

# Odnos phubbinga među partnerima s usredotočenom svjesnošću i nekim aspektima percepcije partnerskog odnosa

---

Čurlin, Marina

Master's thesis / Diplomski rad

2020

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:162:177944>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-13**



Sveučilište u Zadru  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJ

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Diplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)

**Marina Čurlin**

**Odnos phubbinga među partnerima s  
usredotočenom svjesnošću i nekim aspektima  
percepcije partnerskog odnosa**

**Diplomski rad**

Zadar, 2020.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Diplomski sveučilišni studij psihologije (jednoprredmetni)

Odnos phubbinga među partnerima s usredotočenom svjesnošću i  
nekim aspektima percepcije partnerskog odnosa

Diplomski rad

Student/ica:

Marina Čurlin

Mentor/ica:

Doc. dr. sc. Ana Šimunić

Zadar, 2020.



## Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Marina Čurlin**, ovime izjavljujem da je moj **diplomski** rad pod naslovom **Odnos phubbinga među partnerima s usredotočenom svjesnošću i nekim aspektima percepcije partnerskog odnosa** 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, 29. rujna 2020.

## SADRŽAJ:

1. UVOD .....	1
1.1. PAMETNI TELEFONI.....	1
1.2. PHUBBING.....	3
1.2.1. <i>Phubbing</i> : operacionalizacija i pregled literature.....	3
1.2.2. <i>Phubbing</i> i ljubavne veze .....	6
1.2.3. Obrazac <i>phubbinga</i> među partnerima .....	11
1.2.4. Teorijska objašnjenja negativnih socijalnih posljedica <i>phubbinga</i> .....	12
1.2.5. <i>Phubbing</i> kao navika.....	15
1.3. USREDOTOČENA SVJESNOST.....	17
1.3.1. Usredotočena svjesnost: operacionalizacija i posljedice na individualnu i relacijsku dobrobit .....	17
1.3.2. Usredotočena svjesnost i <i>phubbing</i> .....	20
1.4. POLAZIŠTE ISTRAŽIVANJA .....	21
2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE .....	23
2.1. Cilj.....	23
2.2. Problemi .....	24
2.3. Hipoteze .....	24
3. METODA.....	26
3.1. Sudionici .....	26
3.2. Mjerni instrumenti.....	28
3.2.1. Skala <i>partner phubbinga</i> (Roberts i David, 2016) .....	28
3.2.2. Skala samoprocjene <i>partner phubbinga</i> .....	28
3.2.3. Procjena stupnja u kojem pojedincima smeta partnerov/ičin <i>phubbing</i> .....	29
3.2.4. Ponderirana verzija skale procjene <i>partner phubbinga</i> .....	29
3.2.5. Adaptirana verzija petofacetnog upitnika usredotočene svjesnosti (FFMQ, Baer i sur., 2006; adaptirali Gračanin i sur., 2017).....	29
3.2.6. Skala kvalitete bračne komunikacije (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić, 2016) .....	30
3.2.7. Skala zadovoljstva brakom (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić i sur., 2014) .....	31
3.3. Postupak .....	33
4. REZULTATI.....	33
4.1. Faktorska struktura i pouzdanost korištenih instrumenata .....	34
4.1.1. Procjena <i>partner phubbinga</i> .....	34
4.1.2. Samoprocjena <i>partner phubbinga</i> .....	37
4.1.3. Kvaliteta komunikacije među partnerima .....	39

4.1.4. Zadovoljstvo vezom .....	40
4.2. Deskriptivni podaci .....	43
4.3. Korelacija između svih ispitivanih varijabli.....	47
4.3.1. Povezanost između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te stupnja u kojem oni vrše <i>phubbing</i> nad partnerom/icom.....	47
4.3.2. Povezanost između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te vlastitih, ali i partnerovih/ićinih procjena kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom .....	47
4.3.3. Odnos između stupnja u kojem pojedinac vrši <i>phubbing</i> nad svojim partnerom/icom te procjene zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane njegovog ili njezinog partnera/ice.....	48
4.3.4. Odnos između stupnja u kojem pojedincu smeta partnerovo/ićino korištenje mobitela te njegovih ili njezinih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije.....	49
4.3.5. Povezanost između vlastitih samoprocjena <i>phubbinga</i> te procjena <i>phubbinga</i> od strane partnera/ice.....	49
4.3.6. Recipročnost <i>phubbing</i> ponašanja.....	49
4.4. Razlika u samoprocjeni vlastitog <i>phubbinga</i> i procjeni <i>phubbinga</i> od strane partnera/ice s obzirom na razinu osobine djelovanja sa sviješću.....	51
4.5. Razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o obrascu <i>phubbinga</i> među partnerima.....	53
4.5.1. Kategorizacija parova.....	53
4.5.2. Formiranje opće mjere kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom za heteroseksualne parove.....	57
4.5.3. Ispitivanje razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na obrazac <i>phubbinga</i> među partnerima.....	57
5. RASPRAVA .....	63
5.1. Validacija skale <i>partner phubbinga</i> na hrvatskom uzorku .....	63
5.2. Ispitivanje povezanosti između svih ispitivanih varijabli istraživanja .....	64
5.2.1. Odnos osobine djelovanja sa sviješću i <i>partner phubbinga</i> .....	64
5.2.2. Odnos između osobine djelovanja sa sviješću te ishoda u ljubavnim vezama .....	66
5.2.3. Odnos između <i>partner phubbinga</i> i ljubavnih ishoda .....	69
5.2.4. Ispitivanje odnosa između različitih mjera <i>partner phubbinga</i> .....	72
5.2.5. Ispitivanje razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce <i>partner phubbinga</i> .....	73
6. ZAKLJUČCI .....	76
7. LITERATURA.....	79
8. PRILOZI .....	89

## Odnos *phubbinga* među partnerima s usredotočenom svjesnošću i nekim aspektima percepcije partnerskog odnosa

### Sažetak

S porastom dostupnosti pametnih telefona ljudi često ignoriraju svoje konverzijske partnere s kojima su u fizičkoj interakciji, kako bi umjesto toga koristili svoje pametne telefone. Ovaj fenomen naziva se *phubbing*, ili *partner phubbing* kada se gore navedeno odvija u društvu ljubavnog partnera/ice. U literaturi je utvrđeno kako *phubbing* ima štetne efekte na interpersonalne odnose. Osim toga, postoje novi pravci istraživanja koji slanje i čitanje poruka vide kao socijalnu praksu koja se danas obično vrši relativno nesvjesno. S obzirom da *phubbing* često uključuje provjeravanje novosti na društvenim mrežama te slanje i čitanje poruka, i ako slanje i čitanje poruka može postati automatsko ponašanje kao što je utvrđeno u prethodnim istraživanjima, može se očekivati da sposobnost pojedinaca da se odupru *phubbingu* može ovisiti o osobini usredotočene svjesnosti koja se zove *djelovanje sa sviješću* koja uključuje prisustvovanje aktivnostima sadašnjeg trenutka te je u suprotnosti s automatskim ponašanjem. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati razlike u *partner phubbingu* (procjene partnera i samoprocjene) s obzirom na razinu osobine *djelovanja sa sviješću*, te ispitati razlike u zadovoljstvu vezom i kvaliteti komunikacije ovisno o obrascu *partner phubbinga*. Dodatni je cilj bio validirati *Skalu partner phubbinga* (Roberts i David, 2016), te također validirati modificiranu verziju ove skale (koja je dizajnirana u ovom istraživanju u svrhu samoprocjene *partner phubbinga*), na uzorku heteroseksualnih parova. Štoviše, da bi se uzela u obzir ne samo frekvencija *partner phubbinga*, nego i stupanj u kojemu partnerima smeta takvo ponašanje, rezultati na originalnoj *skali partner phubbinga* ponderirani su rezultatima na skali koja mjeri stupanj u kojemu partnerima smeta takvo ponašanje. Ovo istraživanje uključivalo je 116 heteroseksualnih parova koji su bili u ljubavnoj vezi minimalno 6 mjeseci, od kojih oba partnera posjeduju pametni telefon i čiji je raspon dobi između 18 i 61 godine. Istraživanje je provedeno korištenjem online upitnika. Rezultati ovog istraživanja potvrđuju jednofaktorsku strukturu obiju skala, pri čemu je jedna čestica izbačena iz obje skale zbog svoje nedovoljne zasićenosti ekstrahiranim faktorom. Analizama je utvrđena samo jedna statistički značajna razlika, tj. muški sudionici čiji je prosječan rezultat na subskali *djelovanja sa sviješću* iznad vrijednosti medijana, u prosjeku imaju statistički značajno niži rezultat na *skali samoprocjene partner phubbinga* u usporedbi s onima čiji su rezultati ispod medijana. Konačno, ispitivanjem razlika u zadovoljstvu vezom i kvaliteti komunikacije ovisno o obrascu *partner phubbinga*, nije utvrđena značajna razlika kada su ovi obrasci formirani na temelju procjena i samoprocjena *partner phubbinga*. S druge strane, kada su ovi obrasci formirani na temelju ponderirane verzije *skale procjene partner phubbinga*, utvrđeno je kako je kvaliteta komunikacije najniža kod onih parova kod kojih oba partnera često vrše *partner phubbing*, malo veća kod onih parova kod kojih jedan partner više vrši *partner phubbing* od drugoga, dok je kvaliteta komunikacije najviša kod onih parova kod kojih oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*. S druge strane, u slučaju zadovoljstva vezom, utvrđena je samo jedna statistički značajna razlika, tj. parovi kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko imaju u prosjeku veće zadovoljstvo vezom u usporedbi s parovima kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često.

Ključne riječi: *partner phubbing*, *djelovanje sa sviješću*, *kvaliteta komunikacije*, *zadovoljstvo vezom*

# The relationship between *partner phubbing* and mindfulness with some aspects of partners' relationship perception

## Abstract

With the increasing availability of smartphones people often ignore their conversational partners, with whom they are physically interacting, in order to use their smartphones instead. This phenomenon is called *phubbing*, or *partner phubbing* when the above takes place in the company of a romantic partner. In the literature, *phubbing* has been found to have detrimental effects on interpersonal relationships. Furthermore, there are emerging lines of research that view texting as a social practice that is now commonly done relatively unconsciously. Since *phubbing* often involves checking for updates on social networks and texting, and if texting can become an automatic behavior as shown in previous research, we can expect that the ability of individuals to resist *phubbing* may depend on the trait of mindfulness called *acting with awareness* which includes attending to one's activities of the present moment and can be contrasted with behaving mechanically. The aim of this study was to examine differences in *partner phubbing* (partner's assessments and self-assessments) considering the level of the trait *acting with awareness*, and to examine differences in relationship satisfaction and communication quality depending on the pattern of *partner phubbing*. An additional goal was to validate the *Partner phubbing scale* (Roberts and David, 2016), and also to validate a modified version of this scale (which was designed in this study for self-assessment of *partner phubbing*), on a sample of heterosexual couples. Furthermore, to take into account not only the frequency of *partner phubbing*, but also the degree to which partners are bothered by such behavior, the results on the original *partner phubbing scale* were weighted by the results on a scale measuring the degree to which partners are bothered by such behavior. This study involved 116 heterosexual couples who have been in a romantic relationship for a minimum of 6 months, of which both partners own a smartphone and whose age range was between 18 and 61 years. The study was conducted using an online questionnaire. The results of this study confirmed a one-factor structure of both scales, where one item was excluded from both scales due to insufficient saturation with the extracted factor. Results showed only one statistically significant difference i.e. male participants whose average score on the subscale of *acting with awareness* is above the median value, on average have a statistically significant lower score on the *partner phubbing self-assessment scale* compared to those whose results are below the median. Finally, by examining differences in relationship satisfaction and communication quality depending on the pattern of *partner phubbing*, no significant difference was found when these patterns were formed based on partner's assessment and self-assessments of *partner phubbing*. On the other hand, when these patterns are formed based on a weighted version of the *partner phubbing assessment scale*, it was found that the quality of communication is lowest with those couples in which both partners often do *partner phubbing*, and slightly higher with those couples in which one partner performs *partner phubbing* more than the other, while the communication quality is highest with those couples in which both partners rarely perform *partner phubbing*. On the other hand, in the case of relationship satisfaction, only one significant difference was found, i.e. couples in which both partners perform *partner phubbing* rarely have on average greater relationship satisfaction compared to couples in which both partners perform *partner phubbing* often.

**Key words:** *partner phubbing, acting with awareness, communication quality, relationship satisfaction*



## 1. UVOD

### 1.1. PAMETNI TELEFONI

Pametni telefoni spadaju među najpopularnije uređaje širom svijeta. Svoju rapidnu i svjetsku popularnost stekli su lansiranjem Appleovog prvog iPhonea 2007. godine (Carolus i sur., 2018). U usporedbi s mobilnim telefonima koji su se koristili prije 2007. godine, pojava pametnih telefona je u svojoj osnovi promijenila način na koji su se mobilni uređaji koristili. Distribucija i korištenje pametnih telefona naglo se povećala tijekom jednog desetljeća upravo zbog toga što su kao takvi, ovi uređaji ujedinili brojne značajke koje su prije njihove pojave bile distribuirane na cijelom rasponu različitih uređaja (Carlous i sur., 2018). Pametni telefoni funkcioniraju kao mala računala koja svatko može nositi bilo gdje, bilo kada te su kao takvi u svojoj osnovi mobilni uređaji s naprednim mobilnih operacijskim sustavom (Nath i Mukherjee, 2015). Osim osnovnih usluga primanja i upućivanja poziva, pametni telefoni nude nam širok izbor drugih usluga kao što su slanje tekstualnih poruka, fotografiranje i snimanje, bežične komunikacije kratkog dosega poput Bluetootha, bežični pristup Internetu, a samim time i raznim aplikacijama od onih poslovnih pa sve do zabavnih (Nath i Mukherjee, 2015). Pametni telefoni pretekli su osobna računala i laptope kao najčešći uređaji putem kojih ljudi pristupaju Internetu (Buckle, 2016, prema Chotpitayasunondh i Douglas, 2018). U jednom recentnom hrvatskom istraživanju utvrđeno je kako studenti u prosjeku provode 9 do 10 sati dnevno ulogirani na Internet (Brkljačić i sur., 2018). Broj korisnika pametnih telefona u svijetu danas iznosi 3.5 bilijuna, odnosno 45.04% svjetske populacije, što znači da skoro pola cjelokupne populacije posjeduje pametni telefon. Broj korisnika pametnih telefona također rapidno raste što je vidljivo u njegovom porastu od 40% od 2016. godine (Turner, 2020). Prema njemačkom statističkom internetskom portalu, predviđa se da će u sljedeće tri godine broj korisnika mobilnih uređaja porasti s 5.17 na 7.33 bilijuna korisnika (Turner, 2020). S obzirom na navedeno, vidljiva je sveprisutnost mobilnih uređaja u svakodnevnom životu. Štoviše, ljudi nose svoje mobilne uređaje sa sobom gotovo cijelo vrijeme, pri čemu je provjeravanje poruka i objavljivanje statusa postalo uobičajeni i rutinski dio svakodnevnog života (Brkljačić i sur., 2018). Često se kao prednosti pametnih telefona u odnosu na računala navodi njihova laka prenosivost, veća efikasnost njihovog korištenja (primjerice mogućnost odgovaranja na e-mailove i pregledavanje informacija bilo gdje i bilo kada), njihova manja cijena u odnosu na računala, mogućnost online plaćanja te brojne druge pogodnosti (Nath i Mukherjee, 2015).

S obzirom da su dotakli gotovo svaki aspekt svakodnevnog života ljudi, ove mobilne tehnologije nisu „izostavile“ i bliske interpersonalne odnose (Cizmeci, 2017). Prije svega, treba napomenuti da pametni telefoni imaju brojne pozitivne aspekte na međuljudske odnose. U kontekstu interpersonalnih odnosa, pametni telefoni nam omogućuju komunikaciju s bilo kim, bilo gdje, facilitirajući tako socijalne interakcije s ljudima koji su vrlo blizu, kao i s onima koji se nalaze na drugoj strani svijeta (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018). Slanje poruka također osigurava privatnost i autonomiju osoba koje su kontaktirane na način da primatelj poruke može pročitati i odgovoriti na tekstualnu poruku u vrijeme koje je za njega ili nju prikladno (Forgays i sur., 2014). U kontekstu ljubavnih veza, pojedinci koriste mobilne telefone kako bi svakodnevno bili u kontaktu sa svojim/om partnerom/icom te kako bi izrazili privrženost prema njemu ili njoj (Coyne i sur., 2011). Štoviše, pokazalo se da je najčešći medij koji ljubavni parovi koriste za međusobnu komunikaciju upravo mobilni telefon (Coyne i sur., 2011). Korištenje mobitela tijekom zajedničkog vremena provedenog s partnerom/icom može biti percipirano pozitivnim, kao aktivnost koja promiče zajedničku angažiranost i bliskost. To vrijedi primjerice u slučajevima u kojima partneri koriste mobitel zajedno (primjerice pokazuju si sadržaj na mobitelu), ukoliko koriste mobitel za rješavanje nekog problema (primjerice traženje recepta online) ili ga koriste u funkciji objavljivanja zajedničke fotografije (Kelly i sur., 2017). Pojedinci također više kontaktiraju svoje ljubavne partnere putem mobitela u odnosu na prijatelje (Forgays i sur., 2014).

No, unatoč očitim pozitivnim aspektima ovih komunikacijskih tehnologija, sve više istraživača počelo se usmjeravati na neke negativne aspekte korištenja pametnih telefona i tehnologije u kontekstu interpersonalnih odnosa. Tako, unatoč očitim prednostima u povezivanju ljudi, pametni telefoni ponekad mogu činiti upravo suprotno (Turkle, 2012). Naime, iako ljudi i dalje komuniciraju putem interakcije licem-u-lice, čak i onda rijetko napuštaju aktivnost korištenja mobitela. Provjeravanje pametnih telefona tijekom interpersonalnih razgovora, obroka, predavanja te drugih privatnih ili socijalnih prilika postalo je uobičajeno ponašanje (Brkljačić i sur., 2018). Iz tog razloga, pojavila se sve veća zabrinutost u vezi toga da proksimalne interpersonalne interakcije među ljudima mogu postati manje kvalitetne s obzirom da ljudi postaju sve manje uključeni u iste zbog svoje simultane angažiranosti u online interakcije na svojim mobitelima (Vanden Abeele i sur., 2016). U istraživanju McDaniela i Coynea (2016) u kojem su sudjelovale 143 žene koje su bile ili u braku ili u vanbračnoj zajednici, cilj je bio istražiti koliko često različiti oblici tehnologije poput televizije, laptopa, mobitela i drugih interferiraju s interakcijama među

parovima u ljubavnim vezama i kako se ovi svakodnevni prekidi odražavaju na neke osobne i ljubavne ishode. Ovakvi prekidi u interakcijama među parovima ili drugim bliskim osobama nazivaju se „*tehnološkom interferencijom*“ (engl. „*technoference*“). Autori su utvrdili da je veća tehnološka interferencija predviđela veći konflikt u vezi korištenja tehnologije među parovima te je veći konflikt zatim predvidio niže zadovoljstvo vezom.

U novije vrijeme, sa sve učestalijim korištenjem pametnih telefona, različita istraživanja počela su se usmjeravati upravo na distrakciju koja je uzrokovana ovom jednom vrstom tehnologije. Naime, sve je učestalija pojava da pojedinci često ignoriraju one s kojima su u fizičkoj interakciji kako bi umjesto toga koristili pametne telefone (Chotpitayasunondh, 2018). Ovaj fenomen ignoriranja drugih u našoj prisutnosti zbog korištenja pametnih telefona dobio je i svoj naziv u engleskom jeziku: „*phubbing*“, a nastao je spajanjem engleskih riječi „*phone*“ (engl. „telefon“) i „*snubbing*“ (engl. „ignoriranje“) (Roberts i David, 2016). Sve veći broj istraživanja ukazuje na to da je *phubbing* postao uobičajeni dio svakodnevnih interakcija s drugim ljudima (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). *Phubbing*, dakle, možemo shvatiti kao uži pojam od pojma tehnološke interferencije. *Phubbing* je novi socijalni fenomen s obzirom da je postao omogućen tek nedavnim razvojem i širom dostupnošću pametnih telefona kao i olakšanim pristupom Internetu. U današnje vrijeme, besplatni Wi-Fi pristup Internetu te s njim povezana kontinuirana ulogiranost na Internet pružaju neprestane mogućnosti za angažiranje u *phubbing* ponašanje (Brkljačić i sur., 2018). Zašto se onda sve veći broj istraživanja usmjerava upravo na ovaj tip tehnologije, a ne na neki drugi, osim prethodno navedenih statističkih podataka o sve većem broju njegovih korisnika diljem svijeta (Turner, 2020)? Halpern i Katz (2017) navode kako se korištenje drugih tipova medija poput televizije i korištenja mobitela razlikuju po tome što korištenje mobitela često uključuje upravo socijalnu interakciju koja kao takva zahtjeva više kognitivnih resursa od pasivnog korištenja drugih medija poput televizije.

## 1.2. PHUBBING

### 1.2.1. *Phubbing*: operacionalizacija i pregled literature

Kao što je prethodno navedeno, pojam *phubbing* označava ponašanje ignoriranja osobe s kojom smo u fizičkoj interakciji pridavanjem veće pažnje mobilnom uređaju nego toj osobi (Roberts i David, 2016). U engleskom jeziku stvorene su riječi za onoga koji vrši *phubbing* (engl. „*phubber*“) te za onoga prema kojemu je usmjereno takvo ponašanje (engl. „*phubbee*“) (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018). *Phubbing* obično uključuje ignoriranje i zanemarivanje prisutnosti drugih u korist mobilnih telefona te je stoga općenito smatran

oblikom ometajućeg ponašanja (Brkljačić i sur., 2018). Tijekom *phubbinga*, pojedinci obično provjeravaju novosti na društvenim mrežama ili sličnim aplikacijama, šalju poruke, ili igraju igrice. Kako Brkljačić i suradnici (2018) navode, mnoge aplikacije, posebno online igre, direktno potiču *phubbing* iz razloga što zahtijevaju da se igrač kontinuirano tijekom dana angažira u igru kako bi maksimizirao rezultat.

Zbog očite velike zastupljenosti ovoga ponašanja, zadnjih godina raste broj istraživanja na ovu temu, a posebno u kontekstu ljubavnih veza. *Phubbing* u kontekstu ljubavnih veza naziva se *partner phubbingom* (engl. „*partner phubbing*“ ili skraćeno „*pphubbing*“) (Roberts i David, 2016). *Partner phubbing* definira se kao stupanj u kojem nečiji ljubavni partner/ica koristi ili je ometen/a svojim mobitelom dok je u društvu svog/je partnera/ice (Roberts i David, 2016). Za ovu vrstu *phubbinga*, razvijena je skala koja se sastoji od devet čestica te je jednofaktorske strukture (Roberts i David, 2016). U jednom istraživanju, čak 62% sudionica izvijestilo je o tome da jednom dnevno ili češće njihovi partneri uzimaju svoj mobitel ili tableta tijekom zajedničkog slobodnog vremena koje oni provode skupa (McDaniel i Coyne, 2016). Slično tome, u još jednom istraživanju utvrđeno je da je blizu polovice odraslih sudionika izvijestilo o *phubbingu* od strane ljubavnog partnera/ice (Roberts i David, 2016), dok su Ranie i Zickuhr (2015, prema Chotpitayasunondh i Douglas, 2018) utvrdili kako je čak 90% sudionika koristilo svoje pametne telefone tijekom svoje najrecentnije socijalne aktivnosti. Osim očite učestalosti *phubbinga* među partnerima, utvrđen je i reciprocitet takva ponašanja. Ljudi imaju tendenciju angažirati se u *phubbing* ponašanje ako se netko drugi u njihovoj blizini, primjerice njihov/a partner/ica angažira u korištenje mobitela (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). Chotpitayasunondh i Douglas (2016) su utvrdili da su pojedinci u isto vrijeme i „mete“ *phubbinga*, ali i vršitelji istoga.

Istraživanja koja proučavaju *phubbing* uglavnom se mogu podijeliti u dvije grane: jedna se bavi antecedentima odnosno determinantama ovog ponašanja, dok se druga bavi posljedicama ovog ponašanja za individualnu dobrobit i interpersonalne odnose. Karadag i suradnici (2015) konceptualizirali su *phubbing* kao zbroj većeg broja virtualnih ovisnosti. U svom istraživanju utvrdili su da su najvažnije determinante *phubbing* ponašanja ovisnost o mobilnom uređaju, SMS-u, društvenim mrežama i Internetu, pri čemu je najsnažniji prediktor *phubbinga* upravo ovisnost o mobilnom uređaju. Drugi autori su utvrdili da su ovisnost o Internetu, strah od propuštanja (engl. „*fear of missing out* ili *FOMO*“) te manjak samokontrole predvidjeli ovisnost o mobitelu, koja je zauzvrat predvidjela stupanj u kojem

ljudi vrše *phubbing* (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). Neki istraživači usmjerili su se na odnos između dosade i *phubbinga* (npr. Al-Saggaf i sur., 2018), no pokazalo se da je veličina efekta ovog prediktora relativno mala. Osim ovih varijabli, istraživači su također proučavali odnos osobina ličnosti i *phubbing* ponašanja (npr. Balta i sur., 2018; T'ng i sur., 2018). U jednom istraživanju utvrđeno je da *phubbing* može biti povezan i s konstruktima koji nisu direktno povezani s ovisničkim ponašanjima (npr. s pervazivnošću informacijskih komunikacijskih tehnologija te virtualnim osjećajem zajednice), što nam govori o tome da *phubbing* nije isključivo determiniran različitim virtualnim ovisnostima te da je to kompleksan fenomen čije se determinante još moraju otkriti (Guazzini i sur., 2019). Do sada poznato jedino istraživanje *phubbing* fenomena u Republici Hrvatskoj provedeno je na uzorku od 688 hrvatskih studenata (Brkljačić i sur., 2018). Ovo istraživanje dio je internacionalnog istraživanja *phubbinga* pod nazivom „*A phubbing phenomenon – its predictors and consequences in a cross-cultural perspective*” koje se provodi u trideset zemalja diljem svijeta. Cilj navedenog istraživanja bio je utvrditi učestalost *phubbinga* i ponašanja povezanih s *phubbingom* među hrvatskim studentima, utvrditi spolne razlike u istim ponašanjima te objasniti *phubbing* putem ponašanja vezanih uz Internet i navika korištenja mobitela, Internet ovisnosti, dobrobiti i samokontrole. Pokazalo se da je učestalost *phubbinga* među hrvatskim studentima niska do umjerena, međutim, ipak je većina studenata i studentica izvijestila o povremenom *phubbingu*. U oba uzorka, navike korištenja mobitela najviše su pridonijele objašnjenju varijance *phubbinga*.

Što se tiče spolnih i dobnih razlika u *phubbing* ponašanju, rezultati istraživanja još uvijek nisu konzistentni. Naime, neka istraživanja utvrdila su da je odnos između dobi i frekvencije *phubbinga* negativan, odnosno da stariji sudionici manje vrše *phubbing* u odnosu na mlađe (npr. Al-Saggaf i sur., 2018; Guazzini i sur., 2019), dok u nekim drugim istraživanjima nisu dobivene dobne razlike (npr. Błachnio i Przepiorka, 2018; Cizmeci, 2017). Guazzini i suradnici (2019) su utvrdili da sudionici mlađi od 26 godina više vrše *phubbing* u odnosu na starije sudionike. Autori ove rezultate objašnjavaju pomoću socijalne važnosti koju komunikacijske informacijske tehnologije imaju za mlađe pojedince te njihove pervazivnosti kod ove populacije. Dakle, kod mlađih pojedinaca korištenje mobilnih uređaja više je vezano uz njihove socijalne odnose i izgradnju istih (Barker, 2009; Kim i sur., 2014, sve prema Guazzini i sur., 2019), dok stariji pojedinci više instrumentalno koriste pametne telefone (Berenguer i sur., 2017, prema Guazzini i sur., 2019). Ovo je u skladu s nalazima o tome da se stariji pojedinci, u odnosu na mlađe, osjećaju manje anksioznima ukoliko im je

onemogućen pristup mobilnom uređaju (Forgays i sur., 2014). No, nisu u svim istraživanjima dobivene dobne razlike u *phubbingu*. Tako je u nekim istraživanjima nepostojanje dobnih razlika objašnjeno time što u današnje vrijeme pojedinci svih dobnih skupina koriste svoje mobitele u sve većoj mjeri svakoga dana (Cizmeci, 2017) te je *phubbing* postao vrlo učestalo i socijalno prihvatljivo ponašanje u koje se velika većina pojedinaca angažira (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016).

Što se tiče spola i *phubbinga*, u nekim istraživanjima utvrđeno je da *phubbing* više vrše žene u odnosu na muškarce (npr. Błachnio i Przepiorka, 2018; Brkljačić i sur., 2018; Chotpitayasunondh i Douglas, 2016; Karadag i sur., 2015), dok u nekim drugim istraživanjima nisu dobivene spolne razlike (npr. Al-Saggaf i sur., 2018). Tako je u jednom istraživanju utvrđeno kako su žene duže i više vršile *phubbing* u odnosu na muškarce te da su također više bile mete *phubbinga* (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). Rezultati spolnih razlika u *phubbingu* u ovom istraživanju objašnjeni su na sličan način kao i dobne razlike; žene više gledaju na pametne telefone kao na facilitatore socijalnih interakcija, dok su muškarci više usmjereni na njihovu instrumentalnu funkciju (Baron i Campbell, 2012; Geser, 2006, sve prema Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). U prije spomenutom istraživanju *phubbinga* na uzorku hrvatskih studenata, pokazalo se da žene više vrše *phubbing* u odnosu na muškarce te su izvijestile o više navika vezanih uz mobilne uređaje (Brkljačić i sur., 2018). Ovo je u skladu s nalazima Forgaysa i suradnika (2014) u kojemu su ženski sudionici izvijestili da bi se osjećali više nesretnima u odnosu na muškarce kada ne bi imale pristup mobilnom uređaju. No, još uvijek je potrebno provesti daljnja istraživanja kako bi se utvrdilo postoje li spolne razlike u *phubbing* ponašanju i ako postoje, što je u osnovi istoga. Najveći problem dosadašnjih istraživanja pri utvrđivanju spolnih razlika upravo je to što su se kod većine istraživanja uzorci sastojali od većeg broja žena nego muškaraca što je moglo umjetno proizvesti ove razlike. Iz tog razloga, potrebna su daljnja istraživanja za utvrđivanje spolnih i dobnih razlika u *phubbing* ponašanju na što različitim uzorcima uzimajući u obzir jednak omjer muškaraca i žena.

### 1.2.2. *Phubbing* i ljubavne veze

Iako postoje istraživanja koja su proučavala *phubbing* u različitim vrstama interpersonalnih odnosa poput onih između roditelja i djece (Wang i sur., 2020) ili šefa i subordiniranih (Roberts i David, 2017), većina dosadašnjih istraživanja upravo se usmjerila na jednu vrstu interpersonalne veze: ljubavne odnose (Cizmeci, 2017; Halpern i Katz, 2017; McDaniel i Coyne, 2016; Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017; Wang i sur., 2019). U

opisivanju partnerske ljubavi između muškarca i žene često se kao sinonimi koriste pojmovi poput partnerskog odnosa, romantičnog odnosa, ljubavnog odnosa, intimnog odnosa, bračnog odnosa i slično (Blažeka Kokorić, 2005, prema Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009). Pri tome upotreba određenih termina najviše ovisi o preferencijama pojedinih autora (Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009). U literaturi vezanoj uz *phubbing*, u opisivanju ljubavnog odnosa između muškarca i žene najčešće se koriste pojmovi romantični odnos (engl. „*romantic relationship*“) ili bračni odnos (engl. „*marital relationship*“). Kao i u istraživanju autorica Blažeka Kokorić i Gabrić (2009), u ovom istraživanju koristit će se pojmovi ljubavni odnos ili ljubavna veza. Naime, prema Sternbergovoj triangularnoj teoriji ljubavi (Sternberg, 1986) pojmovi partnerski i romantičan odnos predstavljaju podtipove ljubavnog odnosa te će se stoga u ovom radu radije koristiti pojam ljubavna veza.

