ne</i>	22
RASPRAVA	25
ZAKLJUČCI.....	31
LITERATURA.....	32
PRILOG	37

Odnos emocionalne inteligencije i korištenja sredstava ovisnosti kod muškaraca i žena

Sažetak:

Emocionalna inteligencija je konstrukt u psihologiji, koji ima veliku važnost u životu suvremenog čovjeka te se stoga u novije vrijeme sve više stavlja u fokus istraživanja od strane istraživača, a posebno je zanimljiva veza s različitim oblicima ovisnosti. Iako je sama priroda veze i dalje relativno neotkrivena, dosadašnjim istraživanjima je utvrđena povezanost emocionalne inteligencije i poremećaja ovisnosti. Cilj istraživanja bio je ispitati odnos emocionalne inteligencije te korištenja različitih sredstava ovisnosti (droga, cigareta, alkohola, kockanja, interneta te ovisnosti o vježbanju). U ovom istraživanju sudjelovalo je 338 ispitanika, od toga 212 žena te 126 muškaraca, prosječne dobi 26 godina, pri čemu su korišteni sljedeći mjerni instrumenti: *Upitnik emocionalne kompetentnosti UEK-45*, *Skala ovisnosti o vježbanju* te upitnik koji se sastojao od pitanja prilagođenih ovom istraživanju čiji odgovori upućuju na učestalost korištenja sredstava ovisnosti.

Dobiveni rezultati u ovom istraživanju ukazuju kako više žena konzumira cigarete te da ih više i učestalije koriste društvene mreže, dok je više muškaraca koji i učestalije igraju igre na sreću te učestalije konzumiraju alkohol. Nadalje, utvrđene su razlike između muškaraca i žena u sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama, pri čemu muškarci iskazuju bolju sposobnost regulacije i upravljanja emocijama u odnosu na žene, ali su muškarci i žene podjednaki u emocionalnoj kompetentnosti, sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija te sposobnosti imenovanja i izražavanja emocija. Oni koji ne konzumiraju cigarete bolji su u regulaciji i upravljanju emocijama, dok kod onih koji konzumiraju droge, odnosno ne konzumiraju droge te onih koji igraju igre na sreću te kod onih koji ne igraju igre na sreću nema razlike u emocionalnoj inteligenciji. Što je emocionalna kompetentnost i sposobnost regulacije i upravljanja emocijama veća to je učestalije igranje igara na sreću, dok je izraženija ovisnost o vježbanju povezana je s većom emocionalnom kompetentnošću, odnosno boljom sposobnošću uočavanja i razumijevanja emocija, izražavanja i imenovanja emocija te reguliranja i upravljanja emocijama.

Ključne riječi: emocionalna inteligencija, spol, ovisnosti (droge, cigarete, alkohol, društvene mreže, igre na sreću te ovisnost o vježbanju)

The relationship between emotional intelligence and the use of addictive agents among men and women

Abstract:

Emotional intelligence is construct in psychology, which has a great impact on the life of modern people, and therefore it's being a more often object of researchers' focus, and its relation with various forms of addictions is particularly interesting. Although the relationship between emotional intelligence and addictions is still relatively undiscovered, so far links between lower emotional intelligence and addiction disorders have been established. This study aimed to examine the relationship between emotional intelligence and of different addictive behaviors (drugs, cigarettes, alcohol, gambling, internet and addiction to exercise). The survey involved 338 participants, of whom 212 were women and 126 men, aged on average $M=25.94$, using following measuring instruments: Questionnaire of emotional competence (UEK-45, Takšić, 2002), Exercise Dependence Scale-21 (EDS-21; Hausenblas and Symons Downs, 2002) and questionnaire that consisted of questions tailored to this survey, where the responses indicated the frequency of addiction substance abuse.

The results obtained in this study indicate that more women smoke cigarettes and that more of them use and more frequently use social networks, while men are more likely to gamble and drink alcohol. Furthermore, differences were found between man and women in their ability to regulate and manage emotions, where men express better ability, but also men and women are equal in the matter of emotional competence, ability to perceive and understand emotions, and the ability to name and express emotions. Those who do not smoke cigarettes are better at regulating and managing emotions, while there is no difference in the emotional intelligence between those who consume drugs and those who don't consume drugs and those who gamble and those who don't gamble. Greater emotional competence and the ability to regulate and manage emotions are associated with more frequent gambling. If a person is more addicted to exercising, he/she has greater emotional competence, i.e., better ability to observe and understand emotions, better ability to express and name emotions, and better ability to regulate and manage emotions.

Key words: emotional intelligence, sex, addictions (drugs, cigarettes, alcohol, social networks, gambling and exercise addiction)

UVOD

Emocionalna inteligencija

Emocionalna inteligencija konstrukt je u psihologiji, koji se prvi put spominje u Golemanovoj knjizi objavljenoj 1995. godine „*Emocionalna inteligencija: Zašto je važnija od kvocijenta inteligencije*“. Od tada, kao posljedica toga da ljudi u modernom društvu pridaju sve veću osobnu važnost upravljanju emocijama, posljednjih 30-ak godina raste popularnost te interes za istraživanje ovog konstrukta (Goleman, 1995). Ponuđene su različite definicije, modeli i načini mjerenja emocionalne inteligencije od strane istraživača, a među njima, kao prvi, su se istaknuli Salovey i Mayer (1990) koji su definirali emocionalnu inteligenciju kao dio socijalne inteligencije, koja se odnosi na sposobnost praćenja te razlikovanja tuđih i vlastitih emocija i osjećaja te upotrebe tih informacija u razmišljanju i ponašanju. Goleman (1995) pak definira emocionalnu inteligenciju kao „složeni skup sposobnosti koji omogućuju osobi da upravlja sobom i drugima“, a Bar-On (1988, prema Ahmad, Bangash i Khan, 2009) definira emocionalnu inteligenciju kao sposobnost pojedinca 1) da razumije i da se izražava, 2) da razumije kako se odnositi s drugima, 3) da se nosi s jakim emocijama i kontrolira svoje impulse te 4) da se prilagodi promjenama i rješava probleme osobne ili društvene prirode.

Kao rezultat različitih operacionalizacija ovog konstrukta, postoje tri osnovna modela emocionalne inteligencije, a to su model sposobnosti, model osobina i mješoviti model. Sva tri modela se temelje na istoj premisi emocionalne inteligencije, međutim razlikuju se u terminima definiranja te načinima mjerenja. U model sposobnosti spada emocionalna inteligencija, kako su je izvorno definirali Salovey i Mayer (1990), gdje je primarno fokus na emocionalnim sposobnostima, koje se mjere maksimalnim učinkom na testu sposobnosti. Najčešće korišteni test sposobnosti za mjerenje emocionalne inteligencije je Mayer-Salovey-Carusov test emocionalne inteligencije (MSCEIT) (McIntyre, 2010). Prema modelu sposobnosti najosnovniji set emocionalnih sposobnosti uključuje percepciju i procjenu emocija, što se uči od najranije dobi. Zatim, drugi set sposobnosti uključuje usvajanje osnovnih emocionalnih iskustava u vlastiti mentalni život, uključujući i vaganje među emocijama. Treći set vještina uključuje sposobnost rasuđivanja i razumijevanja emocija, sposobnost prepoznavanja istih te znanja kako ih adekvatno

interpretirati i posljednji set tj. najviša razina emocionalne inteligencije uključuje sposobnost regulacije i upravljanja emocijama, primjerice znanje o tome kako se smiriti nakon osjećanja ljutnje te znanje kako pomoći ublažiti anksioznost drugoj osobi (Mayer, Salovey, Caruso i Sternberg, 2000). Dakle, kod modela sposobnosti, emocionalna inteligencija se mjeri kao kognitivna sposobnost opažanja, korištenja, razumijevanja i reguliranja emocija (Mayer i Salovey, 1993). Nasuprot tome, model osobina i mješoviti model usredotočeni su na kompetencije, vještine i osobine koje se ne mjere pomoću testova sposobnosti, nego putem samoizvještaja i mjera samoprocjene, pri čemu se najčešće koristi Bar-Onov inventar emocionalnog kvocijenta (EQi) (McIntyre, 2010). Također, mješoviti model se više fokusira na predviđanje emocionalne inteligencije, dok se model osobina više fokusira na EI kao osobinu unutar okvira ličnosti (Mayer i Salovey, 1993). Kod modela osobina, emocionalna inteligencija se definira kao konstelacija emocionalne samopercepcije, gdje se pridaje značaj subjektivnom emocionalnom doživljaju. Zagovaratelji ovog modela tvrde kako su osobine emocionalne inteligencije zapravo osobine ličnosti što potkrepljuju istraživanjima koja otkrivaju da isti geni koji su uključeni u razvoj individualnih razlika u osobinama ličnosti Velikih pet su također uključeni u razvoj individualnih razlika u osobinama emocionalne inteligencije (Vernon, Villani, Schermer i Petrides, 2008). Kao osobine emocionalne inteligencije navode se asertivnost, adaptivnost, emocionalna ekspresivnost, empatija, sreća, optimizam, društvena svijest, samopoštovanje, upravljanje stresom i slično. Model osobina pretpostavlja kako ne postoji neki prototipičan emocionalno inteligentni pojedinac te da razmišljanje temeljeno na emocijama ima tendenciju biti automatsko i intuitivno tako da će određeni profili emocija biti korisni u određenim kontekstima, a u određenim neće (Petrides, 2010). Kod mješovitog modela, osim mentalnih sposobnosti također se opisuju i osobne karakteristike tipične za inteligentna ponašanja te se na temelju mjera emocionalne inteligencije izvode predikcije. Dakle, EI se promatra kao čimbenik koristan u razumijevanju i predviđanju uspješnosti pojedinca na poslu, u školi, kod kuće i slično (Katyal i Awasthi, 2005). Primjerice, Joseph i Newman (2010) su utvrdili kako emocionalna inteligencija pozitivno predviđa izvedbu kod poslova koji uključuju emocije. Nadalje, oni koji su emocionalno inteligentniji su topliji i ugodniji, generiraju više planova za budućnost, imaju pozitivni stav prema životu, pozitivne odnose i slično (Mayer, Roberts i Barsade, 2008; Mayer i sur., 2000). Petrides i Furnham (2000) tvrde kako krucijalna distinkcija između osobina emocionalne inteligencije i emocionalne inteligencije kao sposobnosti ne leži toliko u načinu formulacije konstrukta, koliko u metodologiji. Štoviše, u literaturi postoji

kontroverza da MSCEIT mjeri inteligenciju, odnosno da je objektivna mjera emocionalne inteligencije, dok se rezultati na paralelnim mjerama emocionalne inteligencije u formi samoizvještaja više podudaraju s osobinama ličnosti (Warwick i Nettelbeck, 2004, prema McIntyre, 2010).

Koliku važnost ima emocionalna inteligencija u životu suvremenog čovjeka, najbolje pokazuje široko uvjerenje kako je emocionalna inteligencija jednako, ako ne čak i važnija od tradicionalnog koncepta IQ-a (kvocijenta inteligencije) u postizanju životnog uspjeha (Goleman, 1995). Istraživanja pokazuju kako je EI pozitivno povezana s akademskim postignućem, profesionalnim uspjehom i zadovoljstvom te emocionalnim zdravljem i prilagodbom (Matthews, Zeidner i Roberts, 2004). Također, emocionalna inteligencija igra ulogu u uspostavljanju i održavanju odnosa. Pronađeno je da osobe s većom emocionalnom inteligencijom imaju više empatije zbog sposobnosti opažanja i razumijevanja tuđih emocija. Nadalje, emocionalno inteligentnije osobe su socijalno vještije, većeg bračnog zadovoljstva te su spremnije surađivati, što doprinosi stvaranju više pozitivnih odnosa (Schutte i sur., 2001). Također, važno je istaknuti kako se EI može uvježbati i poboljšati u različitim socijalnim, obrazovnim, poslovnim te međuljudskim kontekstima (Matthews i sur., 2004). U prijašnjim istraživanjima je utvrđeno kako je dob jedna od sociodemografskih varijabli koja je najrelevantnija za razvoj emocionalne inteligencije, pri čemu neka istraživanja pokazuju značajno poboljšanje EI s porastom dobi (Extremera, 2006), dok neka izvješćuju kako stariji ljudi imaju problema s prepoznavanjem emocija (Ruffman, Henry, Livingstone i Phillips, 2008). Iako su rezultati kontradiktorni, ukazuju na važnost dobi u razvoju emocionalne inteligencije, ne samo kao čimbenika povezanog s EI, već i kao medijatora u vezi između spola i emocionalne inteligencije. Također, opsežna literatura ukazuje na postojanje razlika između muškaraca i žena u različitim emocionalnim aspektima (Fernández-Berrocal, Cabello, Castillo i Extremera, 2012).

