

Neki društveni aspekti problematičnog korištenja interneta kod studenata

Kolovrat, Matea

Master's thesis / Diplomski rad

2021

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:162:719949>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-12-24**



Sveučilište u Zadru
Universitas Studiorum
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Diplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)

Matea Kolovrat

**Neki društveni aspekti problematičnog korištenja
interneta kod studenata**

Diplomski rad

Zadar, 2021.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Diplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)

Neki društveni aspekti problematičnog korištenja interneta kod
studentata

Diplomski rad

Student/ica:

Matea Kolovrat

Mentor/ica:

doc.dr.sc. Ana Šimunić

Zadar, 2021.



Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, Matea Kolovrat, ovime izjavljujem da je moj diplomski rad pod naslovom Neki društveni aspekti problematičnog korištenja interneta kod studenata rezultat mojeg 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 mojeg 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 mojeg rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 2021.

Sadržaj

1. UVOD	1
1.1. PROBLEMATIČNO KORIŠTENJE INTERNETA	1
1.1.1. OPERACIONALIZACIJA PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA.....	1
1.1.1.1. SPECIFIČNO I GENERALIZIRANO PROBLEMATIČNO KORIŠTENJE INTERNETA.....	3
1.1.1.2. KOGNITIVNO-BIHEVIORALNA TEORIJA PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA.....	4
1.1.1.3. NEKI PREDIKTORI PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA.....	6
1.2. USAMLJENOST.....	7
1.2.1. DEFINIRANJE USAMLJENOSTI.....	7
1.2.2. SOCIJALNA I EMOCIONALNA USAMLJENOST	7
1.2.3. USAMLJENOST I PROBLEMATIČNO KORIŠTENJE INTERNETA	8
1.3. STRAH OD PROPUŠTANJA	10
1.3.1.OPERACIONALIZACIJA STRAHA OD PROPUŠTANJA	10
1.3.1.1. TEORIJSKI OKVIR STRAHA OD PROPUŠTANJA	11
1.3.1.2. STRAH OD PROPUŠTANJA U VIRTUALNOM OKRUŽENJU	12
1.4. SRAMEŽLJIVOST	13
1.4.1. DEFINIRANJE SRAMEŽLJIVOSTI	13
1.4.2. SRAMEŽLJIVOST U VIRTUALNOM OKRUŽENJU	14
1.5. POTREBA ZA PRIPADANJEM.....	15
1.5.1. DEFINIRANJE POTREBE ZA PRIPADANJEM	15
1.5.2. NEKI KORELATI POTREBE ZA PRIPADANJEM: TREBA LI JU RAZMATRATI U KONTEKSTU KORIŠTENJA INTERNETA?.....	17
1.6. POLAZIŠTE.....	17
2. CILJ	18
3. PROBLEMI I HIPOTEZE	18
4. METODA.....	19
4.1. SUDIONICI.....	19
4.2. MJERNI INSTRUMENTI.....	19
4.3. POSTUPAK	22
5. REZULTATI.....	23
5.1. PROVJERAVANJE FAKTORSKIH STRUKTURA REVIDIRANE CHEEKOVE I BUSSOVE SKALE SRAMEŽLJIVOST I SKALE POTREBE ZA PRIPADANJEM	23
5.2. PREDUVJETI DALJNJIH STATISTIČKIH ANALIZA	29
6. RASPRAVA.....	36

7. ZAKLJUČCI	42
8. LITERATURA	43

Neki društveni aspekti problematičnog korištenja Interneta kod studenata

SAŽETAK

Iako je prvobitna namjena Interneta bila razmjena informacija, odnosno komunikacija, s vremenom se Internet asimilirao u gotovo sve aspekte života. Stoga, Internet zasigurno ima veliki utjecaj na naše živote, osobito na društveni aspekt. U ovom istraživanju naglasak je bio upravo na društvenim aspektima problematičnog korištenja Interneta kojeg karakterizira neprilagođena zaokupljenost korištenjem Interneta, koja se doživljava kao nekontrolirana upotreba tijekom vremenskih razdoblja duljih od predviđenih i značajnih poteškoća koja proizlaze iz tog ponašanja. Shodno tome, glavni cilj ovog istraživanja bio ispitati doprinos socijalne i emocionalne usamljenosti, potrebe za pripadanjem, straha od propuštanja i sramežljivosti u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta. Dodatni cilj ovog istraživanja bio je validirati *Skalu potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013) i *Revidiranu Cheekovu i Bussovu skalu sramežljivosti* (Rai, 2011) na uzorku hrvatskih studenata. Istraživanje je provedeno pomoću *online* obrasca na prigodnom uzorku koji se sastojao od 344 studenta/ice s područja Republike Hrvatske. Upitnik je sadržavao sljedeće skale: *Skalu socijalne i emocionalne usamljenosti* (DiTomasso i Spinner, 1993), *Skalu generaliziranog problematičnog korištenja Interneta 2* (Caplan, 2010), *Revidiranu Cheekovu i Bussovu skalu sramežljivosti* (Cheek i Buss, 1983), *Skalu straha od propuštanja* (Abel i sur., 2016) i *Skalu potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013). Istraživanjem je utvrđena jednofaktorska struktura *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) i *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013) na hrvatskom uzorku studenata/ica. Osim toga, utvrđeno je da je viša razina problematičnog korištenja Interneta predviđena višom razinom socijalne i emocionalne usamljenosti, višom razinom straha od propuštanja (socijalna anksioznost i nisko samopoštovanje), višom razinom sramežljivosti i višom razinom potrebe za pripadanjem. Ipak, nakon uvođenja potrebe za pripadanjem u analizu, nisko samopoštovanje je postalo neznačajan prediktor problematičnog korištenja Interneta.

Ključne riječi: problematično korištenje Interneta, usamljenost, strah od propuštanja, sramežljivost, potreba za pripadanjem

Some social aspects of problematic Internet use in students

SUMMARY

Although the original purpose of the Internet was to exchange information, i.e. communication, over time it assimilated into almost all aspects of life. Therefore, the Internet certainly has a big effect on our lives, especially on the social aspect. In this research, the emphasis was placed on the social aspects of problematic Internet use, which is characterized by unadapted prepossession with Internet use, which is perceived as uncontrolled use over time periods longer than anticipated and significant difficulties arising from this behavior. Therefore, the main aim of this research was to examine the contribution of social and emotional loneliness, the need to belong, the fear of missing out, and shyness in explaining problematic Internet use. An additional aim of this study was to validate The Need to Belong Scale (Leary et al., 2013) and The Revised Cheek and Buss Shyness Scale (Rai, 2011) on a sample of Croatian students. The research was conducted using an online form on a convenient sample consisting of 344 Croatian students. The questionnaire contained the following scales: *Social and Emotional Loneliness Scale* (DiTomasso and Spinner, 1993), *Generalized Problematic Internet Use Scale 2*, (Caplan, 2010), *The Revised Cheek and Buss Shyness Scale* (Cheek and Buss, 1983), *Fear of Missing Out Scale* (Abel et al., 2016),) and *The Need to Belong Scale* (Leary et al., 2013). The research confirmed the one-factor structure of the The Revised Cheek and Buss Shyness Scale (Rai, 2011) and The Need to Belong Scale (Leary et al., 2013) on the Croatian sample of students. In addition, results in this study showed that a higher level of problematic Internet use is predicted by a higher level of social and emotional loneliness, a higher level of fear of missing out (social anxiety and low self-esteem), a higher level of shyness, and a higher level of need to belong. Yet, after the introduction of the need to belong, low self-esteem became an insignificant predictor of problematic Internet use.

Key words: problematic Internet use, loneliness, fear of missing out, shyness, need to belong

1. UVOD

1.1. PROBLEMATIČNO KORIŠTENJE INTERNETA

1.1.1. OPERACIONALIZACIJA PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA

Internet je kao važno suvremeno sredstvo razmjene informacija i komunikacije postao neizostavan element života ljudi diljem svijeta. Iako su se razvojem i asimilacijom Interneta u sve sfere svakodnevnog života nizale uglavnom prednosti i olakotnosti, pojavili su se i neki oblici disfunkcionalne uporabe. Jedan od tih oblika je prekomjerno korištenje Interneta o čijoj se definiciji i klasifikaciji još uvijek raspravlja jer je to fenomen koji se još uvijek proučava. Vrlo je važno razlikovati funkcionalnu i zdravu upotrebu Interneta od disfunkcionalne i problematične upotrebe. Naime, zdrava upotreba Interneta definirana je kao upotreba Interneta za postizanje određenog cilja, u odgovarajućem vremenskom okviru, bez kognitivne ili bihevioralne nelagode (Davis, 2001). Dakle, umjerena i zdrava uporaba Interneta ne predstavlja značajne rizike i općenito je korisna za većinu korisnika, no jedan manji dio korisnika Interneta ima problema povezanih s njegovom pretjeranom, nekontroliranom i disfunkcionalnom upotrebom (Pontes i sur., 2016).