Upravo najčešći konstrukt vezan uz ljubavne veze koji se u prethodnim istraživanjima dovodio u vezu s *partner phubbingom* jest zadovoljstvo vezom (Cizmeci, 2017; Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017, Wang i sur., 2019). Zadovoljstvo vezom je najšire istraživana i najutjecajnija varijabla u istraživanjima ljubavnih odnosa (Graham i sur., 2011). Kao i mnoge druge varijable u društvenim znanostima, zadovoljstvo vezom primarno se mjeri upitnicima samoprocjene. Zadovoljstvo vezom odnosi se na subjektivnu globalnu evaluaciju nečije veze (Graham i sur., 2011). Subjektivno zadovoljstvo vezom povezano je s različitim pokazateljima subjektivne dobrobiti poput zadovoljstva životom (Demirtas i Tezer, 2012) te depresivnih simptoma (Wang i sur., 2017).

Prvo istraživanje koje se bavilo odnosnom *phubbinga* i zadovoljstva vezom jest istraživanje Roberta i Davida (2016). Iako su se druga istraživanja poput onoga McDaniela i Coynea (2016) bavila odnosom širokog raspon tehnologija i interpersonalnih odnosa, Roberts i David (2016) prvi su istražili distrakciju koja je specifična jednoj vrsti tehnologije: mobilnim telefonima. Roberts i David (2016) potvrdili su model u kojem je *phubbing* negativno povezan sa zadovoljstvom vezom putem konflikta koji nastaje među ljubavnim parovima zbog takvog ponašanja. Osim toga, sniženo zadovoljstvo vezom predvidjelo je niže rezultate na indikatorima individualne dobrobiti kao što je zadovoljstvo životom što ukazuje na indirektni efekt *phubbinga* na individualnu dobrobit. Treba napomenuti da se ovdje radilo o korelacijskom istraživanju pri čemu ne možemo govoriti o smjeru utjecaja (Roberts i David, 2016).

Iako je upravo najveći broj istraživanja u ovom području korelacijske i transverzalne prirode, postoje neka longitudinalna i eksperimentalna istraživanja. Tako je u prvom longitudinalnom istraživanju koje se bavilo odnosom između *phubbinga* i kvalitete ljubavnih veza potvrđen model u kojem neprestano slanje tekstualnih poruka kod pojedinaca dovodi do toga da partneri više vrše *phubbing*, što onda naposljetku smanjuje percipiranu kvalitetu ljubavne veze. Percipirana kvaliteta ljubavne veze smanjuje se putem dva različita procesa: 1) putem konflikta koji se javljaju kod parova zbog slanja poruka i 2) putem manjka intimnosti koja se javlja zbog slanja poruka kao aktivnosti koja premješta fokus od ljubavnog partnera (Halpern i Katz, 2017). Korištenje mobilnih tehnologija u prisutnosti partnera čini partnere manje responsivnima jednima na druge, što zauzvrat generira konflikte i niže razine intimnosti, koji onda naposljetku umanjuju kvalitetu veze (Halpern i Katz, 2017). Navedeno istraživanje također je odgovorilo na pitanje smjera utjecaja koje je općenito problem korelacijskih istraživanja. Naime, zbog prirode korelacijskih istraživanja, prethodni autori nisu mogli zaključivati o smjeru utjecaja, odnosno o tome dovodi li *phubbing* do manjeg zadovoljstva vezom ili se pak oni pojedinci koji su u manje zadovoljavajućim vezama više upuštaju u *phubbing* partnera, kao jedan od načina umanjivanja negativnih afekata. U prethodno spomenutom longitudinalnom istraživanju, potvrđen je upravo smjer *phubbing*-zadovoljstvo vezom, a ne obratno (Halpern i Katz, 2017). Nadalje, eksperimentalno je potvrđeno kako puka prisutnost mobitela može interferirati s percipiranom kvalitetom odnosa među konverzacijskim partnerima (Przybylski i Weinstein, 2012). U jednom eksperimentalnom istraživanju utvrđeno je kako prisutnost mobitela može utjecati na nižu percepciju kvalitete odnosa, manju bliskost, manje interpersonalno povjerenje te percipiranu empatiju kod konverzacijskog partnera (Przybylski i Weinstein, 2012).

No, većina istraživanja odnosa između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom jesu korelacijske prirode (npr. Cizmeci, 2017; Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017; Wang i sur., 2019) te također nisu sva konzistentna u svojim nalazima. U nekim istraživanjima dobivena je pozitivna povezanost između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom (npr. Cizmeci, 2017) što se objasnilo time što se pojedinci, iako doživljavaju *phubbing* od strane partnera i sami angažiraju u takvo ponašanje. Pojedinci gledaju na ovakvo ponašanje kao vrlo učestalo ponašanje koje vrši većina ljudi te stoga počinju percipirati ovakvo ponašanje normativnim (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). S druge strane, u nekim istraživanjima nije dobivena direktna veza između *partner phubbinga* i percipirane kvalitete veze među ljubavnim partnerima, već su postojali medijatori poput konflikta vezanih uz mobilne



uređaje te manjka intimnosti koji su u potpunosti posredovali u ovom odnosu. Tako je u jednom istraživanju utvrđeno da je odnos između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom bio moderiran duljinom veze (Wang i sur., 2017). Specifičnije, negativna povezanost između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom bila je značajna samo među onim parovima koji su u braku dulje od sedam godina, dok je takva povezanost bila neznčajna za one koji su u braku manje od sedam godina (Wang i sur., 2017). Svoje rezultate ovi su autori objasnili su putem teorije međuzavisnosti (Kelley, 1979; Thibaut i Kelley, 1959). Prema ovoj teoriji, ishodi pojedinca u ljubavnim vezama pod utjecajem su njihovih partnera/ica; ono što pojedinac čini ili osjeća u vezi može utjecati na njegovog ili njezinog partnera/icu (Kelley, 1979; Thibaut i Kelley, 1959). Autori su pretpostavili da će, kao posljedica međuzavisnosti, ponašanja jednog člana dijade vjerojatno imati utjecaja na ishode drugog člana dijade i to u duljim vezama, što je i potvrđeno (Wang i sur., 2017). Sve u svemu, iako literatura u cjelini sugerira negativan odnos između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom, nalazi su nekonzistentni te mogu postojati različiti moderatori i medijatori ovog odnosa. Ovakvi rezultati ukazuju na važnost daljnjeg proučavanja kompleksnog odnosa *phubbinga* i zadovoljstva vezom.

Drugi konstrukt koji je proučavan u nekoliko istraživanja *phubbinga* među partnerima jest kvaliteta komunikacije. Način na koji parovi komuniciraju povezan je s načinom na koji će razriješiti konflikte kao i sa samom kvalitetom odnosa (Overall i McNulty, 2017) te zadovoljstvom vezom (Litzinger i Gordon, 2005; Montesi i sur., 2010). Štoviše, pokazalo se kako je negativna komunikacija prije braka povezana s kasnijim razvodom braka kao i sa slabijom bračnom prilagodbom tijekom prvih pet godina braka (Markman i sur., 2010). Iz tog razloga nije čudno da parovi koji traže terapijsku pomoć upravo izvještavaju o problemima u komunikaciji kao o najčešćem problemu (Boisvert i sur., 2011).

S razvojem novih tehnologija, pažnja istraživača usmjerila se na utjecaj pametnih telefona na komunikaciju među konverzacijskim partnerima. Jedan primjer eksperimentalnog istraživanja jest ono Vanden Abelea i suradnika (2016) u kojemu se pokazalo da korištenje mobitela tijekom dijadnih interakcija može negativno utjecati na formiranje dojma, odnosno da je konverzacijski partner koji vrši *phubbing* percipiran kao manje pristojnim i pozornim te da je kvaliteta komunikacije s takvim sugovornikom procijenjena nižom u odnosu na situaciju u kojoj sugovornik ne vrši *phubbing*. Autori su ovakve nalaze objasnili putem dijeljenja pažnje. Naime, istovremeno obavljanje dvaju

zadataka (interakcije licem-u-lice te slanja ili čitanja poruka na mobitelu) kognitivno je zahtjevno te stoga tipično rezultira slabijom izvedbom na bilo kojem zadatku (Salvucci i Taatgen, 2008, prema Vandel Abeele i sur., 2016). Kao rezultat sukobljavanja nad resursima, pojedinci koji se angažiraju u mobilnu komunikaciju istovremeno s razgovorom licem-u-lice trebaju kognitivno pauzirati komunikaciju koja se odvija uživo da bi se adekvatno angažirali u komunikaciju putem mobitela (Oulasvirta i sur., 2005, prema Vanden Abeele i sur., 2016) što onda dovodi do narušavanja prirodnog tijeka razgovora i same kvalitete razgovora.

Na sličan način su autori Misra i suradnici (2014) objasnili svoje nalaze u vezi negativnog utjecaja prisutnosti mobitela na kvalitetu interakcije među pojedincima. Ovi autori navode kako mobilni telefoni nose simboličko značenje u tehnološkim društvima. Čak i kada ih ne koristimo aktivno, oni predstavljaju širu socijalnu mrežu pojedinca. Njihova puka prisutnost u socijalno-fizičkom ambijentu stoga dovodi do dijeljenja pažnje između neposrednih interakcija i onih fizički udaljenih socijalnih mreža. Ovo dijeljenje pažnje onda odvraća pojedince od njihovih neposrednih interakcija. Pojedinci će tako vjerojatnije propustiti neke suptilne znakove poput facijalnih ekspresija te promjena u tonu glasa svojeg sugovornika te imati manje kontakta očima sa sugovornikom prilikom gledanja u mobilne uređaje, a upravo su ovakvi neverbalni elementi komunikacije važni za ispunjavajući razgovor (Misra i sur., 2014). Misra i suradnici (2014) proveli su replikaciju laboratorijskog eksperimenta autora Przybylski i Weinsteina (2012), ali u prirodnim uvjetima te je utvrđeno kako prisutnost mobilnih telefona tijekom interakcija licem-u-lice dovodi do niže interpersonalne povezanosti među konverzacijskim partnerima te manje percipirane empatičke brige od strane konverzacijskog partnera. Dakle, kvaliteta razgovora među konverzacijskim partnerima ocijenjena je kao manje ispunjujuća u usporedbi s razgovorima koji su se odvijali u odsutnosti mobilnih uređaja.

Chotpitayasunondh i Douglas (2018) proveli su eksperimentalno istraživanje u kojemu su sudjelovala 153 sudionika čiji je zadatak bio pogledati trominutnu 3-D nečujnu animaciju koja prikazuje razgovor između dviju osoba (lišenih spola i etniciteta). Od sudionika se tražilo da zamisle sebe kao jednu od osoba u animaciji. Postojala su tri uvjeta u kojima je manipulirana razina upotrebe mobitela od strane konverzacijskog partnera tijekom razgovora: uvjet bez *phubbinga* (kontrolni uvjet), uvjet djelomičnog *phubbinga* (osoba je vršila *phubbing* polovinu vremena) te uvjet potpunog *phubbinga* (osoba je vršila *phubbing* cijelo vrijeme). Ono što je važno jest da je utvrđeno da su se percipirana kvaliteta

komunikacije i zadovoljstvo vezom sudionika značajno razlikovali u različitim eksperimentalnim uvjetima. Kao što je predviđeno, sudionici u kontrolnoj skupini (bez *phubbinga*) pokazali su značajno veće zadovoljstvo vezom i veću percipiranu kvalitetu komunikacije u odnosu na sudionike koji su bili u situaciji djelomičnog ili potpunog *phubbinga*.

No, unatoč postojanju manjeg broja eksperimentalnih istraživanja u ovom području, još uvijek nedostaje istraživanja koja uzimaju u obzir oba partnera u ljubavnim vezama. Naime, prethodno spomenuta eksperimentalna istraživanja vezana uz kvalitetu komunikacije uglavnom su proučavala dijade koje se ne poznaju te nisu bila specifično usmjerena na ljubavne veze, dok korelacijska istraživanja odnosa *phubbinga* i ljubavnih partnera u većini slučajeva nisu u obzir uzimala oba partnera. Postoje neka dijadna istraživanja, no ona uglavnom nisu specifično usmjerena na *phubbing* već na širi raspon tehnoloških uređaja, odnosno takva istraživanja proučavala su odnos tehnološke interferencije i nekih varijabli vezanih uz ljubavne odnose (Hipp, 2019; McDaniel i sur., 2018). Zaključno, potrebna su istraživanja u kontekstu *partner phubbinga* u kojima bi se u obzir uzela oba partnera u ljubavnim vezama.

### 1.2.3. Obrazac *phubbinga* među partnerima

Iako je u istraživanjima dobiven negativan odnos između *partner phubbinga* i različitih ljubavnih ishoda (Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017; Wang i sur., 2019) nigdje do sada poznato nije uziman u obzir obrazac *phubbinga* među partnerima. Naime, možda će različit obrazac *phubbinga* među partnerima producirati različite ishode vezane uz ljubavne veze. Različiti obrasci odnosili bi se na to vrši li jedan *partner phubbing* češće ili rjeđe od drugoga, ili pak oba partnera vrše *phubbing* podjednako.

Do sada nijedno poznato istraživanje nije proučavalo različit obrazac korištenja mobitela u kontekstu *partner phubbinga*, već su slična istraživanja provedena u kontekstu igranja video igara. Tako je jedno istraživanje vrlo slično po tome što se u njemu proučavala razlika u bračnom zadovoljstvu kod bračnih partnera ovisno o obrascu igranja računalnih igara među njima (Ahlstrom i sur., 2012). U istraživanju se radilo o MMORPG računalnim igrama (engl. „*Massively Multiplayer Online Role-Playing Games*“) koje se sastoje od trodimenzionalnih svjetova, često prepunih nasilja u kojima sudjeluju tisuće ljudi koji se prijavljuju preko različitih poslužitelja kako bi se igrali jedni s drugima isto vrijeme. Svaki

igrač posjeduje svog avatara, animiranog lika koji predstavlja tog igrača u igri (Whang i Chang, 2004, prema Ahlstrom i sur., 2012).

Istraživače je zanimalo postoji li razlika u bračnom zadovoljstvu između onih parova koji su zajedno igrali igre te između parova gdje je samo jedan član para igrao igre. Istraživanje je provedeno na 349 heteroseksualnih parova. Utvrđeno je kako je bračno zadovoljstvo bilo manje kod onih parova u kojima je samo jedan partner igrao video igrice u odnosu na parove gdje su oba partnera igrali igrice. Osim načina na koji su parovi sudjelovali u ovim igrama (samo jedan partner igra ili oboje igraju) i sam način na koji su partneri percipirali aktivnost igranja bio je povezan s bračnim zadovoljstvom. Manje utvrđeno bračno zadovoljstvo kod parova kod kojih je jedan član para igrao igre dok drugi nije, ili su pak oboje igrali igre pri čemu je jedan član para igrao manje, autori su objasnili na sljedeći način. Onaj član para koji ne igra računalne igre ili ih pak igra manje u odnosu na svojeg/u partnera/icu osjeća se zanemareno od strane partnera/ice, osjeća da ga/ju je partner/ica zamijenio/la te da ga/ju manje cijeni i poštuje što je u skladu s teorijskim objašnjenjima negativnih posljedica *phubbinga* na interpersonalne odnose koja slijede u narednom odjeljku. No, autori navode kako nije dovoljno da oba partnera igraju, već da su oboje zadovoljni zajedničkim sudjelovanjem, pogotovo onaj pojedinac koji manje igra računalne igrice (Ahlstrom i sur., 2012). Iz tog razloga, možda se slični rezultati mogu očekivati i u kontekstu *partner phubbinga* pri čemu je nužno kontrolirati koliko pojedincima smeta partnerovo/ičino korištenje mobitela u njegovoj ili njezinoj prisutnosti. Upravo je stoga jedan od ciljeva ovog istraživanja utvrditi postoji li razlika u zadovoljstvu vezom i kvaliteti komunikacije ovisno o različitom obrascu *phubbinga* među partnerima.

#### 1.2.4 Teorijska objašnjenja negativnih socijalnih posljedica *phubbinga*

Postoje različita teorijska objašnjenja negativnih socijalnih posljedica *phubbinga*. U ovom odjeljku biti će ukratko navedene neke najvažnije teorije u kontekstu kojih se tumače rezultati prethodnih istraživanja odnosa *phubbinga* i interpersonalnih odnosa.

##### 1.2.4.1. *Phubbing* kao specifični oblik ostracizma

U jednom istraživanju, *phubbing* je formuliran kao specifična forma socijalne ekskluzije (tj. ostracizma) koja prijeti temeljnim ljudskim potrebama i vodi do smanjenog afekta (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018). *Phubbing* ima temeljni element socijalne ekskluzije po tome što su pojedinci tijekom *phubbinga* ignorirani od strane drugih odnosno isključeni iz socijalne interakcije dok istovremeno ostaju u fizičkoj prisutnosti drugih ljudi

(Chotpitayasunondh i Douglas, 2018). Socijalna ekskluzija može dovesti do smanjenog efekta na četiri fundamentalne ljudske potrebe: potrebe za pripadanjem, potrebe za samopoštovanjem, potrebe za smislenom egzistencijom te potrebe za kontrolom (Williams, 2001). U navedenom istraživanju pretpostavljeno je da će se negativni efekti *phubbinga* na zadovoljstvo vezom i kvalitetu komunikacije javiti upravo iz razloga što *phubbing* prijeti četirima fundamentalnim potrebama. Utvrđeno je kako je od ove četiri potrebe samo potreba za pripadanjem imala medijatorski efekt između *phubbinga* i percipirane kvalitete veze te kvalitete komunikacije, dok ostale potrebe nisu imale takav efekt (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018).

#### 1.2.4.2. Teorija kršenja očekivanja (engl. „*Expectancy violations theory*“)

Početno razvijena da objasni reakcije na kršenja očekivanja vezana uz neverbalna ponašanja (Burgoon i Hale, 1988), istraživači su primijenili teoriju kršenja očekivanja na interpersonalna ponašanja općenitije. Prema ovoj teoriji, ljudi imaju očekivanja o neverbalnom ponašanju drugih, odnosno u širem smislu ponašanju vezanom uz komunikaciju. Pojedinci ne samo da anticipiraju da će se drugi ponašati na određeni način nego pridaju evaluacije, ili valenciju tim akcijama te takve valencije mogu biti pozitivne ili negativne (Burgoon i Hale, 1988). Pozitivna kršenja očekivanja producirati će povoljne komunikacijske obrasce i posljedice, dok će negativno evaluirani prekršaji ili devijacije proizvesti nepovoljne interakcijske obrasce i posljedice (Burgoon i Hale, 1988). Tijekom razgovora licem-u-lice, pojedinci općenito očekuju od svojih komunikacijskih partnera da budu pozorni i psihološki dostupni (Burgoon i Hale, 1987). U bliskim vezama, pojedinci imaju očekivanja da njihovi partneri pokazuju interes i neposrednost u interakcijama (White, 2015, prema Kelly i sur., 2017). Korištenje pametnih telefona tijekom takvih razgovora može signalizirati nepažljivost i psihološku distancu; što onda ometa kvalitetu komunikacije (Miller-Ott i Kelly, 2015; Vanden Abeele i sur., 2016). Pokazalo se da pojedinci imaju različita očekivanja od svojih ljubavnih partnera tijekom formalnih spojeva u odnosu na situacije kada su se neformalno družili jedni s drugima. *Phubbing* negativno krši njihova očekivanja tijekom formalnih spojeva, ali je percipiran manjim prijestupom u ležernim kontekstima (Kelly i sur., 2017; Miller-Ott i Kelly, 2015).

#### 1.2.4.3. Hipoteza zamjene (engl. „*Displacement hypothesis*“)

Jedna od teorija vezanih uz utjecaj online komunikacija i društvenih mreža na obiteljski život jest hipoteza zamjene (engl. „*Displacement hypothesis*“ ) (Coyne i sur., 2014; Valkenburg i Peter, 2007). Prema ovoj teoriji, online komunikacije zamjenjuju dragocjeno

vrijeme koje bi se provelo u značajnoj interakciji s članovima obitelji ili prijateljima. Ova teorija smješta konzumiranje medija i osobne veze na dva kraja kontinuuma (McCombs, 1972, prema Halpern i Katz, 2017). S obzirom na ograničeno slobodno vrijeme koje je dostupno pojedincima, korištenje medija ograničava različite komunikacijske aktivnosti u koje se oni mogu angažirati (Coyne i sur., 2014; Valkenburg i Peter, 2007). Tako u kontekstu *phubbinga*, vrijeme provedeno na pametnim telefonima može zamijeniti ili reducirati značajne interakcije s nečijim ljubavnim partnerom/icom, što zauzvrat može smanjiti njegovo ili njezino zadovoljstvo vezom (Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017). U nekoliko se istraživanja pokazalo da određene vrste mobilnih tehnologija mogu postati problematičnima u ljubavnim vezama kreirajući konflikt i tako dovesti do slabijeg zadovoljstva vezom (Alhstrom i sur., 2012; Coyne i sur., 2011; McDaniel i Coyne, 2016; Roberts i David, 2016).

#### 1.2.4.4. Teorija uljudnosti (engl. „*Politeness theory*“)

Prema teoriji uljudnosti (Brown i Levinson, 1987), *phubbing* tijekom razgovora licem-u-lice izaziva socijalne norme uljudnosti, koje postoje da bi zaštitile emocije konverzacijskih partnera (Miller-Ott i Kelly, 2017). Temeljni koncept u ovoj teoriji jest tzv. „*obraz*“ (engl. „*face*“) (vidi detaljnije u Brown i Levinson, 1987). Pojam obraza Brown i Levinson (1987) preuzeli su od Gofmanna (1967, prema Brown i Levinson, 1987) i engleskog narodnog govora gdje se značenje toga pojma povezuje s idejom bivanja poniženim ili posramljenim, odnosno „gubitkom obraza“ (engl. „*losing face*“). Svim je racionalnim sudionicima komunikacije u zajedničkom interesu međusobno očuvanje obraza, jer govornik ugrožavanjem tuđega obraza ugrožava i vlastiti obraz (Lešić, 2018). S obzirom da se *phubbing* percipira negativnim tijekom provođenja vremena s partnerom (Miller-Ott i Kelly, 2015) i s obzirom na nalaze prethodnih istraživanja o negativnom utjecaju *phubbinga* na kvalitetu interakcije (Misra i sur., 2014; Vanden Abeele i sur., 2016), odnosno povezanost ovog ponašanja s lošijim ishodima u ljubavnim vezama (Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017; Wang i sur., 2019), ova teorija je koristan okvir za proučavanje *phubbinga*. Ljudi često imaju sukobljena očekivanja u vezi toga da budu pozorni prema konverzacijskim partnerima, a da u isto vrijeme budu dostupni drugima putem pametnih telefona (Miller-Ott i Kelly, 2017). Jedno od istraživanja *phubbinga* u kontekstu teorije pristojnosti proveli su Miller-Ott i Kelly (2017) i to u kontekstu prijateljskih odnosa. Sudionici u njihovom istraživanju smatrali su *phubbing* uvredljivim te kao kršenje uobičajene ljubaznosti. *Phubbing* prijeti obrazu onih nad kojima se on vrši iz razloga što sugerira da su oni dosadni, da ih se ne treba

uzeti za ozbiljno, da nisu dovoljno važni, da nisu dovoljno zanimljivi, ili pak da odnos s njima nije dovoljno ozbiljan ili važan.

#### 1.2.5. *Phubbing* kao navika

Neki istraživači počeli su proučavati i način na koji pojedinci percipiraju *phubbing* (npr. Aagaard, 2019; Forgays i sur., 2014). Tako je u jednom kvalitativnom istraživanju na studentima utvrđeno kako sudionici percipiraju takvo ponašanje „ekstremno iritantnim i nepristojnim“ (Aagaard, 2019, str. 239). No, ono što je zanimljivo za *phubbing* jest da za ovakvo ponašanje postoji velika diskrepancija između ponašanja i stavova (Aagaard, 2019). Naime, unatoč negativnim stavovima prema *phubbingu*, pojedinci se i sami angažiraju u takvo ponašanje. U ovom istraživanju, autor je ovakve nalaze objasnio lošim tehnološkim navikama. Naše korištenje tehnologije prešlo je u naviku zbog koje činimo stvari koje ne namjeravamo. Čini se da mobilni uređaji izazivaju našu snagu volje i potiču nas da se ponašamo na načine koji su protivni našim svjesno održanim vrijednostima (Aagaard, 2019). U skladu s time, sudionici ove studije naveli su da je korištenje mobitela dosta automatizirano ponašanje (Aagaard, 2019). Tako je jedan sudionik naveo da je pregledavanje naslovnice Facebooka ili Instagrama tijekom razgovora s drugom osobom aktivnost koja sama po sebi nema svrhu, odnosno da se takva aktivnost „javlja sama od sebe“.

U skladu s ovim pogledom, Oulasvirta i suradnici (2012, prema Aagaard, 2019) argumentiraju kako korisnici mobilnih uređaja često razvijaju navike provjeravanja koje se sastoje od kratkih, repetitivnih pregledavanja dinamičnog sadržaja koji je dostupan putem mobilnih uređaja. Habitualno ponašanje definira se kao „oblik automatizma u odgovaranju koji se razvija kako ljudi ponavljaju neke radnje u stabilnim uvjetima“ (Verplanken i Wood, 2006, str. 91). Kada pojedinci inicijalno izvode neku radnju, oni tipično odlučuju što i kako napraviti kako bi postigli određene ishode te izbjegli druge. No, kako ljudi opetovano ponavljaju te radnje, njihovo donošenje odluka se smanjuje te radnje mogu biti vođene znakovima iz okoline te se odvijaju s minimalnom svijješću (Bayer i sur., 2016). No, valja naglasiti da nesvjesno ponašanje nije nasumično, niti je nužno vođeno samo znakovima u okolini. Ono može biti i često je usmjereno prema cilju te se takve radnje usmjerene prema cilju mogu javljati neovisno o svjesnom mišljenju (Moors i De Houwer, 2006). Dakle, automatizam navike očituje se u minimalnoj svijjesti, u smislu da ljudi ne trebaju pažljivo prisustvovati onomu što čine (Verplanken i Wood, 2006). Automatizam se stoga odnosi na „ograničenu svjesnu pažnju, svijest i kontrolu nečijih akcija, namjera ili psiholoških procesa“

(Panek i sur., 2015, str. 385). No, iako je frekvencija nužan kriterij za formiranje automatskog ponašanja, ona nije i dovoljna prema većini teoretskih gledišta (Panek i sur., 2015). Panek i suradnici (2015) navode da slanje samih tekstualnih poruka može biti aktivirano nekim ciljem (npr. umanjivanje dosade ili manjak stimulacije) te da su ovi ciljevi nekada postignuti svjesnom odlukom da pošaljemo, pročitamo ili odgovorimo na poruku, ali je također moguće da su ovi ciljevi aktivirani nekim znakovima (primjerice manjkom stimulacije) i to ispod praga svjesnosti. Iz tog razloga, moguće je da ista stvar vrijedi i za *phubbing*. Navike mogu biti potaknute prijašnjim odgovorima u lancu odgovora; okolinskim znakovima kao što su vrijeme dana ili lokacija; internalnim stanjima kao što su određena raspoloženja te prisutnošću tipičnih interakcijskih partnera (Verplanken i Wood, 2006). Treba međutim napomenuti, da sama svijest nije binarna; radije, svijest postoji duž spektra (Moors i De Houwer, 2006).

S obzirom da su mobilne komunikacijske tehnologije postale dio svakodnevnog života, ljudi ih ponekad koriste na manje svjestan način, no ponekad na namjerni odnosno više svjestan način (Bayer i sur., 2016). Kada mobitel „zavibrira u pretrpanom autobusu, većina ljudi bez razmišljanja poseže za svojim mobilnim uređajima“ (Bayer i sur., 2016, str. 73). Ovakvo provjeravanje mobitela ilustrira njihovo korištenje na onoj manje svjesnoj strani spektra. S druge strane biti zadubljen u mobitel (engl. „*immersion*“), odnosno potpuno apsorbiran i angažiran u tu aktivnost sa smanjenom spacijalnom i temporalnom sviješću predstavlja onaj drugi visoko svjesni dio spektra svjesnosti (Bayer i sur., 2016). Bayer i suradnici (2016) u svom istraživanju upravo su provjeravali ove svjesne i manje svjesne aspekte korištenja mobitela, specifičnije, u kontekstu započinjanja, slanja, provjeravanja i čitanja tekstualnih poruka putem SMS-a, Whatsappa ili Facebook messenger. Ono što se pokazalo jest da su automatizam dopisivanja (primjer čestice: „*radim to bez razmišljanja*“) te zadubljenost (engl. „*immersion*“) (primjer čestice: „*izgubim se u trenutku kada to radim*“) zapravo komplementarni procesi. Dakle, niti jedna aktivnost korištenja medija nije isključivo habitualne prirode (La Rose, 2010, prema Bayer i sur., 2016), ali se pokazalo da su neka ponašanja poput provjeravanja pristigle poruke na mobilnim uređajima ponašanja koja su najviše automatizirana u usporedbi s nekim drugim ponašanjima poput pisanja poruke (Bayer i sur., 2016).

S obzirom da sam *phubbing* često obuhvaća aktivnosti poput provjeravanja novosti na društvenim mrežama (Brkljačić i sur., 2018), odnosno može uključivati aktivnosti na mobilnom telefonu za koje se pokazalo da su pod utjecajem navike, možemo očekivati da



će *phubbing* dijelom biti ponašanje stečeno kroz naviku provjeravanja društvenih mreža i korištenja mobilnih uređaja. Ako slanje poruka tijekom vožnje automobila ili šetnje može postati ponašanje pod utjecajem navike (Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015), što su pokazala prethodna istraživanja, onda sposobnost pojedinaca da se tome odupru možda može ovisiti o njihovim sposobnostima da svjesno prekinu ili izbjegnu nesusjesna iskušnja koja su aktivirana mentalnim znakovima ili znakovima u okolini (Panek i sur., 2015) te isto to možemo očekivati i za ponašanje *partner phubbinga*. Upravo suprotno od ovog automatiziranog ponašanja jest bivanje pozornim i svjesnim onoga što se događa u sadašnjosti (Brown i Ryan, 2003) što je koncept koji je pobudio velik interes znanstvenika u posljednjih desetak godina, a naziva se usredotočenom svjesnosti (engl. „*mindfulness*“) (Gračanin i sur., 2017). Usredotočena svjesnost može se definirati kao svijest koja je izvedena iz namjernog usmjeravanja pažnje prema određenim iskustvima u sadašnjosti (Kabat-Zinn, 2003). Usredotočena svjesnost može biti važna u udaljavanju pojedinaca od automatskih misli, navika i nezdravih ponašajnih obrazaca te može igrati ulogu u poboljšanju bihevioralne regulacije (Brown i Ryan, 2003) s obzirom da uključuje filtriranje kompetitivnih okolinskih znakova i fokusiranje na nečije trenutno iskustvo (Panek i sur., 2015).