Razlike između muškaraca i žena u emocionalnoj inteligenciji

Brojnim istraživanjima je utvrđena povezanost emocionalne inteligencije i spola. Međutim, ta je veza zamršena i uglavnom se pokazuje kako su muškarci i žene emocionalno inteligentni na različite načine. Ahmad i suradnici (2009) navode kako su u

prosjeku žene svjesnije svojih emocija, empatičnije i vještije u interpersonalnim odnosima. S druge strane, muškarci su u prosjeku optimističniji, samouvjereniji i prilagodljiviji te se adekvatnije suočavaju sa stresom. Rezultati istraživanja pokazuju kako se muškarci procjenjuju emocionalno inteligentnijima u odnosu na žene (Ahmad i sur., 2009), međutim žene iskazuju više rezultate na različitim mjerama emocionalne inteligencije (Farely i Austin, 2007). Danas postoji široko rasprostranjeno uvjerenje među academicima i unutar šire javnosti da se za ženski spol vezuje bolje poznavanje emocija (Fernández-Berrocal i sur., 2012). Takvo stajalište se podupire biološkim i socijalnim aspektima. Biološko objašnjenje jest da je biokemija žena bolje pripremljena za razmatranje vlastitih emocija i emocija drugih što je važna komponenta preživljavanja. Baron-Cohen (2003, prema Fernández-Berrocal i sur., 2012) je utvrdio da određena područja mozga posvećena emocionalnoj obradi mogu biti veća kod žena nego kod muškaraca te pretpostavlja kako je mozak žena strukturiran da osjeća empatiju, dok muški mozak dominantno traži razumijevanje i konstruiranje sistema. Craig i suradnici (2009) navode da se također i cerebralno procesiranje emocija razlikuje između muškaraca i žena. Objašnjenje usmjereno na socijalne aspekte indicira da se žene pristrano više educira o emocijama, njihovom izražavanju i slično, dok se muškarce uči minimiziranju određenih emocija vezanih uz tugu, strah, ranjivost i krivnju (Sanchez-Nunez, Fernández-Berrocal, Montañés i Latorre, 2008). Nadalje, žene provode više vremena u socijalnim kontaktima te su više zaokupljene održavanjem pozitivnog tona svojih i tuđih emocija kako bi održale i konstruirale zadovoljavajuće društvene odnose (Nolen Hoeksema & Jackson, 2001, prema Fernández-Berrocal i sur., 2012). Imaju bolju sposobnost dekodiranja neverbalnih emocionalnih znakova, bolje dosjećanje emocionalnih informacija o drugima te opsežniji rječnik za emocije (Bloise i Johnson, 2007; Brody i Hall, 2000; Fivush, Brotman, Buckner i Goodman, prema McIntyre, 2010). Međutim, žene u odnosu na muškarce teže kontroliraju vlastite emocije te u prosjeku postižu niže rezultate na skali emocionalne stabilnosti, osobine koja je povezana s emocionalnom inteligencijom. Sve navedeno doprinosi tome da žene postižu više rezultate na svim dimenzijama MSCEIT-a, osim upravljanja emocijama, dok muškarci na inventaru emocionalnog kvocijenta postižu više rezultate na intrapersonalnim vještinama. Dakle, istraživanja ukazuju na različitost u emocionalnoj inteligenciji između žena i muškaraca, tako da je kod žena naglašena interpersonalna inteligencija tj. empatičnije su, vještije u komunikaciji, a kod muškaraca intrapersonalna inteligencija tj. vještiji su u upravljanju i kontroli vlastitih emocija (McIntyre, 2010). Također je proučavana veza emocionalne inteligencije sa svakodnevnim

ponašanjima pri čemu je utvrđeno da su žene značajno emocionalno inteligentnije u odnosu na muškarce, ali je emocionalna inteligencija značajniji prediktor u životu muškaraca. Muškarci, koji postižu niže rezultate na mjeri inteligencije, koji su manje sposobni razumjeti emocije i koristiti ih u poboljšanju razmišljanja, vjerojatnije će uzimati droge, alkohol, biti skloni devijantnom ponašanju i imati lošije odnose s drugima, što nije utvrđeno za žene (Naghavi i Redzuan, 2011).

Ovisnosti

Ovisnost se može definirati kao „skupina pojava ponašanja, kognicije i fizioloških promjena koje se razvijaju nakon ponavljane upotrebe pojedinih tvari i redovito uključuju jaku želju za uzimanjem te tvari te poteškoće u kontroli njezina uzimanja pri čemu ovisnik zanemaruje sve ostale aktivnosti i obaveze, često uz povećanje tolerancije i uz povremene znakove apstinencije“ (Brlas, 2013: 84). Pojedinci mogu razviti ovisnička ponašanja prema različitim stvarima i pojavama, uobičajeno je prema različitim supstancama, alkoholu, drogama, cigaretama i slično, ali i prema stvarima kao što su hrana, seksualne aktivnosti, kockanje i internet.

Postoje brojne teorije i modeli ovisničkog ponašanja koji nastoje definirati ovisnost pretpostavljajući koji mehanizmi leže u osnovi fenomena ovisnosti (McCrary i Epstein, 2013). Jedna od teorija naglašava fiziološku ovisnost, koja se odnosi na neuroadaptaciju, koja je posljedica kroničnog konzumiranja droga, lijekova i slično, a nalazi su dobiveni iz studija pojedinaca koji su kronično konzumirali alkohol, heroin i druge psihoaktivne tvari. Fiziološka ovisnost se ogleda u simptomima naglog prekida korištenja, poput znojenja, mučnine, gubitka apetita, ubrzanog rada srca, bolova u mišićima, dijareje, proširenih zjenica itd. Ova teorija pruža obrazloženje za nezaustavljivu potrošnju, međutim ne određuje kako se ovisnost javlja s obzirom na čimbenike specifične za osobu i za koga je vjerojatnije da će razviti ovisnost. Bazira se na točnom opažanju simptoma prestanka konzumiranja sredstava ovisnosti u farmakologiji, ali se njome ne mogu objasniti druge ovisnosti, kao što je patološko kockanje, u kojoj fiziološka ovisnost nije izražena. Druga teorija odnosi se na asocijativno učenje ili klasično uvjetovanje, originalno postavljeno od strane Pavlova, a odnosi se na proces u kojem neutralni podražaj postiže sposobnost izazivanja odgovora uparujući se s neuvjetovanim podražajem. Pavlov je svoje nalaze generalizirao i na konzumiranje droga. Pristupom zasnovanim na uvjetovanju objasnio je žudnju pri apstinenciji. Žudnja je često izazvana uvjetovanim podražajima (npr. iglom)

koji su bili uparivani s drogom (neutralnim podražajem), pri čemu se igla onda vezivala za ugodu pri konzumiranju droge. Nakon nekoliko konzistentnih uparivanja, sama igla izaziva uvjetovanu reakciju, ali bez droge izaziva suprotnu reakciju uvjetovanoj reakciji koju izaziva droga. Štoviše, ako se droga odmah ne konzumira, javlja se uvjetovana reakcija, odnosno pojačana želja za konzumiranjem droge, što se naziva uvjetovana žudnja, a kada se takva uvjetovana reakcija javi, prioritet je uzeti drogu. Nadalje, sljedeća teorija ovisnosti nastala je kao posljedica saznanja da osim asocijativnog učenja, i drugi principi učenja mogu objasniti korištenje supstanci. Radi se o operantnom uvjetovanju gdje se na drogu i ostala sredstva ovisnosti gleda kao na pozitivne potkrepljivače, a pokušaj odvikavanja i izbjegavanja simptoma apstinencijske krize se odnosi na negativno potkrepljenje. Klinička istraživanja koja prihvaćaju ovaj konceptualni okvir objašnjavaju ponašanja potkrijepljena zlouporabom supstanci kao patološke odgovore koji nažalost istiskuju poželjne odgovore poput zdravih životnih navika i aktivnosti. Teorija pak pretpostavlja kako je glavno sredstvo za rješenje problema ovisnosti restrukturiranje pojedinčeva sistema potkrepljivanja s ciljem promoviranja zdravih, neovisničkih ponašanja (McCrary i Epstein, 2013). Valja istaknuti i teoriju ovisnosti koja u središte stavlja sustave donošenja odluka. Radi se o novom pristupu za razumijevanje ovisnosti, koji je nastao zahvaljujući korištenju tehnike snimanja aktivnosti mozga (fMRI) te razvoju novog polja neuroekonomije. Cilj ovog područja je otkriti koji su supstrati mozga povezani s donošenjem odluka te kako su korištene regije mozga ovisnika u donošenju odluka. Fundamentalna postavka teorije kompetitivnog neurobihevioralnog sustava donošenja odluka je da postoje barem dvije regije mozga koje su aktivne u donošenju odluka (Bechara, 2005, prema McCrary i Epstein, 2013). Jedna od njih je povezana sa sustavom impulzivnog donošenja odluka, a nalazi se u limbičkom i paralimbičkom području mozga, dok je druga regija povezana s izvršnim sustavom donošenja odluka te se odnosi na prefrontalni korteks. U odsustvu patologije, dva sustava donošenja odluka su u ravnoteži, međutim kod ovisnika se pronalazi značajna hiperaktivnost sustava impulzivnog donošenja odluka (McCrary i Epstein, 2013). Koob i Le Moal (2001) također tvrde da je ovisnost rezultat disregulacije sustava nagrađivanja u mozgu te alostaze, sposobnosti održavanja stabilnosti kroz promjene. Različite teorije ovisnosti se u nekim aspektima preklapaju te nisu međusobno isključive, međutim nijedna od njih u potpunosti ne objašnjava sve aspekte ovisnosti (Camí i Farré, 2003).

U ovom radu obuhvaćene su ovisnosti o drogama, alkoholu, cigaretama, kockanju, internetu te vježbanju. Ovisnost o drogama definira se kao kronični povratni poremećaj koji je prema Koobu i Le Moalu (2001) definiran s dva glavna obilježja, prisilom za konzumiranjem droga sa suženim repertoarom ponašanja te gubitkom kontrole nad konzumiranjem istih. Nadalje, kontinuirana upotreba droga uzrokuje adaptivne promjene u središnjem živčanom sustavu, koje vode do tolerancije, fizičke ovisnosti, senzibilizacije te žudnje (Camí i Farré, 2003). Slično, kod ovisnosti o alkoholu ističu se dva bitna faktora, a to su žudnja te nesposobnost odupiranju konzumaciji, a prema WHO se definira kao psihijatrijski poremećaj u kojem dugotrajna zloropaba alkoholnih pića dovodi do mentalnih i tjelesnih poremećaja, poremećenih društvenih odnosa te ekonomskih poteškoća (Matošić, Marušić, Vidrih, Kovak-Mufić i Čičin-Šain, 2016). Također, jedna od ovisnosti je i konzumiranje cigareta, pri čemu ovisnost stvara nikotin, jedna od najraširenije korištenih psihoaktivnih supstanci u svijetu, djelujući pritom na raspoloženje i izvedbu (Oates, Wood i Benowitz, 1988). Kod droga, alkohola i cigareta radi se o opetovanoj potrebi za konzumacijom nabrojanih tvari, koje osim psihičke ovisnosti uzrokuju i fizičku ovisnost, koja se pak ogleda u različitim simptomima. Osim ovisnosti o psihoaktivnim tvarima, postoje bihevioralne ovisnosti, moderne ovisnosti 21. stoljeća, a radi se o ovisnostima koje nisu vezane uz zloropabu neke psihoaktivne tvari, ali dijele neka obilježja s ovisnošću prouzročenom psihoaktivnom tvari. U taj spektar uključeni su ovisnost o kockanju, ovisnost o internetu te ovisnost o vježbanju. Bihevioralne i ovisnosti o psihoaktivnim tvarima često se opisuju kao egosintone tj. prethodi im osjećaj uzbuđenja prije počinjenja djela i osjećaj zadovoljstva te olakšanja nakon, međutim s vremenom patološko ponašanje ili psihoaktivna tvar postaju sve manje ugodne, a više kompulzivne te imaju tendenciju postati više egodistone, tj. da se izvode ili koriste kako bi se spriječile ili neutralizirale misli i smanjila napetost i anksioznost (Bingula, 2017). Što se tiče ovisnosti o kockanju postoji niz kriterija za dijagnozu iste, a neki od njih su potreba za ulogom sve većih iznosa novca kako bi se dostiglo željeno uzbuđenje, nemir ili razdražljivost kod pokušaja smanjivanja ili prestanka kockanja, zaokupljenost kockanjem, često kockanje kada se osoba osjeća loše, gubitak važne veze, posla, zbog kockanja i slično. Nadalje, ovisnost o internetu uključuje zaokupljenost internetom, nemir, razdražljivost i depresivnost kada osoba pokušava smanjiti ili zaustaviti upotrebu interneta, ugroženost značajne veze, posla ili karijere zbog interneta, laganje drugima o količini vremena provedenoj na internetu i slično. Postoji tri podtipa ovisnosti o internetu, a to su ovisnost o internetskim igrama, ovisnost o pornografiji te patološka upotreba društvenih mreža.