Takvu nefunkcionalnu upotrebu najprije je Goldberg 1997. godine nazvao "ovisnost o Internetu" čiji je dijagnostički kriterij definirao kao značajno veće trajanje upotrebe Interneta kako bi se postiglo željeno zadovoljstvo (Odaci i Kalkan, 2010). Psihologinja K. Young prva je 1996. godine objavila detaljno izvješće o slučaju ovisnosti o Internetu (Young, 1996; prema Aboujade, 2010). Njezina je nulta pacijentica bila kućanica bez prethodne ovisnosti ili psihijatrijske povijesti, a na Internetu je provodila i do 60 sati tjedno. Izvijestila je da se osjeća uzbuđeno koristeći Internet, a tjeskobno i razdražljivo kada bi se odjavila. Osim toga, ignorirala je kućanske poslove i napustila društvene aktivnosti u kojima je prije uživala te se otuđila od obitelji. Opisane značajke su slične kao kod drugih psiholoških ovisnosti i uklapaju se u definiciju ovisnosti o Internetu koju su kasnije ponudili Kuss i Griffiths (2017). Naime, oni su konceptualizirali ovisnost o Internetu kao specifičnu psihološku ovisnost sa sličnim značajkama kao i kod drugih psiholoških ovisnosti poput: gubitka kontrole, simptoma povlačenja, ometanja svakodnevnog funkcioniranja i gubitka interesa za druge aktivnosti (Kuss i Griffiths, 2017). Na temelju ove studije slučaja i ostalih pacijenata s kojima je razgovarala, Young (1996; prema Aboujaoude, 2010) je predložila prvi niz dijagnostičkih kriterija za ono što je nazvala "ovisnost o Internetu". Modelirala ih je po uzoru na definiciju u DSM-IV za ovisnost o supstancama zbog sličnosti koje je uočila na osnovu simptoma tolerancije (potreba

za većom količinom tvari za isti učinak) i povlačenja (psihička i fizička nelagoda nakon reduciranja ili prestanka konzumiranja tvari). Budući da su drugi autori koncipirali problematiku korištenja interneta kao bihevioralnu ovisnost (Griffiths, 1996), Young je ažurirala svoju definiciju, prilagođavajući DSM-IV kriterije za patološko kockanje te poremećaj kontrole impulsa, koji se često opisuje kao bihevioralna ovisnost, u svoj dijagnostički upitnik (Young, 1998). Upitnik se sastoji od 8 kriterija i često se koristi u istraživačkom i kliničkom području ispitivanja ovisnosti o internetu. Dijagnoza ovisnosti temeljem ovog upitnika uspostavlja se ukoliko je zadovoljeno pet od osam kriterija (Aboujaoude, 2010).

Važno je naglasiti da je u najnovijem izdanju Dijagnostičkog i statističkog priručnika za mentalne poremećaje (APA, 2013) uvršten poremećaj igranja *online* igara, no poremećaj o nekom obliku disfunkcionalnog korištenja Interneta nije. To je najvjerojatnije zbog činjenice da je ovisnost o Internetu krovni pojam koji uključuje druga problematična ponašanja kao što su poremećaj *online* kockanja, ovisnost o društvenim mrežama, itd. (Ko i sur., 2012). Također, Ko i suradnici (2012) navode mogućnost opisivanja ovisnosti o Internetu kao posljedicu drugih primarnih poremećaja.

U zadnje vrijeme neki autori tvrde da koncept ovisnosti o Internetu nije adekvatan za opisivanje fenomena povezanog s negativnim posljedicama koje proizlaze iz pretjerane i disfunkcionalne upotrebe Interneta (Starčević i Aboujaoude, 2017). Shodno tome, u novijim istraživanjima najčešće se koristi termin problematičnog korištenja Interneta kojeg su predložili Beard i Wolf (2001). Ovaj je pojam predložen kako bi definirao upotrebu Interneta koja u svakodnevici pojedinaca izaziva psihološke, socijalne, akademske i / ili profesionalne poteškoće. Prema Caplanu (2002) izraz "problematičan" je prikladniji jer naglašava negativne posljedice pretjerane upotrebe Interneta bez patološke dijagnoze i označavanja tradicije ovisnosti. Pojam problematičnog korištenja Interneta se odnosi na neprilagođenu zaokupljenost korištenjem Interneta, koja se doživljava kao neodoljiva upotreba tijekom vremenskih razdoblja duljih od predviđenih i značajnih poteškoća koja proizlaze iz tog ponašanja. Drugim riječima, problematično korištenje Interneta je višedimenzionalni sindrom sastavljen od kognitivnih i bihevioralnih simptoma koji rezultiraju socijalnim, akademskim ili profesionalnim problemima (Caplan 2002). Shapira i suradnici (2000) ističu da problematično korištenje Interneta karakterizira nesposobnost pojedinca da kontrolira upotrebu Interneta, što zauzvrat dovodi do osjećaja tjeskobe i ometanja svakodnevnih aktivnosti. Zajednička značajka ovih definicija je da naglašavaju duljinu vremena provedenog na Internetu, nelagodu i razdražljivost u vrijeme kad

se Internet ne koristi, te znakove poput potrebe za duljim razdobljima provođenja na mreži (Young i Rodgers, 1998). Kriterij za kojeg većina autora smatra problematičnim korištenjem Interneta je korištenje Interneta od 5 sati dnevno i više (Odaci i Kalkan, 2010).

Bez obzira na to što u znanstvenoj zajednici još uvijek nema konsenzusa oko najadekvatnijeg naziva i simptomatologije disfunkcionalnog korištenja Interneta, ovo je istraživačko područje u stalnom porastu. Iako postoje različiti termini koji se koriste za opisivanje ovog fenomena, u ovom istraživanju bit će korišten trenutno uvriježen termin problematičnog korištenja Interneta.

1.1.1. SPECIFIČNO I GENERALIZIRANO PROBLEMATIČNO KORIŠTENJE INTERNETA

Problematično korištenje Interneta može se podijeliti u dvije kategorije: specifično i generalizirano problematično korištenje Interneta (Davis, 2001). Specifično problematično korištenje Interneta uključuje pretjeranu upotrebu i zloupotrebu samo određenih internetskih funkcija poput *online* igara, *online* pornografije, itd. Pretpostavlja se da je specifično korištenje Interneta rezultat već postojeće psihopatologije koja naknadno postaje povezana s mrežnom aktivnošću. Na primjer, osoba koja inače (i patološki) koristi pornografiju uviđa ogromne količine pornografskog materijala na Internetu te na taj način dolazi do prekomjerne upotrebe Interneta, odnosno specifičnog problematičnog korištenja Interneta. Nekoliko studija implicira da je seksualna kompulzivnost na mreži glavni prediktor problematičnog korištenja Interneta (Davis, 2001). S druge strane, Davis (2001) generalizirano problematično korištenje Interneta koncipira kao nespecifičnu i višedimenzionalnu upotrebu Interneta što rezultira negativnim posljedicama za pojedinca. Jedan od elemenata koji tome pridonosi povezan je sa socijalnim kontekstom pojedinca. Konkretno, nedostatak socijalne podrške obitelji ili prijatelja i/ili socijalna izolacija rezultirat će generaliziranim problematičnim korištenjem Interneta. Generalizirano problematično korištenje Interneta uključuje trošenje abnormalne količine vremena na Internetu uključujući i gubljenje vremena bez konkretne svrhe, ali i trošenja ogromne količine vremena za npr. dopisivanje preko društvenih mreža. Prokrastinacija igra značajnu ulogu u razvoju i održavanju generaliziranog problematičnog korištenja Interneta. Ovo potraćeno vrijeme rezultira značajnim problemima u svakodnevnom funkcioniranju jer se odgovornosti gomilaju, a pritisci povećavaju. Kod pojedinaca s generaliziranim problematičnim korištenjem Interneta patologija vjerojatno ne bi ni postojala u nedostatku

Interneta. Iako vjerojatno nisu imali neku prethodnu psihopatologiju, bili su skloni maladaptivnim kognicijama i bili su socijalno izolirani te nisu imali načina da izraze svoju tjeskobu (Davis, 2001). Upravo su maladaptivne kognicije središnji pojam kognitivno biheviornalne teorije, jedne od teorija koja pruža objašnjenje etiologije problematičnog korištenja Interneta.