### 1.3. USREDOTOČENA SVJESNOST

#### 1.3.1. Usredotočena svjesnost: operacionalizacija i posljedice na individualnu i relacijsku dobrobit

Autori Boričević Maršanić i suradnici (2015, str. 142) definiraju usredotočenu svjesnost kao: „... stanje svijesti s pažnjom usmjerenom prema vlastitim iskustvima (tjelesne senzacije, misli, osjećaji) ili prema okolini u sadašnjem trenutku sa stavom neprosuđivanja“. Kako Bishop i suradnici (2004) navode, ovakvo „nepriistrano stanje samoopažanja čini se da predstavlja prostor između nečije percepcije i odgovora“ (str. 232). Vrlo često je opisivano kao stanje potpune prisutnosti u trenutku. Iz tog razloga, čini se da usredotočena svjesnost omogućava pojedincu da na situacije odgovara više refleksivno (u usporedbi s refleksnim odgovaranjem) (Bishop i sur., 2004). Bishop i suradnici (2004) predlažu dvokomponentni model usredotočene svjesnosti. Prva komponenta uključuje samoregulaciju pažnje na način da je pažnja usmjerena i održavana prema neposrednom iskustvu, dok druga komponenta uključuje usvajanje određene orijentacije prema vlastitim iskustvima u sadašnjem trenutku, orijentacije koja je okarakterizirana prihvaćanjem, znatiželjom i otvorenošću. Radije nego da opažamo iskustva kroz filter naših očekivanja i vjerovanja, usredotočena svjesnost

uključuje direktno promatranje različitih objekata kao po prvi puta (Bishop i sur., 2004). Iako su pažnja i svijest relativno konstantne karakteristike normalnog funkcioniranja, usredotočena svjesnost može se smatrati poboljšanom pažnjom i svijesti trenutnog iskustva (Brown i Ryan, 2003).

Opisi ovog stanja svijesti te metoda za njegovo postizanje potiču iz budističke filozofije. Pažnja i svijest aktivno su kultivirane u istočnjačkim tradicijama, primarno redovitim prakticiranjem meditacije (Gračanin i sur., 2017). Intervencije i terapije koje se temelje na usredotočenoj svjesnosti (engl. „*mindfulness based therapy*; MBT“) u suvremenu medicinsku primjenu uvedene su tek krajem 1970-ih godina (Bishop i sur., 2004). Cilj ovih intervencija jest kultivirati veću svjesnost sadašnjeg trenutka (Creswell, 2017). Usredotočena svjesnost stoga može biti kultivirana kroz praksu meditacije usredotočene svjesnosti te putem terapijskih tehnika koje se temelje na usredotočenoj svjesnosti, dok se pojedinci također razlikuju u razinama crte usredotočene svjesnosti (Jones i sur., 2011).

Među instrumentima kojima se mjeri usredotočena svjesnost prevladavaju upitnici samoprocjene, od kojih su najčešći: *Freiburški inventar usredotočene svjesnosti* (FMI; Buchheld i sur., 2001), *Skala usredotočeno svjesne pažnje i svjesnosti* (MAAS; Brown i Ryan, 2003), *Kentucky inventar vještina usredotočene svjesnosti* (KIMS; Baer i sur., 2004), *Petofacetni upitnik usredotočene svjesnosti* (FFMQ; Baer i sur., 2006), *Kognitivna i afektivna skala usredotočene svjesnosti* (CAMS-R; Feldman i sur., 2007) te *Southampton upitnik usredotočene svjesnosti* (MQ; Chadwick i sur., 2008). Ovi upitnici mjere usredotočenu svjesnost kao crtu ličnosti, odnosno kao tendenciju prema usredotočeno svjesnom ponašanju i doživljavanju u svakodnevnom životu (Gračanin i sur., 2017). Kako bi osigurali jedinstvenu definiciju i metodu za mjerenje usredotočene svjesnosti, Baer i suradnici (2006) proveli su eksploratornu faktorsku analizu na udruženim česticama iz svih postojećih upitnika usredotočene svjesnosti. Rezultatima faktorske analize dobivena je faktorska struktura koja se sastoji od pet različitih, ali povezanih subkomponenti koje čine ukupni konstrukt usredotočene svjesnosti. Ti faktori su: opažanje, opisivanje, djelovanje sa sviješću, neprosuđivanje iskustva i nereagiranje na unutarnje iskustvo. Prva dimenzija, *opažanje iskustva*, odražava tendenciju pojedinca da primijeti ili usmjerava pažnju na unutarnja i vanjska iskustva, kao što su osjeti vlastita tijela, misli, emocije te podražaji iz okoline poput mirisa, prizora, zvukova i slično. *Opisivanje riječima* označava tendenciju opisivanja i označavanja unutarnjih iskustava riječima. *Djelovanje sa sviješću* podrazumijeva potpunu uključenost svjesnosti i pažnje u aktivnosti ili iskustva koja se

trenutno odvijaju umjesto ponašanja na automatski način i bez razmišljanja. *Neprosuđivanje unutarnjeg iskustva* podrazumijeva neevaluativni stav prema vlastitim mislima, emocijama i osjetima. Naposljetku, *nereagiranje na unutarnje iskustvo* označava tendenciju otpuštanja misli i emocija nasuprot prepuštanju istima (Baer i sur., 2006).

Pokazalo se da usredotočena svjesnost ima brojne pozitivne ishode na kognitivno, tjelesno i emocionalno funkcioniranje (npr. Davis i sur., 2015; Goldin i Gross, 2010; Jensen i sur., 2012). Iako postoje brojni nalazi o efektima crte usredotočene svjesnosti na psihičke i fizičke zdravstvene ishode, postoji ograničen, ali rastući broj istraživanja koja se posebno fokusiraju na ishode u ljubavnim odnosima. Prethodna istraživanja uloge usredotočene svjesnosti u funkcioniranju u ljubavnim vezama utvrdila su povezanost između viših razina osobine usredotočene svjesnosti pojedinca i većeg zadovoljstva vezom (Barnes i sur., 2007; Burpee i Langer, 2005; Jones i sur., 2011; Khaddouma i sur., 2016; Wachs i Cordova, 2007). Dvije metaanalize također potvrđuju povezanost između osobine usredotočene svjesnosti i zadovoljstva vezom (McGill i sur., 2016; Quinn-Nilas, 2020). No unatoč tome, mehanizam putem kojeg se ova povezanost ostvaruje još uvijek je nejasan te su još uvijek potrebna istraživanja kako bi se utvrdili indirektni mehanizmi koji su u podlozi ovog odnosa (Quinn-Nilas, 2020). Nadalje, Barnes i suradnici (2007) utvrdili su da, iako crta usredotočene svjesnosti nije imala značajnu vezu s kvalitetom komunikacije tijekom rasprave o konfliktima kod parova u njihovom laboratorijskom istraživanju, ova crta bila je visoko prediktivna za stanje usredotočene svjesnosti, koje je onda bilo negativno povezano s verbalnom agresijom, konfliktom i negativnosti. Stoga, na temelju ovog istraživanja postoji indikacija da su visoke razine stanja usredotočene svjesnosti povezane s boljom kvalitetom komunikacije tijekom rasprave o konfliktima kod parova. Autori ovog istraživanja zaključuju da visoke razine usredotočene svjesnosti predviđaju nekoliko značajki poboljšane komunikacije među partnerima, uključujući niže razine verbalne agresije, negativnosti i relacijskog konflikta. Nadalje, iako je u literaturi utvrđena korelacija između visokih razina crte usredotočene svjesnosti i zadovoljstva vezom (za pregled vidi Kozlowski, 2013), manji broj istraživanja proučavalo je mehanizme koji su u osnovi ove povezanosti. Neki od faktora koji su se proučavali u literaturi kao medijatori odnosa između usredotočene svjesnosti i zadovoljstva vezom jesu: emocionalne vještine, odnosno, identifikacija i komuniciranje emocija te regulacija ekspresije ljutnje (Wachs i Cordova 2007); seksualno zadovoljstvo (Khaddouma i sur., 2015); sigurni stil privrženosti (Jones i sur., 2011); percipirana

responzivnost partnera (Adair i sur., 2017), zdraviji odgovori na stres (Barnes i sur., 2007) te individualna dobrobit, odnosno zadovoljstvo životom (Forster, 2017).

### 1.3.2. Usredotočena svjesnost i *phubbing*

S obzirom da u općoj populaciji postoje interindividualne razlike u tendenciji ka usredotočeno svjesnom ponašanju i doživljavanju te se usredotočena svjesnost konceptualizira kao i crta ličnosti (Brown i Ryan, 2003) i s obzirom da sam *phubbing* često obuhvaća aktivnosti poput slanja i čitanja poruka za koje se pokazalo da su često ponašanja koja su pod utjecajem navike (Bayer i sur., 2016; Panek i sur., 2015), možemo pretpostaviti da će postojati razlika u sklonosti *phubbingu* ovisno o razini crte usredotočene svjesnosti, specifično njezine facete djelovanja sa sviješću. Dakle, kod ovakvih ispitivanja upravo se može posebno izdvojiti faceta djelovanja sa sviješću koja podrazumijeva potpunu uključenost svjesnosti i pažnje u iskustva koja se trenutno odvijaju (Gračanin i sur., 2017). U ovom istraživanju upravo se uzela u obzir faceta usredotočene svjesnosti djelovanja sa sviješću s obzirom da ona mjeri tendenciju ka manje svjesnom ponašanju općenito (Panek i sur., 2015) te se ista dovela u vezu sa specifičnim ponašanjem konzumacije medija: *phubbingom*. Relevantna individualna razlika u razumijevanju ovog fenomena stoga može biti upravo usredotočena svjesnost, odnosno njezina faceta djelovanja sa sviješću. Pionirski učitelj i istraživač mindfulnessa Jon Kabat-Zin (2005, prema Feldman i sur., 2011) i sam je nedavno predložio da bi promicanje usredotočene svjesnosti pomoglo snižavanju štetnog, pretjeranog oslanjanja pojedinaca na mobilne komunikacijske tehnologije. On navodi da komunikacijske tehnologije mogu dovesti i do suptilnije psihološke štete ometanjem i udaljavanjem ljudi od njihovih trenutačnih iskustava, uključujući socijalne odnose (Feldman i sur., 2011).

Moore i Brown (2019) u svom su istraživanju utvrdili da su pojedinci s niskim do umjerenim razinama crte usredotočene svjesnosti više slali poruke tijekom vožnje automobila iz navike u odnosu na pojedince koji su imali visoko izraženu ovu osobinu. Slično tome, i druga istraživanja odnosa crte usredotočene svjesnosti i slanja poruka tijekom vožnje automobila (Feldman i sur., 2011; Panek i sur., 2015) utvrdila su negativan odnos između ove dvije varijable. Panek i suradnici (2015) također su utvrdili da je faceta djelovanja sa sviješću osobine usredotočene svjesnosti prediktor slanja poruka tijekom vožnje, ali također i slanja poruka tijekom šetanja. Pojedinci se stoga, unatoč svijesti o štetnosti ovih ponašanja i dalje angažiraju u ista što odražava automatizam takvih ponašanja (Panek i sur., 2015). Slično tome, na temelju ovih rezultata odnosa crte usredotočene

svjesnosti i slanja poruka tijekom vožnje (Feldman i sur., 2011; Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015) može se zaključiti da će se pojedinci visoko na crti usredotočene svjesnosti vjerojatnije suzdržati od slanja poruka tijekom vožnje u odnosu na one koji postižu niske rezultate na ovoj dimenziji. Pojedinci šalju poruke tijekom vožnje prvenstveno iz navike, koja je pod utjecajem nedostataka u samoregulaciji (Moore i Brown, 2019). Negativna veza između usredotočene svjesnosti i slanja poruka tijekom vožnje sugerira da oni koji se ne angažiraju u takva ponašanja možda posjeduju sposobnost filtriranja kompetitivnih znakova u okolini koji aktiviraju ciljeve te da se fokusiraju isključivo na zadatak vožnje. Dakle, određena ponašanja kao što su slanje poruka tijekom vožnje ili šetnje, a možda i sam *phubbing* ne rezultiraju samo iz automatizacije određenih ponašanja vezanih uz medije, već su možda takva ponašanja česta među onima kojima nedostaje svjesnosti o svojim ponašanjima općenito (Panek i sur., 2015). Slanje poruka tijekom vožnje i šetanja vjerojatno je produkt automatskih procesa koji su formirani izvan ovih konteksta te nastavljaju djelovati nezavisno o nečijoj aktivnosti ili lokaciji (Panek i sur., 2015), što je upravo temelj za pretpostavku o tome da je i *phubbing* dijelom ponašanje pod utjecajem navike. Dakle, kao što Panek i suradnici (2015) naglašavaju, prilikom proučavanja bilo kakvog oblika habitualnog ponašanja treba uzeti u obzir osobine poput svijesti o vlastitim akcijama općenito. Ono što je važno jest da trening usredotočene svjesnosti povećava i samoregulaciju i crtu usredotočene svjesnosti (Friese i sur., 2012, prema Moore i Brown, 2019). Trening usredotočene svjesnosti stoga je nedvojbeno vrijedan istraživanja kao moguća buduća intervencijska strategija namijenjena reduciranju slanja poruka tijekom vožnje (Moore i Brown, 2019), ali i drugih štetnih ili negativnih aspekata korištenja mobitela.

#### 1.4. POLAZIŠTE ISTRAŽIVANJA

Pametni telefoni postali su integralni dio svakodnevnog života ljudi diljem svijeta (Chotpitayasunondh i Douglas 2016). Oni nam također nude neograničenu povezanost s našim socijalnim mrežama te donose pozitivne ishode u naše društvene živote (Goodman-Deane i sur., 2016). No, unatoč ovim pozitivnim aspektima korištenja pametnih telefona, pokazalo se da korištenje pametnih telefona može biti povezano s nekim negativnim ishodima unutar interpersonalnih odnosa (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018; Halpern i Hatz, 2017; McDaniel i Coyne, 2016; Misra i sur., 2014; Przybylski i Weinstein, 2012; Roberts i David, 2016; Vandeen Abeele i sur., 2016; Wang i sur., 2017; Wang i sur., 2019). U kontekstu toga, skovan je novi termin pod nazivom *phubbing* koji obuhvaća praksu ignoriranja osobe s kojom smo u fizičkoj prisutnosti pridajući veću pažnju mobilnom uređaju

(Roberts i David 2016). Čini se da je ovaj fenomen postao normativnim u svakodnevnoj komunikaciji (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016) te je stoga vrijedan istraživanja.

Najčešća vrsta interpersonalnog odnosa unutar kojeg se proučavao *phubbing* jesu ljubavne veze pri čemu ovaj fenomen dobiva naziv *partner phubbing* ili skraćeno *pphubbing* (Roberts i David 2016). Roberts i David (2016) konstruirali su *Skalu partner phubbinga* koja je jednofaktorske strukture i u kojoj pojedinci procjenjuju učestalost kojom njihovi ljubavni partneri/ice koriste ili su ometeni vlastitim pametnim telefonom dok su u njihovom društvu. S obzirom da ne postoji hrvatska verzija ove skale, jedan od ciljeva ovog istraživanja bio je prevesti i validirati ovu skalu na hrvatskom uzorku. Osim toga, u dosadašnjim istraživanjima *partner phubbinga* pomoću skale autora Roberta i Davida (2016), sudionici su procjenjivali stupanj u kojem njihovi partneri/ice vrše *phubbing* nad njima, dok nisu korištene samoprocjene *partner phubbinga*, odnosno pojedinci nisu procjenjivali stupanj u kojem oni sami vrše *phubbing* nad partnerima. U skladu s tim, u ovom istraživanju napravljena je verzija ove skale u prvom licu kako bi odražavala samoprocjene *partner phubbinga*, odnosno kako bi sudionici procijenili učestalost kojom oni sami koriste ili su ometeni vlastitim pametnim telefonom dok su u društvu svojeg/e partnera/ice. Time možemo dobiti uvid u stupanj povezanosti među ovim dvjema vrstama procjena, odnosno u razlike među njima, kao i to jesu li ove dvije vrste procjena različito povezane s varijablama od interesa. Pretpostavka je da će procjene partnera biti više povezane s varijablama od interesa u odnosu na samoprocjene, s obzirom da se pokazalo kako su percepcije vanjskog opažača objektivnije i manje pod utjecajem nekih osobnih motiva (Shaffhuser i sur., 2014, prema Jović, 2017).

Nadalje, s obzirom da se pokazalo da neka ponašanja korištenja pametnih telefona poput slanja i čitanja poruka općenito ili tijekom vožnje automobila, mogu biti automatizirana ponašanja s niskom razinom svjesnosti (Bayer i sur., 2016; Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015), možemo očekivati da će *phubbing* dijelom biti ponašanje stečeno kroz naviku provjeravanja društvenih mreža i korištenja mobilnih uređaja. U skladu s tim, relevantna individualna razlika koja se u ovom istraživanju dovela u odnos s *phubbingom* jest usredotočena svjesnost, specifičnije njezina faceta djelovanja sa sviješću. Djelovanje sa sviješću podrazumijeva potpunu uključenost svjesnosti i pažnje u aktivnosti koje se trenutno odvijaju. Suprotnost je ovakvu ponašanju mentalna odsutnost ili mehaničko, automatsko obavljanje aktivnosti dok je pažnja usmjerena na nešto drugo (Gračanin i sur., 2017). S obzirom da se pokazalo kako su pojedinci koji imaju manje izraženu osobinu djelovanja sa

sviješću, više automatski orijentirani prema ponašanjima vezanima uz započinjanje, slanje, čitanje i provjeravanje tekstualnih poruka (Bayer i sur., 2016), pretpostavka je da će pojedinci s manje izraženom ovom facetom biti više skloni *phubbing* ponašanju, odnosno *partner phubbingu*.

Konačno, što se tiče odnosa *partner phubbinga* i različitih ljubavnih ishoda, iako je u brojnim istraživanjima dobiven negativan odnos među njima (npr. Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017; Wang i sur., 2019) nigdje do sada nije uziman u obzir obrazac *phubbinga* među partnerima. Na temelju sličnog istraživanja u kontekstu igranja računalnih igara među bračnim partnerima (Alhstrom i sur., 2012), možemo očekivati da će postojati razlike u nekim aspektima ljubavnih odnosa ovisno o tome vrši li jedan partner/ica *phubbing* više od drugoga, ili pak oboje vrše *phubbing*. U skladu s prethodno navedenim teorijskim objašnjenjima negativnog odnosa *phubbinga* i različitih ljubavnih ishoda: *phubbinga* kao specifičnog oblika ostracizma (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018), teorije kršenja očekivanja (Burgoon i Hale, 1988), hipoteze zamjene (Coyne i sur., 2014; Valkenburg i Peter, 2007) te teorije uljudnosti (Brown i Levinson, 1987), možemo očekivati da će negativniji ljubavni ishodi biti zastupljeni kod onih dijada u kojima samo jedan partner vrši *phubbing* u odnosu na one dijade u kojima oba partnera vrše *phubbing*. Pri tome je važno uzeti u obzir stupanj u kojem partnerima smeta ovakvo ponašanje, a ne samo učestalost ovog ponašanja. S obzirom na općeniti nedostatak istraživanja *partner phubbinga* u kojemu se uzimaju u obzir oba partnera, ovo istraživanje upravo je provedeno na uzorku heteroseksualnih parova.

## 2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE

### 2.1. Cilj

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati razlike u procjenama i samoprocjenama *partner phubbinga* s obzirom na razinu facete usredotočene svjesnosti djelovanja sa sviješću te ispitati razlike u nekim aspektima percepcije partnerskog odnosa ovisno o obrascu *phubbinga* među partnerima. Budući da ne postoji hrvatska verzija *Skale partner phubbinga* (Roberts i David, 2016) dodatni cilj bio je validirati istu na hrvatskom uzorku kao i modificiranu verziju ove skale namijenjenu samoprocjeni *partner phubbinga*.

## 2.2. Problemi

1. Provjeriti faktorsku strukturu i metrijske karakteristike *Skale partner phubbinga* (Roberts i David, 2016) te modificirane verzije ove skale namijenjene ispitivanju samoprocjena *partner phubbinga*.

2. Ispitati korelaciju između svih ispitivanih varijabli istraživanja (djelovanje sa sviješću, procjene i samoprocjene *partner phubbinga* te ponderirane procjene *partner phubbinga*, procjene smetanja *partner phubbinga*, kvaliteta komunikacije među ljubavnim partnerima te percipirano zadovoljstvo vezom).

3. Ispitati razlike u *partner phubbingu* (procjenama i samoprocjenama) s obzirom na razinu facete djelovanja sa sviješću posebno kod muškaraca i žena.

4. Ispitati razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na obrasce *partner phubbinga*.

## 2.3. Hipoteze

1. U skladu s rezultatima istraživanja Roberta i Davida (2016) za očekivati je da će se i u ovom istraživanju potvrditi jednofaktorska struktura *Skale partner phubbinga*. Nadalje, s obzirom da se radi o istom konstrukt, a različitoj vrsti procjene, očekuje se dobivanje jednofaktorske strukture i kod modificirane verzije ove skale namijenjene ispitivanju samoprocjena *partner phubbinga*.

2. a) Očekuje se negativna povezanost između samoprocjene muškaraca i žena na subskali djelovanja sa sviješću s jedne strane te stupnja u kojem oni vrše *phubbing* nad svojim/om partnerom/icom s druge strane, odnosno povezanost između samoprocjena djelovanja sa sviješću muškaraca i žena s njihovim vlastitim samoprocjenama *phubbinga* (stupanj u kojem oni percipiraju da vrše *phubbing* nad partnerom/icom) te s procjenama *phubbinga* od strane partnera/ice (koliko njihov partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom). Hipoteza je formirana na temelju prethodnih istraživanja u kojima se pokazalo kako su pojedinci koji imaju manje izraženu osobinu usredotočene svjesnosti ili pak njezine facete djelovanja sa sviješću više automatski orijentirani prema ponašanjima vezanima uz započinjanje, slanje, čitanje i provjeravanje tekstualnih poruka (Bayer i sur., 2016; Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015).

b) Očekuje se pozitivna povezanost između samoprocjene muškaraca i žena na subskali usredotočene svjesnosti s jedne strane te vlastite procjene kvalitete komunikacije i



zadovoljstva vezom, ali i procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njihovog partnera/ice s druge strane, s obzirom da se prethodnim istraživanjima utvrdila pozitivna povezanost između usredotočene svjesnosti općenito i zadovoljstva vezom (Barnes i sur., 2007; Burpee i Langer, 2005; Jones i sur., 2011; Khaddouma i sur., 2016; McGill i sur., 2016; Quinn-Nilas, 2020; Wachs i Cordova, 2007) te s obzirom da se pokazalo kako više razine stanja usredotočene svjesnosti predviđaju nekoliko značajki poboljšane komunikacije među partnerima, uključujući niže razine verbalne agresije, negativnosti i relacijskog konflikta (Barnes i sur., 2007).

c) Očekuje se negativna povezanost između stupnja u kojem pojedinac vrši *phubbing* nad svojim partnerom/icom s jedne strane te procjene zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane njegovog ili njezinog partnera/ice s druge strane. Očekuje se dakle negativna povezanost između, s jedne strane, vlastitih samoprocjena *partner phubbinga* muškaraca i žena (stupanj u kojem oni percipiraju da vrše *phubbing* nad partnerom/icom), procjena *phubbinga* od strane partnera (koliko njihov partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) kao i ponderiranih procjena *phubbinga* od strane partnera (koje osim učestalosti, uzimaju u obzir stupanj u kojem pojedinčevom partneru smeta njegov ili njezin *phubbing*) te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane partnera/ice s druge strane. Ova hipoteza temelji se na prethodnim korelacijskim istraživanjima koja su utvrdila negativan odnos između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom (Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017, Wang i sur., 2019) kao i eksperimentalnih istraživanja u kojima je percipirana kvaliteta komunikacije među konverzacijskim partnerima procijenjena nižom u situacijama korištenja ili prisutnosti mobilnog uređaja u odnosu na situacije bez takvog korištenja (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018; Misra i sur., 2014; Vanden Abeele i sur., 2016).

d) Očekuje se negativna povezanost između stupnja u kojem pojedincu smeta partnerov *phubbing* i njegovih ili njezinih vlastitih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije.

e) Očekuje se da će samoprocjene *phubbinga* muškaraca i žena (stupanj u kojem oni percipiraju da vrše *phubbing* nad partnerom/icom) biti pozitivno povezane s procjenama *phubbinga* od strane partnera (koliko njihov partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) s obzirom da se radi o istom konstrukt, samo o različitom procjenjivaču.

f) Očekuje se pozitivna povezanost između samoprocjena *phubbinga* muškaraca i samoprocjena *phubbinga* žena te između procjena *phubbinga* od strane partnera međusobno (povezanost između toga koliko pojedinac percipira da njegov ili njezin partner vrši *phubbing* nad njim ili njom i toga koliko njegov ili njezin partner percipira da on/ona vrši *phubbing* nad njim ili njom) u skladu s recipročnosti takva ponašanja (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016).

3. Očekuje se statistički značajna razlika u prosječnom rezultatu na skali procjene i samoprocjene *partner phubbinga* između skupine sudionika čiji se rezultati nalaze ispod i iznad medijana vrijednosti subskale djelovanja sa sviješću adaptirane verzije upitnika FFMQ (Baer i sur., 2006; adaptirana verzija: Gračanin i sur., 2017). Pritom se i kod muškaraca i kod žena očekuje da će skupina koja je iznad medijana vrijednosti imati u prosjeku niži rezultat na skali samoprocjene *partner phubbinga* kao i na skali procjene *phubbinga* od strane njihovih partnera/ica u odnosu na skupinu koja je ispod te vrijednosti, što je u skladu s prethodno navedenim istraživanjima odnosa usredotočene svjesnosti i slanja poruka iz navike (Bayer i sur., 2016; Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015).

4. Očekuje se značajna razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga*. Pri tome se očekuje da će o najvećem zadovoljstvu vezom i kvaliteti komunikacije izvijestiti parovi kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko, dok će najniže zadovoljstvo vezom i kvaliteta komunikacije biti utvrđeni kod parova kod kojih jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga u odnosu na parove kod kojih oba partnera često vrše *partner phubbing*.

### 3. METODA

#### 3.1. Sudionici

Sudionici ovog istraživanja bili su heteroseksualni parovi, koji su u ljubavnoj vezi minimalno šest mjeseci te koji posjeduju pametni telefon. Upitnik je sveukupno ispunilo 264 sudionika, od čega su rezultati 32 sudionika izbačeni iz analiza. Rezultati 22 sudionika izbačeni su iz razloga što njihovi partneri/ice nisu ispunili upitnik što je jedan od uvjeta za istraživanje. Nadalje, rezultati dvoje sudionika, odnosno jednog heteroseksualnog para izbačeni su iz daljnjih analiza iz razloga što je jedan od partnera kao odgovor na pitanje: „Posjedujete li pametni telefon?“ dao negativan odgovor, a posjedovanje pametnog telefona kod oba partnera također je jedan od uvjeta za istraživanje. Nadalje, rezultati 4 sudionika izbačeni su iz razloga što su pod istom šifrom označili isti spol, a uvjet za istraživanje bio je

da u njemu sudjeluju heteroseksualni parovi. Naposljetku, 4 rezultata izbačeno je iz istraživanja iz razloga što su sva 4 rezultata imala iste šifre, ali i potpuno različite podatke o ljubavnoj vezi te nije bilo moguće upariti partnere. Ukupno je dakle ostalo 232 sudionika, odnosno 116 heteroseksualnih parova, raspona dobi od 18 do 61 godinu ( $M_{dob}=27.42$  godine,  $SD=7.21$ ) pri čemu je prosječna dob muškaraca iznosila 28.24 godine ( $SD=7.34$ ), a prosječna dob žena 26.6 godina ( $SD=7.02$ ). Najveći broj sudionika kao najveći završeni stupanj obrazovanja navelo je diplomski studij (njih 84, odnosno 36.21%), srednju školu (njih 82, odnosno 35.34%) te višu školu ili preddiplomski studij (njih 62, odnosno 26.72%). Samo jedan sudionik kao najviši završeni stupanj obrazovanja naveo je osnovnoškolsko obrazovanje (0.43%), dok je njih troje završilo poslijediplomski studij, magisterij ili doktorat (1.29%). Što se tiče radnog statusa, najveći broj sudionika/ca zaposleno je na neodređeno vrijeme (njih 84, odnosno 36.21%), studira (njih 71, odnosno 30.6%) ili je zaposleno na određeno vrijeme (njih 41, odnosno 17.67%), dok njih 17 (7.33%) nisu studenti/ice i nisu zaposleni. Samo je jedna osoba u mirovini (0.43%). Što se tiče imovinskog statusa sudionika, većina je prosječnog statusa (njih 180, odnosno 77.59%), njih 15 (6.47%) je ispodprosječnog statusa, dok ih je 37 (15.95%) natprosječnog imovinskog statusa. Nadalje, najveći broj sudionika dolazi iz Zadarske županije (njih 48, odnosno 20.69%), Splitsko-dalmatinske županije (njih 46, odnosno 19.83%) te Grada Zagreba (njih 44, odnosno 18.97%). Prosječna duljina veze parova iznosi 65.69 mjeseci ( $SD=75.73$ ). Što se tiče vrste veze, najveći broj sudionika izjavilo je da „hodaju“ (njih 57 odnosno 24.57%), njih 55 (23.71%) zajedno žive, ali nisu u braku, njih 40 su u braku (17.24%), dok ih je 39 (16.81%) u vezi na daljinu. Od sudionika koji zajedno žive, bilo da hodaju, zaručeni su ili su u braku, prosječna duljina zajedničkog života je 29.6 mjeseci ( $SD=69.16$ ). Nadalje, većina sudionika nema djecu (njih 192 odnosno 82.76%). Što se tiče pametnog telefona, većina sudionika (njih 179, odnosno 77.16%) nema nikakva pravila (formalna ili neformalna) vezana uz prihvatljivo korištenje mobilnog uređaja tijekom vremena koje provodi zajedno sa svojim/om partnerom/icom. Što se tiče aktivnosti u koje se sudionici najviše angažiraju nasamo na svom pametnom telefonu (bez sudjelovanja ili interakcije svog/svoje partnera/ice) tijekom zajedničkog vremena koje provode sa svojim/om partnerom/icom (kada su oboje budni i fizički jedno pored drugog), najviše sudionika navelo je da koristi društvene mreže poput Facebooka, Twittera, Instagrama, Pinteresta, itd. (njih 80 odnosno 34.48%), pregledava Internet (njih 51 odnosno 21.98%) te se angažira u aktivnosti vezane uz posao i/ili fakultet (njih 37 odnosno 15.95%).

## 3.2. Mjerni instrumenti

### 3.2.1. Skala *partner phubbinga* (Roberts i David, 2016)

*Skalu partner phubbinga* konstruirali su 2016. godine autori Roberts i David. Skala sadrži devet čestica koje se odnose na procjenu učestalosti kojom naš/a ljubavni/a partner/ica koristi ili je ometen/a vlastitim pametnim telefonom dok je u našem društvu te je jednofaktorske strukture (primjer čestica: „*Moj partner/ica uzima i provjerava svoj mobitel tijekom našeg uobičajenog zajedničkog obroka*“ i „*Kada smo zajedno, moj partner/ica drži svoj mobitel u ruci*“). Zadatak ispitanika je na skali Likertovog tipa od 0 (nikada) do 4 (uvijek) procijeniti koliko često je njihov/a partner/ica angažiran/a u svako od devet ponašanja vezanih uz njegovo ili njezino korištenje mobilnog telefona. Ukupni rezultat formira se kao prosječna vrijednost rezultata na svakoj tvrdnji, pri čemu viši rezultati ukazuju na viši stupanj *partner phubbinga*. Koeficijent unutarne konzistencije u originalnom istraživanju iznosio je .930, a u ovom istraživanju .865, s tim da je jedna čestica izbačena na temelju analiza koje slijede te se konačni upitnik sastojao od 8 umjesto 9 čestica. Iako je upitnik validiran na različitim uzorcima, u Hrvatskoj do sada nije napravljen prijevod niti validacija ovog upitnika te je stoga za potrebe ovog istraživanja upitnik preveden. Nakon dobivanja odobrenja za adaptaciju i primjenu skale od strane istraživača, provedena je metoda povratnog prijevoda (engl. „*back translation*“, Su i Parham, 2002) pri čemu je *Skala partner phubbinga* prevedena s engleskog jezika na hrvatski jezik. Nakon toga je hrvatska verzija ponovno prevedena na engleski jezik od strane osobe koja nije upoznata s originalnom skalom. Usporedbom originalne skale i njezine povratno prevedene verzije, nisu uočene nikakve nedosljednosti u prijevodu te je stoga prihvaćena hrvatska verzija skale.