Pojam pozitivne ovisnosti prvi put se spominje 1970-ih godina, a u njih su uključene aktivnosti kao što su tjelovježba. Iako je umjereno vježbanje blagotvorno za pojedinca, pretjerana tjelovježba dovodi ne samo do tjelesnih ozljeda, već i do zanemarivanja svakodnevnih obaveza kao što su obitelj i posao. Jedna od podjela koja se nalazi u literaturi je na primarnu i sekundarnu ovisnost o vježbanju. Primarna ovisnost uključuje vježbanje kao način bijega, od neke za osobu nepovoljne situacije, npr. stresa, dok se sekundarna ovisnost odnosi na vježbanje koje dolazi u komorbiditetu s drugim poremećajima, obično poremećajima prehrane gdje se vježbanje koristi kako bi se postigao gubitak težine, uz restrikciju prehrane. Kod primarne ovisnosti samo vježbanje je cilj, dok je kod sekundarne cilj gubitak težine, a prekomjerno vježbanje je samo jedan od načina postizanja istog. Muškarci su češće primarni ovisnici, dok su žene sekundarni (Bingula, 2017). Također, spolne razlike su vidljive i kod drugih ovisnosti, o čemu će više riječi biti u daljnjem tekstu.

Ovisnosti i spol

Brojnim istraživanjima su utvrđene razlike s obzirom na spol u sklonostima razvoja različitih ovisnosti (Greenberg i Lewis, 1999; Holmila i Raitasalo, 2005; Ladd i Petry, 2002). Općenito, Åslund i suradnici (2011) navode da su muškarci u odnosu na žene skloniji rizičnim ponašanjima te se prema biološkom pristupu spolne razlike u razvoju problematičnog ponašanja mogu objasniti količinom hormona testosterona i estradiola. Što se tiče ovisnosti o drogama, istraživanja pokazuju kako su žene sklonije zlouporabi legalnih droga, kao što su sedativi, sredstva za smirenje i stimulansi, dok su muškarci skloniji zlouporabi nelegalnih droga, primjerice kokaina i heroina (Fattore, Melis, Fadda i Fratta, 2014; Greenberg i Lewis, 1999). Osim toga, muškarci i žene razlikuju se po razlozima početka konzumiranja droga, razlozima kontinuiteta drogiranja te povratka drogiranju nakon razdoblja apstinencije (Fattore i sur., 2014). Što se tiče konzumacije alkohola, pokazuje se kako muškarci više konzumiraju alkohol u odnosu na žene (Holmila i Raitasalo, 2005). Wilsnack i Wilsnack (1997, prema Holmila i Raitasalo, 2005) ističu kako su razlike između žena i muškaraca u konzumiranju alkohola važan način na koji društva simboliziraju i reguliraju rodne uloge. Kulturalne razlike u normativnim obrascima pijenja otkrivaju kako i u kojoj mjeri društva diferenciraju rodne uloge, primjerice čineći pijenje alkohola pokazateljem muškosti ili zahtijevanjem od žena da se suzdrže od

alkohola. Prema biološkom pristupu, veća konzumacija alkohola kod muškaraca se objašnjava time kako alkohol ima različite utjecaje na muškarce i žene pa tako, zbog veće količine lipida i manje količine vode kod žena, ista količina alkohola po tjelesnoj težini dovodi do više razine alkohola u krvi kod žena, nego kod muškaraca. Ipak, valja naglasiti kako se spolne razlike u konzumaciji smanjuju te da se povećava problem pijenja alkohola kod žena (Holmila i Raitasalo, 2005). Statistike pokazuju da je prije dvadesetak godina omjer muškaraca i žena ovisnih o alkoholu bio 7:1, a danas iznosi 3,6:1 (Horčička, 2016). Nadalje, istraživanja pokazuju kako muškarci i češće puše u odnosu na žene (Greenberg i Lewis, 1999; Pérez-Stable i suradnici, 2011). Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji u razvijenim zemljama svijeta puši 21% žena i 41% muškaraca, ali uz napomenu da je broj žena koje puše u nizu zemalja u porastu (Grabovac, Opačić, Ceronja, Puharić i Bonetti, 2013). Muškarci pokazuju i veću sklonost preuzimanju rizika što se ogleda i u aktivnostima koje uključuju klađenje novcem. Kockanje se smatra sportom i muškom aktivnošću, a i istraživanja pokazuju da kada žene igraju, većinom igraju bingo, automate te se klade na konjske utrke pri čemu stavljaju niže uloge u odnosu na muškarce (Wolfgang, 1988). Rezultati ranijih istraživanja također pokazuju kako su muškarci ovisniji o internetu u odnosu na žene (Canan, Ataogulu, Ozcetin i Icmeli, 2012; Ono i Zavodny, 2003). Međutim, ta je razlika bila izraženija 90-ih godina prošlog stoljeća, dok se danas takve razlike gube (Weinstein, Dorani, Elhadif, Bukovza i Yarmulnik, 2015). Nadalje, valja istaknuti da se muškarci skloniji razvoju ovisnosti o video igrama, dok žene ovisnosti o društvenim mrežama (Andreassen i suradnici, 2016). Rezultati istraživanja pokazuju i veću posvećenost muškaraca fizičkom vježbanju što se može objasniti kulturalnim viđenjem ideala muškaraca kao jačih i mišićavijih, u odnosu na žene koje vježbom nastoje uglavnom smanjiti tjelesnu težinu (Cohane i Pope, 2001, prema MODOIO i suradnici, 2011). Međutim, rezultati nekih istraživanja pokazuju kako žene bilježe više rezultate na upitnicima ovisnosti o vježbanju u odnosu na muškarce te češće izvještavaju o želji za vježbanjem te o nervozu kada ne mogu vježbati (Zmijewski i Hovard, 2003, prema Fattore i sur., 2014). Kako postoje razlike u emocionalnoj inteligenciji i sklonosti ovisnostima s obzirom na spol, tako postoje razlike i u emocionalnoj inteligenciji s obzirom na sklonost razvoju različitih oblika ovisnosti.

Ovisnosti i emocionalna inteligencija

U prijašnjim istraživanjima utvrđene su veze između niže emocionalne inteligencije i problema zlouporabe tvari (Riley i Schutte, 2003) te da pojedinci s poremećajima ovisnosti imaju više poteškoća u verbalizaciji i izražavanju svojih emocija u odnosu na normalnu populaciju (Speranza i sur, 2005, prema Kun i Demetrovics, 2010). Kao jedan od medijatora niske emocionalne inteligencije i problema zlouporabe tvari može biti maladaptivno suočavanje, pri čemu nalazi sugeriraju da je neprilagođeno suočavanje pozitivno povezano s početkom, održavanjem i relapsom uporabe tvari (Wills i Hirky, 1996, prema Riley i Schutte, 2003). Također, niska emocionalna inteligencija može voditi deficitima u samoregulaciji, a time i većoj sklonosti ka razvoju ovisnosti. S druge pak strane, visoka emocionalna inteligencija povezana je s pozitivnim zdravstvenim ponašanjima, primjerice regularnim vježbanjem i zdravom prehranom te s redukcijom negativnih zdravstvenih ponašanja poput pušenja, konzumiranja alkohola i ovisnosti generalno (Hill i Maggi, 2011; Kun and Demetrovics, 2010). Rezultati istraživanja Riley i Schutte (2003), dobiveni koristeći mjere samoprocjene kao mjere emocionalne inteligencije, upućuju na to da se niža percipirana emocionalna inteligencija povezuje s više zdravstvenih problema i problema sa zakonom. Nadalje, niži rezultati na testu identificiranja emocija povezuju se s konzumacijom opijata (Kornreich i sur., 2003, prema Kun i Demetrovics, 2010), dok se u istraživanju Limonera i suradnika (2006, prema Kun i Demetrovics, 2010) 29% varijance cjelokupnog konzumiranja kanabisa može objasniti kontrolom emocija. Također je utvrđena razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji konzumiraju ecstasy i onih koji ne konzumiraju ecstasy, tako da korisnici ecstasyja postižu niže rezultate na svim mjerama emocionalne inteligencije (Reay i sur., 2006, prema Kun i Demetrovics, 2010). Nadalje, utvrđeno je kako oni s nižom emocionalnom inteligencijom konzumiraju više alkohola te da ovisnici o alkoholu, posebice oni koji boluju od Korsakovljevog sindroma, imaju poteškoća u identificiranju i dekodiranju emocija (Kun i Demetrovics, 2010). Emocionalna inteligencija negativno korelira i s upotrebom cigareta, kako stalnim pušenjem tako i povremenim (Trinidad i Johnson, 2002). Nalazi pokazuju da oni koji su manje uspješni u kontroli svojih emocija i koji imaju poteškoća s jasnom percepcijom vlastitih emocija imaju tendenciju pušiti više cigareta (Khun i Demetrovics, 2010). Kaur i suradnici (2006, prema Kun i Demetrovics, 2010) su istraživali vezu između kockanja te samoefikasnosti kontrole kockanja. Utvrdili su kako oni niže emocionalne inteligencije imaju veći rizik za razvoj patološkog kockanja te kako je samoefikasnost kontrole kockanja posredujuća u odnosu između emocionalne inteligencije i problematičnog kockanja. Nadalje, utvrđena je veza maladaptivnog

korištenja interneta te nižih rezultata na mjerama emocionalne inteligencije (Beranuy, Oberst, Carbonell i Chamarro, 2009). Uz pretpostavku da osjetljivost na emocionalne znakove čini osobu sposobnom za stvaranje i održavanje stvarnih, licem u lice odnosa, nedostatak tih vještina može doprinijeti intenzivnijem korištenju interneta i zamjeni stvarnih veza. Tako internet postaje alternativna strategija suočavanja pojedinaca, kojima se teško prilagoditi različitim situacijama (Kun i Demetrovics, 2010). Što se tiče vježbanja, studije pokazuju kako je viša emocionalna inteligencija povezana s većom razinom fizičke aktivnosti (Laborde, Dosseville i Allen, 2015), otkrivajući pritom kako aktivan životni stil ima značajne prednosti za dobrobit i zdravlje pojedinca. Međutim, ako se radi o pretjeranom vježbanju, ono se vezuje za slabije korištenje emocija (Ergun i Guzel, 2018).

Polazište i cilj

Emocionalna inteligencija je konstrukt u psihologiji koji ima značajnu ulogu u životu suvremenog čovjeka pa je stoga sve češći predmet istraživanja, a posebno je zanimljiva veza s različitim oblicima ovisnosti, koja je i dalje relativno neotkrivena. Upravo zbog aktualnosti i važnosti konstrukta EI u suvremenom svijetu kao cilj ovog istraživanja nastojao se utvrditi odnos emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja sredstava ovisnosti te razliku u emocionalnoj inteligenciji onih koji koriste i onih koji ne koriste sredstva ovisnosti. Uz to, provjerila se razlika u emocionalnoj inteligenciji i u učestalosti korištenja sredstava ovisnosti (droga, cigareta, alkohola, društvenih mreža i igara na sreću) te u ovisnosti o vježbanju s obzirom na spol. Povod za istraživanje ove teme je taj da, unatoč tome što je EI sve važniji konstrukt u suvremenom svijetu i kojem se sve više posvećuje pažnja, u Hrvatskoj nema istraživanja koji ispituje odnos EI i objedinjenih ovisnosti, i ovisnosti o psihoaktivnim tvarima i bihevioralne ovisnosti, stoga se ovim istraživanjem nastojalo utvrditi navedeni odnos.

S obzirom na to da istraživanja pokazuju kako prepoznavanje, razumijevanje i kontrola emocija igraju bitnu ulogu u korištenju sredstava ovisnosti, pri čemu ovisnici pokazuju niže rezultate na navedenim mjerama, pretpostavljena je značajna razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji koriste sredstva ovisnosti i onih koji ne koriste te također negativna povezanost između emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja sredstava ovisnosti. Nadalje, očekivalo se da će muškarci iskazivati češće korištenje

različitih sredstava ovisnosti, a da će žene iskazati više rezultate na različitim mjerama emocionalne inteligencije.