1.1.2. KOGNITIVNO-BIHEVIORNALNA TEORIJA PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA

Kognitivno-biheviornalni pristup kojeg je predložio Davis (2001) ističe ulogu kognitivnih disfunkcija i procesa učenja u razvoju i održavanju problematičnog korištenja Interneta. Preciznije, kognitivno-biheviornalni model sugerira da problematično korištenje Interneta uključuje skup kognitivnih procesa (npr. kognitivne distorzije ili preokupacije) i disfunkcionalna ponašanja (npr. kompulzivno korištenje Interneta) koji dovode do negativnih posljedica u raznim područjima života pojedinca (Davis, 2001). Ova teorija problematičnog korištenja Interneta odstupa od ostalih teorija jer naglašava individualne kognicije kao glavni izvor disfunkcionalnog ponašanja. Dok su se glavni simptomi problematičnog korištenja Interneta općenito smatrali afektivnim ili biheviornalnim simptomima, Davis (2001) tvrdi da kognitivni simptomi problematičnog korištenja Interneta često mogu prethoditi i uzrokovati afektivne ili biheviornalne simptome, a ne obrnuto. Neadaptivni kognitivni procesi nastaju zbog kognitivnih disfunkcija o sebi i / ili okolini i prema Davisu (2001) su dovoljni za nastanak problematičnog korištenja Interneta. Kognitivne disfunkcije o sebi se odnose na negativno samopoimanje, što dovodi do potrage za odobravanjem drugih, na siguran način, putem Interneta. Kognitivne disfunkcije o okolini su povezane s činjenicom da pojedinac smatra da nije prihvaćen u okolini, nego da je Internet jedino mjesto na kojem ga drugi vole i poštuju (Davis, 2001). Posljedično, pozitivni odgovori koji proizlaze iz *online* aktivnosti potkrepljuju ponašanje pojedinca, na taj način da povećavaju vjerojatnost nove pojave tog ponašanja. Jednom kad je potkrepljenje izvršeno, pojedinac postaje uvjetovan da aktivnost obavlja sve češće kako bi se postigao isti odgovor kao onaj u prvoj aktivnosti (Davis, 2001). Uz to, Caplan (2010) tvrdi da su pojedinci koji pate od psihosocijalnih problema skloni razvijanju negativne percepcije svojih socijalnih kompetencija, što će ih navesti da više vole uspostavljanje *online* socijalnih interakcija, umjesto tradicionalne interakcije licem u lice.

Upravo je preferencija *online* socijalnih interakcija jedna od četiri ključne komponente ažuriranog kognitivno-bihevioralnog modela kojeg je predložio Caplan (2010). Osim toga, Caplan navodi još regulaciju raspoloženja putem Interneta, nedostatnu samoregulaciju i negativne posljedice kao ključne elemente u objašnjavanju etiologije problematičnog korištenja Interneta. Prva komponenta, sklonost internetskoj socijalnoj interakciji, se odnosi na uvjerenje da su interakcije putem Interneta sigurnije, ugodnije, učinkovitije i manje prijeteće od interakcija licem u lice. Drugo, regulacija raspoloženja, odnosi se na upotrebu Interneta za smanjenje anksioznosti, osjećaja izolacije ili negativnih emocija (Caplan, 2002). Treće, nedostatna samoregulacija, konceptualizirana je kao konstrukt koji uključuje dvije različite, ali usko povezane komponente: kognitivnu zaokupljenost i kompulzivnu upotrebu (Caplan, 2010). Kognitivna zaokupljenost se odnosi na opsesivne obrasce razmišljanja vezano uz upotrebu Interneta, a kompulzivna upotreba se odnosi na nemogućnost nadzora ili reguliranja vlastite upotrebe Interneta (Young, 2005). Na kraju, model naglašava važnost negativnih posljedica problematičnog korištenja Interneta. Ova se komponenta odnosi na opseg do kojeg pojedinci imaju osobnih, socijalnih, akademskih ili radnih problema kao rezultat svog nefunkcionalnog korištenja Interneta. Prema Caplanovom modelu (Caplan, 2010), prethodno opisane komponente su međusobno povezane. I preferencija *online* socijalnih interakcija i upotreba Interneta za regulaciju raspoloženja povećavaju vjerojatnost nedostatne samoregulacije što može rezultirati negativnim ishodom na nekoliko područja pojedinčevog života. Nekoliko studija pružilo je preliminarnu empirijsku potporu osnovnim pretpostavkama ovog modela (Caplan, 2010; Caplan i sur., 2009).

Kao dodatak razvoju kognitivno-bihevioralnog teorijskog modela problematičnog korištenja Interneta, Caplan (2002; 2010) je razvio i revidirao instrument za procjenu konstrukata unutar modela i njihovih odnosa, poznat pod nazivom Skala generaliziranog problematičnog korištenja (GPIUS). GPIUS se sastoji od četiri subskale koje odgovaraju glavnim komponentama sustava gore opisanog kognitivno-bihevioralnog modela. Osim što podupire temeljni teorijski model, ova ljestvica pruža vrijedan pristup procjenjivanju problematičnog korištenja Interneta iz višedimenzionalne perspektive te je korištena i u ovom, ali i u većini prethodnih istraživanja. Prethodna istraživanja koja su koristila navedenu skalu su uglavnom usmjerena na utvrđivanje potencijalnih konstrukata koji doprinose objašnjavanju problematičnog korištenja Interneta.

1.1.3. NEKI PREDIKTORI PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA

U literaturi se može naći mnoštvo istraživanja u kojima je ispitana uloga raznih psiholoških čimbenika u pretjeranoj upotrebi Interneta. Na primjer, istraživanje australskih studenata je pokazalo da su veća učestalost korištenja Interneta, nedostatak ustrajnosti (aspekt impulzivnosti) i članstvo u nekoj *online* grupi značajno predviđjeli problematično korištenje Interneta (Mottram i Fleming, 2009). Južnokorejski adolescenti koji su bili ovisni o Internetu imali su više problema u međuljudskim odnosima problema nego zdravi korisnici (Seo i sur., 2009). Ovisnost o Internetu pozitivno je povezana sa društvenom izolacijom (Tokunaga, 2015), ali i s nezadovoljstvom vršnjačkim interakcijama (Liu i Kuo, 2007). S druge strane, čini se da roditeljska skrb i emocionalna podrška pružaju zaštitu protiv problematičnog korištenja Interneta; podržavajuća roditeljska pozadina pokazala je negativne korelacije s problematičnim korištenjem Interneta među adolescentima (Li i sur., 2014). S druge strane, slabo zadovoljstvo obitelji i nedostatak emocionalne podrške predviđa simptome ovisnosti o korištenju Interneta (Griffiths, 2015; Wartberg i sur., 2015; Yen i sur., 2009). Također, ranijim istraživanjima je utvrđena pozitivna korelacija između problematične upotrebe Interneta i depresije (Shapira i sur., 2000; Tokunaga i Rains, 2010; Yang i Tung, 2007) i negativnu povezanost s mjerama emocionalnog blagostanja (Piguet i sur., 2015). Korisnici Interneta nalaze društvenu i emocionalnu podršku u virtualnom svijetu, osjećaj pripadnosti dok komuniciraju putem Interneta s drugim ljudima (Prieara, 2018). Uzevši navedeno u obzir, može se reći da socijalni aspekt korištenja Interneta ima veliki utjecaj u njegovu korištenju. U prilog tome govori činjenica da se velikim brojem istraživanja utvrdila povezanost društvenih konstrukata s problematičnim korištenjem Interneta (Esen i sur., 2013; Fallahi 2011; Odaci i Kalkan, 2010; Prieara i sur., 2018). Uzevši navedeno u obzir, u ovom istraživanju se želi ispitati doprinos pojedinih društvenih konstrukata: socijalna i emocionalna usamljenost, strah od propuštanja, sramežljivost i potreba za pripadanjem u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta. U nastavku su navedeni konstrukti definirani i opisani u kontekstu problematičnog korištenja Interneta.

1.2. USAMLJENOST

1.2.1. DEFINIRANJE USAMLJENOSTI

Weiss (1973) je tvrdio da usamljenost ne znači da je ta osoba sama. Prema Weissu, usamljenost je odgovor na odsutnost odnosa ili neuspjeh u stvaranju odnosa. Ako je naglasak dakle na odsutnosti određenog oblika odnosa na temelju Weissovog stajališta, usamljenost se ne može završiti samom prisutnošću nekog drugog pojedinca. Međutim, tom pojedincu će trebati postojanje vrlo posebnog oblika odnosa u kojem može emocionalno stupiti u vezu s tom osobom. Što se tiče prirode ovog konstrukta, istraživači zainteresirani za problem usamljenosti općenito su se složili oko dvije karakteristike iskustva usamljenosti. Prvo, usamljenost je averzivno iskustvo, slično ostalim negativnim afektivnim stanjima poput depresije ili anksioznosti. Drugo, istraživanja su pokazala da je usamljenost različita od socijalne izolacije i odražava individualnu subjektivnu percepciju deficita u pojedinčevoj socijalnoj mreži. Ti deficiti mogu biti kvantitativni (npr. osoba nema dovoljno prijatelja) ili kvalitativni (npr. nedostatak bliskosti s drugima) (Russell i sur., 1984). Iako je došlo do općeg slaganja o ovim temeljnim obilježjima iskustva usamljenosti, istraživači se nisu složili oko postojanja različitih vrsta, odnosno dimenzija usamljenosti (Russell, 1982; prema Russell i sur., 1984). Prema jednodimenzionalnom pristupu usamljenosti postoji zajednička jezgra iskustava koja predstavljaju "usamljenost". Stoga bi se zajedničke karakteristike trebale naći i u iskustvu usamljenog studenta prve godine fakulteta i u iskustvu usamljene udovice koja je nedavno izgubila partnera. Alternativna perspektiva je višedimenzionalni pristup usamljenosti koji pretpostavlja da postoje dvije ili više kvalitativno različite vrste usamljenosti. Ovo bi teorijsko stajalište moglo argumentirati da bi brućoš i udovica mogli oboje izvještavati da su usamljeni, ali bi subjektivna iskustva usamljenosti bila sasvim drugačija (Russell i sur., 1984).