### 3.2.2. Skala samoprocjene *partner phubbinga*

Do sada nije kreirana skala na kojoj pojedinac procjenjuje učestalost kojom on/a sam/a koristi ili je ometen/a vlastitim pametnim telefonom dok je u društvu partnera/ice. Drugim riječima, postojeća *Skala partner phubbinga* traži od ispitanika da procijene koliko su njihovi ljubavni/e partneri/ice skloni koristiti mobilni telefon dok su u njihovom društvu, ali ne i to da procijene svoje vlastito ponašanje korištenja mobitela u društvu partnera/ice. U skladu s tim, u ovom istraživanju je uz prijevod originalne skale, korištena i modificirana verzija ove skale namijenjena samoprocjenama, a ne procjenama partnera pri čemu su postojeće tvrdnje skale procjene *partner phubbinga* preoblikovane iz trećeg lica jednine u prvo lice jednine (primjer čestica: „*Kada mi zazvoni ili zavibrira mobitel, uzimam ga čak i kada sam usred razgovora sa svojim/om partnerom/icom*“ i „*Koristim svoj mobitel tijekom*

*slobodnog vremena koje mogu provoditi sa svojim/om partnerom/icom“*). Ukupni rezultat također je formiran kao prosječna vrijednost rezultata na svakoj tvrdnji. Koeficijent unutarnje konzistencije u ovom istraživanju iznosi .850 te je također jedna čestica izbačena pri čemu se konačan upitnik sastojao od 8 čestica.

### 3.2.3. Procjena stupnja u kojem pojedincima smeta partnerov/ičin *phubbing*

Kako bi se utvrdilo koliko pojedincima smeta partnerovo/ičino korištenje mobitela u njihovoj prisutnosti, za potrebe ovog istraživanja kreirana je dodatna skala procjene u kojoj se od ispitanika tražilo da za svaku tvrdnju na skali procjene *partner phubbinga* zaokruže, na Likertovoj skali procjene od 1 (ne smeta mi) do 5 (jako mi smeta), brojku koja označava stupanj u kojem im smeta svako ponašanje partnera izraženo u pojedinoj tvrdnji. Ukupan rezultat formiran je kao prosječna vrijednost procjena na svakoj tvrdnji. Procjena smetanja je ujedno i poslužila kao ponder rezultata na skali procjene *partner phubbinga*. Koeficijent unutarnje konzistencije za skalu procjene smetanja u ovom istraživanju iznosi .887 te je također jedna čestica izbačena pri čemu se konačna skala sastojala od 8 čestica.

### 3.2.4. Ponderirana verzija skale procjene *partner phubbinga*

Kako bi se uzeo u obzir i stupanj u kojem pojedincima smeta svako ponašanje vezano uz *phubbing* njegovog ili njezinog partnera, rezultati na skali procjene smetanja služili su kao ponderi rezultatima na skali procjene *partner phubbinga*. Rezultat svakog pojedinca na svakoj tvrdnji skale procjene *partner phubbinga*, gdje pojedinac procjenjuje koliko se često njegov ili njezin partner/ica angažirao/la u određena ponašanja vezana uz korištenje mobitela, pomnožen je s odgovarajućom vrijednošću koju je taj pojedinac označio na skali procjene smetanja. Ukupan rezultat za ponderiranu verziju skale procjene *phubbinga*, nakon ponderiranja rezultata formiran je kao prosječna vrijednost rezultata na svakoj tvrdnji. Koeficijent unutarnje konzistencije za ovu ponderiranu verziju skale procjene *partner phubbinga* u ovom istraživanju iznosi .910.

### 3.2.5. Adaptirana verzija petofacetnog upitnika usredotočene svjesnosti (FFMQ, Baer i sur., 2006; adaptirali Gračanin i sur., 2017)

*Petofacetni upitnik usredotočene svjesnosti* (engl. „*Five Facet Mindfulness Questionnaire*“) autora Baera i suradnika (2006) sastoji se od 39 tvrdnji organiziranih u pet subskala: (1) *opažanje*, (2) *opisivanje*, (3) *djelovanje sa sviješću*, (4) *neprosuđivanje iskustva* i (5) *nereagiranje na unutarnje iskustvo*. Ispitanici izražavaju svoje slaganje s tvrdnjama na skali koja se kreće u rasponu od 1 (nikada) do 5 (uvijek). Veći ukupni rezultat na subskali

ukazuje na veću izraženost pojedine dimenzije usredotočene svjesnosti, a izražava se kao prosjek rezultata na česticama subskale. U ovom istraživanju korištena je jedna od pet faceta iz ovog upitnika pod nazivom djelovanje sa sviješću koja se sastoji od 8 čestica koje su reverzibilno formulirane, odnosno u smjeru manje izražene ove osobine te ih je potrebno obrnuto bodovati. Djelovanje sa sviješću podrazumijeva potpunu uključenost svjesnosti i pažnje u aktivnosti ili iskustva koja se trenutno odvijaju. Suprotnost je ovakvu ponašanje mentalna odsutnost ili mehaničko, automatsko obavljanje aktivnosti dok je pažnja usmjerena na nešto drugo (Gračanin i sur., 2017) (primjer čestica: "*Dok nešto radim, misli mi lutaju i lako se smetem* i „*Teško ostajem usredotočen/a na ono što se trenutno događa*“). U ovom istraživanju korištena je hrvatska validacija *Petofacetnog upitnika usredotočene svjesnosti*, kojeg su na uzorku od 242 studenta različitih studija na Filozofskom fakultetu u Rijeci validirali Gračanin i suradnici 2017. godine. Rezultati faktorskih analiza na hrvatskom uzorku u njihovom istraživanju ukazuju na to da strukturu ovog upitnika u hrvatskom jeziku najbolje odražava četverofaktorska hijerarhijska struktura u kojoj su izostavljene čestice facete opažanja. Petofaktorska struktura također je prikladna, ali u tom slučaju se ne može govoriti o općem faktoru usredotočene svjesnosti, već o pet nisko do umjereno povezanih faceta. Cronbach alpha koeficijent unutarnje konzistencije za subskalu djelovanja sa sviješću na hrvatskom uzorku iznosio je .820 što ukazuje na zadovoljavajuću pouzdanost. Koeficijent unutarnje konzistencije u originalnom istraživanju Baera i suradnika (2006) iznosio je .870, dok u ovom istraživanju vrijednost Cronbach Alpha koeficijenta unutarnje konzistencije za subskalu djelovanja sa sviješću iznosi .907.

### 3.2.6. Skala kvalitete bračne komunikacije (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić, 2016)

*Skala kvalitete bračne komunikacije* sastavni je dio opsežnijeg upitnika (*Upitnik percipirane kvalitete bračnih odnosa, UPKO*) koji su konstruirale Ćubela Adorić i Jurević 2006. godine (prema Ćubela Adorić, 2016). Cijeli UPKBO sadrži 15 skala, koje mjere različite aspekte bračnog odnosa (Lacković-Grgin i sur., 2009). Skala kvalitete bračne komunikacije sadrži deset tvrdnji koje se odnose na opću evaluaciju kvalitete komunikacije s partnerom/icom (primjeri čestica: „*Kad razgovaramo, uglavnom pažljivo saslušamo jedno drugo*“ i „*Naša je komunikacija vrlo loša*“) (Ćubela Adorić, 2016). Kao i ostali instrumenti u sklopu UPKBO i ova skala ima zasebne forme za muškarce i žene. Polovina tvrdnji u ovoj skali formulirana je u smjeru negativne evaluacije komunikacije s bračnim partnerom. Zadatak ispitanika jest procijeniti svoj stupanj (ne)slaganja s pojedinim tvrdnjama na skali

procjene od 7 stupnjeva (-3 potpuno netočno, +3 potpuno točno). Ukupni rezultat na skali određuje se kao prosječna vrijednost procjena na pojedinim česticama što je u skladu s pretpostavljenom jednodimenzionalnošću konstrukta. Veći rezultat na skali upućuje na pozitivniju ocjenu komunikacije s partnerom/icom. U prvoj primjeni ove skale u kojem su sudjelovala 183 bračna para iz različitih dijelova Republike Hrvatske, u svim su analizama dobivena rješenja s jednim faktorom, dok su vrijednosti Cronbachova alpha koeficijenta na cijelom uzorku iznosile .870. Izostavljanjem pete čestice koja ima razmjerno niže (ali ne i nisko) zasićenje izlučenim faktorom, kao i nespurioznu korelaciju s ukupnom rezultatom, vrijednost Cronbachova alpha koeficijenta povećava se na .890. Skala je također pokazala zadovoljavajuće visoku homogenost u istraživanju s dobno heterogenim uzorkom žena ( $\alpha = .920$ ; Lacković-Grgin i sur., 2009). Za potrebe ovog istraživanja termin suprug/a zamijenio se terminom partner/ica kako bi se tvrdnje odnosile na komunikaciju među ljubavnim partnerima općenito, kao što su učinile Nakić Radoš i suradnice (2014, 2015) u istraživanju s trudnicama i njihovim partnerima. U ovom istraživanju koeficijent unutarnje konzistencije iznosi .823, s tim da je na temelju analiza koje slijede, jedna čestica izbačena te se konačna skala koja je uzeta u obzir sastoji od 9 čestica.

### 3.2.7. Skala zadovoljstva brakom (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić i sur., 2014)

Kao i prethodna skala, *Skala zadovoljstva brakom* dio je upitnika UPKO (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić i sur., 2014). Skala zadovoljstva brakom sadrži šest tvrdnji koje se odnose na generalnu ocjenu zadovoljstva odnosom s bračnim partnerom (primjeri čestica: npr. „*Općenito govoreći, vrlo sam sretan u našem braku*“ i „*Nezadovoljan sam mnogim aspektima našeg odnosa*“) (Ćubela Adorić i sur., 2014). Kao i kod skale kvalitete bračne komunikacije, ali i ostalih instrumenata u sklopu UPKBO, ova skala ima zasebne forme za muškarce i žene. Nadalje, polovina tvrdnji je formulirana negativno, odnosno u smjeru nezadovoljstva bračnim odnosom. Zadatak ispitanika jest procijeniti svoj stupanj (ne)slaganja s pojedinim tvrdnjama na skali procjene od 7 stupnjeva (-3 potpuno netočno, +3 potpuno točno). Ukupni rezultat na skali određuje se kao prosječna vrijednost procjena na pojedinim česticama, pri čemu veći rezultat upućuje na veće zadovoljstvo brakom, odnosno ljubavnom vezom. U prethodnim istraživanjima, dobivene su solucije s jednim faktorom (Ćubela Adorić i sur., 2014) te se vrijednosti Cronbachovog alpha koeficijenta kreću od .800 (Mičić i sur., 2010, prema Ćubela Adorić i sur., 2014) do .880 (Lacković Grgin i sur., 2009). U svrhu ovog istraživanja, termin „brak“ zamijenjen je

terminom „veza“ kako bi se procjene odnosile na generalnu ocjenu zadovoljstva odnosom s ljubavnim partnerom općenito. Alpha koeficijent unutarnje konzistencije u ovom istraživanju iznosi .727, s time da su dvije čestice izbačene na temelju analiza koje slijede.



### 3.3. Postupak

Istraživanje je provedeno između travnja i srpnja 2020. godine putem online formirane ankete na platformi Google forms. Prvotna zamisao bila je da se istraživanje provede pomoću metode papir-olovka kako bi se moglo kontrolirati da partneri nezavisno rješavaju upitnik. No, zbog novonastale situacije u vezi pandemije COVID-19 bolesti, ovakav način provedbe istraživanja bio je onemogućen. Molba za istraživanje zajedno s uvjetima za istraživanje (heteroseksualni parovi koji su u ljubavnoj vezi/braku minimalno 6 mjeseci i koji posjeduju pametni telefon) postavljena je na različite Facebook grupe pri čemu su se zainteresirani sudionici javili istraživaču putem Facebooka ili e-mail adrese. Neke od Facebook grupa u kojima su postavljene molbe za istraživanje jesu primjerice: „Popunjavanje upitnika za istraživanja“, „Anketalica-podijeli svoju anketu“, „Upitnici za radove i istraživanja“. Zainteresiranim sudionicima naglašeno je da oba partnera moraju upisati istu šifru te su zamoljeni da upitnik ispune nezavisno. Istraživač je zatim sudionicima proslijedio link online upitnika putem Facebooka ili e-mail adrese. Na početku upitnika bila je ukratko opisana svrha istraživanja s naglaskom na anonimnosti te na pravo prekidanja ispunjavanja upitnika u bilo kojem trenutku. Sudionicima je također bila ukratko opisana i uputa ispunjavanja upitnika, odnosno iznad svake skupine pitanja navedena je uputa za rješavanje. Ispunjavanje upitnika u prosjeku je trajalo između deset i petnaest minuta.

## 4. REZULTATI

Prvi korak u statističkoj obradi podataka odnosio se na ispitivanje faktorske strukture *Skale partner phubbinga* kao i modificirane verzije ove skale nastale za potrebe ovog istraživanja, a namijenjene ispitivanju samoprocjena *partner phubbinga*. S tim ciljem provedena je eksploratorna faktorska analiza. Nadalje, na preporuku autora *Skale kvalitete bračne komunikacije* (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić, 2016) te *Skale zadovoljstva brakom* (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić i sur., 2014) provedena je faktorska analiza kako bi se provjerila stabilnost konfiguracije koju su autori dobili u originalnom istraživanju. Osim toga, kako bi se provjerila pouzdanost instrumenta, a u konačnici i odlučilo o eventualnom (ne)zadržavanju pojedinih čestica, izračunat je Cronbach alpha koeficijent unutarnje konzistencije za svaku skalu pojedinačno. Rezultati izračuna Cronbach alpha koeficijenta pouzdanosti za sve skale korištene u ovom istraživanju nakon odlučivanja o (ne)zadržavanju pojedinih čestica prikazani su u Tablici 7. Vrijednosti koeficijenata unutarnje konzistencije su zadovoljavajući.

#### 4.1. Faktorska struktura i pouzdanost korištenih instrumenata

##### 4.1.1. Procjena *partner phubbinga*

S ciljem ispitivanja faktorske strukture *Skale partner phubbinga* provedena je eksploratorna faktorska analiza metodom zajedničkih faktora (Communalities=multiple  $R^2$ ). Kao kriteriji broja faktora koji će se zadržati uzete su vrijednosti karakterističnog korijena koje trebaju iznositi najmanje 1 (Kaiser-Guttman kriterij) te postotak objašnjene varijance koji se može pripisati pojedinom faktoru. Kao kriterij zadržavanja čestica uzeta je minimalna vrijednost zasićenosti od .40. Prema Kaiser-Gutman kriteriju, ekstrahiran je jedan faktor koji objašnjava 41.19% zajedničke varijance na cijelom uzorku sudionika. Rezultati faktorske analize prikazani su u Tablici 1.

Tablica 1 Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities=multiple  $R^2$ ) za *Skalu partner phubbinga*

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak ( $N=232$ )	Muškarci ( $N=116$ )	Žene ( $N=116$ )
1. Moj/a partner/ica uzima i provjerava svoj mobitel tijekom našeg uobičajenog zajedničkog obroka.	<b>-.643</b>	<b>-.663</b>	<b>-.616</b>
2. Kada smo zajedno, moj/a partner/ica stavlja svoj mobitel na mjesto gdje ga može vidjeti.	<b>-.542</b>	<b>-.522</b>	<b>-.550</b>
3. Kada smo zajedno, moj/a partner/ica drži svoj mobitel u ruci.	<b>-.723</b>	<b>-.753</b>	<b>-.674</b>
4. Kadaujem/oj partneru/ici zazvoni ili zavibira mobitel, on/a ga uzima čak i kada smo usred razgovora.	<b>-.614</b>	<b>-.644</b>	<b>-.586</b>
5. Moj/a partner/ica pogledava svoj mobitel dok razgovara sa mnom.	<b>-.782</b>	<b>-.766</b>	<b>-.801</b>
6. Tijekom slobodnog vremena koje moj/a partner/ica i ja možemo provoditi zajedno, moj/a partner/ica koristi svoj mobitel.	<b>-.718</b>	<b>-.718</b>	<b>-.714</b>
7. Moj/a partner/ica ne koristi svoj mobitel dok razgovaramo.	-.307	-.398	-.196
8. Kada smo moj/a partner/ica i ja zajedno vani, on/a koristi svoj mobitel.	<b>-.667</b>	<b>-.643</b>	<b>-.696</b>
9. Ukoliko postoji stanka u našem razgovoru, moj/a partner/ica će provjeriti svoj mobitel.	<b>-.659</b>	<b>-.678</b>	<b>-.641</b>
Postotak objašnjene varijance (%)	41.19	42.52	39.61

Iz Tablice 1 vidljivo je kako čestica pod rednim brojem sedam: „*Moj/a partner/ica ne koristi svoj mobitel dok razgovaramo*“, nije dovoljno zasićena faktorom prema kriteriju

zasićenja od .40, niti na cijelom uzorku sudionika, niti na oba poduzorka. U skladu s tim, ova čestica je izbačena iz daljnjih analiza. Pregledom sadržaja ove čestice pretpostavlja se da je ova čestica previše apstraktno formulirana što je možda moglo utjecati na rezultate. Rezultati faktorske analize nakon izbacivanja ove čestice prikazani su u Tablici 2. Nakon izbacivanja sedme čestice koja je bila nedovoljno zasićena ovim faktorom, ukupni postotak objašnjene varijance na cijelom uzorku povećao se na 45.13%. Rezultati faktorske analize ukazuju na to da bi se sedma čestica trebala izbaciti iz skale.

Kako bi se odlučilo o eventualnom izbacivanju ove čestice, provedena je analiza pouzdanosti (Tablice 3, 4 i 7). Prvo je izračunat Cronbach alpha koeficijent unutarnje konzistencije na svih 9 originalnih čestica. Utvrđeno je kako bi izbacivanjem čestice pod rednim brojem 7., koja nije imala dovoljno zasićenje na izlučenom faktoru, došlo do povećanja pouzdanosti na skali i to kod oba poduzorka (Tablica 3) te kako ova čestica ima najmanju korelaciju s ukupnim rezultatom (Tablica 4). U tu svrhu, odlučeno je da će čestica pod rednim brojem sedam biti izbačena iz daljnjih analiza te je konačni koeficijent pouzdanosti izračunat na ukupno 8 od 9 originalnih čestica (Tablica 7).

Tablica 2 Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities=multiple  $R^2$ ) za Skalu partner phubbinga nakon izbacivanja čestice s nedostatnim faktorskim zasićenjem (<.40)

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak (N=232)	Muškarci (N=116)	Žene (N=116)
1. Moj/a partner/ica uzima i provjerava svoj mobitel tijekom našeg uobičajenog zajedničkog obroka.	<b>-.637</b>	<b>-.650</b>	<b>-.615</b>
2. Kada smo zajedno, moj/a partner/ica stavlja svoj mobitel na mjesto gdje ga može vidjeti.	<b>-.550</b>	<b>-.534</b>	<b>-.553</b>
3. Kada smo zajedno, moj/a partner/ica drži svoj mobitel u ruci	<b>-.725</b>	<b>-.758</b>	<b>-.675</b>
4. Kada mojem/oj partneru/ici zazvoni ili zavibrira mobitel, on/a ga uzima čak i kada smo usred razgovora.	<b>-.613</b>	<b>-.643</b>	<b>-.585</b>
5. Moj/a partner/ica pogledava svoj mobitel dok razgovara sa mnom.	<b>-.778</b>	<b>-.759</b>	<b>-.799</b>
6. Tijekom slobodnog vremena koje moj/a partner/ica i ja možemo provoditi zajedno, moj/a partner/ica koristi svoj mobitel.	<b>-.717</b>	<b>-.721</b>	<b>-.710</b>
8. Kada smo moj/a partner/ica i ja zajedno vani, on/a koristi svoj mobitel.	<b>-.669</b>	<b>-.643</b>	<b>-.698</b>
9. Ukoliko postoji stanka u našem razgovoru, moj/a partner/ica će provjeriti svoj mobitel.	<b>-.660</b>	<b>-.677</b>	<b>-.643</b>
Postotak objašnjene varijance (%)	45.13	45.81	44.05

Tablica 3 Prikaz koeficijenata unutarnje konzistencije (Cronbach alpha) za Skalu procjene partner phubbinga na svih 9 originalnih čestica kao i nakon izbacivanja sedme čestice

		Cijeli uzorak	Muškarci	Žene
<b>Cronbach alpha</b>	svih 9 čestica	.852	.861	.835
	nakon izbacivanja čestice br.7	.865	.868	.857

Tablica 4 Korelacija čestice br. 7 s ukupnim rezultatom za Skalu procjene partner phubbinga i Skalu samoprocjene partner phubbinga na cijelom uzorku (N=232) kao i na oba poduzorka

Skala			
<b>Procjena partner phubbinga</b>		Cijeli uzorak	.279
		Muškarci	.362
		Žene	.175
<b>Samoprocjena partner phubbinga</b>	Korelacije čestice br. 7 s ukupnim rezultatom	Cijeli uzorak	.305
		Muškarci	.302
		Žene	.338

#### 4.1.2. Samoprocjena *partner phubbinga*

S ciljem ispitivanja faktorske strukture modificirane verzije ovog upitnika nastalog za potrebe ovog istraživanja u kojemu su čestice originalne *Skale partner phubbinga* preoblikovane u prvo lice jednine kako bi se odnosile na samoprocjene *partner phubbinga*, provedena je također eksploratorna faktorska analiza metodom zajedničkih faktora ( $\text{Communalities}=R^2$ ). Kao kriteriji broja faktora koji će se zadržati uzete su vrijednosti karakterističnog korijena koje trebaju iznositi najmanje 1 (Kaiser-Guttman kriterij) te postotak objašnjene varijance koji se može pripisati pojedinom faktoru. Kao kriterij zadržavanja čestica uzeta je minimalna vrijednost zasićenosti od .40. Kao što je priloženo u Tablici 5, prema Kaiser-Gutman kriteriju, ekstrahiran je jedan faktor koji objašnjava 38.99% zajedničke varijance na cijelom uzorku. Iz Tablice 5 vidljivo je da čestica pod rednim brojem sedam: „*Ne koristim svoj mobitel kada razgovaram sa svojim/om partnerom/icom*“, nije dovoljno zasićena ovim faktorom na cijelom uzorku, kao ni na oba poduzorka, što je u skladu s prethodno provedenom faktorskom analizom na originalnoj skali. No, na poduzorku žena, prema kriteriju zasićenosti od .40, pokazalo se da čestica pod rednim brojem četiri: „*Kada mi zazvoni ili zavibrira mobitel, uzimam ga čak i kada sam usred razgovora sa svojim/om partnerom/icom*“, nije dovoljno zasićena ekstrahiranim faktorom. Rezultati faktorske analize idu više u prilog tomu da se izbací sedma čestica, s obzirom da je ona nedovoljno zasićena ekstrahiranim faktorom na oba poduzorka, kao i na cijelom uzorku, dok je čestica pod rednim brojem četiri kritična samo na ženskom poduzorku.

Kako bi se odlučilo o tome koje čestice zadržati, provedena je analiza pouzdanosti (Tablice 4, 6 i 7). Prvo je izračunat Cronbach alpha koeficijent unutarne konzistencije na svih 9 originalnih čestica. Utvrđeno je kako bi se izbacivanjem sedme čestice, koja se pokazala nedovoljno zasićena faktorom na oba poduzorka (Tablica 5), Cronbach alpha koeficijent pouzdanosti povećao na cijelom uzorku, kao i na uzorku muškaraca, dok bi ostao isti na poduzorku žena (Tablica 6). Nadalje, izbacivanjem čestice broj 4., koja se pokazala nedovoljno zasićena izlučenim faktorom samo na ženskom poduzorku (Tablica 5), pouzdanost bi se također povećala samo na ženskom poduzorku, ali ne i na poduzorku muškaraca ili na cijelom uzorku (Tablica 6). Kada bi se izbacile obje čestice (4. i 7.) pouzdanost na cijelom uzorku kao i na uzorku muškaraca bi bila manja nego kada bi izbacili samo sedmu česticu, dok bi na poduzorku žena pouzdanost bila veća izbacivanjem obje čestice nego izbacivanjem samo sedme čestice (Tablica 6). S obzirom na ovu neusuglašenost, odlučeno je da će se izbaciti samo sedma čestica, s obzirom da se ona na

oba poduzorka pokazala nedovoljno zasićenom izlučenim faktorom te se njezinim izbacivanjem pouzdanost skale povećava, a njezina korelacija s ukupnim rezultatom je također niža u odnosu na ostale čestice (Tablica 4) (osim na poduzorku žena kod kojih je kod čestice broj četiri najniža item-total korelacija ( $r_{it}=.326$ )).

Tablica 5 Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities= $R^2$ ) za modificiranu verziju *Skale partner phubbinga*

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak (N=232)	Muškarci (N=116)	Žene (N=116)
1. Uzimam i provjeravam svoj mobitel tijekom uobičajenog zajedničkog obroka sa svojim/om partnerom/icom	<b>-.646</b>	<b>-.684</b>	<b>-.592</b>
2. Kada sam sa svojim/om partnerom/icom, stavljam svoj mobitel na mjesto gdje ga mogu vidjeti.	<b>-.583</b>	<b>-.637</b>	<b>-.441</b>
3. Držim svoj mobitel u ruci kada sam sa svojim/om partnerom/icom.	<b>-.638</b>	<b>-.730</b>	<b>-.472</b>
4. Kada mi zazvoni ili zavibrira mobitel, uzimam ga čak i kada sam usred razgovora sa svojim/om partnerom/icom.	<b>-.511</b>	<b>-.622</b>	-.360
5. Pogledavam svoj mobitel dok razgovaram sa svojim/om partnerom/icom.	<b>-.747</b>	<b>-.803</b>	<b>-.716</b>
6. Koristim svoj mobitel tijekom slobodnog vremena koje mogu provoditi sa svojim/om partnerom/icom.	<b>-.694</b>	<b>-.709</b>	<b>-.726</b>
7. Ne koristim svoj mobitel kada razgovaram sa svojim/om partnerom/icom.	-.346	-.340	-.395
8. Koristim svoj mobitel kada smo moj/a partner/ica i ja zajedno vani.	<b>-.664</b>	<b>-.721</b>	<b>-.589</b>
9. Ukoliko postoji stanka u razgovoru između mene i partnera/ice, ja ću provjeriti svoj mobitel.	<b>-.697</b>	<b>-.712</b>	<b>-.694</b>
Postotak objašnjene varijance (%)	38.99	45.35	32.47

Tablica 6 Prikaz koeficijenta unutarnje konzistencije (Cronbach alpha) za modificiranu verziju Skale partner phubbinga na svih 9 originalnih čestica kao i nakon izbacivanja sedme, četvrte te obiju čestica

		Cijeli uzorak	Muškarci	Žene
Cronbach alpha	Svih 9 čestica	.838	.866	.789
	Nakon izbacivanja čestice br.7	.850	.883	.789
	Nakon izbacivanja čestice br.4	.830	.854	.792
	Nakon izbacivanja čestica br. 4 i br. 7	.848	.877	.796

#### 4.1.3. Kvaliteta komunikacije među partnerima

Analiza latentne strukture Skale kvalitete bračne komunikacije (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić, 2016) provedena je metodom zajedničkih faktora. Autori su u svom istraživanju u svim analizama dobili solucije s jednim faktorom čiji je karakteristični korijen veći od 1. No, pokazalo se kako čestica broj 5. „*I kad jedno drugo kritiziramo, nastojimo ne reći ono što bi onog drugog moglo povrijediti*“, ima razmjerno niže zasićenje izlučenim faktorom ( $r_{fk} = -.310$ ). Autori tumače ovakve rezultate time što se ova čestica zapravo ne odnosi izravno na ocjenu kvalitete komunikacije već prije reflektira jednu specifičnu orijentaciju ili taktiku u komunikaciji koja može, ali i ne mora pridonositi kvaliteti komunikacije.

U tu svrhu, provjerena je faktorska struktura ove skale te su kao kriteriji broja faktora koji će se zadržati uzete vrijednosti karakterističnog korijena koje trebaju iznositi najmanje 1 (Kaiser-Guttman kriterij) te postotak objašnjene varijance koji se može pripisati pojedinom faktoru. Kao kriterij zadržavanja čestica uzeta je minimalna vrijednost zasićenosti od .40. Rezultati faktorske analize ove skale prikazani su u Tablicama 1 i 2 u Prilogu. Analizom latentne strukture utvrđeno je kako čestica pod rednim brojem pet ima nedovoljno zasićenje

faktorom na cijelom uzorku, kao i na poduzorku muškaraca prema kriteriju zasićenja od .40, ali dovoljno zasićenje faktorom na poduzorku žena (v. Tablica 1 u Prilogu).

Kako bi se odlučilo o (ne)zadržavanju ove čestice, provedena je analiza pouzdanosti (v. Tablica 5 u Prilogu). Za skalu kvalitete bračne komunikacije, pokazalo se da se izbacivanjem pete čestice, koja se pokazala nedovoljno zasićena ekstrahiranim faktorom na cijelom uzorku kao i na poduzorku muškaraca, ali ne i žena (v. Tablica 1 u Prilogu), pouzdanost čak smanjuje na cijelom uzorku, kao i na poduzorku žena, dok se nešto malo povećava na poduzorku muškaraca (v. Tablica 5 u Prilogu). Nadalje, korelacija ove čestice s ukupnim rezultatom također je najmanja u odnosu na ostale čestice, te na cijelom poduzorku ona iznosi  $r_{it}=.343$ , dok na poduzorku muškaraca, odnosno žena iznosi  $r_{it}=.267$  i  $r_{it}=.422$ . Iz tog razloga, odlučeno je kako će se ova čestica izbaciti te će se u konačnim analizama koristiti verzija od 9 čestica.

#### 4.1.4. Zadovoljstvo vezom

Analiza latentne strukture *Skale zadovoljstva brakom* (Ćubela Adorić i Jurević, 2006, prema Ćubela Adorić i sur., 2014) provedena je metodom zajedničkih faktora. Autori su u svom istraživanju u svim analizama dobili solucije s jednim faktorom čiji je karakteristični korijen veći od 1. S obzirom da su autori u jednoj fazi istraživanja utvrdili kako je čestica pod rednim brojem 6: *“Loše stvari u našem odnosu nadilaze one dobre“* imala vrlo nisko zasićenje na izlučenome faktoru u cijelom uzorku ( $r_{fz}=.130$ ) kao i u podskupinama muškaraca ( $r_{fz}=.110$ ) i žena ( $r_{fz}=.150$ ), ponovljene su analize bez te čestice. Rezultati tih analiza pokazali su da se, nakon izostavljanja spomenute čestice, znatno povećavaju prosječna korelacija među česticama i postotak objašnjene zajedničke varijance, a u skladu s tim i vrijednost Cronbachova alpha koeficijenta. No, autori ne sugeriraju eliminiranje ove čestice, već samo oprez i provjeru njezinih značajki prije izračunavanja ukupnog rezultata s obzirom da se ova čestica nije pokazala problematičnom u drugim fazama njihovog istraživanja, niti u istraživanjima drugih autora (Lacković-Grgin i sur., 2009; Mičić i sur., 2010, prema Ćubela Adorić i sur., 2014 ).