PROBLEMI I HIPOTEZE

1. Ispitati postoji li razlika između muškaraca i žena u:
 - a) učestalosti korištenja droge, cigareta, alkohola, društvenih mreža, igara na sreću, te u ovisnosti o vježbanju
 - b) emocionalnoj inteligenciji

Hipoteza 1a: S obzirom na rezultate prijašnjih istraživanja može se očekivati kako muškarci češće koriste sredstva ovisnosti.

Hipoteza 1b: S obzirom na rezultate prijašnjih istraživanja može se očekivati kako žene postižu više rezultate na mjerama emocionalne inteligencije.

2. Ispitati postoji li:
 - a) razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji koriste sredstva ovisnosti i onih koji ne koriste sredstva ovisnosti.
 - b) povezanost između emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja sredstava ovisnosti kod onih koji koriste sredstva ovisnosti.

Hipoteza 2a: S obzirom na neka prijašnja istraživanja čiji rezultati pokazuju nižu emocionalnu inteligenciju kod ovisnika, za očekivati je da će oni koji koriste sredstva ovisnosti postići niže rezultate na mjeri emocionalne inteligencije u odnosu na one koji ih ne koriste.

Hipoteza 2b: S obzirom na to da rezultati nekih prijašnjih istraživanja ukazuju na negativnu povezanost između emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja sredstava ovisnosti, za očekivati je da će učestalije korištenje sredstava ovisnosti biti povezano s nižim rezultatima na mjeri emocionalne inteligencije.

METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

Sudionici

U ovom istraživanju je sudjelovalo je 338 osoba oba spola. Uzorak čini 212 žena (62.7 %) te 126 muškaraca (37.3 %), čija se dob kreće od 18 do 60 godina, s prosjekom $M=25.94$ i raspršenjem $SD = 8.23$. Dobivena distribucija za dob uzorka je asimetrično pozitivna, tj. rezultati se za dob ispitanika grupiraju oko nižih vrijednosti. Sudionici su pretežito srednje stručne spreme ($N=184$), a njih 131 je sa završenom višom školom ili fakultetom.

Mjerni instrumenti

- 1) *Upitnik općih podataka* koji je sadržavao pitanja kojima su prikupljeni podaci o dobi, spolu te završenoj stručnoj spremi.
- 2) *Upitnik* koji je sadržavao pitanja prilagođena ovom istraživanju, čiji odgovori upućuju na učestalost konzumacije cigareta, alkohola i droga, igranja igara na sreću i aktivnosti na društvenim mrežama, pri čemu veći rezultat označava češće korištenje sredstva ovisnosti. Primjeri pitanja su „*Koliko cigareta popušite?*“, pri čemu su mogući odgovori: *1-2 godišnje, 1-2 svakih nekoliko mjeseci, više od 2 svakih nekoliko mjeseci, 1-2 mjesečno, 1-2 tjedno, 3 i više tjedno, 1-5 dnevno, 5-10 dnevno, 10-20 dnevno i više od 20 dnevno*, zatim *Koliko vremena dnevno koristite društvene mreže?*“, a mogući odgovori su: *Ne koristim na dnevnoj bazi, manje od 1 sata dnevno, sat vremena dnevno, od 2 do 5 sati dnevno, od 5 do 7 sati dnevno, od 7 do 10 sati dnevno i više od 10 sati dnevno*. Za čestinu konzumacije droga uzet je prosjek učestalosti konzumiranja marihuane, kokaina, heroina i sintetičkih droga, pri čemu su mogući odgovori za učestalost: *samo jednom probao/la, nekoliko puta u životu, jednom godišnje, svakih nekoliko mjeseci, jednom mjesečno, svaki tjedan i svaki dan*. Za učestalost igranja igara na sreću uzet je prosjek čestine igranja loto listića, jednokratnih srećki/strugalica, sportskog klađenja, igara na automatima, igranja ruleta u casinu te kartanja za novac, pri čemu su mogući odgovori za čestinu: *jednom godišnje ili manje od toga, nekoliko puta*

godišnje, otprilike 1-2x mjesečno, otprilike 1x tjedno, nekoliko puta tjedno i svakodnevno.

- 3) Za ispitivanje nekih aspekata emocionalne inteligencije koristio se *Upitnik emocionalne kompetentnosti UEK-45* (Takšić, 2002), koji se sastoji od 45 čestica, što predstavlja kraću verziju istog upitnika i čime se procjenjuje emocionalna inteligencija kao osobinu ličnosti, pri čemu se naglašava važnost emocionalnih kompetencija, a to su uočavanje i razumijevanje, izražavanje i imenovanje te regulacija i upravljanje emocijama u svakodnevnom životu ljudi. 45 čestica raspoređeno je u 3 subskale za samoprocjenu sposobnosti, a to su 1) sposobnost uočavanja i razumijevanja emocija, 2) sposobnost izražavanja i imenovanja emocija te 3) sposobnost regulacije i upravljanja emocijama. Tvrdnje su u upitniku prezentirane slučajnim redoslijedom (prema abecednom redu početnog slova tvrdnje). 15 čestica se odnosi na sposobnost uočavanja i razumijevanja emocija, 14 čestica se odnosi na sposobnost izražavanja i imenovanja emocija te se 16 čestica odnosi na sposobnost regulacije i upravljanja emocijama. Primjer čestice sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija: „*Prema izrazu lica mogu prepoznati nečija osjećanja*”. Primjer čestice sposobnosti izražavanja i imenovanja emocija: „*Gotovo uvijek mogu riječima opisati svoje osjećaje i emocije*”. Primjer čestice sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama: „*Kada sam s osobom koja me cijeni, pazim kako se ponašam*”. Sudionici su označavali u kojem stupnju na skali od 1 do 5 se slažu da se pojedina tvrdnja odnosi na njih, s tim da je 1 označavalo ‘uopće se ne slažem’, a 5 ‘u potpunosti se slažem’. Ukupan rezultat sudionika dobio se računanjem prosječne vrijednosti rezultata svih čestica upitnika, a konačan rezultat na pojedinoj subskali se dobio računanjem prosječne vrijednosti rezultata na česticama unutar svake subskale. Veći rezultat na skali označava bolju emocionalnu kompetentnost, odnosno veći rezultat na pojedinoj subskali označava veću pojedinu sposobnost. Koeficijent pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije (Cronbach α) za cijelu skalu dobiven u ovom istraživanju iznosi visokih $\alpha=.93$. Pouzdanost subskala u ovom istraživanju je $\alpha=.93$ za sposobnost uočavanja i razumijevanja emocija, $\alpha=.90$ za sposobnost izražavanja i imenovanja emocija te $\alpha=.82$ za sposobnost regulacije i upravljanja emocijama.
- 4) Za ispitivanje ovisnosti o vježbanju korištena je *Skala ovisnosti o vježbanju* (Exercise Dependence Scale-21, EDS-21; Hausenblas i Symons Downs, 2002) koju su na hrvatski jezik priredile i adaptirale Garilović i Macuka (2018). Skala čini 21 čestica, koje su

ravnomjerno raspoređene u 7 subskala, a pritom svaka subskala, koja se sastoji od 3 čestice, predstavlja jedan od kriterija, odnosno simptoma ovisnosti o vježbanju. To su tolerancija, efekti sustezanja, efekti namjere, nedostatak kontrole, vrijeme, smanjeno uključivanje u druge aktivnosti te kontinuitet. Primjer čestice za efekt sustezanja: „Vježbam kako se ne bih osjećala razdražljivo.“, za kontinuitet: „Vježbam unatoč ponavljanim tjelesnim problemima/ozljedama“. Za toleranciju primjer čestice je „Stalno produljujem trajanje vježbe kako bih došla do željenih rezultata.“, a za nedostatak kontrole: „Ne mogu smanjiti učestalost vježbanja“. Za smanjeno uključivanje u druge aktivnosti: „Radije bih vježbala nego provodila vrijeme s obitelji/prijateljima“, za vrijeme: „Većinu svoga slobodnog vremena provodim vježbajući.“ te primjer čestice za efekt namjere: „Vježbam dulje nego što sam očekivala.“ Zadatak sudionika je bio da na ljestvici od 1 do 6 (1-nikada, 2- rijetko, 3- ponekad, 4-često, 5- vrlo često, 6- uvijek) procijene učestalost situacija sadržanih u tvrdnjama. Prilikom procjene se traži prisutnost triju ili više simptoma. Ukupni se rezultat izračunava na osnovi zbroja odgovora na pojedinim česticama, moguće je računati rezultate na pojedinim subskalama, ali se ipak u praksi češće koristi ukupan rezultat, pri čemu viši rezultat ukazuje na veći broj prisutnih simptoma, odnosno veću opasnost od razvijanja ovisnosti o vježbanju. Koeficijent pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije u ovom istraživanju iznosi $\alpha = .95$.

Postupak

Provedba istraživanja započeta je u siječnju 2019. godine. Podatci su prikupljeni online upitnikom, formiranim putem Google Forms obrasca, na društvenoj mreži Facebook. Upitnik je podijeljen na stranici Sveučilište u Zadru i na osobnom Facebook profilu te su tehnikom „snježne grude“ zamoljeni kolege i poznanici da prosljede upitnik drugim ljudima. Na samom početku upitnika nalazila se uputa kojom su sudionici zamoljeni za iskrenost i suradnju te im je zajamčena anonimnost s obzirom da se radilo o pitanjima osobne prirode. Također, od ispitanika se tražilo da upišu podatke o dobi te su iz istraživanja prije same obrade podataka uklonjeni oni mlađi od 18 godina i oni stariji od 60 godina. Ispitivanje je trajalo u prosjeku oko 15 minuta, a podatci su prikupljeni do travnja 2019.

REZULTATI

Cilj istraživanja bio je ispitati odnos emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja različitih sredstava ovisnosti (droga, cigareta, alkohola, kockanja, interneta te ovisnosti o vježbanju). U skladu s tim, postavljena su dva problema, čiji rezultati su prikazani dalje redom. Također, prije toga izračunati su deskriptivni podatci za pojedine varijable koji su prikazani u Tablici 1.

Tablica 1 Deskriptivni podatci za varijable dobi, emocionalne kompetentnosti, sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija, sposobnosti izražavanja i imenovanja emocija, sposobnosti reguliranja i upravljanja emocijama, učestalosti konzumiranja droga, alkohola, pušenja cigareta, vremena provedenog dnevno na društvenim mrežama, igranja igara na sreću te ovisnosti o vježbanju (N=338).

Varijable	<i>M</i>	<i>C</i>	<i>SD</i>	<i>IA</i>	<i>IS</i>	Lilliefors test normalnosti distribucije
Dob	25.94	23.00	8.23	2.11	4.63	$p < .01$
Emocionalna kompetentnost	3.70	3.73	0.50	-0.28	0.95	
Uočavanje i razumijevanje emocija	3.76	3.80	0.66	-0.53	0.96	$p < .05$
Izražavanje i imenovanje emocija	3.57	3.64	0.72	-0.50	0.28	$p < .01$
Reguliranje i upravljanje emocijama	3.77	3.75	0.51	-0.33	0.57	$p < .01$
Droge	0.65	0.25	0.94	1.80	2.95	$p < .01$
Cigarete	3.50	2.00	3.80	0.42	-1.58	$p < .01$
Alkohol	1.76	2.00	0.96	0.56	0.09	$p < .01$
Društvene mreže	2.62	3.00	1.03	0.14	0.65	$p < .01$
Igre na sreću	0.44	0.33	0.53	2.16	6.46	$p < .01$
Vježbanje	2.10	1.88	1.00	1.18	1.51	$p < .01$

Napomena: *M*-aritmetička sredina, *C*-medijan, *SD*-standardna devijacija, *IA*-indeks asimetričnosti, *IS*-indeks spljoštenosti

Prije statističke obrade podataka provjerena je normalnost distribucije istih pri čemu je izračunat Lilliefors test normalnosti te je utvrđeno za sve varijable statistički značajno odstupanje od normalnosti (Tablica 1). Dobivena distribucija za dob ispitanika je pozitivno asimetrična (Tablica 1), što znači da se rezultati za dob ispitanika grupiraju oko nižih vrijednosti. Kod varijabli emocionalna kompetentnost, uočavanje i razumijevanje emocija, izražavanje i imenovanje emocija te reguliranje i upravljanje emocijama

distribucije su negativno asimetrične i veća je frekvencija rezultata oko viših vrijednosti te su distribucije leptokurtičnog oblika. Dobivena distribucija za čestinu konzumiranja droge je pozitivno asimetrična, što znači da se rezultati više grupiraju oko nižih vrijednosti, slično je i za igranje igara na sreću te za ovisnost o vježbanju. Oblik distribucija varijabli čestine konzumiranja cigareta i konzumiranja alkohola je platikurtičan (Tablica 1).