1.2.2. SOCIJALNA I EMOCIONALNA USAMLJENOST

Weiss (1973) je usamljenost podijelio na dvije dimenzije usamljenosti, odnosno na emocionalnu i socijalnu usamljenost. Do emocionalne usamljenosti dolazi zbog smanjenja intimne povezanosti ili odsutnosti bliske emocionalne veze. S druge strane socijalna usamljenost se javlja zbog nedostatka interakcije sa skupinom željenih pojedinaca ili odsustva kontakta sa širim društvenim krugom poput susjeda, prijatelja i kolega. Štoviše, Weiss (1973)

je tvrdio da emocionalna usamljenost rezultira osjećajem tjeskobe, hipervigilantnosti¹, visoke osjetljivosti i osjećaja napuštenosti. Suprotno tome, sugerirao je da bi socijalna usamljenost bila povezana s dosadom, depresijom i besciljnošću. Faktorske analitičke studije također pokazuju da su modeli mjerenja, koji razlikuju ove dimenzije usamljenosti, superiorniji od jednodimenzionalnih modela te da su socijalna i emocionalna usamljenost samo umjereno pozitivno povezane (Liu i Rook, 2013). Na temelju gornjih objašnjenja može se zaključiti da je sudjelovanje u određenom odnosu s drugima potreba. Ako nije ispunjena, tada će osoba doživjeti usamljenost. Nadalje, usamljenost je jedan od predispozicijskih čimbenika problematičnog korištenja Interneta povezanog s pretjeranom uporabom društvenih mreža.

1.2.3. USAMLJENOST I PROBLEMATIČNO KORIŠTENJE INTERNETA

Mnogi istraživači su bili zainteresirani za utvrđivanje prirode odnosa usamljenosti i pretjeranog korištenja Interneta. Na primjer, Fallahi (2011) je svrstao uzorak studenata u tri skupine po njihovim navikama korištenja Interneta: zdravi korisnici, rizični korisnici i ovisni korisnici. Istraživanjem se naposljetku pokazalo da su ovisnici više izvještavali o usamljenosti od ostalih skupina (Fallahi, 2011). U literaturi se može naći još mnoštvo sličnih istraživanja koja su pokazala da usamljeni ljudi obično pretjerano koriste Internet (Esen i sur., 2013; Moody, 2004; Morahan-Martin i Schumacher, 2003; Song i sur., 2014; Zarbakhsh i sur., 2013). Međutim, u većini ovakvih istraživanja usamljenost je promatrana kao jednodimenzionalni konstrukt, malo je onih kojima je ispitan doprinos dvije dimenzije usamljenosti u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta. Ipak, jedno takvo istraživanje je istraživanje Andangsarija i Dhowija (2016) kojim je utvrđeno da su emocionalno usamljeniji pojedinci skloniji problematičnoj upotrebi Interneta. Ovakve rezultate su autori pripisali kolektivističkoj kulturi sudionika (indonezijskog naroda) u kojoj je bliskost vrlo važna, posebno s obitelji, rodbinom ili bliskim prijateljima. S druge strane, socijalna usamljenost nije bila povezana s problematičnim korištenjem Interneta. Ovaj rezultat se također protumačio time da je u kolektivističkoj kulturi intimni odnos sa supružnikom ili obitelji mnogo važniji nego odnos sa širim krugom drugih ljudi pa se njegov izostanak uglavnom ne reflektira na život pojedinca pa tako ni na povećano korištenje Interneta (Andangsari i Dhowi, 2016). Opisana istraživanja su

¹ Hipervigilantnost je stanje povećane budnosti i opreza. Često se javlja kao simptom anksioznih poremećaja i posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) te shizofrenije.

ponajviše bila fokusirana na ispitivanje korelacijske prirode odnosa usamljenosti i problematičnog korištenja Interneta pa je nejasno uzrokuje li usamljenost problematičnog korištenja Interneta ili obrnuto. Stoga su predložene dvije perspektive koje tumače smjer povezanosti problematičnog korištenja Interneta i usamljenosti.

1.2.3.1. TEORIJSKA OBJAŠNJENJA POVEZANOSTI PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA I USAMLJENOSTI

Davis (2001) je predložio psihosocijalne probleme poput usamljenosti i depresije kao neke od distalnih antecedenata problematičnog korištenja Interneta. Naime, usamljeni i depresivni pojedinci su skloniji internetskoj interakciji jer ju percipiraju manje rizičnom i lakšom od komunikacije licem u lice zbog veće anonimnosti. Odnosno, prema ovom stajalištu usamljeni ljudi nisu uspješni u svojim izvanmrežnim interakcijama te svoj neuspjeh pripisuju nedostatku socijalnih vještina što zauzvrat povećava problematično korištenje Interneta. Iako se Caplan (2003) složio da su psihosocijalni problemi povezani s kompulzivnom uporabom Interneta i negativnim ishodima, nije ih uključio u svoj model. Prema Caplanovom (2005) modelu, pojedinci koji imaju manjak samoprezentacijskih vještina bi mogli više preferirati internetsku komunikaciju nego komunikaciju licem u lice. Kako posvećuju više vremena i pažnje internetskoj socijalnoj interakciji, neki od njih teško reguliraju upotrebu Interneta, što se naziva kompulzivno korištenje (Caplan, 2005). Kompulzivno korištenje zauzvrat dovodi do negativnih životnih ishoda poput lošijeg akademskog uspjeha, apsentizma u školi ili na poslu i nedostatnog društvenog angažmana.

Druga perspektiva promatra usamljenost kao učinak korištenja Interneta, a ne kao njegov uzrok. Negativne životne posljedice bi trebale uzrokovati usamljenost jer te posljedice (npr. odsustvo s posla ili nastave, nedostatni društveni angažman) podrazumijevaju izoliranje pojedinca iz društvenih grupa. Također, potencijalne dugoročne posljedice odustajanja od socijalnog kontakta (npr. pad ispita, gubitak posla ili prekid veze) su stresori koji su povezani s pojavom depresivnih simptoma (Taylor i Turner, 2002). Preferencija za internetsku interakciju će također vjerojatno imati izolirajuće učinke izvan mreže jer to implicira da će društvene interakcije na mreži biti više cijenjene, a manje će vremena biti posvećeno interakciji u stvarnom svijetu. Osim toga, i manjak socijalnih vještina može uzrokovati usamljenost (Wittenberg i Reis, 1986).

1.3. STRAH OD PROPUŠTANJA

1.3.1. OPERACIONALIZACIJA STRAHA OD PROPUŠTANJA

Osim usamljenosti, jedan od popularnijih konstrukta među istraživačima pretjeranog korištenja Interneta i društvenih mreža u zadnje vrijeme je strah od propuštanja (eng. *Fear of missing out*). Strah od propuštanja se definira kao „sveobuhvatna bojazan da bi drugi mogli imati ugodna iskustva iz kojih je pojedinac odsutan, strah od propuštanja karakterizira želju da se ostane neprekidno povezan s onim što drugi rade“ (Przybylski i sur., 2013, str. 1841). Budući da su ljudi društvena bića te imaju tendenciju pripadanja društvenim skupinama, razumljivo je da imaju potrebu da znaju što članovi grupe u određenom trenutku rade. Kolika je motivacija da se otkrije što rade drugi razlikuje se od pojedinca do pojedinca.

Iako strah od propuštanja nije posve novi koncept, zanimanje za njega među istraživačima poraslo je napredovanjem tehnologija i njihovom integracijom u svakodnevni život pojedinca. Posebnu ulogu u popularizaciji straha od propuštanja kao koncepta među istraživačima su imale društvene mreže. Naime, korisnici društvenih mreža imaju tendenciju ažuriranja njihovih statusa ili fotografija o pozitivnim događajima te odabiru objave temeljene na tome što misle da će druge ljude zanimati i koje ostavljaju dojam da često čine ekstravagantne i zanimljive stvari (Denti i sur., 2012). Slijedom toga, upotreba društvenih mreža ima velik utjecaj na percepciju tuđih života.

Wortham (2011) sugerira da je strah od propuštanja kroz povijest također bio prisutan, ali kroz drugačije komunikacijske kanale (npr. časopisi, novine, pisma i sl.) koji su pojedincima omogućili da prate što se događa u životima drugih (Wortham, 2011). Iako je strah od propuštanja bio prisutan i prije, nije bio toliko izražen kao danas kad je protok informacija puno jednostavniji i brži. U tom jednostavnom pristupu pojedinac se vrlo lako može uhvatiti u zamci da uspoređuje vlastiti život sa životom o kojem čita i promatra na društvenim mrežama zbog čega se osjeća manje zadovoljan svojim životom i ponašanjem (Abel i sur., 2016). Slijedom toga, nameće se pitanje o prirodi opisane znatiželje. Što se nalazi u podlozi straha od propuštanja? Zašto su društvene mreže toliko popularne među mladima?