S obzirom na navedeno, u ovom istraživanju provjerena je faktorska struktura ove skale. Rezultati faktorske analize na ovoj skali prikazani su u Tablicama 3 i 4 u Prilogu. Kao što je vidljivo u Tablici 3 u Prilogu, čestice pod rednim brojem 5: *„Našu vezu NE bih opisao/la kao sretnu“* i 6: *„Loše stvari u našem odnosu nadilaze one dobre“* imaju nedovoljno zasićenje izlučenim faktorom prema kriteriju zasićenosti od .40, na cijelom



uzorku kao i na oba poduzorka (v. Tablica 3 u Prilogu). Kako bi se odlučilo o (ne)zadržavanju ovih čestica, provedena je analiza pouzdanosti (v. Tablica 6 u Prilogu). Za skalu zadovoljstva vezom pokazalo se da bi se izbacivanjem pete ili šeste čestice koje su se pokazale nedovoljno zasićene izlučenim faktorom (v. Tablica 3 u Prilogu), pouzdanost skale povećala na cijelom uzorku u slučaju izbacivanja pete čestice, ali bi ostala ista izbacivanjem šeste čestice. Na poduzorku muškaraca, pouzdanost skale bi se povećala izbacivanjem pete čestice, ali smanjila izbacivanjem šeste čestice, dok bi se na poduzorku žena pouzdanost povećala izbacivanjem ovih dviju čestica (v. Tablica 6 u Prilogu). No, kada bi se obje čestice izbacile, pouzdanost na oba poduzorka bila bi veća u odnosu na skalu sa svim uključenim česticama, ili u odnosu na izbacivanje samo pete ili samo šeste čestice. Nadalje, korelacije pete, odnosno šeste čestice s ukupnim rezultatom također su manje u odnosu na ostale čestice i iznose, na cijelom uzorku, za česticu br. 5  $r_{it}=.283$ , odnosno za česticu br. 6  $r_{it}=.306$ . Na poduzorku muškaraca korelacija pete čestice s ukupnim rezultatom iznosi  $r_{it}=.259$ , a na poduzorku žena  $r_{it}=.314$ , dok su vrijednosti za česticu broj šest za ova dva poduzorka  $r_{it}=.323$ , za muški te  $r_{it}=.291$ , za ženski poduzorak. U skladu s tim, odlučeno je da će se ove dvije čestice izbaciti iz daljnjih analiza te da će se u izračun ukupnog rezultata uzeti u obzir samo prve četiri čestice.

Tablica 7 Prikaz koeficijena unutarnje konzistencije (Cronbach alpha) za pojedine skale korištene u istraživanju

	<b>Broj čestica</b>		<b>Cronbach alpha</b>
<b>1. Skala procjene partner phubbinga</b>	<b>8</b>	Cijeli uzorak	.865
		Muškarci	.868
		Žene	.857
<b>2. Ponderirana procjena partner phubbinga</b>	<b>8</b>	Cijeli uzorak	.910
		Muškarci	.888
		Žene	.922
<b>3. Procjena smetanja partner phubbinga</b>	<b>8</b>	Cijeli uzorak	.887
		Muškarci	.899
		Žene	.870
<b>4. Samoprocjena partner phubbinga</b>	<b>8</b>	Cijeli uzorak	.850
		Muškarci	.883
		Žene	.780
<b>5. Djelovanje sa sviješću</b>	<b>8</b>	Cijeli uzorak	.907
		Muškarci	.908
		Žene	.898
<b>6. Kvaliteta komunikacije</b>	<b>9</b>	Cijeli uzorak	.823
		Muškarci	.805
		Žene	.853
<b>7. Zadovoljstvo vezom</b>	<b>4</b>	Cijeli uzorak	.727
		Muškarci	.654
		Žene	.790

## 4.2. Deskriptivni podaci

Nakon ispitivanja faktorske strukture skala i utvrđivanja njihovih pouzdanosti, sljedeći korak bio je izračunati deskriptivne podatke za pojedinu skalu. Podaci o aritmetičkoj sredini ( $M$ ) i standardnoj devijaciji ( $SD$ ) kao i rasponu odgovora ispitanika (minimum i maksimum) na pojedinoj skali na cijelom uzorku, kao i na poduzorku muškaraca i žena mogu se vidjeti u Tablici 8. Kao što se može iščitati iz tablice, rezultati ispitanika na skali procjene *partner phubbinga* pomaknuti su prema nešto nižim vrijednostima od prosječne vrijednosti, što znači da sudionici/e u prosjeku procjenjuju kako njihovi partneri/ice manje učestalo vrše *phubbing* nad njima. Pri tome su rezultati ženskih sudionika pomaknuti prema nešto višim vrijednostima u odnosu na muškarce, međutim, i dalje se radi o ispodprosječnim vrijednostima. Isto vrijedi u slučaju ponderiranih procjena *partner phubbinga*, kao i kod procjene smetanja *partner phubbinga*. Kod samoprocjene *partner phubbinga* rezultati sudionika također su pomaknuti prema nešto nižim vrijednostima što znači da sudionici u prosjeku pokazuju manje izraženu tendenciju vršenja *phubbinga* nad svojim/om partnerom/icom. No, kod samoprocjene *partner phubbinga* rezultati ženskih sudionika također su pomaknuti prema nešto višim vrijednostima što bi značilo da ženski sudionici imaju tendenciju procjenjivati vlastito, ali i ponašanje svojeg partnera u kontekstu *phubbinga* nešto učestalijim u prosjeku nego muški sudionici. Rezultati sudionika na subskali djelovanja sa sviješću pomaknuti su prema nešto višim vrijednostima, odnosno sudionici pokazuju izraženiju tendenciju potpune uključenosti svjesnosti i pažnje u aktivnosti ili iskustva koja se trenutno odvijaju. Pri tome su rezultati muških sudionika pomaknuti prema nešto višim vrijednostima u odnosu na žene, no i dalje se radi o iznadprosječnim rezultatima kod oba poduzorka. Nadalje, rezultati sudionika na skali kvalitete bračne komunikacije pomaknuti su prema višim vrijednostima u smjeru povoljnije ocjene komunikacije s partnerom/icom. Ovakvi rezultati ne čude s obzirom da je u prvoj primjeni ove skale također utvrđen pomak distribucije rezultata u smjeru viših vrijednosti ( $M=5.6$ ,  $SD=.983$ ; Jurević, 2007, prema Ćubela Adorić, 2016) kao i u drugim primjenama ove skale (Lacković-Grgin i sur., 2009; Nakić Radoš i sur., 2014). Ovakvi rezultati vjerojatno ne odražavaju samo stvarni dojam o, u prosjeku, visokoj kvaliteti bračne komunikacije kod sudionika u ovom istraživanju već i moguću samoselekcioniranost uzorka s obzirom da je sudjelovanje u istraživanju bilo ne samo dobrovoljno već i uvjetovano spremnošću obaju partnera za sudjelovanje. Isto je utvrđeno i kod skale zadovoljstva brakom, pri čemu su rezultati sudionika također pomaknuti prema višim vrijednostima, u smjeru povoljnije ocjene zadovoljstva vezom.

Tablica 8 Prikaz deskriptivnih podataka za pojedinu skalu korištenu u istraživanju na cijelom uzorku ispitanika ( $N=232$ ) te na poduzorku muškaraca ( $N=116$ ) i žena ( $N=116$ )

		<i>M</i>	<i>SD</i>	Minimum	Maksimum
<b>1. Procjena partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	1.72	.765	0	3.75
	Muškarci	1.61	.791	0	3.5
	Žene	1.83	.724	0.5	3.75
<b>2. Ponderirana procjena partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	3.94	3.081	0	18.13
	Muškarci	3.41	2.732	0	13
	Žene	4.47	3.323	0.75	18.13
<b>3. Procjena smetanja partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	2.29	.961	1	5
	Muškarci	2.12	.955	1	4.75
	Žene	2.46	.940	1	5
<b>4. Samoprocjena partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	1.67	.694	0	4
	Muškarci	1.52	.741	0	4
	Žene	1.82	.612	0.5	3.5
<b>5. Djelovanje sa svijesću</b>	Cijeli uzorak	3.54	.780	1.5	5
	Muškarci	3.69	.807	1.5	5
	Žene	3.40	.725	1.63	4.88
<b>6. Kvaliteta komunikacije</b>	Cijeli uzorak	5.97	.812	3.56	7
	Muškarci	5.97	.790	3.9	7
	Žene	5.98	.835	3.56	7
<b>7. Zadovoljstvo vezom</b>	Cijeli uzorak	6.51	.618	4.25	7
	Muškarci	6.56	.594	4.5	7
	Žene	6.47	.640	4.25	7

Uz prethodno navedene deskriptivne podatke ispitana je normalnost distribucije odgovora na pojedinoj subskali te je u tu svrhu proveden Kolmogorov-Smirnov test te su izračunati apsolutni indeksi asimetričnosti i spljoštenosti. Dobiveni rezultati mogu se vidjeti u Tablici 9. Gledajući rezultate za cijeli uzorak, samo skala samoprocjene *partner phubbinga* ima normalnu distribuciju, dok kod svih ostalih skala distribucija značajno odstupa od normalne prema Kolmogorov-Smirnov testu. Kod skale procjene *partner phubbinga*, iako distribucije na oba poduzorka ne odstupaju značajno od normalne, na cjelokupnom uzorku rezultati se grupiraju oko nižih vrijednosti što ukazuje na pozitivno asimetričnu distribuciju. Kod skale ponderirane procjene *partner phubbinga*, rezultati također odstupaju od normalne na cijelom uzorku, kao i na oba poduzorka, ukazujući na pozitivno asimetričnu distribuciju. Kod skale procjene smetanja *partner phubbinga*, rezultati na cijelom uzorku značajno odstupaju od normalne ukazujući također na pozitivno asimetričnu distribuciju, no na oba poduzorka ne odstupaju značajno od normalne distribucije. Kod preostalih skala, rezultati su grupirani oko viših vrijednosti što ukazuje na negativno asimetričnu distribuciju na oba poduzorka, uz iznimku subskale djelovanja sa sviješću te skale kvalitete komunikacije gdje distribucija značajno odstupa od normalne samo na muškom, ali ne i na ženskom poduzorku. Unatoč tome što rezultati dobiveni Kolmogorov-Smirnov testom ukazuju na značajno odstupanje distribucija od normalne kod većine korištenih skala, pregledom vrijednosti indeksa asimetričnosti i spljoštenosti vidljivo je kako se sve vrijednosti uklapaju u prihvatljiv raspon. Naime, prema kriterijima (a)simetričnosti i spljoštenosti autora Klinea (2011) vrijednosti indeksa asimetričnosti se nalaze unutar graničnih  $\pm 3$ , a indeksa spljoštenosti unutar  $\pm 10$  te ne ukazuju na ozbiljno odstupanje distribucije od normalne pri čemu je opravdano korištenje parametrijskih statističkih postupaka.

Tablica 9 Prikaz rezultata Kolmogorov-Smirnov testa i vrijednosti indeksa asimetričnosti i spljoštenosti za pojedinu skalu korištenu u istraživanju na cijelom uzorku sudionika ( $N=232$ ) kao i na poduzorcima muškaraca ( $N=116$ ) i žena ( $N=116$ )

		Kolmogorov-Smirnov test	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti
<b>1. Procjena partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	.102*	.433	-.114
	Muškarci	.104	.318	-.533
	Žene	.106	.710	.289
<b>2. Ponderirana procjena partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	.157**	1.835	4.010
	Muškarci	.172**	1.608	2.633
	Žene	.154**	1.913	4.251
<b>3. Procjena smetanja partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	.105*	.525	-.513
	Muškarci	.121	.626	-.520
	Žene	.104	.501	-.430
<b>4. Samoprocjena partner phubbinga</b>	Cijeli uzorak	.073	.384	.337
	Muškarci	.080	.575	.828
	Žene	.103	.456	-.309
<b>5. Djelovanje sa svijesću</b>	Cijeli uzorak	.102*	-.477	-.212
	Muškarci	.132*	-.705	.067
	Žene	.108	-.377	-.204
<b>6. Kvaliteta komunikacije</b>	Cijeli uzorak	.125**	-.865	.109
	Muškarci	.135*	-.683	-.302
	Žene	.123	-1.031	.485
<b>7. Zadovoljstvo vezom</b>	Cijeli uzorak	.248**	-1.395	1.363
	Muškarci	.273**	-1.392	1.130
	Žene	.221**	-1.399	1.531

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

#### 4.3. Korelacija između svih ispitivanih varijabli

U svrhu odgovora na drugi problem, odnosno utvrđivanja korelacije između svih ispitivanih varijabli istraživanja (djelovanje sa sviješću, procjene i samoprocjene *partner phubbinga*, ponderirane procjene *partner phubbinga*, procjene smetanja *partner phubbinga*, kvaliteta komunikacije među ljubavnim partnerima te percipirano zadovoljstvo vezom), korišten je Pearsonov koeficijent korelacije. Kod skale procjene *partner phubbinga*, osim originalne skale, uzeta je u obzir i ponderirana verzija ove skale, kojom su procjene toga koliko pojedincima smeta partnerovo/ično korištenje mobitela na skali Likertovog tipa od 1 (ne smeta mi) do 5 (jako mi smeta) služile kao ponderi rezultata na originalnoj skali. Rezultati izračuna Pearsonovog koeficijenta korelacija vidljivi su u Tablici 10. Korelacije koje daju odgovor na istraživačke probleme posebno su podebljane u tablici.

##### 4.3.1. Povezanost između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te stupnja u kojem oni vrše *phubbing* nad partnerom/icom

Kao što je vidljivo u Tablici 10, nije utvrđena značajna povezanost između samoprocjene žena na subskali djelovanja sa sviješću s njihovim vlastitim samoprocjenama *phubbinga*, dok je kod muškaraca utvrđena značajna negativna povezanost između samoprocjene na subskali djelovanja sa sviješću s njihovim vlastitim samoprocjenama *phubbinga*. Pri tome, što muškarci imaju izraženiju osobinu djelovanja sa sviješću, to manje vrše *phubbing* nad svojim partnericama, dok kod žena ova veza nije utvrđena. Nadalje, nije utvrđena značajna povezanost između samoprocjene muškaraca i žena na subskali djelovanja sa sviješću s procjenama njihovog *phubbinga* od strane njihovih partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom). Dakle, od ukupno četiri korelacije koje ukazuju na ovaj odnos, samo je jedna korelacija statistički značajna.

##### 4.3.2. Povezanost između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te vlastitih, ali i partnerovih/ičnih procjena kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom

Što se tiče odnosa između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te njihovih vlastitih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije, sve korelacije su pozitivne i značajne (Tablica 10). To znači da što muškarci i žene imaju izraženiju osobinu djelovanja sa sviješću, to procjenjuju zadovoljstvo vezom i kvalitetu komunikacije sa svojim/om partnerom/icom povoljnijom. Dakle, od četiri korelacije koje ispituju ovaj odnos, sve četiri su statistički značajne. Što se tiče odnosa između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane

njihovih partnera/ica, samo jedna korelacija od njih četiri je značajna i pozitivna, i to ona između samoprocjene osobine djelovanja sa sviješću žena s procjenom zadovoljstva vezom njihovih partnera. To znači da što žene imaju više izraženu osobinu djelovanja sa sviješću, to njihovi partneri procjenjuju zadovoljstvo njihovom vezom višim.

4.3.3. Odnos između stupnja u kojem pojedinac vrši *phubbing* nad svojim partnerom/icom te procjene zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane njegovog ili njezinog partnera/ice

Što se tiče odnosa između vlastitih samoprocjena *partner phubbinga* muškaraca i žena te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njihovih partnera/ica, samo jedna korelacija je značajna i negativna, i to ona između samoprocjena muškaraca na *partner phubbingu* te procjene kvalitete komunikacije kod njihovih partnerica, ali ne i procjene zadovoljstva vezom kod njihovih partnerica. To znači što muškarci procjenjuju da više vrše *phubbing* nad svojim partnericama, to njihove partnerice procjenjuju kvalitetu komunikacije s njima manje povoljnom, dok za zadovoljstvo vezom nije utvrđena značajna veza. Nadalje, u slučaju žena nije utvrđena niti jedna značajna korelacija, odnosno samoprocjene žena na *partner phubbingu* nisu značajno povezane s procjenama kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom njihovih partnera.

Što se tiče povezanosti između procjena *phubbinga* od strane partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njihovih partnera/ica, utvrđene su tri od četiri značajne i to negativne korelacije i to one između ženinih procjena svojih partnera na *phubbingu* te ženinih procjena kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom te između muškarčevih procjena svojih partnerica na *phubbingu* te muškarčevih procjena kvalitete komunikacije, ali ne i zadovoljstva vezom. To znači da što žene percipiraju da njihovi partneri više vrše *phubbing* nad njima, to one procjenjuju kvalitetu komunikacije sa svojim partnerima manje povoljnom te isto tako procjenjuju niže zadovoljstvo vezom. Isto tako, što muškarci percipiraju da njihove partnerice više vrše *phubbing* nad njima, to oni procjenjuju kvalitetu komunikacije sa svojim partnericama nižom, dok za zadovoljstvo vezom nije utvrđena značajna povezanost kod muškaraca.

Konačno, što se tiče odnosa između ponderiranih procjena *phubbinga* od strane partnera te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane partnera/ice, sve četiri korelacije su značajne i negativne. To znači da, što muškarci i žene procjenjuju da



njihovi partneri više vrše *phubbing*, ali kada se uzme u obzir stupanj u kojem im smeta takvo ponašanje, to su oni manje zadovoljni vezom sa svojim partnerima/icama te procjenjuju kvalitetu komunikacije nižom.

4.3.4. Odnos između stupnja u kojem pojedincu smeta partnerovo/ičino korištenje mobitela te njegovih ili njezinih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije

Od četiri moguće korelacije koje ispituju ovaj odnos, tri korelacije su statistički značajne. Utvrđena je negativna povezanost između stupnja u kojem ženskim sudionicima smeta partnerov *phubbing* te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane ženskih sudionika. Pri tome, što partnericama više smeta partnerov *phubbing*, to one procjenjuju kvalitetu komunikacije i zadovoljstvo vezom sa svojim partnerom manje povoljnom. Nadalje, također je utvrđena značajna negativna povezanost između stupnja u kojem muškim sudionicima smeta partneričin *phubbing* te procjene zadovoljstva vezom od strane muških sudionika, ali ne i kvalitete komunikacije. Pri tome dakle, što muškarcima više smeta partneričino korištenje mobitela u njihovoj prisutnosti, to oni procjenjuju zadovoljstvo vezom sa svojim partnericama nižim, dok za kvalitetu komunikacije nije utvrđena značajna veza. Ovdje je važno primijetiti kako su ponderirane procjene *phubbinga* (koliko često moj partner vrši *phubbing* \* koliko to meni smeta) te procjene smetanja *partner phubbinga* (koliko meni smeta partnerov/ičin *phubbing*) u većoj korelaciji sa vlastitim zadovoljstvom vezom i kvalitetom komunikacije nego u slučaju običnih procjena *partner phubbinga* (koliko često moj partner/ica vrši *phubbing*).

4.3.5. Povezanost između vlastitih samoprocjena *phubbinga* te procjena *phubbinga* od strane partnera/ice

Utvrđeno je kako su samoprocjene *phubbinga* muškaraca i žena (stupanj u kojem pojedinac percipira da vrši *phubbing* nad partnerom/icom) značajno pozitivno povezane s procjenama *phubbinga* od strane partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) s obzirom da se radi o istom konstrukt, samo o različitom procjenjivaču. To znači što pojedinci procjenjuju da oni sami više vrše *phubbing* nad svojim partnerima, to i njihovi partneri odnosno partnerice procjenjuju da oni više vrše *phubbing* nad njima.

4.3.6. Recipročnost *phubbing* ponašanja

Što se tiče povezanosti između samoprocjena *phubbinga* muškaraca i samoprocjena *phubbinga* žena, nije utvrđena značajna povezanost između ovih dviju mjera. Nadalje, što

se tiče odnosa između procjena *phubbinga* od strane partnera međusobno (povezanost između toga koliko pojedinac percipira da njegov ili njezin partner vrši *phubbing* nad njim ili njom te toga koliko njegov ili njezin partner/ica percipira da on/ona vrši *phubbing* nad njim ili njom), utvrđena je značajna pozitivna korelacija. To znači da što žene procjenjuju svoje partnere da više vrše *phubbing* nad njima, to i njihovi partneri više procjenjuju da one vrše *phubbing* nad njima.

Tablica 10 Pearsonovi koeficijenti korelacije između svih ispitivanih varijabli istraživanja na uzorku heteroseksualnih parova ( $N_{parova}=116$ )

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.
<b>1. M-Procjena partner phubbinga</b> (muškarac procijenio partnericu)	1													
<b>2. M-Ponderirana procjena partner phubbinga</b> (muškarac procijenio partnericu)	.747**	1												
<b>3. M-Procjena smetanja partner phubbinga</b> (muškarac procijenio)	.134	.643**	1											
<b>4. M-Samoprocjena partner phubbinga</b> (muškarac procijenio sebe)	.287**	.004	-.259**	1										
<b>5. M-Djelovanje sa sviješću</b> (muškarac procijenio sebe)	-.037	-.086	-.057	<b>-.283**</b>	1									
<b>6. M-Kvaliteta komunikacije</b> (muškarac procijenio)	<b>-.187*</b>	<b>-.215*</b>	<b>-.153</b>	-.237*	<b>.246**</b>	1								
<b>7. M-Zadovoljstvo vezom</b> (muškarac procijenio)	<b>-.104</b>	<b>-.254**</b>	<b>-.245**</b>	-.102	<b>.212*</b>	.705**	1							
<b>8. Ž-Procjena partner phubbinga</b> (žena procijenila partnera)	<b>.224*</b>	-.003	-.263**	<b>.503**</b>	<b>-.114</b>	-.280**	-.068	1						
<b>9. Ž-Ponderirana procjena phubbinga</b> (žena procijenila partnera)	.024	-.127	-.214*	.403**	-.121	-.192*	-.089	.795**	1					
<b>10. Ž-Procjena smetanja partner phubbinga</b> (žena procijenila)	-.198*	-.227*	-.047	.143	-.078	-.056	-.091	.267**	.742**	1				
<b>11. Ž-Samoprocjena phubbinga</b> (žena procijenila sebe)	<b>.481**</b>	.370**	-.006	<b>.019</b>	.041	<b>-.073</b>	<b>.058</b>	.319**	.058	-.265**	1			
<b>12. Ž-Djelovanje sa sviješću</b> (žena procijenila sebe)	<b>.075</b>	.025	.047	-.046	.123	<b>.032</b>	<b>.228*</b>	.023	-.117	-.181	<b>-.037</b>	1		
<b>13. Ž-Kvaliteta komunikacije</b> (žena procijenila)	-.038	-.097	-.116	<b>-.186*</b>	<b>.001</b>	.583**	.485**	<b>-.225*</b>	<b>-.297**</b>	<b>-.292**</b>	-.046	<b>.303**</b>	1	
<b>14. Ž-Zadovoljstvo vezom</b> (žena procijenila)	-.116	-.145	-.091	<b>-.086</b>	<b>.048</b>	.512**	.536**	<b>-.185*</b>	<b>-.289**</b>	<b>-.311**</b>	-.021	<b>.463**</b>	.727**	1

Legenda: \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ; M-varijable koje su muškarci ispunjavali, Ž-varijable koje su žene ispunjavale; **podebljane** korelacije odnose se na odgovore na istraživačke probleme (32 korelacije)

#### 4.4. Razlika u samoprocjeni vlastitog *phubbinga* i procjeni *phubbinga* od strane partnera/ice s obzirom na razinu osobine djelovanja sa sviješću

Kako bi se ispitale razlike u prosječnim rezultatima na skalama samoprocjene vlastitog *phubbinga* (stupanj u kojem pojedinac percipira da vrši *phubbing* nad partnerom/icom) te procjene *phubbinga* od strane partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) s obzirom na rezultat na subskali djelovanja sa sviješću posebno kod muškaraca i žena proveden je t-test za nezavisne uzorke. Pri tome su oba poduzorka muškaraca i žena podijeljena u dvije skupine na temelju medijana vrijednosti skale djelovanja sa sviješću dobivenog na cijelom uzorku. Sudionici čiji je rezultat manji od medijana kategorizirani su u jednu skupinu, a sudionici čiji je rezultat veći ili jednak medijanu kategorizirani su u drugu skupinu. Medijan na subskali djelovanja sa sviješću na cijelom uzorku iznosi 3.6.

Prije provedbe t-testa testirani su preduvjeti za provedbu istog. Provedbom Levene-ovog testa homogenosti varijanci provjereno je razlikuju li se značajno varijance u samoprocjenama i procjenama *partner phubbinga* između dviju grupa sudionika (ispod i iznad medijana na subskali djelovanja sa sviješću), dok je Kolmogorov-Smirnov testom ispitano odstupaju li distribucije u ovim dvjema grupama značajno od normalne. Rezultati testiranih preduvjeta prikazani su u Tablicama 7 i 8 u Prilogu. Rezultatima je utvrđeno da su varijance ovih dviju grupa homogene te da rezultati ovih dviju grupa ne odstupaju značajno od normalne distribucije, niti prema Kolmogorov-Smirnov testu, niti prema indeksima asimetričnosti i spljoštenosti. Rezultati stoga ukazuju na opravdanost korištenja t-testa za nezavisne uzorke. Rezultati t-testa prikazani su u Tablici 11. Provedbom t-testa pokazala se samo jedna statistički značajna razlika, odnosno pokazalo se da muški sudionici koji se nalaze iznad vrijednosti medijana na subskali djelovanja sa sviješću, u prosjeku imaju statistički značajno niži rezultat na skali samoprocjene vlastitog *phubbinga* u odnosu na one koji se nalaze ispod vrijednosti medijana. Nije utvrđena statistički značajna razlika u rezultatima između ovih dviju skupina na muškom uzorku na skali procjene *phubbinga* od strane njihovih partnerica. Nadalje, na ženskom poduzorku također nije utvrđena statistički značajna razlika kod ovih dviju grupa (iznad i ispod medijana na subskali djelovanja sa sviješću) na skali samoprocjene *phubbinga*, kao ni na skali procjene *phubbinga* od strane njihovih partnera.

Tablica 11 Prikaz rezultata t-testa za nezavisne uzorke za ispitivanje razlike u prosječnom rezultatu na skalama samoprocjene i procjene *phubbinga* između osoba koje su ispod i iznad medijana vrijednosti na subskali djelovanja sa sviješću posebno za ženski i muški poduzorak

	Muškarci (N=116)								Žene (N=116)							
	Samoprocjena <i>phubbinga</i>				Procjena <i>phubbinga</i> od strane partnerice				Samoprocjena <i>phubbinga</i>				Procjena <i>phubbinga</i> od strane partnera			
	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>
Ispod medijana vrijednosti	39	1.78	.768		39	1.88	.739		66	1.85	.618		66	1.58	.808	
				-2.78** <i>df</i> =114				-.55 <i>df</i> =114				.66 <i>df</i> =114				-.52 <i>df</i> =114
Iznad medijana vrijednosti	77	1.39	.695		77	1.81	.720		50	1.77	.609		50	1.66	.775	

Legenda: \* $p < .05$ ; \*\* $p < .0$

#### 4.5. Razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o obrascu *phubbinga* među partnerima

Kako bi se odgovorilo na zadnji postavljeni problem, odnosno ispitale razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o obrascu *phubbinga* među partnerima, prvo je provedena kategorizacija parova prema obrascu *partner phubbinga*.

##### 4.5.1. Kategorizacija parova

Obrasci *phubbinga* odnosili su se na to kakve su vrijednosti obaju partnera (dakle muškarca i žene koji čine jedan heteroseksualni par) s obzirom na vrijednost medijana na skali procjene *phubbinga*, samoprocjene *phubbinga* te skali ponderirane verzije procjene *phubbinga*. Dakle, ove tri skale su zapravo tri različite mjere *partner phubbinga*. Treba naglasiti da su kao mjere *phubbinga* kod žena uzete njihove vlastite samoprocjene njihovog *phubbinga* (koliko žene percipiraju da vrše *phubbing* nad svojim partnerom), zatim procjene *phubbinga* od strane njihovih partnera (koliko njihovi partneri percipiraju da one vrše *phubbing* nad njima) te ponderirane procjene *phubbinga* (koliko njihovi partneri percipiraju da one vrše *phubbing* nad njima kada se uzme u obzir koliko njihovim partnerima to smeta). Kao mjera *phubbinga* kod muškaraca uzete su njihove vlastite samoprocjene njihovog *phubbinga* (koliko muškarci percipiraju da vrše *phubbing* nad svojom partnericom), zatim procjene *phubbinga* od strane njihovih partnerica (koliko njihove partnerice percipiraju da oni vrše *phubbing* nad njima) te ponderirane procjene *phubbinga* (koliko njihove partnerice percipiraju da oni vrše *phubbing* nad njima kada se uzme u obzir koliko njihovim partnericama to smeta).

##### 4.5.1.1. Kategorizacija s obzirom na procjene *phubbinga*

Kategorizacija se prvo radila s obzirom na rezultate na skali procjene *phubbinga*. Kao što je već rečeno, u ovom slučaju mjera *partner phubbinga* žena (koliko one vrše *phubbing* nad partnerom) jest procjena *phubbinga* od strane njihovih partnera (koliko njihovi partneri percipiraju da one vrše *phubbing* nad njima), dok je mjera *partner phubbinga* muškaraca (koliko oni vrše *phubbing* nad partnericom) procjena *phubbinga* od strane njihovih partnerica (koliko njihove partnerice percipiraju da oni vrše *phubbing* nad njima). Za svaki heteroseksualni par pojedinačno se promatralo kakav je rezultat svakog člana para s obzirom na vrijednost medijana skale procjene *phubbinga*. Vrijednost medijana za skalu procjene *partner phubbinga* izračunata je na cjelokupnom uzorku sudionika ( $N=232$ ) te iznosi 1.63.

Ova vrijednost izračunata je na cjelokupnom uzorku sudionika, a ne posebno za muškarce i žene s obzirom da su se partneri unutar heteroseksualnog para morali uspoređivati prema istoj vrijednosti. Svaki heteroseksualni par kategoriziran je ovisno o tome kakav je rezultat svakog partnera (muškarca i žene) s obzirom na vrijednost medijana od 1.63. Kategorizacijom je utvrđeno kako broj heteroseksualnih parova kod kojih oba partnera imaju vrijednost iznad medijana (iznad 1.63) na skali procjene *partner phubbinga* iznosi  $N=34$ , dok broj parova kod kojih oba partnera imaju vrijednost ispod medijana (ispod 1.63) na skali procjene *partner phubbinga* iznosi  $N=32$ . Detaljni prikaz dobivenih kategorija prikazan je u Tablici 9 u Prilogu. Prvotnom kategorizacijom, osim prethodno navedene dvije kategorije (oba partnera ispod odnosno iznad medijana) dobivene su i sljedeće kategorije:

- a. Parovi kod kojih muški član para ima vrijednost iznad medijana, a ženski član para ispod medijana ( $N=21$ )
- b. Parovi kod kojih muški član para ima vrijednost iznad medijana, a ženski član para vrijednost jednaku medijanu ( $N=6$ )
- c. Parovi kod kojih muški član para ima vrijednost jednaku medijanu, a ženski član para vrijednost ispod medijana ( $N=6$ )
- d. Parovi kod kojih ženski član para ima vrijednost iznad medijana, a muški član para ispod medijana ( $N=12$ )
- e. Parovi kod kojih ženski član para ima vrijednost iznad medijana, a muški član para vrijednost jednaku medijanu ( $N=2$ )
- f. Parovi kod kojih ženski član para ima vrijednost jednaku medijanu, a muški član para vrijednost ispod medijana ( $N=3$ )

Kako bi se dobio što veći broj parova u pojedinoj kategoriji, odnosno s obzirom da je broj parova kod kojih je rezultat muškog partnera iznad, a njegove partnerice ispod medijana (pod a.) nedovoljan, kako bi se dobila kategorija u kojoj *muški partner više vrši partner phubbing od ženskog partnera*, osim broja parova u kategoriji pod a., broju parova u ovoj kategoriji pridodan je i broj parova u kategorijama pod b. i c. Nadalje, također je nedovoljan broj parova kod kojih je rezultat ženskog partnera iznad, a muškog partnera ispod medijana (pod d.) te je isti princip zbrajanja primijenjen i u ovom slučaju kako bi se dobila kategorija u kojoj *ženski partner više vrši partner phubbing od muškog partnera*. Ova kategorija dobivena je pridodavanjem broja parova iz kategorija e. i f. broju parova u kategoriji d. Ovom kategorizacijom i dalje je dobiven nedovoljan broj parova u kojima ženski partner vrši *phubbing* više od muškog partnera ( $N=17$ ) (v. Tablica 9 u Prilogu). S obzirom na nedovoljan broj parova u ovoj kategoriji, formirala se opća kategorija u kojoj *jedan partner*

vrši *phubbing* više u odnosu na drugoga (bez obzira o kojem se partneru radi, muškom ili ženskom). Ova kategorija formirana je zbrajanjem broja parova od a. do f. te broj parova u ovoj kategoriji iznosi  $N=50$ . Dakle, ukupno su odabrane tri kategorije koje su uzete u konačnu analizu: 1) kategorija u kojoj su rezultati oba partnera na skali procjene *partner phubbinga* iznad medijana, 2) kategorija u kojoj su ovi rezultati ispod medijana, 3) te opća kategorija u kojoj jedan partner vrši *phubbing* više od drugoga dobivena kao zbroj parova u kategorijama od a. do f.