Razlike u učestalosti korištenja droge, cigareta, alkohola, društvenih mreža, igara na sreću te u ovisnosti o vježbanju i u emocionalnoj inteligenciji između muškaraca i žena

Prvi problem bio je utvrditi razlike u učestalosti korištenja droga, cigareta, alkohola, igara na sreću te u ovisnosti o vježbanju i u emocionalnoj inteligenciji između muškaraca i žena. Prvo su izračunate razlike u frekvenciji muškaraca i žena koji koriste droge, cigarete, alkohol, društvene mreže te igre na sreću te je pritom proveden Hi-kvadrat test (Tablica 2).

Tablica 2 Prikaz rezultata Hi-kvadrat testa provedenog u svrhu ispitivanja razlika u konzumiranju droga, alkohola, pušenja cigareta, vremenu provedenom dnevno na društvenim mrežama te igranju igara na sreću s obzirom na spol (N=338).

	χ^2	Df	p
Droge	0.29	1	.590
Cigarete	4.51	1	.034*
Alkohol	0.28	1	.597
Društvene mreže	3.96	1	.047*
Igre na sreću	10.77	1	.001**

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

Statističkom obradom rezultata utvrđena je statistički značajna razlika u konzumiranju cigareta između muškaraca i žena (Tablica 2). Dobiveno je da je više žena konzumira cigarete nego muškaraca (Tablica 4 u Prilogu). Utvrđena je i značajna razlika u dnevnoj aktivnosti na društvenim mrežama s obzirom na spol (Tablica 2). Više je žena aktivno na društvenim mrežama na dnevnoj bazi u odnosu na muškarce (Tablica 4 u Prilogu). Nadalje, između muškaraca i žena je utvrđena razlika i u igranju igara na sreću (Tablica 2), pri čemu više muškaraca igra igre na sreću (Tablica 4 u Prilogu). Nije utvrđena značajna razlika između muškaraca i žena u konzumaciji droga te u konzumaciji alkohola ($p > .05$).

U svrhu daljnje analize, za ispitivanje razlika između žena i muškaraca u učestalosti korištenja droge, cigareta, alkohola, društvenih mreža, igara na sreću i u ovisnosti o vježbanju korišten je Mann-Whitney U test (Tablica 3). Provjerena su odstupanja od

normalnosti distribucije te je uočeno da distribucije varijabli značajno odstupaju od normalne (Tablica 3 u Prilogu) te su u analizu uključeni samo oni ispitanici koji su naveli da konzumiraju određeno sredstvo ovisnosti ili imaju određeno ponašanje (Tablica 3 u Prilogu; Tablica 3). Iz tog je razloga korišten naveden neparametrijski test.

Tablica 3 Prikaz rezultata Mann-Whitney U testa provedenog u svrhu ispitivanja razlika u učestalosti konzumiranja droga, pušenja cigareta, konzumiranja alkohola, vremena provedenog dnevno na društvenim mrežama i igranja igara na sreću s obzirom na spol.

	Suma rangova Žene	Suma rangova Muškarci	<i>p</i>	<i>N</i> Žene	<i>N</i> Muškarci
Droge	9016.00	6035.00	.522	106	67
Cigarete	11945.50	5445.50	.200	123	63
Alkohol	29208.00	21832.00	.000***	199	120
Društvene mreže	38176.00	17435.00	.000***	211	122
Igre na sreću	13005.00	1425.00	.000***	135	100
Vježbanje	34793.50	22497.50	.189	212	126

Legenda: *** $p < .001$

Utvrđena je statistički značajna razlika u učestalosti konzumiranja alkoholnih pića između muškaraca i žena (Tablica 3), pri čemu muškarci češće piju alkoholna pića u odnosu na žene (Tablica 3 u Prilogu). Također je utvrđena razlika između žena i muškaraca u vremenu provedenom na društvenim mrežama na dnevnoj bazi (Tablica 3) pri čemu žene više vremena provode na društvenim mrežama (Tablica 3 u Prilogu). Utvrđena je i statistički značajna razlika u učestalosti igranja igara na sreću između žena i muškaraca (Tablica 3). Muškarci češće igraju igre na sreću u odnosu na žene (Tablica 3 u Prilogu). Nije utvrđena statistički značajna razlika u učestalosti konzumacije droga, u čestini konzumiranja cigareta te u ovisnosti o vježbanju između žena i muškaraca.

Za testiranje razlika u emocionalnoj inteligenciji između žena i muškaraca korišten je t-test za nezavisne uzorke (Tablica 4). Iako neke od varijabli ne zadovoljavaju Lilliefors kriterij normalnosti distribucije, provjereni su indeksi asimetričnosti i spljoštenosti te je dobivena asimetričnost < 1 i spljoštenost < 3 što je prihvatljivo za računanje parametrijske statistike (Kline, 2005) (Tablica 1 u Prilogu) pa je izračunat Leveneov test homogenosti

varijance pri čemu je utvrđeno da ni jedna p-vrijednost dobivena kod Leveneovog testa nije ispod 0.05 (Tablica 4) stoga se nad sljedećim podacima proveo t-test za nezavisne uzorke.

Tablica 4 Prikaz rezultata t-testa za nezavisne uzorke provedenog u svrhu ispitivanja razlika u emocionalnoj kompetentnosti, sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija, sposobnosti izražavanja i imenovanja emocija te sposobnosti reguliranja i upravljanja emocijama s obzirom na spol.

Varijable	<i>t</i>	<i>Df</i>	<i>p</i>	<i>N</i> Ž	<i>N</i> M	<i>F</i> <i>Leveneov test</i> <i>homogenosti</i> <i>varijance</i>	<i>p</i> <i>Leveneov test</i> <i>homogenosti</i> <i>varijance</i>
Emocionalna kompetentnost	-0.60	336	0.551	212	126	1.60	0.206
Uočavanje i razumijevanje emocija	1.02	336	0.308	212	126	3.69	0.056
Izražavanje i imenovanje emocija	-0.68	336	0.496	212	126	0.41	0.522
Reguliranje i upravljanje emocijama	-2.07	336	0.039*	212	126	1.31	0.253

Legenda: * $p < .05$

Utvrđena je statistički značajna razlika u sposobnosti reguliranja i upravljanja emocijama s obzirom na spol (Tablica 4), pri čemu su muškarci bolji u reguliranju i upravljanju emocijama (Tablica 1 u Prilogu). Na ostalim mjerama emocionalne inteligencije nije utvrđena značajna razlika između žena i muškaraca.

Razlike u emocionalnoj inteligenciji između onih koji koriste sredstva ovisnosti i onih koji ne koriste sredstva ovisnosti te povezanost emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja sredstava ovisnosti kod onih koji koriste sredstva ovisnosti

Tablica 5 Prikaz frekvencija rezultata (ne)konzumiranja droga, konzumiranja cigareta, konzumiranja alkohola, dnevnog provođenja vremena na društvenim mrežama te igranja igara na sreću.

Droge	DA	<i>N</i> =176
	NE	<i>N</i> =162
Cigarete	DA	<i>N</i> =132
	NE	<i>N</i> =206
Alkohol	DA	<i>N</i> =319
	NE	<i>N</i> =19

Društvene mreže	DA	N=333
	NE	N=5
Igre na sreću	DA	N=250
	NE	N=88

Kako bi se odgovorilo na drugi postavljeni problem, u svrhu ispitivanja razlike u emocionalnoj inteligenciji između onih koji koriste sredstva ovisnosti i onih koji ne koriste sredstva ovisnosti korišten je neparametrijski Mann-Whitney U test (Tablica 6). Za ovu statističku analizu iz obrade su izbačene varijable alkohol te društvene mreže jer nema varijabiliteta rezultata, odnosno gotovo da i nema onih koji ne konzumiraju alkohol i onih koji ne koriste društvene mreže (Tablica 5), stoga nad prikupljenim podacima nema smisla provoditi daljnje obrade tj. računati razlike.

Tablica 6 Prikaz rezultata Mann-Whitney U testa provedenog u svrhu ispitivanja razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji konzumiraju droge i onih koji ne konzumiraju droge, koji konzumiraju cigarete i koji ne konzumiraju cigarete te onih koji igraju igre na sreću i koji ne igraju igre na sreću.

		Suma rangova DA	Suma rangova NE	<i>p</i>	<i>N</i> DA	<i>N</i> NE
Droge	Emocionalna kompetentnost	29627.00	27664.00	.819	176	162
	Uočavanje i razumijevanje emocija	30437.50	26853.50	.500	176	162
	Izražavanje i imenovanje emocija	29960.50	27330.50	.886	176	162
	Reguliranje i upravljanje emocijama	28451.50	28839.50	.124	176	162
Cigarete	Emocionalna kompetentnost	21863.50	35427.50	.561	132	206
	Uočavanje i razumijevanje emocija	23151.50	34139.50	.375	132	206
	Izražavanje i imenovanje emocija	21584.00	35707.00	.368	132	206
	Reguliranje i upravljanje emocijama	20526.50	36764.50	.035*	132	206
Igre na sreću	Emocionalna kompetentnost	42390.00	14901.00	.985	250	88
	Uočavanje i razumijevanje emocija	42705.50	14585.50	.676	250	88
	Izražavanje i imenovanje emocija	42535.00	14756.00	.840	250	88
	Reguliranje i	42411.00	17880.00	.964	250	88

* $p < .05$

Utvrđena je statistički značajna razlika u sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama između onih koji konzumiraju cigarete i onih koji ne konzumiraju cigarete (Tablica 6). Oni koji ne konzumiraju cigarete bolji su u regulaciji i upravljanju emocijama (Tablica 5 u Prilogu; Tablica 6 u Prilogu). Nije utvrđena razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji konzumiraju droge i onih koji ne konzumiraju droge te onih koji igraju igre na sreću i onih koji ne igraju igre na sreću.

Daljnjom analizom u svrhu utvrđivanja povezanosti između emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja različitih sredstava ovisnosti kod onih koji koriste sredstva ovisnosti korišten je neparametrijski test Spearmanov test rangova (Tablica 7). Provjerena su odstupanja od normalnosti distribucije te je uočeno da distribucije varijabli značajno odstupaju od normalne (Tablica 1) i rezultati varijabli droge, cigarete, alkohol, društvene mreže i igre na sreću nisu zadane u intervalnoj skali (Petz, 2012), stoga je za ovu analizu korišten Spearmanov test rang korelacije.

Tablica 7 Koeficijenti korelacije dobiveni Spearmanovim testom rang korelacije između rezultata emocionalne inteligencije te učestalosti konzumiranja droga, konzumiranja cigareta, konzumiranja alkohola, vremena dnevno provedenog na društvenim mrežama, igranja igara na sreću te rezultata na skali ovisnosti o vježbanju.

	Droge <i>N</i> =173	Cigarete <i>N</i> =186	Alkohol <i>N</i> =319	Društvene mreže <i>N</i> =333	Igre na sreću <i>N</i> =235	Vježbanje <i>N</i> =338
Emocionalna kompetentnost	.08	-.02	-.09	.01	.15*	.19*
Uočavanje i razumijevanje emocija	.10	.04	-.06	.06	.10	.15*
Izražavanje i imenovanje emocija	.09	-.02	-.09	-.05	.10	.13*
Reguliranje i upravljanje emocijama	-.06	-.12	-.08	.02	.13*	.18*

* $p < .05$

Utvrđeno je da je učestalost kockanja pozitivno nisko povezana s emocionalnom kompetentnošću (ukupnim rezultatom na subskalama) te sa sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama (Tablica 7). Što je učestalije igranje igara na sreću to je veća emocionalna inteligencija i bolja sposobnost regulacije i upravljanja emocijama.

Utvrđena je statistički značajna niska povezanost rezultata na skali ovisnosti o vježbanju i emocionalne kompetentnosti (ukupnog rezultata na subskalama), sposobnosti uočavanja i razumijevanja, sposobnosti izražavanja i imenovanja te sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama (Tablica 7). Izraženija ovisnost o vježbanju povezana je s većom emocionalnom kompetentnošću (ukupnim rezultatom na subskalama), boljom sposobnošću uočavanja i razumijevanja emocija, izražavanja i imenovanja emocija te reguliranja i upravljanja emocijama (Tablica 7). Nije utvrđena značajna povezanost učestalosti ostalih ovisničkih ponašanja i emocionalne kompetentnosti (ukupnog rezultata na subskalama).