1.3.1. TEORIJSKI OKVIR STRAHA OD PROPUŠTANJA

S obzirom na njegovu psihološku podlogu, Przybylski i suradnici (2013) sugeriraju da strah od propuštanja nastaje zbog neuspjeha u psihološkom zadovoljenju potreba kao što je potreba za pripadanjem, osjećajem bliskosti i povezanosti s drugima. Ljudi s visokim strahom od propuštanja žele stalno biti povezani s drugima i biti u toku s onim što drugi rade (Przybylski i sur., 2013). Iako se može tvrditi da društvene mreže nude put za zadovoljenje nekih od ovih potreba, one mogu poslužiti i za pogoršanje straha od propuštanja podsjećajući pojedince koja iskustva propuštaju u realnom vremenu (Riordan i sur., 2018). Dakle, niska razina zadovoljene potrebe za pripadanjem može se odnositi na strah od propuštanja i angažman na društvenim mrežama na dva načina. Veza može biti izravna, pojedinci koji imaju nisko zadovoljstvo ispunjenim potrebama mogu gravitirati prema upotrebi društvenih medija jer se to doživljava kao izvor resursa doticaja s drugima, alat za razvoj socijalne kompetencije i prilika za produbljivanje društvenih veza. Veza između osnovnih potreba i angažmana na društvenim mrežama također može biti neizravna, odnosno posredovana putem straha od propuštanja. Ako bi deficit potrebe mogao neke pojedince učiniti općenito osjetljivima na strah od propuštanja, moguće je da je zadovoljenje potreba povezano s upotrebom društvenih mreža samo u onoj mjeri u kojoj je povezano sa strahom od propuštanja. Drugim riječima, strah od propuštanja mogao bi poslužiti kao medijator koji povezuje deficite u psihološkim potrebama s angažmanom na društvenim mrežama (Przybylski i sur., 2013).

Objašnjenje straha od propuštanja pruža i teorija pronalaženja/traženja informacija. Teorija pronalaženja informacija objašnjava strah od propuštanja iz evolucijske perspektive prema kojoj ljudi imaju urođeni nagon za traženjem informacija (Gazzaley i Rosen, 2016). Poput životinja koje traže hranu, ljudi stalno traže informacije posebno u vezi s njihovim odnosima s drugima. Društvene mreže ispunjavaju ovu potrebu pružanjem pristupa informacijama o drugima što hrani nagonsku potrebu za informacijama o našim odnosima. Ovime se mogu objasniti sati provedeni na društvenim mrežama, posebno za tinejdžere i mlade odrasle osobe koji imaju intenzivnu želju prikupiti informacije koje signaliziraju nečije mjesto u društvenoj hijerarhiji (Whiting i Williams, 2013). Doista, pojava društvenih mreža omogućila je pristup širokom spektru aktivnosti i osobnim podacima o drugima, koji su uglavnom bili nedostupni.

1.3.2. STRAH OD PROPUŠTANJA U VIRTUALNOM OKRUŽENJU

Sukladno prethodno opisanim teorijama, istraživanja su se većinom usmjerila na povezanost straha od propuštanja i nezdrave upotrebe Interneta i društvenih mreža. Na primjer, Baker i suradnici su (2016) koristeći uzorak od 368 američkih studenata, otkrili da je povišeni strah od propuštanja pozitivno povezan s vremenom provedenim na društvenim mrežama. Također su utvrdili da je viša razina straha od propuštanja također povezana s većom učestalošću simptoma depresije i drugih somatskih simptoma poput glavobolje, otežanog disanja, bolova u prsima i grlobolje (Baker i sur., 2016). Druga su istraživanja pokazala slične rezultate u kojoj je pretjerana upotreba/ovisnost o društvenim mrežama bila pozitivno povezana s visokim stupnjem straha od propuštanja (Casale i sur., 2018; Kuss i Griffiths 2017; Przybylski i sur., 2013; Roberts i David, 2019; Yoo i Jeong, 2017). Istraživanje Yina i suradnika (2019) je ponudilo bolje razumijevanje povezanosti ovisnosti o društvenim mrežama i straha od propuštanja. Naime, Yin i suradnici (2019) su utvrdili da je zavist igrala medijatorsku ulogu između ovisnosti o društvenim mrežama i strahu od propuštanja. S druge strane, analizom moderacijske medijacije je utvrđeno da je navedena medijacijska veza bila jača za adolescente s većom potrebom za pripadanjem. Međutim, autori napominju da zavist igra samo djelomičnu medijatorsku ulogu između ovisnosti o društvenim mrežama i straha od propuštanja, što ukazuje da mogu postojati i drugi posrednici u ovom odnosu poput samoprezentacijskih vještina (Yin i sur., 2019)

Osim toga, Przybylski i suradnici (2013) su istraživali emocionalne i bihevioralne korelate straha od propuštanja na uzorku mladih odraslih i zaključili da, iako je strah od propuštanja pozitivno povezan s većom uporabom Facebooka, povezan je i sa sniženim raspoloženjem i nižim razinama životnog zadovoljstva. Slično tome, rezultatima istraživanja s britanskim nacionalnim reprezentativnim uzorkom odraslih utvrđena je negativna povezanost straha od propuštanja i psiholoških potreba autonomije, kompetencije, i srodnosti, kao i dobrobiti (Przybylski i sur., 2013). Kako su ove potrebe ostale nezadovoljene, strah od propuštanja se posljedično povećao. Čini se da ovi nalazi sugeriraju da bi strah od propuštanja mogao biti povezan s lošijom socijalnom povezanosti i cjelokupnom dobrobiti. Adolescenti i mlade odrasle osobe mogu biti posebno osjetljivi na strah od propuštanja jer su osjetljiviji na socijalne informacije od odraslih (Lamblin i sur., 2017).

1.4. SRAMEŽLJIVOST

1.4.1. DEFINIRANJE SRAMEŽLJIVOSTI

Jedan od socijalnih konstrukata koji je također prisutan među istraživačima nezdravog korištenja Interneta je sramežljivost. Sramežljivost je pojam koji se naširoko koristi, no teško ga je definirati. Predložene su mnoge definicije sramežljivosti, no u literaturi se najčešće definira kao nelagoda i inhibicija u prisutnosti drugih pojedinaca (Zimbardo, 1977). Iako je sramežljivost izraz koji se često koristi za tumačenje ponašanja, često nedostaje precizno značenje. Neki psiholozi tvrde da sramežljivost nije ništa više nego zajednička jezična oznaka koja se koristi za definiranje aspekta ličnosti. Jedna od glavnih poteškoća u pružanju precizne definicije sramežljivosti je njegoa širina. Kao takav, konstrukt se prostire na širokom kontinuumu, u rasponu od blage nelagode i nespretnosti u prisutnosti drugih do traumatičnih epizoda anksioznosti koje remete život pojedinca (Zimbardo, 1977).

Bez obzira na svoju konceptualnu širinu istraživači su identificirali nekoliko osnovnih karakteristika sramežljivosti. Sramežljivost povlači za sobom tišinu, inhibirano ponašanje, samosvijest i bojazan zbog negativnog ocjenjivanja u socijalnim situacijama (Zimbardo, 1977). Sramežljivost uključuje osjećaje nespretnosti, zabrinutosti, napetosti i nelagode kad se suoči sa strancima ili poznanicima. Odnosno, sramežljivi pojedinci imaju poteškoća u uspostavljanju bliskih i zadovoljavajućih odnosa zbog socijalne anksioznosti koju doživljavaju tijekom socijalne interakcije (Cheek i Buss, 1981). Anksiozne misli sramežljivih pojedinaca su uglavnom usmjerene na ocjenjivanje i mogućnost odbijanja od strane drugih (Pilkonis, 1977). Nadalje, anksiozne misli su povezane s pretjeranim praćenjem ponašanja i poprimaju oblik oklijevanja u spontanom socijalnom ponašanju, nesklonost izražavanju mišljenja ili pak izbjegavanjem socijalne interakcije uopće. Potencijalni doprinosi razgovorima se uvježbavaju, ali se napuštaju u očekivanju da će se smatrati banalnim, neadekvatnim ili neprikladnim (Crozier, 2002). Stoga je sramežljivoj osobi lakše ne reći ništa nego riskirati neodobravanje ili odbijanje od drugih. S obzirom na navedeno, sramežljivi pojedinci imaju brojne negativne posljedice u socijalnom funkcioniranju. Naime, sramežljivi pojedinci izvještavaju da dobivaju manje socijalne podrške, imaju manje krugove prijatelja te se osjećaju manje blisko sa svojim vršnjacima nego manje sramežljivi pojedinci (Jones i Carpenter, 1986). Što se tiče same prirode konstrukta sramežljivosti, predloženo je da uključuje kognitivne (npr. samosvijest, zaokupljenost sobom u socijalnim situacijama), afektivne (npr. socijalna anksioznost, somatski simptomi) i ponašajne (npr. komponente socijalne inhibicije, izbjegavanja i suzdržavanja)

komponente. Osobe koje doživljavaju samo jednu ili dvije komponente smatraju se sramežljivima (Cheek i Briggs, 1990). Budući da se ovi aspekti preklapaju sa simptomima socijalne anksioznosti (Beidel i Turner, 1999), sramežljivost se može promatrati i kao subsindromni oblik socijalne anksioznosti.