#### 4.5.1.2. Kategorizacija s obzirom na ponderiranu procjenu *phubbinga*

Kategorizacija se zatim radila s obzirom na rezultate na ponderiranoj verziji skale procjene *partner phubbinga*. Mjera *partner phubbinga* žena (koliko one vrše *phubbing* nad partnerom) jest ponderirana procjena *phubbinga* od strane njihovih partnera (koliko njihovi partneri percipiraju da one vrše *phubbing* nad njima kada se uzme u obzir koliko to njihovim partnerima smeta), dok je mjera *partner phubbinga* muškaraca (koliko oni vrše *phubbing* nad partnericom) ponderirana procjena *phubbinga* od strane njihovih partnerica (koliko njihove partnerice percipiraju da oni vrše *phubbing* nad njima kada se uzme u obzir koliko to njihovim partnericama smeta). Za svaki heteroseksualni par pojedinačno se promatralo kakav je rezultat svakog člana para s obzirom na vrijednost medijana ponderirane skale procjene *partner phubbinga*. Vrijednost medijana za skalu ponderirane procjene *partner phubbinga* također je izračunata na cjelokupnom uzorku sudionika ( $N=232$ ) te iznosi 3. Svaki heteroseksualni par kategoriziran je ovisno o tome kakav je rezultat svakog partnera (muškarca i žene) s obzirom na vrijednost medijana. Kategorizacijom je utvrđeno kako broj heteroseksualnih parova kod kojih oba partnera imaju vrijednost iznad medijana (iznad 3) na skali ponderirane procjene *partner phubbinga* iznosi  $N=25$ , dok broj parova kod kojih oba partnera imaju vrijednost ispod medijana (ispod 3) iznosi  $N=27$ . Detaljni prikaz dobivenih kategorija prikazan je u Tablici 9 u Prilogu. Kao i u gornjem slučaju, kako bi bili konzistentni, osim dviju kategorija u kojima su rezultati oba člana para iznad, odnosno ispod medijana vrijednosti na ponderiranoj verziji skale procjene *phubbinga*, formirana je i uzeta u obzir treća opća kategorija u kojoj *jedan partner vrši phubbing više u odnosu na drugoga* (bez obzira o kojem se partneru radi, muškom ili ženskom) koja je formirana na isti način kao i u slučaju procjene *partner phubbinga*. Broj parova u ovoj kategoriji iznosi  $N=64$ .



#### 4.5.1.3. Kategorizacija s obzirom na samoprocjene *phubbinga*

Treća se kategorizacija radila s obzirom na rezultate na skali samoprocjene *phubbinga*. Kao što je već rečeno, u ovom slučaju mjera *partner phubbinga* žena (koliko one vrše *phubbing* nad partnerom) jest njihova vlastita samoprocjena *phubbinga* (koliko one percipiraju da vrše *phubbing* nad svojim partnerom), dok je mjera *partner phubbinga* muškaraca (koliko oni vrše *phubbing* nad partnericom) također njihova vlastita samoprocjena *phubbinga* (koliko oni percipiraju da vrše *phubbing* nad svojom partnericom). Za svaki heteroseksualni par pojedinačno se promatralo kakav je rezultat svakog člana para s obzirom na vrijednost medijana skale samoprocjene *phubbinga*. Vrijednost medijana za skalu samoprocjene *partner phubbinga* na cjelokupnom uzorku sudionika iznosi 1.63. Svaki heteroseksualni par kategoriziran je ovisno o tome kakav je rezultat svakog partnera (muškarca i žene) s obzirom na ovu vrijednost medijana od 1.63. Kategorizacijom je utvrđeno kako broj heteroseksualnih parova kod kojih oba partnera imaju vrijednost iznad medijana (iznad 1.63) na skali samoprocjene *partner phubbinga* iznosi  $N=26$ , dok broj parova kod kojih oba partnera imaju vrijednost ispod medijana (ispod 1.63) na skali samoprocjene *partner phubbinga* iznosi  $N=24$  (v. Tablica 9 u Prilogu). Kao i u slučaju procjene *phubbinga*, ali i ponderirane procjene *phubbinga* treća kategorija koja se uzela u obzir odnosi se na opću kategoriju u kojoj *jedan partner vrši phubbing više u odnosu na drugoga* (bez obzira o kojem se partneru radi, muškom ili ženskom). Broj parova u ovoj kategoriji iznosi  $N=65$ .

#### 4.5.1.4. Konačno dobivene kategorije obrasca *phubbinga* među partnerima

Na temelju kategorizacije, odabrane su tri kategorije obrasca *phubbinga* među partnerima koje će se koristiti u daljnjim analizama:

1. Oba partnera vrše *partner phubbing* često (kategorija koju čine parovi kod kojih su rezultati obaju partnera iznad medijana vrijednosti na skali procjene *partner phubbinga*, odnosno ponderirane procjene *partner phubbinga* i samoprocjene *partner phubbinga*) ( $N_{\text{procjena phubbinga}}=34$ ;  $N_{\text{ponderirana procjena}}=25$ ;  $N_{\text{samoprocjena}}=26$ )
2. Oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko (kategorija koju čine parovi kod kojih su rezultati obaju partnera ispod medijana vrijednosti na ovim trima skalama) ( $N_{\text{procjena phubbinga}}=32$ ;  $N_{\text{ponderirana procjena}}=27$ ;  $N_{\text{samoprocjena}}=24$ )
3. Jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga (neovisno o tome radi li se o muškarcu ili ženi) (ovu kategoriju čine parovi kod kojih su rezultati jednog partnera viši od rezultata drugog partnera, na način da su rezultati jednog partnera iznad, a

drugoga ispod medijana ili u vrijednosti medijana, ili su pak rezultati jednog partnera u vrijednosti medijana, a drugoga ispod vrijednosti medijana) ( $N_{\text{procjena phubbinga}}=50$ ;  $N_{\text{ponderirana procjena}}=64$ ;  $N_{\text{samoprocjena}}=65$ )

Dakle, ukupno su odabrana tri obrasca *partner phubbinga* za svaku od tri različite skale koje mjere *partner phubbing*.

#### 4.5.2. Formiranje opće mjere kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom za heteroseksualne parove

Kako bi se ispitala razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na tri dobivene kategorije obrasca *partner phubbinga*: 1) oba partnera često vrše *partner phubbing*; 2) oba partnera rijetko vrše *partner phubbing* te 3) jedan partner više vrši *partner phubbing* od drugoga (neovisno radi li se o muškom ili ženskom partneru), formirana je zajednička mjera kvalitete komunikacije, odnosno zadovoljstva vezom za pojedini heteroseksualni par. Ovaj zajednički indikator kvalitete komunikacije, odnosno zadovoljstva vezom formiran je tako što su stvorene dvije nove varijable (za skalu kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom) na način da je za svaku česticu na obje skale napravljen prosječni zajednički rezultat (zbroy rezultata partnera i partnerice na pojedinoj čestici podijeljen s dva). Nakon što je za svaku česticu napravljen prosjek vrijednosti obaju partnera na toj čestici, formirana je zajednička varijabla za svaku od ove dvije skale koja je prosjek već uprosječenih vrijednosti na tvrdnjama. Deskriptivni podaci za ove dvije varijable koje predstavljaju zajednički indikator kvalitete komunikacije, odnosno zadovoljstva vezom heteroseksualnih parova prikazani su u Tablici 10 u Prilogu.

#### 4.5.3. Ispitivanje razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na obrazac *phubbinga* među partnerima

Kako bi se odgovorilo na zadnji postavljeni problem, odnosno ispitala razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o tri dobivena obrasca *phubbinga* među partnerima (oba partnera vrše *phubbing* često, oba partnera vrše *phubbing* rijetko, jedan partner vrši *phubbing* više od drugoga) dobivena za svaku od tri skale koje mjere *partner phubbing* (skala procjene *partner phubbinga*, ponderirana verzija skale procjene *partner phubbinga* i samoprocjena *partner phubbinga*), korištene su jednosmjerne analize varijance. Prije provedbe samih analiza varijance, izračunati su preduvjeti za provedbu iste, odnosno provjerena je normalnost distribucija te homogenost varijanci. Rezultati testiranja normalnosti distribucija po grupama prikazani su u Tablici 11 u Prilogu.

Iz tablice je vidljivo kako distribucija rezultata odstupa značajno od normalne za varijablu zadovoljstvo vezom u kategorijama gdje oba partnera rijetko vrše *partner phubbing* (osim kada je ova kategorija formirana na temelju skale samoprocjene *partner phubbinga*), kao i u kategoriji gdje jedan partner vrši *phubbing* više od drugoga, dok u kategoriji gdje oba partnera vrše *phubbing* često, rezultati na zajedničkom indikatoru zadovoljstva vezom ne odstupaju značajno od normalne distribucije. S druge strane, rezultati za zajednički indikator kvalitete komunikacije ne odstupaju značajno od normalne distribucije niti u jednoj od kategorija obrazaca partner *phubbinga*. Unatoč tome što rezultati dobiveni Kolmogorov-Smirnov testom ukazuju na značajno odstupanje distribucija od normalne u slučaju zajedničkog indikatora zadovoljstva vezom, pregledom vrijednosti indeksa asimetričnosti i spljoštenosti vidljivo je kako se sve vrijednosti uklapaju u prihvatljiv raspon, odnosno vrijednosti indeksa asimetričnosti se nalaze unutar graničnih  $\pm 3$ , a indeksa spljoštenosti unutar  $\pm 10$  te ne ukazuju na ozbiljno odstupanje distribucije od normalne. Osim testiranja normalnosti distribucija, proveden je Levene-ov test homogenosti varijanci kako bi se utvrdilo da li su varijance grupa homogene. Rezultati Rezultati Levene-ovog testa prikazani su u Tablici 12 u Prilogu. Iz Tablice 12 u Prilogu vidljivo je kako varijance grupa nisu homogene u slučaju varijable zadovoljstva vezom između različitih obrazaca partner *phubbinga* formiranih na temelju ponderirane verzije skale procjene partner *phubbinga*. U tom slučaju, jednosmjerne analize varijance izračunate su za sve varijable osim u slučaju ispitivanja razlika u zajedničkom indikatoru zadovoljstva vezom s obzirom na različite obrasce partner *phubbinga*, kada se ti obrasci formiraju na temelju ponderirane verzije procjene partner *phubbinga*. Rezultati jednosmjernih analiza varijance prikazani su u Tablici 12.

Tablica 12 Prikaz rezultata jednosmjernih analiza varijance kojima se ispitala značajnost razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na obrazac *partner phubbinga*

Efekt	Varijabla	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p(F)</i>
<b>1. Obrazac <i>partner phubbinga</i> (za skalu procjene <i>partner phubbinga</i>)</b>	Kvaliteta komunikacije	1.63	2/113	.20
	Zadovoljstvo vezom	1.12	2/113	.33
<b>2. Obrazac <i>partner phubbinga</i> (za skalu ponderirane procjene <i>partner phubbinga</i>)</b>	Kvaliteta komunikacije	7.84	2/113	.00**
<b>3. Obrazac <i>partner phubbinga</i> (za skalu samoprocjene <i>partner phubbinga</i>)</b>	Kvaliteta komunikacije	2.91	2/112	.06
	Zadovoljstvo vezom	.35	2/112	.70

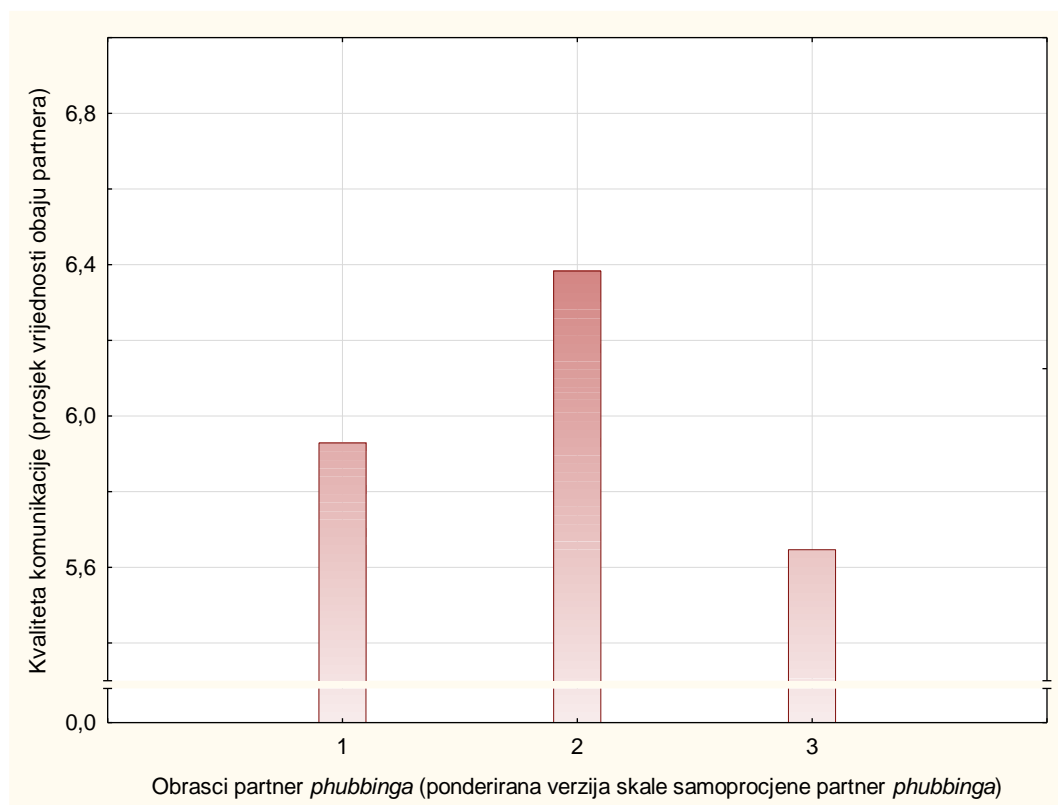
Rezultati jednosmjernih analiza varijance ukazuju na nepostojanje značajne razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o obrascu *partner phubbinga* kada su ti obrasci formirani na temelju skala procjene *partner phubbinga* i samoprocjene *partner phubbinga*. S druge strane, rezultati ukazuju na postojanje značajne razlike u kvaliteti komunikacije kod heteroseksualnih parova ovisno o obrascu *phubbinga* među partnerima kada se ti obrasci formiraju na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*. Kako bi se detaljnije ispitalo između kojih obrazaca *phubbinga* postoje značajne razlike u kvaliteti komunikacije, proveden je Bonferroni *post-hoc* test (Tablica 13).

Tablica 13 Prikaz rezultata Bonferroni post-hoc testa za utvrđivanje razlika u kvaliteti komunikacije s obzirom na pojedine kategorije obrasca *partner phubbinga* formirane na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*

Obrasci <i>partner phubbinga</i>	1. ( $M_{kom}=5.93$ )	2. ( $M_{kom}=6.38$ )	3. ( $M_{kom}=5.65$ )
1. Jedan partner više vrši <i>partner phubbing</i> od drugoga	1		
2. Oba partnera rijetko vrše <i>partner phubbing</i>	.014*	1	
3. Oba partnera često vrše <i>partner phubbing</i>	.248*	.001*	1

Legenda: \* $p < .05$

Provedenim post-hoc testom utvrđeno je da postoji statistički značajna razlika u kvaliteti komunikacije između sva tri obrasca *phubbinga* među partnerima (oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*; oba partnera često vrše *partner phubbing*; jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga) na ponderiranoj verziji skale procjene *partner phubbinga*. Kvaliteta komunikacije najniža je kod parova kod kojih oba partnera imaju prosječni rezultat na ponderiranoj verziji skale procjene *partner phubbinga* iznad medijana vrijednosti (oba partnera često vrše *phubbing*), zatim nešto viša kod parova kod kojih jedan partner više vrši *partner phubbing* od drugoga (parovi kod kojih su rezultati jednog partnera viši od rezultata drugog partnera, na način da su rezultati jednog partnera iznad, a drugoga ispod medijana ili u vrijednosti medijana, ili su pak rezultati jednog partnera u vrijednosti medijana, a drugoga ispod vrijednosti medijana), dok je kvaliteta komunikacije najviša kod parova kod kojih oba partnera imaju prosječan rezultat na ponderiranoj verziji skale procjene *partner phubbinga* ispod medijana vrijednosti (oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*).



Slika 1 Prikaz prosječnih vrijednosti zajedničkog indikatora kvalitete komunikacije heteroseksualnih parova ( $N=116$ ) s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga*

Legenda: 1-parovi kod kojih jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga; 2-parovi kod kojih oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*; 3-parovi kod kojih oba partnera često vrše *partner phubbing*

Kako bi se ispitala razlika u zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga* (formirane na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*), proveden je neparametrijski Kruskal-Wallis test. Rezultati Kruskal-Wallis testa prikazani su u Tablici 14. Iz tablice je vidljivo kako postoji značajna razlika u zajedničkom indikatoru zadovoljstva vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga* kada su ti obrasci formirani na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*.

Tablica 14 Prikaz rezultata Kruskal-Wallis testa za ispitivanje razlika u zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga* formirane na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*

Obrasci <i>partner phubbinga</i>	Prosječni rang	Kruskal-Wallis	<i>p</i>
Oba partnera rijetko vrše <i>partner phubbing</i>	75.28		
Oba partnera često vrše <i>partner phubbing</i>	44.56	11.44	.00**
Jedan partner vrši <i>partner phubbing</i> više od drugoga	56.87		

Legenda: \*\* $p < .01$

Kako bi se detaljnije ispitalo između kojih obrazaca *partner phubbinga* postoje značajne razlike u zajedničkom indikatoru zadovoljstva vezom, proveden je post-hoc test. Rezultati post-hoc testa prikazani su u Tablici 15. Post-hoc testom utvrđeno je kako postoji značajna razlika u zadovoljstvu vezom između parova koji rijetko vrše *partner phubbing* i onih koji često vrše *partner phubbing*, pri čemu je zadovoljstvo vezom više kod onih parova koji rijetko vrše *partner phubbing* u odnosu na one koji često vrše *partner phubbing*. S druge strane, nije utvrđena razlika u zadovoljstvu vezom između onih parova kod kojih jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga s jedne strane te parova koji često, odnosno rijetko vrše *partner phubbing*.

Tablica 15 Prikaz rezultata post-hoc testa u svrhu detaljnijeg ispitivanja razlika u zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga* formirane na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*

Obrasci <i>partner phubbinga</i>	1. ( $R_{zad}=56.87$ )	2. ( $R_{zad}=75.28$ )	3. ( $R_{zad}=44.56$ )
1. Jedan partner više vrši <i>partner phubbing</i> od drugoga	1		
2. Oba partnera rijetko vrše <i>partner phubbing</i>	2.39	1	
3. Oba partnera često vrše <i>partner phubbing</i>	1.55	3.29**	1

Legenda: \*\* $p < .01$ ; R-prosječni rang

## 5. RASPRAVA

Pametni telefoni zasigurno spadaju među najpopularnije uređaje diljem svijeta te su postali sastavni dio našeg svakodnevnog života (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). Unatoč njihovim brojnim prednostima, sve više istraživanja počelo se usmjeravati na neke negativne aspekte korištenja ovih informacijsko komunikacijskih tehnologija u kontekstu interpersonalnih veza. U kontekstu toga, skovan je termin za novi socijalni fenomen pod nazivom *phubbing* koji se odnosi na ignoriranje osobe s kojom smo u fizičkoj interakciji pridavanjem veće pažnje samom mobilnom uređaju nego toj osobi (Roberts i David, 2016). Važno je naglasiti da se istraživanjem negativnih aspekata mobilnih uređaja ne implicira njihova isključivo negativna uloga, već naprotiv, kao što je već rečeno u uvodnom dijelu, postoje brojne prednosti ovih informacijsko komunikacijskih tehnologija. No, za jedan aspekt korištenja ovih tehnologija, specifičnije *phubbing*, postoje indicije da isti može biti povezan s lošijim interpersonalnim ishodima. U skladu s tim, najčešća vrsta interpersonalnog odnosa unutar kojeg se proučavao *phubbing* jesu ljubavne veze pri čemu ovaj fenomen dobiva naziv *partner phubbing* ili skraćeno *phubbing* (Roberts i David 2016). Upravo u ovom istraživanju proučavani su odnosi između *partner phubbinga* i nekih aspekata percepcije partnerskog odnosa, kao i odnos između *partner phubbinga* i osobine djelovanja sa sviješću, kao jedne od faceta usredotočene svjesnosti.

### 5.1. Validacija skale *partner phubbinga* na hrvatskom uzorku

Roberts i David (2016) konstruirali su *Skalu partner phubbinga* koja je mjera učestalosti kojom ljubavni partneri/ice nekog pojedinca koriste ili su ometeni vlastitim pametnim telefonom dok su u njihovom društvu. S obzirom da ne postoji hrvatska inačica ove skale, jedan od ciljeva ovog istraživanja bio je prevesti i validirati ovu skalu na hrvatskom uzorku heteroseksualnih parova. Nadalje, u dosadašnjim istraživanjima *partner phubbinga* sudionici nisu procjenjivali stupanj u kojem oni sami vrše *phubbing* nad partnerom/icom, odnosno nije se radilo o samoprocjenama već o procjenama *partner phubbinga*. U skladu s tim, osim prevođenja originalne skale procjene *partner phubbinga* autora Roberta i Davida (2016), za potrebe ovog istraživanja formirana je i verzija u kojoj su iste čestice preoblikovane iz trećeg lica jednine u prvo lice jednine kako bi se odnosile na samoprocjene vlastitog *partner phubbinga*. S obzirom da su Roberts i David (2016) u svom istraživanju dobili jednofaktorsku strukturu ove skale, u ovom istraživanju također se očekivalo dobivanje jednofaktorske strukture skale procjene *partner phubbinga*, kao i skale samoprocjene, s obzirom da se radi o istom konstrukt, ali o različitom procjenjivaču.



Provedbom faktorske analize u ovom istraživanju utvrđena je jednofaktorska struktura obiju skala, ali je čestica pod rednim brojem sedam („Moj/a partner/ica ne koristi svoj mobitel dok razgovaramo<sup>1</sup>“/„Ne koristim svoj mobitel kada razgovaram sa svojim/om partnerom/icom<sup>2</sup>“) izbačena iz obiju skala s obzirom na njezinu nedovoljnu zasićenost ekstrahiranim faktorom kao i niskoj pouzdanosti. Moguće je da je ova čestica previše apstraktno formulirana što je moglo dovesti do njezine niske zasićenosti ekstrahiranim faktorom. Svakako se u budućim istraživanjima sugerira provjeriti faktorsku strukturu na drugom uzorku sudionika s obzirom da se u ovom istraživanju ipak radilo o specifičnom uzorku, odnosno uzorku heteroseksualnih parova.

## 5.2. Ispitivanje povezanosti između svih ispitivanih varijabli istraživanja

### 5.2.1. Odnos osobine djelovanja sa sviješću i *partner phubbinga*

Drugi problem ovog istraživanja bio je ispitati korelaciju između svih ispitivanih varijabli istraživanja (djelovanje sa sviješću, procjene i samoprocjene *partner phubbinga* te ponderirane procjene *partner phubbinga*, procjena smetanja *partner phubbinga*, kvaliteta komunikacije među ljubavnim partnerima te percipirano zadovoljstvo vezom). Za početak, jedna od hipoteza bila je očekivanje negativne povezanosti između izraženosti osobine djelovanja sa sviješću pojedinca s jedne strane te stupnja u kojem taj pojedinac vrši *phubbing* nad svojim partnerom s druge strane. Kao mjera toga koliko pojedinac vrši *phubbing* prema vlastitom partneru/ici uzeta je njegova ili njezina samoprocjena *partner phubbinga* kao i procjena *partner phubbinga* od strane njegovog ili njezinog partnera/ice. Ova hipoteza temelji se na prethodnim istraživanjima u kojima se pokazalo kako su pojedinci koji imaju manje izraženu osobinu usredotočene svjesnosti ili pak njezine facete djelovanja sa sviješću više automatski orijentirani prema ponašanjima vezanima uz započinjanje, slanje, čitanje i provjeravanje tekstualnih poruka (Bayer i sur., 2016; Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015).

U skladu s tim, očekivalo se da će pojedinci s manje izraženom osobinom djelovanja sa sviješću ujedno biti skloniji *partner phubbingu* s obzirom da sam *phubbing* uključuje ponašanja korištenja pametnih telefona za koja se u prethodnim istraživanjima pokazalo da mogu biti automatizirana ponašanja pod utjecajem navike koja se odvijaju s niskom razinom svjesnosti (Bayer i sur., 2016; Moore i Brown, 2019; Panek i sur., 2015). Na temelju toga, u ovom se istraživanju u odnos s *partner phubbingom* dovela individualna razlika u izraženosti

---

<sup>1</sup> Čestica se odnosi na skalu procjene *partner phubbinga*

<sup>2</sup> Čestica se odnosi na skalu samoprocjene *partner phubbinga*

osobine djelovanja sa sviješću, koja podrazumijeva potpunu uključenost svjesnosti i pažnje u iskustva koja se trenutno odvijaju (Gračanin i sur., 2017). Upravo suprotno ovakvom ponašanju je mehaničko, automatsko obavljanje aktivnosti (Gračanin i sur., 2017). Hipoteza o negativnom odnosu pojedinčeve izraženosti osobine djelovanja sa sviješću te stupnja u kojem taj pojedinac vrši *phubbing* nad svojim partnerom/icom samo je djelomično potvrđena. Naime, nije utvrđena značajna povezanost između samoprocjene žena na subskali djelovanja sa sviješću s njihovim vlastitim samoprocjenama *partner phubbinga*, dok je kod muškaraca utvrđena značajna negativna povezanost. Pri tome, što muškarci imaju izraženiju osobinu djelovanja sa sviješću, to manje vrše *phubbing* nad svojim partnericama. Nadalje, nije utvrđena značajna povezanost između samoprocjene muškaraca i žena na subskali djelovanja sa sviješću s procjenama njihovog *phubbinga* od strane njihovih partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom). Dakle, od ukupno četiri korelacije koje ukazuju na ovaj odnos, samo je jedna korelacija statistički značajna što govori u prilog samo djelomičnom potvrđivanju hipoteze.

Jedan od mogućih razloga za nedobivanje ovih povezanosti jest problem koji ističu Grossman i Van Dam (2011, prema Gračanin i sur., 2017), a koji se odnosi na obrnuto kodirane čestice subskale djelovanja sa sviješću. Naime, autori ne tvrde da obrnuto kodirane čestice nisu korisne već da problem može biti ako je cijela skala, odnosno subskala sastavljena od takvih čestica, kao što je u slučaju subskale djelovanja sa sviješću upitnika FFMQ. Naime, prema ovim autorima, odsutnost jednog ekstrema određene osobine ne ukazuje nužno i na snažnu prisutnost drugog ekstrema. Prema ovim idejama djelovanje sa sviješću mjera je opće nepažljivosti te bi se stoga trebala na taj način uzimati u obzir te preimenovati. Osim toga, javlja se problem teškoće dosjećanja stanja nepažljivosti kod osoba niske metasvjesnosti te je moguće da djelovanje sa sviješću nije čak ni osobito točna mjera nepažljivosti. Slično tome, Gračanin i suradnici (2017) u svom radu navode kako su i drugi autori kao npr. Christopher i suradnici (2014, prema Gračanin i sur., 2017) istaknuli kako svjesnost vlastite mentalne odsutnosti zapravo može biti pokazatelj razvijene osobine usredotočene svjesnosti. Konačno, problem može biti općenito sam način mjerenja usredotočene svjesnosti, odnosno njezino mjerenje putem upitnika, s obzirom da se pokazalo kako je nečija percepcija vlastitog ponašanja često u neskladu s ponašanjem, kako navode Gračanin i suradnici (2017), a trenutno ne postoje neki objektivni bihevioralni i biološki pokazatelji usredotočene svjesnosti. Tako Grossman i Van Dam (2011, prema Gračanin i sur., 2017) predlažu korištenje intervjua umjesto upitnika samoprocjene.

U skladu s rezultatima ove povezanosti između osobine djelovanja sa sviješću te učestalosti kojom pojedinac vrši *partner phubbing* su i rezultati trećeg problema ovog istraživanja, koji je bio ispitati razlike u *partner phubbingu* (procjenama i samoprocjenama) s obzirom na razinu facete djelovanja sa sviješću posebno kod muškaraca i žena. Očekivala se statistički značajna razlika u prosječnom rezultatu na skali procjene i samoprocjene *partner phubbinga* između skupine sudionika čiji se rezultati nalaze ispod i iznad medijana vrijednosti subskale djelovanja sa sviješću. Pritom se i kod muškaraca i kod žena očekivalo da će skupina koja je iznad medijana vrijednosti imati u prosjeku niži rezultat na skali samoprocjene *partner phubbinga* (stupanj u kojem pojedinac percipira da vrši *phubbing* nad svojim partnerom/icom) kao i na skali procjene *phubbinga* (stupanj u kojem pojedinčev partner/ica percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) u odnosu na skupinu koja je ispod te vrijednosti. Utvrđena je samo jedna statistički značajna razlika, odnosno pokazalo se da muški sudionici koji se nalaze iznad vrijednosti medijana na subskali djelovanja sa sviješću, u prosjeku imaju statistički značajno niži rezultat na skali samoprocjene vlastitog *phubbinga* u odnosu na one koji se nalaze ispod vrijednosti medijana. Ovakvi rezultati su u skladu s prethodno navedenim rezultatima ispitivanja povezanosti između automatizma slanja poruka i osobine djelovanja sa sviješću. U daljnjem ispitivanju ovog odnosa predlaže se korištenje neke druge mjere usredotočene svjesnosti uz postojeću skalu samoprocjene u skladu s prijedlozima autora Grossmana i Van Dama (2011, prema Gračanin i sur., 2017) te se predlaže ispitivanje ovog odnosa na drugom uzorku sudionika. Naime, ovaj uzorak je specifičan po tome što se radi o ljubavnim parovima.

#### 5.2.2. Odnos između osobine djelovanja sa sviješću te ishoda u ljubavnim vezama

Druga hipoteza vezana uz drugi problem odnosila se na odnos između osobine usredotočene svjesnosti djelovanja sa sviješću te kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom kod ljubavnih parova. Pri tome se očekivala pozitivna povezanost između samoprocjene muškaraca i žena na subskali usredotočene svjesnosti s jedne strane te vlastite procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom, ali i procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane partnera/ice s druge strane. Ova hipoteza temelji se na prethodnim istraživanjima u kojima je utvrđena pozitivna povezanost između usredotočene svjesnosti općenito i zadovoljstva vezom (Barnes i sur., 2007; Burpee i Langer, 2005; Jones i sur., 2011; Khaddouma i sur., 2016; McGill i sur., 2016; Quinn-Nilas, 2020; Wachs i Cordova, 2007). U prethodnim istraživanjima također se pokazalo kako više razine stanja usredotočene svjesnosti predviđaju nekoliko značajki poboljšane komunikacije među

partnerima, kao što su niže razine verbalne agresije, negativnosti i relacijskog konflikta (Barnes i sur., 2007).