RASPRAVA

Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi odnos emocionalne inteligencije i različitih oblika ovisnosti (droga, cigareta, alkohola, društvenih mreža, igara na sreću i ovisnosti o vježbanju) kod muškaraca i žena. Rezultati mnogih istraživanja u literaturi pokazuju kako je taj odnos negativan (Ergun i Guzel, 2018; Hill i Maggi, 2011; Riley i Schutte, 2003), odnosno kako osobe koje koriste različite oblike ovisnosti pokazuju nižu emocionalnu inteligenciju. Unatoč tome što je EI sve važniji konstrukt u suvremenom svijetu, u Hrvatskoj nema istraživanja koji ispituje odnos EI i ovih objedinjenih ovisnosti, uključujući ovisnosti o psihoaktivnim tvarima (droge, cigarete i alkohol) te bihevioralne ovisnosti (društvene mreže, igre na sreću i vježbanje), stoga se ovim istraživanjem željela utvrditi navedena veza.

Prvi problem ovog istraživanja je bio ispitati razliku između žena i muškaraca u učestalosti korištenja različitih oblika ovisnosti (droge, cigareta, alkohola, društvenih mreža, igara na sreću te u ovisnosti o vježbanju) te u emocionalnoj inteligenciji. S obzirom na nalaze prijašnjih istraživanja, prema kojima su muškarci skloniji razvoju rizičnih ponašanja (Åslund i suradnici, 2011) i prema kojima žene postižu više rezultate na mjerama emocionalne inteligencije u odnosu na muškarce (Farelly i Austin, 2007; Katyal i Awasthi, 2005), očekivalo se kako će žene manje često koristiti različite oblike ovisnosti u odnosu na muškarce i kako će pokazati više rezultate na testu emocionalne kompetentnosti.

Za prvi dio prvog problema, analiza rezultata pokazala je kako više žena konzumira cigarete u odnosu na muškarce, više ih i učestalije koristi društvene mreže, dok više muškaraca i učestalije igra igre na sreću, a za ovisnosti o drogama i o vježbanju nije

utvrđena razlika (Tablica 2; Tablica 3). Također, muškarci učestalije konzumiraju alkohol (Tablica 3 u Prilogu; Tablica 3). S obzirom na dobivene rezultate hipoteza se može djelomično potvrditi. Ono što je sukladno hipotezi je da muškarci učestalije konzumiraju alkohol i igraju igre na sreću. Što se tiče konzumacije alkohola, Holmila i Raitasalo (2005) dobili su iste rezultate, pri čemu ističu da je ključna kultura društva, koja često čini pijenje alkohola pokazateljem muškosti, a isto vrijedi i za kockanje koje se smatra muškom aktivnošću (Wolfgang, 1988). Nadalje, dobiveno je da više žena i da učestalije koriste društvene mreže. Iako neka istraživanja pokazuju kako su muškarci ovisniji o internetu u odnosu na žene (Canan i suradnici, 2012), neka ističu kako su muškarci skloniji razvoju ovisnosti o video igrama, dok žene ovisnosti o društvenim mrežama (Andreassen i suradnici, 2016). Mogući razlog zašto žene češće koriste društvene mreže je da općenito žene provode više vremena u socijalnim kontaktima te se više trude održavati zadovoljavajuće odnose (Nolen Hoeksema i Jackson, 2001, prema Fernandez-Berrocal i sur., 2012) pa tako moguće međuostalom koriste i internet za socijalne interakcije i održavanje veza (Kimbrough i Guadagno, 2013). Također, suprotno hipotezi, je utvrđeno da više žena konzumira cigarete. Ovakvi rezultati moguće odražavaju svjetske trendove prema kojima, u nizu zemalja, sve više žena konzumira cigarete (Grabovac i suradnici 2013), dok su ranija istraživanja pokazivala kako ih više muškaraca konzumira (Greenberg i Lewis, 1999). Isto tako, moguće je da više žena konzumira cigarete u odnosu na muškarce zbog niže emocionalne stabilnosti (McIntyre, 2010), koja je značajan prediktor pušenja (Hampson, Goldberg, Vogt i Dubanoski, 2006). U ovom istraživanju utvrđeno je kako više žena konzumira cigarete moguće kao posljedica slabije sposobnosti regulacije i upravljanja vlastitim emocijama koje pokazuju (Tablica 4 u Prilogu; Tablica 4). Nije utvrđena razlika između žena i muškaraca u ovisnosti o vježbanju te u ovisnosti o drogama. Moguće je da rezultati na uzorku ovog istraživanja odražavaju trendove smanjenja razlika u korištenju različitih oblika ovisnosti između muškaraca i žena, u pozadini čega moguće leži smanjenje razlika u rodnim ulogama, pri čemu više žena počinje konzumirati droge, ali i više žena vježba, u odnosu na ranije (Zmijewski i Hovard, 2003, prema Fattore i suradnici, 2014).

Nadalje, obradom rezultata drugog dijela prvog problema, utvrđena je statistički značajna razlika između žena i muškaraca u sposobnosti reguliranja i upravljanja emocijama, dok u sposobnosti izražavanja i imenovanja emocija i u sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija nije utvrđena razlika (Tablica 4). Analizom je utvrđeno kako su

muškarci bolji u regulaciji i upravljanju emocijama (Tablica 1 u Prilogu), stoga postavljena hipoteza nije potvrđena. Iako rezultati nisu u skladu s hipotezom, pogledom na Tablicu 4 u Prilogu i Tablicu 2 može se vidjeti kako je više žena pušača u odnosu na muškarce, a nalazi pokazuju da oni koji konzumiraju više cigareta imaju tendenciju biti manje uspješni u kontroli vlastitih emocija (Khun i Demetrovics, 2010), stoga ne iznenađuje kako žene u ovom uzorku pokazuju slabiju sposobnost regulacije i upravljanja emocijama. Također, rezultati da su muškarci bolji u reguliranju i upravljanju emocijama mogu se objasniti socijalnom teorijom (Sanchez-Nunez i suradnici, 2008). Žene se u procesu socijalizacije više educira o emocijama, njihovom izražavanju i slično, dok se muškarce uči upravo minimiziranju i potiskivanju emocija kao što su tuga, strah, krivnja i ranjivost, što u konačnici može pridonijeti boljoj regulaciji i upravljanju emocijama općenito. Isto ističe i McIntyre (2010) kako su muškarci vještiji u kontroli i upravljanju vlastitih emocija te da žene u prosjeku teže kontroliraju vlastite emocije.

Drugi problem ovog istraživanja je bio utvrditi postoji li razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji koriste sredstva ovisnosti i onih koji ne koriste sredstva ovisnosti te postoji li povezanost emocionalne inteligencije i učestalosti korištenja sredstva ovisnosti kod onih koji koriste sredstva ovisnosti.

S obzirom na rezultate prijašnjih istraživanja (Hill i Maggi, 2011; Kun i Demetrovics, 2010; Riley i Schutte, 2003) prema kojima ovisnici pokazuju nižu inteligenciju, očekivalo se kako će oni koji koriste sredstva ovisnosti postići niže rezultate na mjerama emocionalne inteligencije te da će kod njih postojati negativna povezanost, odnosno da oni koji učestalije koriste sredstva ovisnosti postižu niže rezultate na mjeri emocionalne inteligencije u odnosu na one koji manje učestalo koriste sredstva ovisnosti. Obradom rezultata utvrđena je značajna razlika u sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama između onih koji konzumiraju cigarete i onih koji ne konzumiraju cigarete (Tablica 7). Oni koji ne konzumiraju cigarete bolji su u regulaciji i upravljanju emocijama (Tablica 5 u Prilogu; Tablica 6 u Prilogu), što je utvrđeno i obradom rezultata prvog problema, kojom je dobiveno da muškarci, koji manje konzumiraju cigarete u odnosu na žene također pokazuju bolju sposobnost regulacije i upravljanja emocijama (Tablica 4; Tablica 2). Takvi nalazi su u skladu s nalazima prijašnjih istraživanja (Khun i Demetrovics, 2010; Trinidad i Johnson, 2002). Emocionalna stabilnost važna je osobina emocionalne inteligencije te značajan prediktor pušenja. Oni koji konzumiraju cigarete imaju u prosjeku nižu emocionalnu stabilnost (Hampson, Goldberg, Vogt i Dubanoski,

2006), a time i poteškoća s reguliranjem i upravljanjem emocijama. Nadalje, nije utvrđena razlika u emocionalnoj inteligenciji između onih koji konzumiraju droge i onih koji ne konzumiraju droge te onih koji igraju igre na sreću i onih koji ne igraju igre na sreću. Prema dosadašnjoj literaturi pojedinci s poremećajima ovisnosti imaju više poteškoća u verbalizaciji i izražavanju svojih emocija u odnosu na normalnu populaciju (Speranza i sur., 2005, prema Kun i Demetrovics, 2010). Međutim, pogledom na Tablicu 2 u Prilogu može se uočiti kako je prosjek učestalosti konzumacije droga ($M=1.26$) te igara na sreću ($M= 0.60$) vrlo nizak, u odnosu na konzumiranje cigareta ($M=6.35$) pa je moguće da se u prosjeku ne radi o ovisnicima, već povremenim korisnicima te da stoga efekt nije dovoljno velik da bi bio značajan.

Nadalje, drugi dio drugog problema bio je ispitati povezanost emocionalne inteligencije i korištenja sredstava ovisnosti kod onih koji koriste sredstva ovisnosti. Očekivalo se kako će učestalije korištenje sredstva ovisnosti biti povezano s nižom emocionalnom inteligencijom. Obradom rezultata je utvrđeno da je učestalost kockanja pozitivno nisko povezana s emocionalnom kompetentnošću te sa sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama (Tablica 7). Što je učestalije igranje igara na sreću to je veća emocionalna kompetentnost te bolja sposobnost regulacije i upravljanja emocijama što je suprotno postavljenoj hipotezi i prošlim istraživanjima koja su pronašla kako oni ovisniji o kockanju imaju nižu emocionalnu inteligenciju (Kaur i sur., 2006, prema Kun i Demetrovics, 2010; Parker i sur., 2013). Međutim, u ovom istraživanju, utvrđeno je kako više muškaraca igra igre na sreću (Tablica 4 u Prilogu; Tablica 3), ali da su oni ujedno i bolji u regulaciji i upravljanju emocijama (Tablica 1 u Prilogu; Tablica 2), stoga ne iznenađuje rezultat da oni koji više igraju igre na sreću imaju i veću emocionalnu inteligenciju. Isto tako, pogledom na Tablicu 2 u Prilogu može se vidjeti kako je prosjek učestalosti igranja igara na sreću niži u odnosu na učestalost korištenja ostalih oblika ovisnosti ($M=0.60$) pa je moguće da se ne radi u prosjeku o ovisnosti, već povremenom igranju igara na sreću. Nadalje, utvrđena je i značajna pozitivna niska povezanost rezultata na skali ovisnosti o vježbanju i emocionalne kompetentnosti, sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija, sposobnosti izražavanja i imenovanja emocija te sposobnosti regulacije i upravljanja emocijama (Tablica 7). Dakle, izraženija ovisnost o vježbanju povezana je s većom emocionalnom inteligencijom što je također suprotno postavljenoj hipotezi. Istraživanja pokazuju da kada se radi o pretjeranom vježbanju, ono se vezuje za slabije korištenje emocija (Ergun i Guzel, 2018), međutim kada se radi o umjerenom

vježbanju te aktivnom životnom stilu, tada je viša emocionalna inteligencija povezana s većom razinom fizičke aktivnosti. Moguće je stoga kako u prosjeku ispitanici ovog istraživanja ne vježbaju pretjerano te nisu ovisni o vježbanju, već njeguju zdrav aktivan život koji je u pozitivnoj korelaciji s emocionalnom inteligencijom te u negativnoj korelaciji s pušenjem (Tablica 7 u Prilogu). Za ovisnosti o drogama, alkoholu, cigaretama te društvenim mrežama nije utvrđena značajna povezanost s emocionalnom inteligencijom, stoga se postavljena hipoteza odbacuje. Mogući razlozi dobivenih rezultata su različiti nedostaci istraživanja, poput upitne motivacije ispitanika, davanja socijalno poželjnih i/ili nasumičnih odgovora, zatim, pošto se radi o samoprocjenjivanju emocionalne inteligencije, moguće je kako pojedini ispitanici ne mogu objektivno procijeniti vlastito ponašanje i osobnost što je u konačnici doprinijelo potencijalnoj nemogućnosti utvrđivanja korelacije između učestalosti korištenja sredstava ovisnosti i emocionalne inteligencije.