Sramežljivost se može kategorizirati u smislu utjecaja koji ona ima na pojedinca. Prema ovoj perspektivi, sramežljivost postoji na kontinuumu u rasponu od situacijske do kronične sramežljivosti (Zimbardo, 1977). Situacijska sramežljivost uključuje doživljavanje simptoma sramežljivosti u određenim situacijama socijalne izvedbe, ali ne i njeno uključivanje u nečije samopoimanje (Henderson i Zimbardo, 1998). U sredini kontinuumu su oni koji se osjećaju zastrašeno i neugodno u situacijama s određenim tipovima ljudi. Njihova je nelagoda dovoljno jaka da ometa njihov društveni život i inhibira njihovo funkcioniranje (Zimbardo, 1977). Na kraju kontinuumu su oni koji su kronično sramežljivi. Ovaj najiscrpniji oblik sramežljivosti uključuje strah od negativne ocjene popraćene emocionalnim stresom ili inhibiciju koja značajno ometa sudjelovanje u željenim aktivnostima i cilju usmjerenom ponašanju (Henderson, 1997). Budući da i situacijskim i kroničnim sramežljivim pojedincima socijalne i emocionalne potrebe mogu biti nezadovoljene u tradicionalnim socijalnim mrežama, Internet može poslužiti kao alternativno rješenje da udovolje tim potrebama (Leung, 2003). Uzevši navedeno u obzir, za pretpostaviti je da će sramežljivi pojedinci u nešto značajnijoj mjeri koristiti Internet.

1.4.2. SRAMEŽLJIVOST U VIRTUALNOM OKRUŽENJU

Roberts i suradnici (2000) su sugerirali da su upravo sramežljive osobe manje inhibirane u svom ponašanju i u socijalnim interakcijama u tekstualnom virtualnom okruženju nego u njihovom *offline* životu i, kao rezultat toga, u stanju su razviti niz odnosa. Dakle, moguće je da *online* komunikacija posebno privlači sramežljive pojedince koji imaju nezadovoljenu potrebu za socijaliziranjem u njihovom *offline* životu (Chack i Leung, 2004). Postoji nekoliko potencijalnih objašnjenja za ovakvu preferenciju sramežljivih pojedinaca. Naime, pojedinac može doživljavati *online* interakciju kao intimniju i manje prijeteću od stvarnih životnih odnosa (Chak i Leung, 2004). Također, u virtualnom svijetu ljudi mogu biti što god oni pozele biti pa tako mogu kreirati neku vrstu alter ega koji predstavlja sve ono što žele biti, odnosno idealno *ja*. Uzevši navedeno u obzir, sramežljivost ili anksioznost ne predstavljaju prepreku za korištenje e-pošte i *chat* soba (Scealy i sur., 2002). Carducci i Zimbardo (1995) su predložili da

je Internet savršeno okruženje za sramežljive ljude zbog veće percepcije kontrole nad komunikacijskim procesom poput nepostojanja vremenskih ograničenja u pripremi poruka i odsutnosti izravnog promatranja drugih. Young i suradnici (2000) su utvrdili da je anonimnost ključan faktor koji sramežljivim pojedincima u virtualnom okruženju pruža sigurno okruženje za socijalnu interakciju. Može se zaključiti da svi ovi faktori facilitiraju komunikacijski proces sramežljivim pojedincima.

Dosadašnja istraživanja su uglavnom potvrdila pretpostavke o tome da sramežljivi pojedinci više preferiraju *online* komunikaciju te posljedično više provode vremena na Internetu. Većina prethodnih istraživanja su potvrdila da je problematična upotreba Interneta bila pozitivno povezana sa sramežljivošću (Chak i Leung, 2004; Eroglu i sur., 2013; Lavin i sur., 2004; Prieara i sur., 2018). Također, utvrđeno je da su sramežljiviji pojedinci više od nesramežljivih pojedinaca izvještavali o zadovoljavajućim vezama uspostavljenim na mreži (Sheeks i Birchmeier, 2007).

1.5. POTREBA ZA PRIPADANJEM

1.5.1. DEFINIRANJE POTREBE ZA PRIPADANJEM

Konstrukt koji je nešto manje zastupljen u literaturi pretjeranog korištenja Interneta i društvenih mreža je potreba za pripadanjem. Naime, ljudi su u osnovi društvena bića te se ljudski razvoj i funkcioniranje odvijaju unutar društvenog konteksta. Iako bismo na prvu mogli pomisliti da ljudi mogu živjeti i preživjeti bez drugih ljudi, autori Baumeister i Leary (1995) ne misle tako. Naime, oni su predložili da ljudi posjeduju urođenu potrebu za pripadanjem koja ih tjera da iniciraju česte i afektivno pozitivne društvene interakcije. Drugim riječima, ljudi su temeljno i sveobuhvatno motivirani snažnom željom za stvaranjem i održavanjem trajnih i brižnih međuljudskih odnosa. Ova afilijativna motivacija može imati moćne evolucijske korijene. Mnogi se znanstvenici slažu da je tijekom ljudske povijesti, biti član kohezivne društvene skupine moglo značiti razliku između života i smrti više od bilo koje vanjske prijetnje. U kojoj je mjeri fizički opstanak ovisio o uspjehu društvenih odnosa podržavaju i nedavna istraživanja u neuroznanosti (Greenwood i sur., 2013). Na primjer, podsjećanje ljudi na nedavna iskustva odbijanja aktivira područja mozga povezana ne samo s emocionalnom boli, nego i s tjelesnom boli (Kross i sur., 2011). Ovaj rezultat ukazuje na to da smo biološki

pripremljeni izbjegavati društveno odbacivanje na isti način na koji smo motivirani na izbjegavanje fizičke boli (Greenwood i sur., 2013).

Iako je konstrukt potrebe za pripadanjem bio i prije prisutan među psihološkim teoretičarima, Baumeister i Leary (1995) su prvi ponudili empirijske dokaze o potrebi za pripadanjem kao temeljnoj ljudskoj potrebi. Također, utvrdili su višestruke veze između potrebe za pripadanjem i kognitivnih procesa, emocionalnih obrazaca, ponašanja, zdravlja i blagostanja. Iako su istraživanja koje su pregledali Baumeister i Leary dala tek neizravnu potporu hipotezi o potrebi za pripadanjem, njihov rad je pokrenuo niz empirijskih istraživanja o ovom konstrukt. U središtu istraživačke pozornosti su se uglavnom našle eksperimentalne manipulacije socijalnom isključenošću i, u manjoj mjeri, društvenim prihvaćanjem (Gere i MacDonald, 2010).

Iako se potreba za pripadanjem može naći u određenoj mjeri kod svih ljudi u svim kulturama, Baumeister i Leary (1995) tvrde da postoje individualne razlike u snazi i intenzitetu ove potrebe. Odnosno, neki bi pojedinci trebali imati veću želju za uspostavljanjem socijalnih interakcija od drugih, bez obzira na status njihovih trenutnih društvenih odnosa. Naime, neki ljudi djeluju zadovoljno sa samo nekoliko odnosa i ne brinu hoće li biti cijenjeni i prihvaćen od strane osoba izvan tog kruga. S druge strane, neki ljudi imaju snažnu potrebu za prihvaćanjem i pripadanjem, traže veliki broj odnosa, brinu se kako ih drugi cijene te ulažu veliki trud u održavanje međuljudskih odnosa (Kelly, 2001). Pojedinci koji imaju visoku potrebu za pripadanjem mogu se osjećati jako loše kada nisu u društvu drugih. Za njih je vjerojatno da će se osjećati usamljeno kad nisu u prisutnosti drugih i / ili provode vrijeme sami za razmišljanje o voljenima koje su izgubili.

Propozicija da ljudi imaju temeljnu potrebu da formiraju bliske interpersonalne odnose potaknula je mnoštvo istraživanja o prirodi odnosa navedene potrebe s drugim psihološkim konstruktima.

1.5.2. NEKI KORELATI POTREBE ZA PRIPADANJEM: TREBA LI JU RAZMATRATI U KONTEKSTU KORIŠTENJA INTERNETA?

Leary i suradnici (2013) izvještavaju da potreba za pripadanjem pozitivno korelira s mjerama neuroticizma, anksioznom privrženosti i strahom od odbijanja. Potreba za pripadanjem je također povezana s većom osjetljivošću na interpersonalne znakove i signale jer ljudi koji žele društveno prihvaćanje prate informacije koje će im pomoći u njegovanju odnosa s drugima (Pickett i sur., 2004). Također, ljudi koji su bili visoko na mjeri potrebe za pripadanjem pokazali su veću suradnju kada su radili u grupi, vjerojatno zato što suradnja pomaže u izgradnji slike dobrog člana u očima ostalih članova (DeCremer i Leonardelli, 2003). Nadalje, ljudi s većom potrebom za pripadanjem ponekad konstruiraju socijalne situacije na načine koji im pomažu da zadrže svoj osjećaj pripadnosti, na primjer ne percipiraju situacije u kojima su diskriminirani ili isključeni (Carvallo i Pelham, 2006). S druge strane, malo je istraživanja koja su bila usmjerena na ispitivanje povezanosti potrebe za pripadanjem i korištenja novih tehnologija. Na primjer, Wang i suradnici (2017) su utvrdili da će adolescenti koji imaju veću potrebu za pripadanjem vjerojatnije razviti ovisnost o pametnim telefonima. Prieara i suradnici (2018) su prvi istraživači koji su bili zainteresirani za povezanost potrebe za pripadanjem i problematičnog korištenja Interneta te su dobili njihovu međusobnu pozitivnu povezanost. Istraživači su objasnili ove rezultate time da pojedincima koji imaju veću razinu potrebe za pripadanjem i koji teže uspostavljanju većeg broja odnosa u *offline* svijetu, internetsko okruženje koristi kao kompenzacija *offline* socijalnim aktivnostima.