Što se tiče odnosa između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te njihovih vlastitih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije u ovom istraživanju, sve korelacije su pozitivne i značajne. To znači da što muškarci i žene imaju izraženiju osobinu djelovanja sa sviješću, to procjenjuju zadovoljstvo vezom i kvalitetu komunikacije sa svojim/om partnerom/icom povoljnijom. Dakle, od četiri korelacije koje ispituju ovaj odnos, sve četiri su statistički značajne. Rezultati prethodnih istraživanja ukazuju na to da usredotočena svjesnost može biti pozitivno povezana sa zadovoljstvom vezom te da parovi koji imaju više izraženu ovu osobinu konstruktivnije rješavaju konflikte te se s teškim emocijama nose na adaptivniji način (Barnes i sur, 2007; Wach i Cordova, 2007).

Iako većina ovih istraživanja nije kauzalne prirode, pa tako ni ovo istraživanje, dosadašnji nalazi ipak nude obećavajuće smjernice vezane uz potencijalnu ulogu usredotočene svjesnosti u relacijskoj dobrobiti (Carson i sur., 2004). Većina istraživanja ovog odnosa uzela je u obzir usredotočenu svjesnost kao globalni konstrukt, dok je vrlo malo istraživanja uzelo u obzir različite facete usredotočene svjesnosti. Tako su Khaddouma i suradnici (2015) utvrdili vezu između nekih faceta usredotočene svjesnosti i zadovoljstva vezom, među kojima je bila i faceta djelovanja sa sviješću. Lenger (2016) navodi kako djelovanje sa sviješću može pomoći pojedincu da spremnije primijeti one stvari koje cijeni u vezi svog partnera/ice i njihove veze, time poboljšavajući vlastitu dobrobit. Slično tome, ovakva svjesnost može omogućiti pojedincu da bude pažljiviji prema promjenjivim potrebama svojeg partnera/ice u raznim situacijama, time poboljšavajući partnerovu dobrobit.

U istraživanju autorice Lenger (2016) na uzorku parova u braku, pokazalo se da je ova faceta povezana s vlastitim procjenama zadovoljstva vezom. No, niti jedna faceta usredotočene svjesnosti pa tako ni faceta djelovanja sa sviješću u istraživanju autorice nije bila povezana s partnerovim/ičinim procjenama zadovoljstva vezom. U ovom istraživanju, za hipotezu o pozitivnom odnosu između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane njihovih partnera/ica, samo jedna korelacija od njih četiri je značajna i pozitivna, i to ona između samoprocjene osobine djelovanja sa sviješću žena s procjenom zadovoljstva vezom njihovih partnera. To znači da što žene imaju više izraženu osobinu djelovanja sa sviješću, to njihovi

partneri procjenjuju zadovoljstvo vezom višim. No, nije utvrđena povezanost između samoprocjene osobine djelovanja sa sviješću žena s procjenom kvalitete komunikacije njihovih partnera te nije utvrđena korelacija između samoprocjene osobine djelovanja sa sviješću muškaraca sa procjenom kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom kod njihovih partnerica. Rezultati ovog istraživanja stoga ukazuju da je nečija osobina djelovanja sa sviješću više povezana s vlastitim povoljnijim procjenama ljubavnih ishoda, nego s procjenama ishoda od strane njihovih partnera/ica.

Sve u svemu, mehanizmi putem kojeg se ostvaruje pozitivna povezanost između osobine usredotočene svjesnosti pa samim time i njezine facete djelovanja sa sviješću još uvijek je nejasan te su potrebna daljnja istraživanja u kojima bi se utvrdili indirektni mehanizmi koji se nalaze u podlozi ovog odnosa (Quinn-Nilas, 2020). Dakle, rezultati ovog istraživanja pokazuju da je faceta djelovanja sa sviješću komponentna usredotočene svjesnosti koja je pozitivno povezana s vlastitim zadovoljstvom vezom i percepcijom kvalitete komunikacije kod heteroseksualnih parova, dok je samo kod žena utvrđeno da je ova faceta povezana sa zadovoljstvom vezom kod njihovih partnera. Rezultati stoga više idu u prilog pretpostavki da crta djelovanja sa sviješću ima ulogu u vlastitom doživljaju ljubavne veze, ali da nije povezana s doživljajem iste kod nečijeg ljubavnog partnera/ice.

Moguće je da je uloga usredotočene svjesnosti pa tako i ove facete u ljubavnim vezama ograničena na umanjivanje negativnih procesa među dijadama (Lenger, 2016). Moguće je da su u ovom uzorku ovakvi negativni procesi bili nedovoljno reprezentirani s obzirom da su rezultati procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom pomaknuti prema višim vrijednostima. Pomak ovih rezultata prema višim vrijednostima vjerojatno ne odražava samo stvarni dojam o, u prosjeku, visokoj kvaliteti bračne komunikacije i zadovoljstvu vezom kod sudionika u ovom istraživanju već i moguću samoselekcioniranost uzorka s obzirom da je sudjelovanje u istraživanju bilo ne samo dobrovoljno već i uvjetovano spremnošću obaju partnera za sudjelovanje. U budućim istraživanjima ovog odnosa predlaže se korištenje većeg broja heteroseksualnih parova, s pokušajem što veće zastupljenosti parova koji su manje zadovoljni kvalitetom vlastite veze te ispitivanje odnosa između ostalih faceta usredotočene svjesnosti i ishoda u ljubavnim vezama. Važno je naglasiti da se na temelju ovog istraživanja ne može govoriti o kauzalnosti. Dakle, iako formirane hipoteze uzimaju u obzir način na koji djelovanje sa sviješću može koristiti ljubavnim parovima, moguće je isto tako da bolji ljubavni ishodi uzrokuju povišenu razinu ove osobine ili pak da

treća varijabla poboljšava i ljubavne ishode, ali i osobinu djelovanja sa sviješću. Potrebna su stoga buduća istraživanja koja bi utvrdila kauzalnost među ovim varijablama.

### 5.2.3. Odnos između *partner phubbinga* i ljubavnih ishoda

Sljedeća hipoteza vezana uz drugi problem odnosila se na pretpostavku o negativnoj povezanosti između stupnja u kojem pojedinac vrši *phubbing* nad svojim partnerom/icom s jedne strane te procjene zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane njegovog ili njezinog partnera/ice s druge strane.

Što se tiče odnosa između vlastitih samoprocjena *partner phubbinga* muškaraca i žena te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njihovih partnera/ica, samo jedna korelacija je značajna i negativna i to ona između samoprocjena muškaraca na *partner phubbingu* te procjene kvalitete komunikacije kod njihovih partnerica, ali ne i procjene zadovoljstva vezom kod njihovih partnerica. To znači što muškarci procjenjuju da manje vrše *phubbing* nad svojim partnericama, to njihove partnerice procjenjuju kvalitetu komunikacije s njima povoljnijom, dok za zadovoljstvo vezom nije utvrđena značajna veza. Nadalje, u slučaju žena nije utvrđena niti jedna značajna korelacija, odnosno samoprocjene žena na *partner phubbingu* nisu značajno povezane s procjenama kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom njihovih partnera. Dakle, hipoteza o odnosu između stupnja u kojem netko vrši *phubbing* prema partneru te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njegovog ili njezinog partnera/ice samo je djelomično potvrđena u slučaju korištenja samoprocjena kao mjere *partner phubbinga*.

No, kada se kao mjera nečijeg *phubbinga* ne uzme njegova ili njezina samoprocjena *partner phubbinga*, već procjena tog ponašanja od strane njegovog ili njezinog partnera, dobivamo drugačije rezultate. Utvrđene su tri od četiri značajne korelacije kojima se ispitala povezanost između procjena *phubbinga* od strane partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njihovih partnera/ica. Utvrđene su negativne korelacije između ženinih procjena svojih partnera na *phubbingu* te ženinih procjena kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom te između muškarčevih procjena svojih partnerica na *phubbingu* te muškarčevih procjena kvalitete komunikacije, ali ne i zadovoljstva vezom. To znači da što žene percipiraju da njihovi partneri više vrše *phubbing* nad njima, to one procjenjuju kvalitetu komunikacije sa svojim partnerima manje povoljnom te isto tako procjenjuju niže zadovoljstvo vezom te je pritom korelacija nešto viša u slučaju

kvalitete komunikacije nego zadovoljstva vezom. Isto tako, što muškarci percipiraju da njihove partnerice više vrše *phubbing* nad njima, to oni procjenjuju kvalitetu komunikacije sa svojim partnericama nižom, dok za zadovoljstvo vezom nije utvrđena značajna povezanost kod muškaraca.

Veći broj utvrđenih korelacija između stupnja u kojem netko vrši *phubbing* prema partneru i procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njegovog ili njezinog partnera u kontekstu korištenja procjena od strane partnera kao mjere *phubbinga*, nego prilikom korištenja samoprocjena kao mjere *phubbinga* donekle je i očekivano. Procjene partnera više su povezane s varijablama od interesa u odnosu na samoprocjene, što je u skladu s time da su percepcije vanjskog opažачa u velikom broju slučajeva objektivnije i manje pod utjecajem nekih osobnih motiva (Shaffhuser i sur., 2014, prema Jović, 2017). Moguće je da su pojedinci više svjesni partnerovog korištenja mobilnog uređaja u njihovoj prisutnosti, nego svojeg vlastitog korištenja mobitela. Osim toga, pouzdanost za skalu samoprocjena *partner phubbinga* nešto je niža u odnosu na skalu procjene *partner phubbinga*.

Nadalje, kako se ne bi samo procjena učestalosti *partner phubbinga* dovodila u vezu s ishodima u ljubavnim vezama, formirana je skala procjene na kojoj su sudionici procjenjivali stupanj u kojem im smeta partnerov *phubbing*. Što se tiče odnosa između stupnja u kojem pojedincu smeta partnerov *phubbing* i njegovih ili njezinih vlastitih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije, utvrđene su tri od četiri značajne korelacije. Utvrđeno je da, što partnericama više smeta partnerov *phubbing*, to one procjenjuju kvalitetu komunikacije i zadovoljstvo vezom sa svojim partnerom manje povoljnom. Nadalje, utvrđeno je također što muškarcima više smeta partneričino korištenje mobitela u njihovoj prisutnosti, to oni procjenjuju zadovoljstvo vezom sa svojim partnericama nižim, dok za kvalitetu komunikacije nije utvrđena značajna veza. Ovdje je važno primijetiti kako su procjene smetanja *partner phubbinga* (koliko meni smeta partnerov/ičin *phubbing*) u većoj korelaciji sa vlastitim zadovoljstvom vezom i kvalitetom komunikacije nego u slučaju običnih procjena *partner phubbinga* (koliko često moj partner/ica vrši *phubbing*).

Skala procjene smetanja *partner phubbinga* ujedno je služila i kao ponder skali *procjene partner phubbinga* te je formirana ponderirana skala procjene *partner phubbinga* u kojoj je osim procjene učestalosti takvog ponašanja kod partnera/ice uzet u obzir i stupanj u kojem pojedincu smeta takvo ponašanje kod njegovog ili njezinog partnera/ice. Rezultati

odnosa između ponderiranih procjena *phubbinga* od strane partnera (koje uzimaju u obzir i učestalost i stupanj u kojima partnerima smeta takvo ponašanje) te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane partnera/ice, pokazuju kako su za razliku od uzimanja u obzir samo običnih procjena učestalosti takvog ponašanja kod partnera ili samo stupnja smetanja, sve korelacije značajne i negativne, te isto tako viših vrijednosti u odnosu na korištenje procjena samo učestalosti ili samo smetanja. Dobiveno je da što muškarci i žene procjenjuju da njihovi partneri više vrše *phubbing*, ali kada se uzme u obzir stupanj u kojem im smeta takvo ponašanje, to su oni manje zadovoljni vezom sa svojim partnerima/icama te procjenjuju kvalitetu komunikacije nižom.

Ovakvi nalazi sugeriraju da prilikom promatranja ishoda u ljubavnim vezama nije dovoljno uzimati u obzir samo koliko netko često vrši neko ponašanje, ili samo koliko nekome smeta takvo ponašanje, već da je važno i jedno i drugo: učestalost, ali i to koliko partnerima smetaju ovakva ponašanja. Iako u ovom istraživanju nisu ispitivani razlozi zbog kojih partnerima takvo ponašanje smeta, odnosno je li to zbog kršenja očekivanja, gubitka obraza, ostracizma ili pak zbog zamjenjivanja kvalitetno provedenog vremena s partnerom, pokazalo se ipak da je stupanj u kojem partnerima smeta takvo ponašanje povezan s njihovom procjenom kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom. Naravno, ovdje treba biti oprezan u interpretiranju ovih povezanosti. Ovo istraživanje je korelacijske prirode te ne možemo znati vrijedi li obrnuto; možda se partneri/ice u vezama u kojima su manje zadovoljni i u kojima je kvaliteta komunikacije niža, više i angažiraju u *phubbing* ponašanje. Iako su Halpern i Katz (2017) u svom longitudinalnom istraživanju pokazali da ova druga pretpostavka ne vrijedi, još uvijek su potrebna eksperimentalna i longitudinalna istraživanja ovog odnosa. Dakle, iako se ovo istraživanje naslanja na prethodna korelacijska istraživanja koja su utvrdila negativan odnos između *partner phubbinga* i zadovoljstva vezom (Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017, Wang i sur., 2019), ali i neka eksperimentalna istraživanja u kojima je percipirana kvaliteta komunikacije među konverzacijskim partnerima procijenjena nižom u situacijama korištenja ili prisutnosti mobilnog uređaja u odnosu na situacije bez takvog korištenja (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018; Misra i sur., 2014; Vanden Abeele i sur., 2016), na temelju ovog istraživanja ne možemo donositi zaključke o uzročno-posljedičnom odnosu.

Nadalje, iako u ovom istraživanju nisu ispitivani specifični konstrukti vezani uz različite teorije koje nude objašnjenje za odnos između *partner phubbinga* i negativnih ishoda u ljubavnim vezama, u ovom istraživanju potvrđeni su prethodni nalazi o ovom



odnosu. Prema teoriji kršenja očekivanja (Burgoon i Hale, 1988; 1987), pojedinci imaju različita očekivanja od svojih partnera u kontekstu korištenja mobitela u njihovoj prisutnosti. Moguće je stoga da različiti pojedinci, a samim time i različiti heteroseksualni parovi imaju različita očekivanja o korištenju mobitela tijekom zajedničkog vremena koje provode skupa, te stoga nije dovoljno uzimati u obzir učestalost *partner phubbinga* već i stupanj u kojem partnerima ovakvo ponašanje smeta. Osim toga, u prethodnim istraživanjima se pokazalo da pojedinci imaju različita očekivanja od svojih ljubavnih partnera tijekom formalnih spojeva u odnosu na situacije kada su se neformalno družili jedni s drugima. *Phubbing* negativno krši njihova očekivanja tijekom formalnih spojeva, ali je percipiran manjim prijestupom u ležernim kontekstima (Kelly i sur., 2017; Miller-Ott i Kelly, 2015). U ovom istraživanju nisu uzimani u obzir različiti konteksti u kojima pojedinci vrše *partner phubbing*, odnosno u samoj skali *partner phubbinga* nije posebno specificirano u kojem kontekstu pojedinac vrši *phubbing* nad svojim partnerom. Stoga se u budućim istraživanjima predlaže da pojedinci procijene koliko bi im svako ponašanje na skali *partner phubbinga* smetalo ovisno o različitom kontekstu. Dakle, iako u ovom istraživanju nisu specifično ispitivani konstrukti različitih teorija koje objašnjavaju odnos između *partner phubbinga* i negativnih ishoda u ljubavnim vezama, ove teorije nam nude neka objašnjenja koja su u skladu s rezultatima ovog istraživanja. Tako prema teoriji kršenja očekivanja (Burgoon i Hale, 1988;1987), pojedinci tijekom razgovora licem-u-lice općenito očekuju od svojih komunikacijskih partnera da budu psihološki dostupni (Burgoon i Hale, 1987). Korištenje pametnih telefona tijekom takvih razgovora može signalizirati nepažljivost, što onda posljedično može narušiti kvalitetu komunikacije (Miller-Ott i Kelly, 2015; Vanden Abeele i sur., 2016). Nadalje, u skladu s teorijom uljudnosti (Brown i Levinson, 1987), Miller-Ott i Kelly (2017) su u kontekstu prijateljskih odnosa pokazali kako sudionici percipiraju *phubbing* uvredljivim te kršenjem ljubaznosti. *Phubbing* prijeti obrazu onih nad kojima se on vrši iz razloga što sugerira da su oni dosadni, da ih se ne treba uzeti za ozbiljno ili pak da odnos s njima nije dovoljno važan. Prema hipotezi zamjene, vrijeme provedeno na pametnim telefonima može zamijeniti značajne interakcije s nečijim ljubavnim partnerom/icom, što zauzvrat može smanjiti njegovo ili njezino zadovoljstvo vezom (Roberts i David, 2016; Wang i sur., 2017).

#### 5.2.4. Ispitivanje odnosa između različitih mjera *partner phubbinga*

Sljedeća hipoteza vezana uz drugi problem bila je pretpostavka o tome da će samoprocjene *phubbinga* muškaraca i žena (stupanj u kojem pojedinac percipira da vrši *phubbing* nad partnerom/icom) biti pozitivno povezane s procjenama *phubbinga* od strane

partnera (koliko pojedinčev partner/ica za njega ili nju percipira da vrši *phubbing* nad njim ili njom) s obzirom da se radi o istom konstrukt, samo o različitom procjenjivaču. Ova hipoteza je potvrđena odnosno pokazalo se da što pojedinci procjenjuju da oni sami više vrše *phubbing* nad svojim partnerima, to i njihovi partneri odnosno partnerice procjenjuju da oni više vrše *phubbing* nad njima.

Nadalje, očekivala se pozitivna povezanost između samoprocjena *phubbinga* muškaraca i samoprocjena *phubbinga* žena te između procjena *phubbinga* od strane partnera međusobno (povezanost između toga koliko pojedinac percipira da njegov ili njezin partner vrši *phubbing* nad njim ili njom i toga koliko njegov ili njezin partner/ica percipira da on/ona vrši *phubbing* nad njim ili njom) u skladu s recipročnosti takva ponašanja (Chotpitayasunondh i Douglas, 2016). Što se tiče povezanosti između samoprocjena *phubbinga* muškaraca i samoprocjena *phubbinga* žena, nije utvrđena značajna povezanost između ovih dviju mjera. Mogući razlog je pretpostavka o tome da su procjene partnera ipak objektivniji pokazatelj nečijeg *phubbinga* nego njegove ili njezine samoprocjene tog ponašanja. Tome ide u prilog utvrđivanje značajne pozitivne korelacije između procjena *phubbinga* od strane partnera međusobno. To znači da što žene procjenjuju svoje partnere da više vrše *phubbing* nad njima, to i njihovi partneri više procjenjuju da one vrše *phubbing* nad njima. Hipoteza o recipročnosti ovog ponašanja stoga je potvrđena u slučaju uzimanja procjena od strane partnera kao mjera *phubbinga*, ali ne i u slučaju uzimanja samoprocjena.

#### 5.2.5. Ispitivanje razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga*

Zadnji problem odnosio se na ispitivanje razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na obrasce *partner phubbinga* posebno kod muškaraca i žena. Očekivala se značajna razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga*. Pri tome se očekivalo da će o najvećem zadovoljstvu vezom i kvaliteti komunikacije izvijestiti parovi kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko, dok će najniže zadovoljstvo vezom i kvaliteta komunikacije biti utvrđeni kod parova kod kojih jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga u odnosu na parove kod kojih oba partnera često vrše *partner phubbing*. Ova hipoteza formirana je na temelju sličnog istraživanja autora Ahlstroma i suradnika (2012) u kojemu se proučavala razlika u bračnom zadovoljstvu kod bračnih partnera ovisno o obrascu igranja računalnih igara među njima. Istraživače je zanimalo postoji li razlika u bračnom zadovoljstvu između onih parova koji su zajedno igrali igre te između parova gdje je samo jedan član para igrao

igre. Utvrđeno je kako je bračno zadovoljstvo bilo manje kod onih parova u kojima je samo jedan partner igrao video igrice u odnosu na parove gdje su oba partnera igrali igrice. Manje utvrđeno bračno zadovoljstvo kod parova kod kojih je jedan član para igrao igre dok drugi nije, ili su pak oboje igrali igre pri čemu je jedan član para igrao manje, autori su objasnili na način da je moguće da se onaj član para koji ne igra računalne igre ili ih pak igra manje u odnosu na svojeg/u partnera/icu osjeća zanemareno od strane partnera/ice, osjeća da ga/ju je partner/ica zamijenio/la te da ga/ju manje cijeni i poštuje.

Rezultati ovog istraživanja ukazuju na nepostojanje značajne razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o obrascu *partner phubbinga* kada su ti obrasci formirani na temelju skale procjene *partner phubbinga* i samoprocjene *partner phubbinga*. S druge strane, rezultati ukazuju na postojanje značajne razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod heteroseksualnih parova ovisno o obrascu *phubbinga* među partnerima kada se ti obrasci formiraju na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*. Ovakvi rezultati u skladu su s prethodno spomenutim rezultatima povezanosti u kojima su najveću povezanost s relacijskim varijablama imale ponderirane procjene *partner phubbinga* u odnosu na samoprocjene ili procjene od strane partnera. Nadalje, detaljnijim ispitivanjem razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom s obzirom na različite obrasce *partner phubbinga*, utvrđeno je da postoji statistički značajna razlika u kvaliteti komunikacije između sva tri obrasca *phubbinga* među partnerima (oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*; oba partnera često vrše *partner phubbing*; jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga) na ponderiranoj verziji skale procjene *partner phubbinga*. Kvaliteta komunikacije najniža je kod parova kod kojih oba partnera često vrše *phubbing*, zatim nešto viša kod parova kod kojih jedan partner više vrši *partner phubbing* od drugoga, dok je kvaliteta komunikacije najviša kod parova kod kojih oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*.

S druge strane, u slučaju zadovoljstva vezom utvrđena je samo jedna značajna razlika i to ona između parova kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko te onih kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često. Parovi kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko imaju u prosjeku veće zadovoljstvo vezom u odnosu na parove kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često. S druge strane, ne postoji značajna razlika u zadovoljstvu vezom između onih parova kod kojih jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga te onih parova kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često, odnosno rijetko. Ovakvi rezultati nisu u skladu s postavljenom hipotezom, prema kojoj se očekivalo

da će najniže zadovoljstvo vezom i kvaliteta komunikacije biti utvrđeni kod parova kod kojih jedan partner vrši *phubbing* više od drugoga.

S druge strane, pretpostavka o tome da će najviše zadovoljstvo vezom biti utvrđeno kod parova kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko je potvrđena. Ako se oba partnera rijetko angažiraju u *phubbing* ponašanje, onda prema teoriji očekivanja (Burgoon i Hale, 1987), neće doći do kršenja očekivanja koja pojedinci općenito imaju tijekom razgovora licem-u-lice, a ta očekivanja se odnose na to da nečiji komunikacijski partner bude psihološki dostupan. Nadalje, neće doći do kršenja očekivanja koja ljudi imaju u bliskim vezama, a koja se odnose na to da pojedinci očekuju da njihovi partneri/ice pokazuju interes i neposrednost u interakcijama (White, 2015, prema Kelly i sur., 2017). Nadalje, ako se oba partnera rijetko angažiraju o ovakvo ponašanje, neće doći do uvjeta koji odgovaraju socijalnoj ekskluziji, odnosno ostracizmu. *Phubbing* ima osnovni element ostracizma po tome što su pojedinci tijekom *phubbinga* isključeni iz socijalne interakcije dok istovremeno ostaju u fizičkoj prisutnosti drugih ljudi (Chotpitayasunondh i Douglas, 2018). Dakle, razumno je pretpostaviti da ako oba partnera rijetko ignoriraju jedno drugo pridajući veću važnost mobilnom uređaju nego svojem/oj partneru/ici, onda neće ni doći do socijalne ekskluzije, a samim time i smanjenog efekta na četiri fundamentalne ljudske potrebe (Williams, 2001). Osim toga, u skladu s hipotezom zamjene (Coyne i sur., 2014; Valkenburg i Peter, 2007), ako partneri rijetko vrše *phubbing*, onda pametni telefoni neće zamijeniti dragocjeno vrijeme koje bi se provelo u značajnoj interakciji s članovima obitelji ili prijateljima pa tako neće niti posljedično negativno djelovati na ljubavne ishode.

No, pretpostavka o tome da će kvaliteta komunikacije i zadovoljstvo vezom biti najniži kod parova kod kojih jedan partner vrši *phubbing* više u odnosu na drugoga, u usporedbi s parovima kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često, nije potvrđena. Upravo je dobiveno kako je najniža kvaliteta komunikacije utvrđena kod parova kod kojih oba partnera često vrše *partner phubbing*. Ovakvi rezultati više su u skladu s hipotezom zamjene (Coyne i sur., 2014; Valkenburg i Peter, 2007). Naime, ukoliko se oba partnera angažiraju u ignoriranje jedno drugog korištenjem mobilnog telefona, ovakav način provođenja vremena zasigurno zamjenjuje značajne interakcije s ljubavnim partnerom/icom što onda dovodi do smanjenog zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije.

No, ove rezultate potrebno je tumačiti s oprezom s obzirom da je ovo istraživanje korelacijske prirode. Naime, jednako je i moguće da se kod parova koji su u manje

zadovoljavajućim vezama, oba partnera angažiraju u *phubbing* ponašanje kao način umanjivanja negativnih afekata, pri čemu ovakav obrazac proizlazi iz njihovog manje kvalitetnog odnosa. Preporuka je stoga da se u budućim istraživanjima provjeri smjer kauzalnosti, putem longitudinalnog ili eksperimentalnog nacrta. Nadalje, ovakvi obrasci *partner phubbinga* proizlaze iz specifičnosti korištenog uzorka. Naime, možda bi se u drugim uzorcima sudionika utvrdili i neki drugi obrasci *partner phubbinga*. Osim toga, zbog nedovoljnog broja heteroseksualnih parova koji su sudjelovali u istraživanju, nisu se mogle provjeriti neke prvotne pretpostavke s obzirom da je postojao nedovoljan broj parova u pojedinim kategorijama obrazaca *partner phubbinga*. Iz tog razloga, neke su kategorije naknadno formirane zbrajanjem parova u ostalim kategorijama kako bi postojao što veći broj sudionika u kategoriji. U ovom istraživanju proučavale su se i razlike u zajedničkom indikatoru zadovoljstva vezom i kvaliteti komunikacije koji su dobiveni kao prosjek vrijednosti obaju partnera na ovim mjerama. U budućim istraživanjima bilo bi zanimljivo provjeriti kako se obrasci *partner phubbinga* odražavaju na pojedinca. Naime, ako sam „ja taj ili ta koji/a više vrši *phubbing* u odnosu na partnera/icu“, jesu li moje zadovoljstvo vezom i kvaliteta komunikacije niži ili viši u odnosu na mojeg partnera/icu koji manje vrši *phubbing* u odnosu na mene. Sve u svemu, ovo istraživanje nudi nam neke smjernice za daljnje ispitivanje odnosa između *partner phubbinga*, usredotočene svjesnosti i ljubavnih ishoda te bi stoga bilo poželjno provesti buduća istraživanja na različitim uzorcima sudionika, na većem broju heteroseksualnih parova te uzeti u obzir smjer kauzalnosti pomoću longitudinalnog ili eksperimentalnog nacrta.

## 6. ZAKLJUČCI

1. Potvrđena je jednofaktorska struktura *Skale partner phubbinga* na hrvatskom uzorku kao i modificirane verzije ove skale namijenjene ispitivanju samoprocjena *partner phubbinga* pri čemu je sedma čestica izbačena iz obiju skala zbog nedovoljne zasićenosti ekstrahiranim faktorom.

2. a) Nije utvrđena značajna povezanost između samoprocjene žena na subskali djelovanja sa sviješću s njihovim vlastitim samoprocjenama *phubbinga*, dok je kod muškaraca utvrđena značajna negativna povezanost, pri čemu se pokazalo da što muškarci imaju izraženiju osobinu djelovanja sa sviješću, to manje vrše *phubbing* nad svojim partnericama. Nadalje, nije utvrđena značajna povezanost između samoprocjene muškaraca i žena na subskali djelovanja sa sviješću s procjenama njihovog *phubbinga* od strane njihovih partnera.

b) Utvrđena je značajna pozitivna povezanost između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te njihovih vlastitih procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije. To znači da što muškarci i žene imaju izraženiju osobinu djelovanja sa sviješću, to procjenjuju zadovoljstvo vezom i kvalitetu komunikacije sa svojim/om partnerom/icom povoljnijom. S druge strane, utvrđena je samo jedna značajna korelacija između razine osobine djelovanja sa sviješću muškaraca i žena te procjena zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije od strane njihovih partnera/ica i to ona između samoprocjene osobine djelovanja sa sviješću žena i procjene zadovoljstva vezom njihovih partnera. To znači da što žene imaju više izraženu osobinu djelovanja sa sviješću, to njihovi partneri procjenjuju zadovoljstvo njihovom vezom višim.

c) Što se tiče odnosa između vlastitih samoprocjena *partner phubbinga* muškaraca i žena te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane njihovih partnera/ica, samo jedna korelacija je značajna i negativna, i to ona između samoprocjena muškaraca na *partner phubbingu* te procjene kvalitete komunikacije kod njihovih partnerica. To znači što muškarci procjenjuju da više vrše *phubbing* nad svojim partnericama, to njihove partnerice procjenjuju kvalitetu komunikacije s njima manje povoljnom. Što se tiče povezanosti između procjena *phubbinga* od strane partnera te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane partnera/ica, utvrđene su tri od četiri značajne i to negativne korelacije i to one između ženinih procjena svojih partnera na *phubbingu* te ženinih procjena kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom te između muškarčevih procjena svojih partnerica na *phubbingu* te muškarčevih procjena kvalitete komunikacije, ali ne i zadovoljstva vezom. To znači da što žene percipiraju da njihovi partneri više vrše *phubbing* nad njima, to one procjenjuju kvalitetu komunikacije sa svojim partnerima manje povoljnom te isto tako procjenjuju niže zadovoljstvo vezom. Isto tako, što muškarci percipiraju da njihove partnerice više vrše *phubbing* nad njima, to oni procjenjuju kvalitetu komunikacije sa svojim partnericama nižom, dok za zadovoljstvo vezom nije utvrđena značajna povezanost kod muškaraca. Konačno, što se tiče odnosa između ponderiranih procjena *phubbinga* od strane partnera te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane partnera/ice, sve četiri korelacije su značajne i negativne. To znači da, što muškarci i žene procjenjuju da njihovi partneri više vrše *phubbing*, ali kada se uzme u obzir stupanj u kojem im smeta takvo ponašanje, to su oni manje zadovoljni vezom sa svojim partnerima/icama te procjenjuju kvalitetu komunikacije nižom.

d) Utvrđena je negativna povezanost između stupnja u kojem ženskim sudionicima smeta partnerov *phubbing* te procjene kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom od strane ženskih sudionika. Pri tome, što partnericama više smeta partnerov *phubbing*, to one procjenjuju kvalitetu komunikacije i zadovoljstvo vezom sa svojim partnerom manje povoljnom. Nadalje, također je utvrđena značajna negativna povezanost između stupnja u kojem muškim sudionicima smeta partneričin *phubbing* te procjene zadovoljstva vezom od strane muških sudionika, ali ne i kvalitete komunikacije. Pri tome dakle, što muškarcima više smeta partneričino korištenje mobitela u njihovoj prisutnosti, to oni procjenjuju zadovoljstvo vezom sa svojim partnericama nižim, dok za kvalitetu komunikacije nije utvrđena značajna veza.

e) Utvrđeno je kako su samoprocjene *phubbinga* muškaraca i žena značajno pozitivno povezane s procjenama *phubbinga* od strane partnera. To znači što pojedinci procjenjuju da oni sami više vrše *phubbing* nad svojim partnerima, to i njihovi partneri odnosno partnerice procjenjuju da oni više vrše *phubbing* nad njima.

f) Što se tiče povezanosti između samoprocjena *phubbinga* muškaraca i samoprocjena *phubbinga* žena, nije utvrđena značajna povezanost između ovih dviju mjera, ali je u slučaju odnosa između procjena *phubbinga* od strane partnera međusobno utvrđena značajna pozitivna korelacija. To znači da što žene procjenjuju svoje partnere da više vrše *phubbing* nad njima, to i njihovi partneri više procjenjuju da one vrše *phubbing* nad njima.