Na kraju, potrebno je navesti neke glavne nedostatke ovog istraživanja te preporuke za buduća istraživanja ovog područja. Prvenstveno, kao nedostatak ovog istraživanja mogu se navesti online ispitivanje i metoda samoprocjene, kod kojeg je problem što se ne zna tko rješava upitnik, s kakvom motivacijom, daje li iskrene ili socijalno poželjne, nasumične odgovore i slično, što je naravno moglo značajno utjecati na dobivene rezultate. Također, na rezultate ovog istraživanja moglo je utjecati to što uzorak čine isključivo 'dobrovoljci' za koje je vjerojatnije da su empatičniji, pristupačniji i slično u odnosu na populaciju, i to pogotovo kada je riječ o muškarcima iz uzorka, što je moguće utjecalo na smanjenje razlika između žena i muškaraca u nekim aspektima emocionalne inteligencije. Isto tako je moguće da istraživanjem nisu zahvaćeni 'pravi' ovisnici, već povremeni konzumenti pa efekt nije dovoljno velik da bi bio značajan u usporedbi s onima koji uopće ne koriste sredstva ovisnosti. Prijedlog za buduća istraživanja bio bi ispitati razlike između 'pravih' (registriranih) ovisnika te normalne populacije. Zatim, izračunati analizu kovarijance kod računanja razlika između muškaraca i žena u emocionalnoj inteligenciji s korištenjem različitih oblika ovisnosti da bi se provjerilo leže li razlike u povezanosti zavisne varijable s drugom varijablom. Također, pošto je analiza kovarijance parametrijska analiza, potrebno bi bilo za sljedeća istraživanja prikupiti podatke na većem i heterogenijem uzorku kako bi se ona mogla provesti. Nadalje, korisno bi bilo u sljedećim istraživanjima koristiti osim upitnika samoprocjena i procjene drugih bliskih osoba te testove sposobnosti čime bi se moguće dobili objektivniji rezultati, uzevši u obzir činjenicu da pojedini ispitanici ne mogu objektivno procijeniti svoju osobnost.

ZAKLJUČCI

- 1) Više žena konzumira cigarete te ih više i učestalije koristi društvene mreže, dok više muškaraca i učestalije igra igre na sreću te učestalije konzumiraju alkohol. Nisu utvrđene razlike između žena i muškaraca u učestalosti konzumiranja droga, u čestini konzumiranja cigareta te u ovisnosti o vježbanju. Muškarci iskazuju bolje reguliranje i upravljanje emocijama, dok se žene i muškarci ne razlikuju u emocionalnoj kompetentnosti (ukupnom rezultatu na subskalama), sposobnosti imenovanja i izražavanja te uočavanja i razumijevanja emocija.
- 2) Osobe koje ne konzumiraju cigarete bolje reguliraju i upravljaju emocijama u odnosu na one koji ih konzumiraju. Nema razlike u emocionalnoj inteligenciji između onih koji konzumiraju droge i onih koji ne konzumiraju droge te onih koji igraju igre na sreću i onih koji ne igraju igre na sreću. Što je veća emocionalna kompetentnost i sposobnost regulacije i upravljanja emocijama to je učestalije igranje igara na sreću, a izraženija ovisnost o vježbanju povezana je s većom emocionalnom kompetentnošću, boljom sposobnošću uočavanja i razumijevanja emocija, izražavanja i imenovanja emocija te reguliranja i upravljanja emocijama, dok za ovisnosti o drogama, cigaretama, alkoholu i društvenim mrežama nije utvrđena povezanost.

LITERATURA

- Ahmad, S., Bangash, H. i Khan, S.A. (2009). Emotional intelligence and gender differences. *Sarhad Journal of Agriculture*, 25(1), 127-130.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M.D., Kuss, D.J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E. i Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252.
- Åslund, C., Nordquist, N., Comasco, E., Leppert, J., Orelund, L. i Nilsson, K. W. (2011). Maltreatment, MAOA, and delinquency: sex differences in gene–environment interaction in a large population-based cohort of adolescents. *Behavior genetics*, 41(2), 262-272.
- Bingula, M. (2017). *Ovisnosti 21. stoljeća*. Zagreb: Medicinski fakultet.
- Brlas, S. (2013). *Terminološki opisni rječnik ovisnosti*. Medicinska naklada: Zagreb.
- Cami, J. i Farré, M. (2003). Drug addiction. *New England Journal of Medicine*, 349(10), 975-986.
- Canan, F., Ataoglu, A., Ozcetin, A. i Icmeli, C. (2012). The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive psychiatry*, 53(5), 422-426.
- Craig, A., Tran, Y., Hermens, G., Williams, L.M., Kemp, A., Morris, C., i Gordon, E. (2009). Psychological and neural correlates of emotional intelligence in a large sample of adult males and females. *Personality and Individual Differences*, 46(2), 111-115.
- Ergun, G. i Guzel, A. (2018). Determining the relationship of over-exercise to smartphone overuse and emotional intelligence levels in gym-goers: *The example of Burdur, Turkey*. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(4), 1036-1048.
- Extremera, N., Fernández- Berrocal, P. i Salovey, P. (2006). Spanish Version of the MayerSalovey- Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) Version 2.0: Reliabilities, Age, and Gender Differences. *Psicothema*, 18, 42-48.

- Farrelly, D. i Austin, E. J. (2007). Ability EI as an intelligence? Associations of the MSCEIT with performance on emotion processing and social tasks and with cognitive ability. *Cognition & Emotion*, 21(5), 1043–1063.
- Fattore, L., Melis, M., Fadda, P. i Fratta, W. (2014). Sex differences in addictive disorders. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 35(3), 272–284.
- Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., Castillo, R. i Extremera, N. (2012). Gender differences in emotional intelligence: The mediating effect of age. *Psicología Conductual*, 20(1), 77-89.
- Garilović, I. i Macuka, I. (2018). Ovisnost o vježbanju-odnos perfekcionizma i odstupajućih navika hranjenja. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 27(4), 713-733.
- Goodie, A.S. (2005). The role of perceived control and overconfidence in pathological gambling. *Journal of Gambling Studies*, 21(4), 481-502.
- Grabovac, S., Opačić, M., Ceronja I., Puharić, Z. i Bonetti, A. (2013). Izvještaj o pušenju cigareta među školskom djecom i razlike u kvaliteti života i glasa između bivših pušača – laringektomiranih osoba i zdravih nepušača. *Radovi Zavoda za znanstvenoistraživački i umjetnički rad u Bjelovaru*, 7, 43-56.
- Greenberg, J.L., Lewis, S.E. i Dodd, D.K. (1999). Overlapping addictions and self-esteem among college men and women. *Addictive behaviors*, 24(4), 565-571.
- Hampson, S.E., Goldberg, L.R., Vogt, T.M. i Dubanoski, J.P. (2006). Forty years on: teachers' assessments of children's personality traits predict self-reported health behaviors and outcomes at midlife. *Health psychology*, 25(1), 57.
- Holmila, M. i Raitasalo, K. (2005). Gender differences in drinking: why do they still exist?. *Addiction*, 100(12), 1763-1769.
- Horčička, T. (2016). *Alkoholizam u žena*. Zagreb: Medicinski fakultet.
- Joseph, D.L. i Newman, D.A. (2010). Emotional intelligence: an integrative meta-analysis and cascading model. *Journal of applied psychology*, 95(1), 54-78.
- Katyal, S. i Awasthi, E. (2005). Gender differences in emotional intelligence among adolescents of Chandigarh. *Journal of Human Ecology*, 17(2), 153–155.

- Kimbrough, A. M., Guadagno, R. E., Muscanell, N. L. i Dill, J. (2013). Gender differences in mediated communication: Women connect more than do men. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 896–900.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York London: The Guilford Press.
- Koob, G.F. i Le Moal, M. (2001). Drug addiction, dysregulation of reward, and allostasis. *Neuropsychopharmacology*, 24(2), 97-129.
- Kun, B. i Demetrovics, Z. (2010). Emotional intelligence and addictions: A systematic review. *Substance Use & Misuse*, 45(7-8), 1131–1160.
- Ladd, G.T. i Petry, N.M. (2002). Gender differences among pathological gamblers seeking treatment. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 10(3), 302-309.
- Matošić, A., Marušić, S., Vidrih, B., Kovak-Mufić, A. i Čičin-Šain, L. (2016). Neurobiološke osnove ovisnosti o alkoholu. *Acta clinica Croatica*, 55(1), 134-150.
- Matthews, G., Zeidner, M. i Roberts, R.D. (2004). *Emotional intelligence: Science and myth*. Massachusetts: MIT press.
- Mayer, J.D. i Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17, 433-442.
- Mayer, J.D., Roberts, R.D. i Barsade, S.G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59(1), 507–536.
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D. i Sternberg, R.J. (2000). Models of emotional intelligence. U: R.J. Sternberg (ur.), *Emotional Intelligence: Key Readings on the Mayer and Salovey Model* (str. 81-119). New York: Dude publishing.
- McCrary, B.S. i Epstein, E.E. (2013). *Addictions: A comprehensive guidebook*. New York: Oxford University Press.
- McIntyre, H.H. (2010). Gender differences in the nature and linkage of higher-order personality factors to trait and ability emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 617–622.
- Modoio, V. B., Antunes, H.K.M., Gimenez, P.R.B.D., Santiago, M.L.D.M., Tufik, S., i Mello, M.T.D. (2011). Negative addiction to exercise: are there differences between genders? *Clinics*, 66(2), 255-260.

- Oates, J.A., Wood, A.J.J. i Benowitz, N.L. (1988). Pharmacologic aspects of cigarette smoking and nicotine addiction. *New England Journal of Medicine*, 319(20), 1318–1330.
- Ono, H. i Zavodny, M. (2003). Gender and the Internet. *Social Science Quarterly*, 84(1), 111-121.
- Parker, J.D., Summerfeldt, L.J., Taylor, R.N., Kloosterman, P. H. i Keefer, K. V. (2013). Problem gambling, gaming and Internet use in adolescents: Relationships with emotional intelligence in clinical and special needs samples. *Personality and Individual Differences*, 55(3), 288-293.
- Pérez-Stable, E.J., Ramirez, A., Villareal, R., Talavera, G.A., Trapido, E., Suarez, L., Marti, J. i McAlister, A. (2001). Cigarette smoking behavior among US Latino men and women from different countries of origin. *American journal of public health*, 91(9), 1424-1430.
- Petrides, K.V. (2010). Trait emotional intelligence theory. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2), 136–139.
- Petrides, K.V. i Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425–448.
- Petz, B. (2012). *Osnovne statističke metode za nematematičare*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Riley, H. i Schutte, N. S. (2003). Low emotional intelligence as a predictor of substance-use problems. *Journal of Drug Education*, 33(4), 391–398.
- Ruffman, T., Henry, J.D., Livingstone, V. i Phillips, L. H. (2008). A meta-analytic review of differences in emotion recognition between younger and older adults. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 32, 863-881.
- Sanchez-Nunez, M., Fernández-Berrocal, P., Montañés, J. i Latorre, J. M. (2008). Does emotional intelligence depend on gender? The socialization of emotional competencies in men and women and its implications. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 455-474.

- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Bobik, C., Coston, T.D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E. i Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of social psychology, 141*(4), 523-536.
- Trinidad, D.R., i Johnson, C.A. (2002). The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use. *Personality and Individual Differences, 32*(1), 95–105.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A. i Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry, 27*(1), 4-9.
- Wolfgang, A.K. (1988). Gambling as a function of gender and Sensation Seeking. *Journal of gambling behavior, 4*(2), 71-77.

PRILOG

Tablica 1 Deskriptivni podatci za varijable dobi, emocionalne kompetentnosti, sposobnosti uočavanja i razumijevanja emocija, sposobnosti izražavanja i imenovanja emocija, sposobnosti reguliranja i upravljanja emocijama, učestalosti konzumiranja droga, alkohola, pušenja cigareta, vremena provedenog dnevno na društvenim mrežama, igranja igara na sreću te ovisnosti o vježbanju kod muškaraca i žena.