1.6. POLAZIŠTE

Generaliziranu problematičnu upotrebu Interneta označava trošenje abnormalne količine vremena na Internetu bez konkretnog razloga. Vjeruje se da takav način upotrebe Interneta ima društveni segment, odnosno da Internet pojedincima služi za traženje socijalne podrške (Davis, 2001). Dosadašnjim istraživanjima se utvrdilo da postoji povezanost između problematičnog korištenja Interneta i društvenih konstrukata poput usamljenosti, sramežljivosti, socijalne anksioznosti i potrebe za pripadanjem (Brčić, 2018; Eroglu i sur., 2013; Esen i sur., 2013; Fallahi 2011; Prieara i sur., 2018) što ukazuje na pojedinčevu želju za pronalaženjem društvenih odnosa na Internetu (Eroglu i sur., 2013). Budući da su se dosadašnja istraživanja

uglavnom usmjerila na jednodimenzionalan pristup usamljenosti, bilo bi zanimljivo ispitati kako dva različita tipa usamljenosti predviđaju problematičnu uporabu Interneta. Također, konstrukti potrebe za pripadanjem i straha od propuštanja su slabo zastupljene u dosadašnjim istraživanjima problematičnog korištenja Interneta te ovo istraživanje na hrvatskim studentima svakako doprinosi dosadašnjoj literaturi u tom području.

2. CILJ

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati doprinos socijalne i emocionalne usamljenosti, potrebe za pripadanjem, straha od propuštanja i sramežljivosti u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta. Budući da ne postoji hrvatska verzija *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013) i *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) dodatni cilj bio je validirati iste na hrvatskom uzorku studenata.

3. PROBLEMI I HIPOTEZE

1. Provjeriti faktorsku strukturu i metrijske karakteristike:

a) *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011)

b) *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013)

Hipoteza 1a: U skladu s rezultatima ispitivanja faktorske strukture *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) i u ovom istraživanju se očekuje jednofaktorska struktura.

Hipoteza 1b: U skladu s rezultatima ispitivanja faktorske strukture *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013) i u ovom istraživanju se očekuje jednofaktorska struktura.

2. Utvrditi doprinose socijalne i emocionalne usamljenosti, straha od propuštanja, sramežljivosti i potrebe za pripadanjem u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta.

Hipoteza 2: Sukladno rezultatima dosadašnjih istraživanja i pretpostavci da usamljeni ljudi nadomještaju nedostatak socijalnih interakcija u stvarnom životu virtualnim interakcijama, može se očekivati da će osobe koji imaju veće rezultate na obje dimenzije (socijalna i emocionalna) usamljenosti biti skloniji problematičnom korištenju Interneta. Budući da ljudi s

visokim strahom od propuštanja žele biti stalno povezani s drugima i biti u toku s onim što drugi rade, može se očekivati da će oni više koristiti Internet, odnosno imati veće rezultate na skali problematičnog korištenja Interneta. Nadalje, s obzirom na dosadašnja istraživanja i na činjenicu da sramežljivim pojedincima Internet olakšava komunikaciju s drugima, može se očekivati da će sramežljivost imati pozitivan doprinos u objašnjavanju problematičnog korištenja Interneta. Konačno, budući da veća potreba za pripadanjem znači veću želju za uspostavljanjem socijalnih interakcija, a Internet nudi mogućnost većeg povezivanja s drugima bez većeg truda, može se očekivati da će veća potreba za pripadanjem doprinositi većem rezultatu na skali problematičnog korištenja Interneta.

4. METODA

4.1.SUDIONICI

U istraživanju je korišten prigodan uzorak sudionika koji se sastoji od ukupno 344 studenata s raznih područja Republike Hrvatske, odnosno 256 studentica (74.1%) i 88 studenata (25.9%). Upitnik su ispunili studenti/ce u rasponu od 18 do 36 godina dok je njihova prosječna dob iznosila 22.13 ($M= 22.13$, $SD=3.06$). Od 344 sudionika, njih 120 je u trenutku ispitivanja imalo *online* predavanja, a prosječno vrijeme provedeno na Internetu u svrhu nastave je bilo 4.5 sata. Većina sudionika/ica najčešće koristi Internet u svrhu komunikacije (njih 220) i konzumacije zabavnih sadržaja (njih 97). Nekolicina sudionika koristi Internet uglavnom za igranje *online* igara (njih 14) te za aplikacije za objavljivanje fotografija i statusa (njih 13).

4.2.MJERNI INSTRUMENTI

Korišten je upitnik koji je uz opće podatke (spol, dob, godina studija, studijsko usmjerenje i mjesto studiranja) sadržavao i pitanja o korištenju Interneta. Sudionici istraživanja su odgovorili na pitanje o pohađanju online nastave i količini vremena provedenog na Internetu u svrhu nastave. Također, sudionici su odgovorili i na pitanje: „Za što najčešće koristite Internet u svoje slobodno vrijeme?“, a ponuđeni odgovori su bili: 1-Uglavnom za komunikaciju, 2-Uglavnom za konzumaciju zabavnih sadržaja, 3-Uglavnom za aplikacije za objavljivanje fotografija i statusa, 4-Uglavnom za igranje *online* igara. Nadalje, korištene su adaptirane

verzije *Skale socijalne i emocionalne usamljenosti* (DiTomasso i Spinner, 1993), *Skala generaliziranog problematičnog korištenja Interneta 2* (Caplan, 2010), Revidirana *Cheekova i Bussova skale sramežljivosti* (Cheek i Buss, 1983), *Skala straha od propuštanja* (Brčić, 2018) i *Skala potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2013).

Skala generaliziranog problematičnog korištenja Interneta 2 (Caplan, 2010; adaptirala Brčić, 2018).

Skala generaliziranog problematičnog korištenja Interneta 2 je adaptirana hrvatska verzija *The Generalized Problematic Internet Use Scale 2* čiji je autor Caplan (2010). *Skala generaliziranog problematičnog korištenja Interneta 2* sadrži 15 čestica koje su grupirane u sljedećih pet subskala po tri čestice: (a) preferencija mrežne interakcija (npr. "Online kontakti s drugima su mi puno ugodniji nego uživo (licem u lice)"), (b) regulacija raspoloženja (npr. "Koristim Internet da bih se bolje osjećao/la kada sam loše raspoložen/a."), (c) negativni ishodi ("Propustio/la sam neka druženja i aktivnosti kako bih bio/la na Internetu"), (d) kognitivna preokupacija (npr. "Uznemirim se ako nisam online") i (e) kompulzivna upotreba Interneta (npr. "Teško mi je izdržati kada nisam na Internetu."). Format odgovora bila je skala Likertova tipa od 5 točaka u rasponu od 1 (u potpunosti se ne slažem) do 5 (u potpunosti se slažem). Rezultat na subskalama problematičnog korištenja Interneta definira se kao suma rezultata postignutih na pripadajućim česticama za svaku od pet subskala. K tome, veći rezultat govori o većoj razini problematičnog korištenja Interneta. U istraživanju Brčić (2018) dobivena je visoka pouzdanost skale na uzorku hrvatskih studenata (Cronbach alpha je iznosila .89). Cronbach alpha u ovom istraživanju iznosi .88 što se također smatra visokom pouzdanosti.

Skala socijalne i emocionalne usamljenosti (DiTomasso i Spinner, 1993; adaptirale Ćubela Adorić i Nekić, 2004)

Za ispitivanje socijalne i emocionalne usamljenosti korištena je *Skala socijalne i emocionalne usamljenosti* (eng. *Social and Emotional Loneliness Scale for Adults- SELSA*) koju su na hrvatski jezik prevele i prilagodile Ćubela Adorić i Nekić (2004). Upitnikom se kroz tri subskale zasebno ispituju tri domene usamljenosti. Prva skala je skala socijalne usamljenost koja se sastoji od 13 čestica s tvrdnjama poput: „Nemam prijatelja koji dijeli moja stajališta“. Druga subskala je skala usamljenosti u obitelji koja se sastoji od 11 čestica s tvrdnjama poput:

„Nikome u mojoj obitelji nije stvarno stalo do mene”. Treća subskala je skala usamljenosti u ljubavi koja se sastoji od 12 čestica s tvrdnjama poput: „Imam potrebu za bliskom ljubavnom vezom koju do sada nisam zadovoljio”. Sudionik odgovara na skali procjene Likertova tipa od 7 stupnjeva u kojoj 1 označava „uopće se ne slažem“, a 7 „u potpunosti se slažem“. Rezultat na subskalama usamljenosti određuje se kao zbroj rezultata postignutih na pripadajućim česticama za svaku od tri subskale. Veći rezultat na pojedinačnoj subskali znači veću usamljenost na pojedinoj dimenziji usamljenosti. Na uzorcima studenata navedene subskale imaju visoku pouzdanost tipa unutarnje konzistencije (Cronbach alpha koeficijent): skala socijalne usamljenosti .89, skala usamljenosti u obitelji .85 i skala usamljenosti u ljubavi .91 (Ćubela Adorić, 2004).