3. Utvrđeno je da muški sudionici koji se nalaze iznad vrijednosti medijana na subskali djelovanja sa sviješću u prosjeku imaju statistički značajno niži rezultat na skali samoprocjene vlastitog *phubbinga* u odnosu na one koji se nalaze ispod vrijednosti medijana. Nije utvrđena statistički značajna razlika u rezultatima između ovih dviju skupina na muškom uzorku na skali procjene *phubbinga* od strane njihovih partnerica. Nadalje, na ženskom poduzorku također nije utvrđena statistički značajna razlika kod ovih dviju grupa (iznad i ispod medijana na subskali djelovanja sa sviješću) na skali samoprocjene *phubbinga*, kao ni na skali procjene *phubbinga* od strane njihovih partnera.

4. Ne postoji značajna razlika u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod parova ovisno o obrascu *partner phubbinga* kada su ti obrasci formirani na temelju skala procjene *partner phubbinga* i samoprocjene *partner phubbinga*. S druge strane, rezultati ukazuju na postojanje značajne razlike u kvaliteti komunikacije i zadovoljstvu vezom kod heteroseksualnih parova ovisno o obrascu *phubbinga* među partnerima kada se ti obrasci

formiraju na temelju ponderirane verzije skale procjene *partner phubbinga*. Utvrđeno je kako je kvaliteta komunikacije najniža kod parova kod kojih oba partnera često vrše *phubbing*, zatim nešto viša kod parova kod kojih jedan partner više vrši *partner phubbing* od drugoga, dok je najviša kod parova kod kojih oba partnera rijetko vrše *partner phubbing*. S druge strane, u slučaju zadovoljstva vezom utvrđeno je kako parovi kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* rijetko imaju u prosjeku veće zadovoljstvo vezom u odnosu na parove kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često. S druge strane, ne postoji značajna razlika u zadovoljstvu vezom između onih parova kod kojih jedan partner vrši *partner phubbing* više od drugoga te onih parova kod kojih oba partnera vrše *partner phubbing* često, odnosno rijetko.

## 7. LITERATURA

- Aagaard, J. (2019). Digital akrasia: A qualitative study of phubbing. *AI & Society*, 35, 237–244.
- Adair, K. C., Boulton, A. J., i Algoe, S. B. (2017). The effect of mindfulness on relationship satisfaction via perceived responsiveness: findings from a dyadic study of heterosexual romantic partners. *Mindfulness*, 9(2), 597–609.
- Ahlstrom, M., Lundberg, N. R., Zabriskie, R., Eggett, D. i Lindsay, G. B. (2012). Me, my spouse, and my avatar. *Journal of Leisure Research*, 44(1), 1–22.
- Al-Saggaf, Y., MacCulloch, R. i Wiener, K. (2018). Trait boredom is a predictor of phubbing frequency. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 4, 245–252.
- Baer, R.A., Smith, G.T. i Allen, K.B. (2004). Assessment of mindfulness by self-report: The Kentucky Inventory of Mindfulness Skills. *Assessment*, 11, 191-206.
- Baer, R.A., Smith, G.T., Hopkins, J., Krietemeyer, J. i Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13, 27-45.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K. i Griffiths, M. D. (2018). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and



- problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 628-639.
- Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K. i Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33, 482-500.
- Bayer, J. B., Dal Cin, S., Campbell, S. W. i Panek, E. (2016). Consciousness and self-regulation in mobile communication. *Human Communication Research*, 42(1), 71–97.
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., Segal, Z.V., Abbey, S., Speca, M., Velting, D. i Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology Science and Practice*, 11(3), 230–241.
- Błachnio, A. i Przepiorka, A. (2018). Be aware! If you start using Facebook problematically you will feel lonely: Phubbing, loneliness, self-esteem, and Facebook intrusion. A cross-sectional study. *Social Science Computer Review*, 37(2), 270–278.
- Blažeka Kokorić, S. i Gabrić, M. (2009). Razlike u ljubavnim vezama studenata sa sigurnim i nesigurnim stilovima privrženosti. *Ljetopis socijalnog rada*, 16(3), 551-572.
- Boisvert, M-M., Wright, J., Tremblay, N. i McDuff, P. (2011). Couples' reports of relationship problems in a naturalistic therapy setting. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 19(4), 362-368.
- Boričević Maršanić, V., Paradžik, L., Zečević, I. i Karapetrić-Bolfan, L. (2015). Usredotočena svjesnost–mindfulness: primjena u djece i adolescenata. *Socijalna psihijatrija*, 43(3), 142-150.
- Brkljačić, T., Šakić, V., i Kaliterna-Lipovčan, Lj. (2018). Phubbing among Croatian students. U S. Nakić Radoš (ur.), *Protection and promotion of the well-being of children, youth, and families: Selected Proceedings of the 1st International Scientific Conference of the Department of Psychology at the Catholic University of Croatia* (str. 109- 126). Zagreb: Hrvatsko katoličko sveučilište.
- Brown, K. W. i Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822–848.

- Brown, P. i Levinson, S. C. (1987). *Politeness: Some universals in language usage*. Cambridge University Press.
- Buchheld, N., Grossman, P. i Walach, H. (2001). Measuring mindfulness in insight meditation (Vipassana) and meditation-based psychotherapy: The development of the Freiburg Mindfulness Inventory (FMI). *Journal for Meditation and Meditation Research, 1*, 11-34.
- Burgoon, J. K. i Hale, J. L. (1988). Nonverbal expectancy violations: Model elaboration and application to immediacy behaviors. *Communication Monographs, 55(1)*, 58–79.
- Burgoon, J. K. i Hale, J. L. (1987). Validation and measurement of the fundamental themes of relational communication. *Communication Monographs, 54(1)*, 19–41.
- Burpee, L. C. i Langer, E. J. (2005). Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development, 12*, 43-51.
- Carson, J. W., Carson, K. M., Gil, K. M. i Baucom, D. H. (2004). Mindfulness-based relationship enhancement. *Behavior Therapy, 35*, 471-494.
- Carolus, A., Maximilians, J., Binder, F. F., Muench, R., Schmidt, C., Schneider, F. i Buglass, S. L. (2018). Smartphones as digital companions: characterizing the relationship between users and their phones. *New Media Soc, 21*, 914–938.
- Chadwick, P., Hember, M., Symes, J., Peters, E., Kuipers, E. i Dagnan, D. (2008). Responding mindfully to unpleasant thoughts and images: Reliability and validity of the Southampton Mindfulness Questionnaire (SMQ). *British Journal of Clinical Psychology, 47*, 451-455.
- Chotpitayasunondh, V. (2018). *An investigation of the antecedents and consequences of “phubbing”: How being snubbed in favour of a mobile phone permeates and affects social life*. Neobjavljeni doktorski rad. Canterbury, Engleska: Sveučilište u Kentu.
- Chotpitayasunondh, V., i Douglas, K. M. (2018). The effect of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology, 48(6)*, 304-316.
- Chotpitayasunondh, V. i Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior, 63*, 9–18.

- Cizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Pphubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364–375.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155- 159.
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Fraser, A. M., Fellows, K. i Day, R. D. (2014). “Media time = family time.” *Journal of Adolescent Research*, 29(5), 663–688.
- Coyne, S. M., Stockdale, L., Busby, D., Iverson, B. i Grant, D. M. (2011). “I luv u :)!”: A descriptive study of the media use of individuals in romantic relationships. *Family Relations*, 60(2), 150–162.
- Creswell, J. D. (2017). Mindfulness interventions. *Annual Review of Psychology*, 68, 491-516.
- Ćubela Adorić (2016). Skala kvalitete bračne komunikacije, U I. Tucak Junaković, I. Burić, V. Ćubela Adorić, A. Proroković i A. Slišković (ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Sv. 8 (str. 29-37). Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Ćubela Adorić, Mičić Župan i Nekić (2014). Skala zadovoljstva brakom, U Z. Penezić, A. Proroković i I. Tucak Junaković (ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Sv. 7 (str. 49-57). Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Davis, M.C., Zautra , A. J, Wolf, L. D., Tennen, H. i Yeung, E.W. (2015). Mindfulness and cognitive-behavioral interventions for chronic pain: differential effects on daily pain reactivity and stress reactivity. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83(1), 24–35.
- Demirtas, S. C. i Tezer, E. (2012). Romantic relationship satisfaction, commitment to career choices and subjective well-being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 2542–2549.
- Feldman, G., Greeson, J., Renna, M., i Robbins-Monteith, K. (2011). Mindfulness predicts less texting while driving among young adults: Examining attention- and emotion-regulation motives as potential mediators. *Personality and Individual Differences*, 51(7), 856–861.
- Feldman, G., Hayes, A., Kumar, S., Greeson, J. i Laurenceau, J.-P. (2007). Mindfulness and emotion regulation: The development and initial validation of the Cognitive and

Affective Mindfulness Scale-Revised (CAMS-R). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 29, 177-190.

Forgays, D. K., Hyman, I. i Schreiber, J. (2014). Texting everywhere for everything: Gender and age differences in cell phone etiquette and use. *Computers in Human Behavior*, 31, 314–321.

Forster, P. (2017) Mindfulness and the quality of romantic relationships: Is it all about well-being? *Open Journal of Social Sciences*, 5, 59-63.

Goldin, P. R. i Gross, J. J. (2010). Effects of mindfulness-based stress reduction (MBSR) on emotion regulation in social anxiety disorder. *Emotion*, 10(1), 83-91.

Goodman-Deane, J., Mieczakowski, A., Johnson, D., Goldhaber, T., i Clarkson, P. J. (2016). The impact of communication technologies on life and relationship satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 57, 219–229.

Gračanin, A., Gunjača, V., Tkalčić, M., Kardum, I., Bajšanski, I. i Perak, B. (2017). Struktura usredotočene svjesnosti i njezina povezanost s crtama ličnosti i emocionalnim reagiranjem. *Psihologijske teme*, 26(3), 675-700.

Graham, J. M., Diebels, K. J. i Barnow, Z. B. (2011). The reliability of relationship satisfaction: a reliability generalization meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 25(1), 39–48.

Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., i Meringolo, P. (2019). An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, 11(21), 1–13.

Halpern, D. i Katz, J. E. (2017). Texting's consequences for romantic relationships: A cross-lagged analysis highlights its risks. *Computers in Human Behavior*, 71, 386–394.

Hipp, C. J.(2019). *Examining the influence of technoference on sexual satisfaction and relationship satisfaction using actor-partner interdependence modeling among young adult couples*. Doktorski rad. Columbia, Južna Carolina: Sveučilište u Južnoj Karolini.

Jensen, C.G., Vangkilde, S., Frokjaer, V. i Hasselbalch, S.G. (2012). Mindfulness training affects attention—or is it attentional effort? *Journal of Experimental Psychology: General*, 141(1), 106–23.

- Jones, K. C., Welton, S. R., Oliver, T. C. i Thoburn, J. W. (2011). *Mindfulness, spousal attachment, and marital satisfaction: a mediated model. The Family Journal, 19(4), 357–361.*
- Jović, N. (2017). *Sličnosti u protektivnim zdravstvenim ponašanjima na uzorku bračnih partnera i partnera u kohabitaciji.* Diplomski rad. Rijeka: Odsjek za psihologiju Filozofskog Fakulteta u Rijeci.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10(2), 144–156.*
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ. i Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions, 4(2), 60–74.*
- Kelley, H. (1979). *Personal relationships: Their structure and processes.* Wiley.
- Kelley, H. i Thibaut, J. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence.* Wiley.
- Kelly, L., Miller-Ott, A. E. i Duran, R. L. (2017). Sports Scores and intimate moments: an expectancy violations theory approach to partner cell phone behaviors in adult romantic relationships. *Western Journal of Communication, 81(5), 619–640.*
- Khaddouma, A., Gordon, K. C. i Bolden, J. (2015). Zen and the art of sex: examining associations among mindfulness, sexual satisfaction, and relationship satisfaction in dating relationships. *Sexual and Relationship Therapy, 30(2), 268–285.*
- Khaddouma, A., Gordon, K. C. i Strand, E. B. (2016). Mindful mates: A pilot study of the relational effects of mindfulness-based stress reduction on participants and their partners. *Family Process, 56(3), 636–651.*
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling: Thrid edition.* The Guilford Press.
- Kozlowski, A. (2013). Mindful mating: exploring the connection between mindfulness and relationship satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy, 28(1-2), 92–104.*

- Lacković-Grgin, K., Nekić, M. i Penezić, Z. (2009). Usamljenost žena odrasle dobi: Uloga percipirane kvalitete bračnog odnosa i samostišavanja. *Suvremena psihologija*, 12(1), 7–22.
- Lenger, K.A. (2016). *Intra-Individual and Cross-Partner Associations between the Five Facets of Mindfulness and Relationship Satisfaction*. Diplomski rad. Knoxville, Tennessee: Sveučilište Tennessee.
- Lešić, M. (2018). *Strategije uljudnosti u hrvatskim i engleskim poslovnim pismima*. Diplomski rad. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Odsjek za kroatistiku. Odsjek za anglistiku.
- Litzinger, S. i Gordon, K. C. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31(5), 409–424.
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P. i Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289–298.
- McDaniel, B. T. i Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98.
- McDaniel, B.T., Galovan, A. M., Cravens, J. D. i Drouin, M. (2018). "Technoference" and implications for mothers' and fathers' couple and coparenting relationship quality. *Computers in Human Behavior*, 80, 303-313.
- McGill, J., Adler-Baeder, F. i Rodriguez, P. (2016). Mindfully in Love: A meta-analysis of the association between mindfulness and relationship satisfaction. *Journal of Human Sciences & Extension*, 4(1), 89-101.
- Miller-Ott, A. E. i Kelly, L. (2017). A Politeness Theory Analysis of Cell-Phone Usage in the Presence of Friends. *Communication Studies*, 68(2), 190–207.
- Miller-Ott, A. i Kelly, L. (2015). The presence of cell phones in romantic partner face-to-face interactions: An expectancy violation theory approach. *Southern Communication Journal*, 80(4), 253–270.

- Misra, S., Cheng, L., Genevie, J. i Yuan, M. (2014). The iPhone Effect. The Quality of In-Person Social Interactions in the Presence of Mobile Devices. *Environment and Behavior*, 48(2), 275–298.
- Montesi, J. L., Fauber, R. L., Gordon, E. A. i Heimberg, R. G. (2010). The specific importance of communicating about sex to couples' sexual and overall relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(5) 591–609.
- Moore, M. M. i Brown, P. M. (2019). The association of self-regulation, habit, and mindfulness with texting while driving. *Accident Analysis & Prevention*, 123, 20–28.
- Moors, A. i De Houwer, J. (2006). Automaticity: A theoretical and conceptual analysis. *Psychological Bulletin*, 132(2), 297–326.
- Moser, C., Schoenebeck, S. Y. i Reinecke, K. (2016). Technology at the table: Attitudes about mobile phone use at mealtimes. U J. Kaye (ur.), *Proceedings of the 2016 conference on human factors in computer systems* (str.1881-1892). New York: Association for Computing Machinery.
- Nakić Radoš, S., Soljačić Vraneš, H. i Šunjić, M. (2014). Limited role of body satisfaction and body image self-consciousness in sexual frequency and satisfaction in pregnant women. *Journal of Sex Research*, 51(5), 532–541.
- Nakić Radoš, S., Soljačić Vraneš, H. i Šunjić, M. (2015). Sexuality during pregnancy: What is important for sexual satisfaction in expectant fathers? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 41(3), 282–293.
- Nath, A. i Mukherjee, S. (2015). Impact of Mobile Phone/Smartphone: A pilot study on positive and negative effects. *International Journal of Advance Research in Computer Science and Management Studies*, 3(5), 294-302.
- Overall, N. C. i McNulty, J.K. (2017). What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? *Current Opinion in Psychology*, 13, 1-5.
- Panek, E. T., Bayer, J. B., Dal Cin, S. i Campbell, S. W. (2015). Automaticity, mindfulness, and self-control as predictors of dangerous texting behavior. *Mobile Media & Communication*, 3(3), 383–400.

- Przybylski, A. K. i Weinstein, N. (2012). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237–246.
- Quinn-Nilas, C. (2020). Self-reported trait mindfulness and couples' relationship satisfaction: a meta-analysis. *Mindfulness*, 11, 835–848.
- Roberts, J. A. i David, M. E. (2017). Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement. *Computers in Human Behavior*, 75, 206–217.
- Roberts, J. A. i David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134-141.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Su, C.-T., Parham, L. D. (2002). Case report-generating a valid questionnaire translation from cross cultural use. *American Journal of Occupational Therapy*, 56, 581-585.
- Thibaut, J. W. i Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. Wiley
- T'ng, S. T., Ho, K. H. i Low, S. K. (2018). Are you “phubbing” me? The determinants of phubbing behavior and assessment of measurement invariance across sex differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2), 159-190.
- Turkle, S. (2012). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Turner, A. (2020). How many smartphones are in the world? Preuzeto 9.05.2020 s <https://www.bankmycell.com/blog/how-many-phones-are-in-the-world>.
- Valkenburg, P. M. i Peter, J. (2007). Online communication and adolescent well-being: testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1169–1182.
- Vanden Abeele, M. M. P., Antheunis, M. L. i Schouten, A. P. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. *Computers in Human Behavior*, 62, 562–569.



- Verplanken, B. i Wood, W. (2006). Interventions to Break and Create Consumer Habits. *Journal of Public Policy & Marketing*, 25(1), 90–103.
- Wachs, K. i Cordova, J. V. (2007). Mindful relating: Exploring mindfulness and emotion repertoires in intimate relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33, 464-481.
- Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao F. i Wang, P. (2020). Parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: self-esteem and perceived social support as moderators. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 427–437.
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P. i Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12-17.
- Wang, X., Zhao, F. i Lei, L. (2019). Partner phubbing and relationship satisfaction: self-esteem and marital status as moderators. *Current Psychology*, 1-11.
- Williams, K. D. (2001). *Ostracism: The power of silence*. Guilford Press.

## 8. PRILOZI

*Tablica 1* Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities= $R^2$ ) za *Skalu kvalitete bračne komunikacije*

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak ( <i>N</i> =232)	Muškarci ( <i>N</i> =116)	Žene ( <i>N</i> =116)
1. Vrlo sam zadovoljan/a načinom na koji moj/a partner/ica i ja razgovaramo jedno s drugim.	<b>-.618</b>	<b>-.567</b>	<b>-.674</b>
2. Partner/ica i ja bez problema jedno drugom otvoreno kažemo što mislimo ili osjećamo.	<b>-.616</b>	<b>-.650</b>	<b>-.573</b>
3. Kad razgovaramo, uglavnom pažljivo saslušamo jedno drugo.	<b>-.555</b>	<b>-.504</b>	<b>-.628</b>
4. Partner/ica i ja o svemu otvoreno razgovaramo.	<b>-.686</b>	<b>-.739</b>	<b>-.630</b>
5. I kad jedno drugo kritiziramo, nastojimo ne reći nešto što bi onog drugog moglo povrijediti.	<b>-.390</b>	<b>-.316</b>	<b>-.470</b>
6. O problemima koje imamo ponekad lakše razgovaramo s nekim drugim ljudima nego jedno s drugim.	<b>-.550</b>	<b>-.610</b>	<b>-.526</b>
7. Moj/a se partner/ica često žali da ga/ju ne razumijem.	<b>-.592</b>	<b>-.609</b>	<b>-.691</b>
8. Moj/a partner/ica me često ne shvaća.	<b>-.656</b>	<b>-.580</b>	<b>-.741</b>
9. Naša je komunikacija vrlo loša.	<b>-.754</b>	<b>-.653</b>	<b>-.865</b>
10. Nismo baš sasvim otvoreni i iskreni jedno prema drugom.	<b>-.662</b>	<b>-.630</b>	<b>-.682</b>
Postotak objašnjene varijance (%)	37.84	35.47	43.10

Tablica 2 Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities= $R^2$ ) za Skalu kvalitete bračne komunikacije nakon izbacivanja čestice s nedostatnim faktorskim zasićenjem (<.40)

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak (N=232)	Muškarci (N=116)	Žene (N=116)
1. Vrlo sam zadovoljan/a načinom na koji moj/a partner/ica i ja razgovaramo jedno s drugim.	<b>-.610</b>	<b>-.567</b>	<b>-.659</b>
2. Partner/ica i ja bez problema jedno drugom otvoreno kažemo što mislimo ili osjećamo.	<b>-.613</b>	<b>-.641</b>	<b>-.577</b>
3. Kad razgovaramo, uglavnom pažljivo saslušamo jedno drugo.	<b>-.543</b>	<b>-.488</b>	<b>-.621</b>
4. Partner/ica i ja o svemu otvoreno razgovaramo.	<b>-.692</b>	<b>-.739</b>	<b>-.640</b>
6. O problemima koje imamo ponekad lakše razgovaramo s nekim drugim ljudima nego jedno s drugim.	<b>-.556</b>	<b>-.615</b>	<b>-.534</b>
7. Moj/a se partner/ica često žali da ga/ju ne razumijem.	<b>-.591</b>	<b>-.606</b>	<b>-.690</b>
8. Moj/a partner/ica me često ne shvaća.	<b>-.662</b>	<b>-.591</b>	<b>-.740</b>
9. Naša je komunikacija vrlo loša.	<b>-.753</b>	<b>-.657</b>	<b>-.860</b>
10. Nismo baš sasvim otvoreni i iskreni jedno prema drugom.	<b>-.667</b>	<b>-.633</b>	<b>-.690</b>
Postotak objašnjene varijance (%)	40.31	38.27	45.40

Tablica 3 Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities= $R^2$ ) za Skalu zadovoljstva brakom

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak (N=232)	Muškarci (N=116)	Žene (N=116)
1. Zadovoljan/a sam našom vezom.	<b>-.709</b>	<b>-.673</b>	<b>-.759</b>
2. Mnogo je stvari u našem odnosu koje me usređuju.	<b>-.720</b>	<b>-.756</b>	<b>-.717</b>
3. Nezadovoljan/a sam mnogim aspektima našeg odnosa.	<b>-.596</b>	<b>-.538</b>	<b>-.676</b>
4. Općenito govoreći, vrlo sam sretan/na u našoj vezi.	<b>-.750</b>	<b>-.750</b>	<b>-.751</b>
5. Našu vezu NE bih opisao/la kao sretnu.	-.307	-.332	-.291
6. Loše stvari u našem odnosu nadilaze one dobre.	-.301	-.348	-.253
Postotak objašnjene varijance (%)	35.41	35.14	37.66

Tablica 4 Prikaz rezultata faktorske analize metodom zajedničkih faktora (Communalities= $R^2$ ) za Skalu zadovoljstva brakom nakon izbacivanja čestica s nedostatnim faktorskim zasićenjem (<.40)

Redni broj čestice	Faktorsko zasićenje		
	Cijeli uzorak (N=232)	Muškarci (N=116)	Žene (N=116)
1. Zadovoljan/a sam našom vezom.	<b>-.738</b>	<b>-.706</b>	<b>-.782</b>
2. Mnogo je stvari u našem odnosu koje me usređuju.	<b>-.720</b>	<b>-.784</b>	<b>-.692</b>
3. Nezadovoljan/a sam mnogim aspektima našeg odnosa.	<b>-.519</b>	<b>-.407</b>	<b>-.646</b>
4. Općenito govoreći, vrlo sam sretan/na u našoj vezi.	<b>-.777</b>	<b>-.761</b>	<b>-.780</b>
Postotak objašnjene varijance (%)	48.36	46.47	52.91

Tablica 5 Prikaz koeficijenta unutarnje konzistencije (Cronbach alpha) za Skalu kvalitete bračne komunikacije na svih 10 originalnih čestica kao i nakon izbacivanja pete čestice

		Cijeli uzorak	Muškarci	Žene
<b>Cronbach alpha</b>	Svih 10 čestica	.825	.803	.856
	Nakon izbacivanja čestice br. 5	.823	.805	.853

*Tablica 6* Prikaz koeficijena unutarnje konzistencije (Cronbach alpha) za *Skalu zadovoljstva brakom* na svih 6 originalnih čestica kao i nakon izbacivanja pete, šeste čestice te obiju čestica

	<b>Cijeli uzorak</b>	<b>Muškarci</b>	<b>Žene</b>
Svih 6 čestica	.610	.592	.632
Nakon izbacivanja čestice br. 5	.629	.618	.645
<b>Cronbach alpha</b> Nakon izbacivanja čestice br. 6	.610	.577	.645
Nakon izbacivanja 5. i 6. čestice	.727	.654	.790

Tablica 7 Prikaz rezultata Levene-ovog testa homogenosti varijanci te indeksa normalnosti distribucije za varijable samoprocjenu i procjenu partner *phubbinga* s obzirom na pripadnost kategoriji na subskali djelovanja sa sviješću (iznad i ispod medijana) za muškarce ( $N=116$ )

**Muškarci ( $N=116$ )**

	Samoprocjena <i>phubbinga</i>						Procjena <i>phubbinga</i> od strane partnerice					
	<i>SD</i>	<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti	Levene ( <i>F</i> )	<i>p</i>	<i>SD</i>	<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti	Levene ( <i>F</i> )	<i>p</i>
<b>Ispod medijana vrijednosti</b>	.768	.122	1.003	1.387	.036	.850	.739	.111	.751	.485	.023	.881
<b>Iznad medijana vrijednosti</b>	.695	.098	.265	-.108			.720	.103	.702	.280		

Legenda: *SD*-standardna devijacija; *K-S*-Kolmogorov-Smirnov

Tablica 8 Prikaz rezultata Levene-ovog testa homogenosti varijanci te indeksa normalnosti distribucije za varijable samoprocjenu i procjenu partner *phubbinga* s obzirom na pripadnost kategoriji na subskali djelovanja sa sviješću (iznad i ispod medijana) za žene (N=116)

Žene (N=116)

	Samoprocjena <i>phubbinga</i>						Procjena <i>phubbinga</i> od strane partnera					
	<i>SD</i>	<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti	Levene ( <i>F</i> )	<i>p</i>	<i>SD</i>	<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti	Levene ( <i>F</i> )	<i>p</i>
Ispod medijana vrijednosti	.618	.139	.576	-.288	.040	.842	.808	.129	.430	-.350	.024	.877
Iznad medijana vrijednosti	.609	.113	.299	-.344			.775	.100	.178	-.693		

Legenda: *SD*-standardna devijacija; *K-S*-Kolmogorov-Smirnov

Tablica 9 Deskriptivni pokazatelji pojedinih kategorija obrasca partner *phubbinga* kod heteroseksualnih parova za skalu procjene partner *phubbinga*, ponderirane procjene partner *phubbinga* te samoprocjene partner *phubbinga*

Obrasci partner <i>phubbinga</i>	Procjena partner <i>phubbinga</i>		Ponderirana procjena partner <i>phubbinga</i>		Samoprocjena partner <i>phubbinga</i>	
	$N_{parova}$	%	$N_{parova}$	%	$N_{parova}$	%
a. Oba partnera iznad medijana	34	29.3	25	21.6	26	22.6
b. Oba partnera ispod medijana	32	27.6	27	23.3	24	20.9
c. Partner iznad, partnerica ispod medijana	21	18.1	39	33.6	19	16.5
d. Partner iznad, partnerica medijan	6	5.2	3	2.6	1	0.8
e. Partner medijan, partnerica ispod medijana	6	5.2	0	0	3	2.6
f. Partnerica iznad, partner ispod medijana	12	10.3	21	18.1	34	29.6
g. Partnerica iznad, partner medijan	2	1.7	0	0	4	3.5
h. Partnerica medijan, partner ispod medijana	3	2.6	1	0.8	4	3.5
Ukupno	116	100	116	100	115	100
Parovi u kojima partner više vrši <i>phubbing</i> od partnerice (c+d+e)	33	28.4	42	36.1	23	20.0
Parovi u kojima partnerica više vrši <i>phubbing</i> od partnera (f+g+h)	17	14.7	22	19.0	42	36.5
Parovi u kojima općenito jedan partner više vrši <i>phubbing</i> od drugoga (c+d+e+f+g+h)	50	43.1	64	55.1	65	56.5



Tablica 10 Prikaz deskriptivnih podataka za zajednički indikator kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom kod heteroseksualnih parova ( $N=116$ )

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Minimum	Maksimum	Kolmogorov-Smirnov test	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti
<b>Kvaliteta komunikacije</b>	5.97	.723	3.72	7	.097	-.889	.420
<b>Zadovoljstvo vezom</b>	6.51	.541	4.75	7	.195**	-1.308	1.091

Legenda: \*\* $p < .01$

Tablica 11 Prikaz rezultata normalnosti distribucija za zajednički indikator kvalitete komunikacije i zadovoljstva vezom kod različitih kategorija obrazaca partner *phubbinga*

		Obrasci partner <i>phubbinga</i>								
		Oba partnera rijetko vrše partner <i>phubbing</i>			Oba partnera često vrše partner <i>phubbing</i>			Jedan partner vrši partner <i>phubbing</i> više od drugoga		
		<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti	<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti	<i>K-S</i>	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti
<b>1. Skala procjene partner <i>phubbinga</i></b>	Kvaliteta komunikacije	.161	-1.113	.797	.174	-.860	.170	.097	-.914	.654
	Zadovoljstvo vezom	<b>.269*</b>	-1.194	.420	.218	-1.240	1.048	<b>.212*</b>	-1.324	.973
<b>2. Skala ponderirane procjene partner <i>phubbinga</i></b>	Kvaliteta komunikacije	.135	-.296	-1.344	.120	-.918	1.064	.148	-.839	-.126
	Zadovoljstvo vezom	<b>.240*</b>	-.985	-.181	.191	-.971	-.154	<b>.186*</b>	-1.027	.198
<b>3. Skala samoprocjene partner <i>phubbinga</i></b>	Kvaliteta komunikacije	.257	-1.510	1.745	.132	-.823	.682	.095	-.793	.406
	Zadovoljstvo vezom	.184	-1.148	.457	.203	-1.441	2.324	<b>.234**</b>	-1.360	1.081

Legenda:  $p < .05$ ;  $**p < .01$ ; *K-S*-Kolmogorov-Smirnov test

Tablica 12 Prikaz rezultata Levene-ovog testa homogenosti varijanci u svrhu ispitivanja značajnosti razlika u varijancama rezultata zajedničkog indikatora zadovoljstva vezom i kvalitete komunikacije između različitih grupa obrazaca partner *phubbinga*

Efekt	Varijabla	Varijanca			Levene (F)	p
		Oba partnera rijetko vrše <i>partner phubbing</i>	Oba partnera često vrše <i>partner phubbing</i>	Jedan partner vrši <i>partner phubbing</i> više od drugoga		
<b>1. Obrazac <i>partner phubbinga</i> (za skalu procjene <i>partner phubbinga</i>)</b>	Kvaliteta komunikacije	.489	.430	.592	.597	.552
	Zadovoljstvo vezom	.199	.280	.359	1.321	.271
<b>2. Obrazac <i>partner phubbinga</i> (za skalu ponderirane procjene <i>partner phubbinga</i>)</b>	Kvaliteta komunikacije	.221	.518	.549	2.696	.072
	Zadovoljstvo vezom	.069	.452	.279	9.002	.00**
<b>3. Obrazac <i>partner phubbinga</i> (za skalu samoprocjene <i>partner phubbinga</i>)</b>	Kvaliteta komunikacije	.488	.564	.487	.062	.939
	Zadovoljstvo vezom	.271	.298	.308	.162	.850