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>C</i>	<i>SD</i>	<i>IA</i>	<i>IS</i>	<i>Lilliefors test normalnosti distribucije</i>	
Žene	Dob	212	25.17	22.00	7.95	2.40	5.74	$p < .01$	
	Emocionalna kompetentnost	212	3.69	3.69	0.46	-0.03	-0.17	$p > .20$	
	Uočavanje i razumijevanje emocija	212	3.79	3.80	0.61	-0.51	0.93	$p < .05$	
	Izražavanje i imenovanje emocija	212	3.55	3.61	0.73	-0.47	0.11	$p < .05$	
	Reguliranje i upravljanje emocijama	212	3.72	3.69	0.48	-0.29	0.16	$p < .10$	
	Droge	212	0.60	0.13	0.89	1.87	3.40	$p < .01$	
	Cigarete	212	3.83	2.50	3.84	0.25	-1.70	$p < .01$	
	Alkohol	212	1.61	2.00	0.87	0.62	0.64	$p < .01$	
	Društvene mreže	212	2.80	3.00	0.98	0.38	1.07	$p < .01$	
	Igre na sreću	212	0.29	0.17	0.35	1.82	4.50	$p < .01$	
	Vježbanje	212	2.05	1.81	0.99	1.16	1.31	$p < .01$	
	Muškarci	Dob	126	27.23	25.00	8.55	1.79	3.74	$p < .01$
		Emocionalna kompetentnost	126	3.72	3.78	0.57	-0.54	1.66	$p < .01$
Uočavanje i razumijevanje emocija		126	3.71	3.73	0.73	-0.49	0.79	$p < .20$	
Izražavanje i imenovanje emocija		126	3.61	3.71	0.70	-0.55	0.68	$p < .05$	
Reguliranje i upravljanje emocijama		126	3.84	3.88	0.55	-0.48	1.10	$p < .10$	
Droge		126	0.71	0.25	1.02	1.70	2.34	$p < .01$	
Cigarete		126	2.93	0.50	3.66	0.74	-1.21	$p < .01$	
Alkohol		126	2.00	2.00	1.05	0.32	-0.51	$p < .01$	
Društvene mreže		126	2.30	2.00	1.05	-0.04	-0.16	$p < .01$	
Igre na sreću		126	0.69	0.50	0.68	1.54	2.96	$p < .01$	
Vježbanje		126	2.18	2.02	1.02	1.22	1.90	$p < .01$	

Napomena: *N*-broj ispitanika, *M*-aritmetička sredina, *C*-medijan, *SD*-standardna devijacija, *IA*-indeks asimetričnosti, *IS*-indeks spljoštenosti

Tablica 2 Deskriptivni podatci za varijable učestalosti konzumiranja droga, alkohola, pušenja cigareta, vremena provedenog dnevno na društvenim mrežama, igranja igara na sreću te ovisnosti o vježbanju kod onih koji koriste sredstva ovisnosti.

Varijable	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>C</i>	<i>SD</i>	<i>IA</i>	<i>IS</i>	Lilliefors test normalnosti distribucije
Droge	173	1.26	1.00	0.98	1.29	1.04	<i>p</i> <.01
Cigarete	186	6.35	7.00	2.82	-0.69	-0.92	<i>p</i> <.01
Alkohol	319	1.87	2.00	0.88	0.88	0.11	<i>p</i> <.01
Društvene mreže	333	2.65	3.00	0.99	0.32	0.60	<i>p</i> <.01
Igre na sreću	250	0.60	0.42	0.54	2.12	6.09	<i>p</i> <.01
Vježbanje	338	2.10	1.88	1.00	0.32	1.51	<i>p</i> <.01

Napomena: *N*-broj ispitanika, *M*-aritmetička sredina, *C*-medijan, *SD*-standardna devijacija, *IA*-indeks asimetričnosti, *IS*-indeks spljoštenosti

Tablica 3 Deskriptivni podatci za varijable učestalosti konzumiranja droga, alkohola, pušenja cigareta, vremena provedenog dnevno na društvenim mrežama, igranja igara na sreću te ovisnosti o vježbanju kod muškaraca koji koriste sredstva ovisnosti i kod žena koje koriste sredstva ovisnosti.

Varijable		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>C</i>	<i>SD</i>	<i>IA</i>	<i>IS</i>	Lilliefors test normalnosti distribucije
Žene	Droge	106	1.21	1.00	0.93	1.38	1.46	<i>p</i> <.01
	Cigarete	123	6.61	8.00	2.66	-0.83	-0.55	<i>p</i> <.01
	Alkohol	199	1.72	2.00	0.79	1.05	0.87	<i>p</i> <.01
	Društvene mreže	211	2.82	3.00	0.97	0.47	1.02	<i>p</i> <.01
	Igre na sreću	135	0.46	0.33	0.34	1.99	4.91	<i>p</i> <.01
	Vježbanje	212	2.05	1.81	0.99	1.16	1.31	<i>p</i> <.01
Muškarci	Droge	67	1.34	1.00	1.05	1.17	0.59	<i>p</i> <.01
	Cigarete	63	5.86	7.00	3.08	-0.42	-1.43	<i>p</i> <.01
	Alkohol	120	2.11	2.00	0.98	0.55	-0.66	<i>p</i> <.01
	Društvene mreže	122	2.38	3.00	0.97	0.16	-0.24	<i>p</i> <.01
	Igre na sreću	100	0.87	0.75	0.67	1.66	3.24	<i>p</i> <.01
	Vježbanje	126	2.18	2.02	1.02	1.22	1.90	<i>p</i> <.01

Napomena: *N*-broj ispitanika, *M*-aritmetička sredina, *C*-medijan, *SD*-standardna devijacija, *IA*-indeks asimetričnosti, *IS*-indeks spljoštenosti

Tablica 4 Prikaz frekvencija rezultata konzumiranja droga, pušenja cigareta, konzumiranja alkohola, dnevnog provođenja vremena na društvenim mrežama te igranja igara na sreću kod žena i kod muškaraca.

Žene	Droge	DA	N=108
		NE	N=104
	Cigarete	DA	N=92
		NE	N=120
	Alkohol	DA	N=199
		NE	N=13
	Društvene mreže	DA	N=211
		NE	N=1
Igre na sreću	DA	N=144	
	NE	N=68	
Muškarci	Droge	DA	N=68
		NE	N=58
	Cigarete	DA	N=40
		NE	N=86
	Alkohol	DA	N=120
		NE	N=6
	Društvene mreže	DA	N=122
		NE	N=4
	Igre na sreću	DA	N=106
		NE	N=20

Tablica 5 Deskriptivni podatci varijabli emocionalne kompetentnosti, uočavanja i razumijevanja emocija, izražavanja i imenovanja emocija te reguliranja i upravljanja emocijama kod onih koji konzumiraju droge, kod onih koji puše cigarete, kod onih koji konzumiraju alkohol, kod onih koji provode vrijeme na društvenim mrežama na dnevnoj bazi te kod onih koji igraju igre na sreću.

		<i>M</i>	<i>C</i>	<i>SD</i>	<i>IA</i>	<i>IS</i>	<i>Lilliefors test normalnosti distribucije</i>
Droge N=176	Emocionalna kompetentnost	3.68	3.76	0.50	-0.56	1.60	<i>p</i> <.01
	Uočavanje i razumijevanje emocija	3.76	3.87	0.66	-0.75	1.15	<i>p</i> <.01
	Izražavanje i imenovanje emocija	3.57	3.68	0.73	-0.63	0.46	<i>p</i> <.01
	Reguliranje i upravljanje emocijama	3.72	3.75	0.55	-0.45	0.57	<i>p</i> <.01
Cigarete N=132	Emocionalna kompetentnost	3.68	3.73	0.50	-0.13	-0.10	<i>p</i> >.20
	Uočavanje i razumijevanje emocija	3.79	3.83	0.64	-0.40	0.16	<i>p</i> <.10
	Izražavanje i imenovanje emocija	3.53	3.61	0.72	-0.34	-0.10	<i>p</i> <.15
	Reguliranje i	3.70	3.69	0.52	-0.10	0.08	<i>p</i> <.20

		upravljanje emocijama						
DA	Alkohol N=319	Emocionalna kompetentnost	3.71	3.73	0.50	-0.33	1.00	<i>p<.05</i>
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.75	3.80	0.65	-0.60	1.13	<i>p<.01</i>
		Izražavanje i imenovanje emocija	3.58	3.64	0.72	-0.54	0.32	<i>p<.01</i>
		Reguliranje i upravljanje emocijama	3.77	3.75	0.50	-0.38	0.61	<i>p<.01</i>
	Društvene mreže N=333	Emocionalna kompetentnost	3.70	3.73	0.50	-0.27	0.95	<i>p<.05</i>
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.75	3.80	0.66	-0.53	0.96	<i>p<.01</i>
		Izražavanje i imenovanje emocija	3.57	3.64	0.72	-0.49	0.28	<i>p<.01</i>
		Reguliranje i upravljanje emocijama	3.76	3.75	0.51	-0.30	0.56	<i>p<.01</i>
	Igre na sreću N=250	Emocionalna kompetentnost	3.71	3.72	0.50	-0.05	0.42	<i>p<.05</i>
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.77	3.77	0.67	-0.50	0.89	<i>p<.01</i>
		Izražavanje i imenovanje emocija	3.58	3.64	0.72	-0.53	0.42	<i>p<.01</i>
		Reguliranje i upravljanje emocijama	3.77	3.75	0.51	-0.16	0.20	<i>p<.01</i>

Napomena: *N*-broj ispitanika, *C*-medijan, *M*-aritmetička sredina, *SD*-standardna devijacija, *IA*-indeks asimetričnosti, *IS*-indeks spljoštenosti

Tablica 6 Deskriptivni podatci varijabli emocionalne kompetentnosti, uočavanja i razumijevanja emocija, izražavanja i imenovanja emocija te reguliranja i upravljanja emocijama kod onih koji ne konzumiraju droge, kod onih koji NE puše cigarete, kod onih koji ne konzumiraju alkohol, kod onih koji ne provode vrijeme na društvenim mrežama na dnevnoj bazi te kod onih koji ne igraju igre na sreću.

		<i>M</i>	<i>C</i>	<i>SD</i>	<i>IA</i>	<i>IS</i>	<i>Lilliefors test normalnosti distribucije</i>	
NE	Droge <i>N</i> =162	Emocionalna kompetentnost	3.72	3.69	0.50	0.02	0.21	<i>p</i> <.20
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.75	3.73	0.66	-0.29	0.84	<i>p</i> <.15
		Izražavanje i imenovanje emocija	3.58	3.57	0.71	-0.34	0.10	<i>p</i> <.20
		Reguliranje i upravljanje emocijama	3.82	3.78	0.45	0.09	-0.21	<i>p</i> <.10
	Cigarete <i>N</i> =206	Emocionalna kompetentnost	3.72	3.73	0.51	-0.38	1.65	<i>p</i> <.05
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.73	3.73	0.67	-0.60	1.38	<i>p</i> <.05
		Izražavanje i imenovanje emocija	3.60	3.64	0.72	-0.60	0.59	<i>p</i> <.01
		Reguliranje i upravljanje emocijama	3.81	3.88	0.50	-0.48	1.12	<i>p</i> <.05
	Alkohol <i>N</i> =19	Emocionalna kompetentnost	3.64	3.64	0.50	0.60	0.93	<i>p</i> >.20
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.78	3.53	0.74	0.34	-1.14	<i>p</i> >.20
		Izražavanje i imenovanje emocija	3.40	3.36	0.64	0.36	0.85	<i>p</i> >.20
		Reguliranje i upravljanje emocijama	3.73	3.69	0.47	0.93	0.32	<i>p</i> <.05
	Društvene mreže <i>N</i> =5	Emocionalna kompetentnost	4.05	4.07	0.28	-0.25	0.87	<i>p</i> >.20
		Uočavanje i razumijevanje emocija	3.91	3.93	0.55	0.16	-2.11	<i>p</i> >.20
		Izražavanje i imenovanje emocija	4.10	4.36	0.50	-0.35	-2.82	<i>p</i> <.20
		Reguliranje i upravljanje emocijama	4.14	4.19	0.14	0.07	-1.82	<i>p</i> >.20
	Igre na sreću	Emocionalna kompetentnost	3.68	3.73	0.51	-0.91	2.39	<i>p</i> <.20

N=88	Uočavanje i razumijevanje emocija	3.73	3.80	0.63	-0.65	1.32	$p > .20$
	Izražavanje i imenovanje emocija	3.56	3.64	0.72	-0.41	-0.03	$p < .15$
	Reguliranje i upravljanje emocijama	3.75	3.81	0.50	-0.84	1.75	$p < .15$

Napomena: *N*-broj ispitanika, *M*-aritmetička sredina, *C*-medijan, *SD*-standardna devijacija, *IA*-indeks asimetričnosti, *IS*-indeks spljoštenosti

Tablica 7 Rezultati Spearmanovog koeficijenta korelacije korištenja različitih sredstava ovisnosti kod onih koji koriste sredstva ovisnosti

	Droge	Cigarete	Alkohol	Društvene mreže	Igre na sreću	Vježbanje
Droge	1	.21*	.16*	-.06	.19*	.05
Cigarete		1	.14	.09	.10	-.17*
Alkohol			1	-.03	.12	.00
Društvene mreže				1	.00	-.03
Igre na sreću					1	.05
Vježbanje						1

* $p < .05$