Skala straha od propuštanja (Abel i sur., 2016; adaptirala Brčić, 2018).

Skalu straha od propuštanja (eng. *Fear of missing out*) je na hrvatski jezik prevela i prilagodila Brčić (2018). Autori skale su Abel, Buff i Burr (2016). Skala straha od propuštanja sadrži 10 čestica koje su grupirane u sljedeće tri subskale: nisko samopoštovanje (pet čestica; npr. „Sve u svemu, sklon/a sam se osjećati da sam promašaj“), društvena interakcija/otvorenost (tri čestice; npr. „Kada se nalazite u grupi ljudi, imate li problema pri smišljanju tema za razgovor?“) i socijalna anksioznost (dvije čestice; „Pretpostavimo da ne možete provjeravati društvene mreže kada to želite. Općenito, koliko se često osjećate prestrašeno?“). Format odgovora bila je skala Likertova tipa od 5 stupnjeva u rasponu od 1 (nikad) do 5 (uvijek) Rezultat na subskalama straha od propuštanja definira se kao zbroj rezultata postignutih na pripadajućim česticama za svaku od tri subskale pri čemu veći rezultat upućuje na veći strah od propuštanja. U istraživanju Brčić (2018) dobivena je visoka pouzdanost skale na uzorku hrvatskih studenata (Cronbach alpha je iznosila .84).

Revidirana Cheekova i Bussova skala sramežljivosti (Rai, 2011)

Revidirana Cheek i Bussova skala sramežljivosti (Rai, 2011) nije validirana na hrvatskom uzorku, stoga je u svrhu ovog istraživanja napravljen prijevod (metoda povratnog prijevoda) i validacija iste. Skala se sastoji od 13 čestica. Od sudionika se tražilo da procijene njihovo slaganje s 13 stavki pomoću Likertove skale od pet stupnjeva u kojoj 1 označava "U potpunosti se ne slažem" i 5 = "u potpunosti se slažem". Primjer čestice: „Osjećam se ukočeno u društvenim situacijama”. Ukupni rezultat definira se kao prosječna vrijednost procjena na

cijeloj skali. Rezultati skale od 13 čestica teoretski može iznositi od 13 (pokazuje najnižu sramežljivost) do 65 (najveća sramežljivost). Koeficijent unutarnje konzistencije u istraživanju Rai (2011) iznosio je .85.

Skala potrebe za pripadanjem (engl. *Need to belong scale - NTBS*) također nije validirana na hrvatskom uzorku, stoga je u svrhu ovog istraživanja napravljen prijevod (metoda povratnog prijevoda) i validacija iste. *Skala potrebe za pripadanjem* revidirana je verzija originalne skale čiji su autori Schreindorfer i Leary (1996; prema Leary i sur., 2013). Originalna skala se sastojala od 23 čestice, no nakon odgovarajućeg psihometrijskog testiranja skala je reducirana na 10 čestica (Leary i sur., 2013). Sudionici su označavali stupanj slaganja na skali Likertova tipa od 5 stupnjeva u kojoj 1 označava "U potpunosti se ne slažem" i 5 = "u potpunosti se slažem". Primjer čestice: „Trudim se ne raditi stvari zbog kojih će me drugi izbjegavati ili odbaciti.” Ukupni rezultat definira se kao prosječna vrijednost procjena na cijeloj skali. U istraživanju Leary-ja i suradnika (2013), dobivena je prihvatljiva pouzdanost u svih 15 uzoraka, s Cronbach alfa koeficijentom u rasponu od .78 do .87.

4.3. POSTUPAK

Istraživanje je provedeno pomoću Google obrasca na prigodnom uzorku studenata. Upitnik je bio dostupan u periodu od studenoga 2020. godine do veljače 2021. godine. *Online* obrazac je bio podijeljen u različite Facebook grupe čiji su članovi studenti iz raznih gradova Republike Hrvatske. Na početku upitnika se nalazila generalna uputa u kojoj su naglašeni svrha istraživanja, informacija o anonimnosti i dobrovoljnosti sudjelovanja u istraživanju te e-mail kontakt istraživača za sve nejasnoće. Također, na početku svakog pojedinačnog upitnika nalazila se specifična uputa za ispunjavanje. Prosječno vrijeme potrebno za ispunjavanje *online* upitnika iznosilo je između 10 i 15 minuta. Istraživanje je prethodno odobreno od strane Etičkog povjerenstva Odjela za psihologiju Sveučilišta u Zadru.

5. REZULTATI

S ciljem odgovora na prvi problem, za koji je trebalo provjeriti jednofaktorsku strukturu i metrijske karakteristike *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) te jednofaktorsku strukturu i metrijske karakteristike *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2011), korištena je konfirmatorna faktorska analiza u programu Mplus 6.12 (Muthen i Muthen, 2009).

5.1. PROVJERAVANJE FAKTORSKIH STRUKTURA REVIDIRANE CHEEKOVE I BUSSOVE SKALE SRAMEŽLJIVOST I SKALE POTREBE ZA PRIPADANJEM

S ciljem procjene parametara korišten je algoritam maksimalne vjerojatnosti (*Maximum Likelihood*). Kako bi se provjerilo slaganje modela s podacima korišteni su sljedeći pokazatelji: *CFI* (Comparative Fix Index), *RMSEA* (Root Mean Square Error Approximation) i *SRMR* (Standardized Root Mean Square). Sukladno smjernicama autora Hu i Bentlera (1999), navedeni pokazatelji trebaju zadovoljiti sljedeće uvjete: *CFI* treba biti veći od .90, *RMSEA* mora biti u rasponu od .05-.10 dok *SRMR* mora biti manji ili jednak .08.

Revidirana Cheekova i Bussova skala sramežljivosti (Rai, 2011)

Pretpostavljena jednofaktorska struktura *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* ispitana je konfirmatornom faktorskom analizom. Ukupan uzorak činilo je 344 sudionika ($N=344$). Rezultati konfirmatorne faktorske analize ukazuju na visoko slaganje pretpostavljenog modela podacima: $CFI=.945$; $RMSEA=.077$ (C.I. .065-.089); $SRMR=.042$. U Tablici 1 su prikazani sadržaj čestica i standardizirana faktorska zasićenja utvrđena konfirmatornom faktorskom analizom *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti*. Prilikom odabira čestica u daljnju analizu, korišten je proizvoljan kriterij faktorskog zasićenja od 0.3 pri čemu je prema Tablici 1 vidljivo kako sve navedene čestice zadovoljavaju korišteni kriterij.

Tablica 1 Prikaz rezultata standardiziranih faktorskih zasićenja konfirmatorne faktorske analize
Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti (N=344).

ČESTICE Sramežljivost	STANDARDIZIRANA FAKTORSKA ZASIĆENJA
Osjećam napetost kad sam s ljudima koje ne poznajem dobro.	.758
Pomalo sam društveno nespretan/na.	.830
Nije mi teško tražiti informacije od drugih ljudi.	.490
Često mi je neugodno na zabavama i ostalim društvenim zbivanjima.	.794
Kada sam u grupi ljudi, imam poteškoća sa smišljanjem prave teme za razgovor.	.773
Ne treba mi dugo da prevladam svoju sramežljivost u novim situacijama.	.704
Teško mi je ponašati se prirodno kad upoznajem nove ljude.	.682
Osjećam se nervozno dok razgovaram s nekim tko ima autoritet.	.560
Ne sumnjam u svoju društvenu sposobnost.	.781
Imam problema s gledanjem nekoga ravno u oči.	.587
Osjećam se ukočeno u društvenim situacijama.	.868
Nije mi teško razgovarati sa strancima.	.567
Sramežljiviji/a sam s pripadnicima suprotnog spola.	.520

Napomena. Sva su zasićenja značajna na razini $p < .001$

Skala potrebe za pripadanjem (Leary i sur., 2013)

Pretpostavljena jednofaktorska struktura *Skale potrebe za pripadanjem* ispitana je konfirmatornom faktorskom analizom. Ukupan uzorak činilo je 344 sudionika ($N=344$). Rezultati konfirmatorne faktorske analize upućuju na umjereno slaganje pretpostavljenog modela podacima: $CFI=.806$; $RMSEA=.124$ (C.I. .108-.140); $SRMR=.076$. U Tablici 2 su prikazani sadržaj čestica i standardizirana faktorska zasićenja utvrđeni konfirmatornom faktorskom analizom *Skale potrebe za pripadanjem*. Prilikom odabira čestica u daljnju analizu, korišten je proizvoljan kriterij faktorskog zasićenja od 0.3 pri čemu je prema Tablici 2 vidljivo kako čestica *Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja* ne zadovoljava odabrani kriterij zbog čega je izbačena iz daljnje statističke obrade. Njezinim izbacivanjem, rezultati konfirmatorne faktorske analize ukazuju na umjereno slaganje pretpostavljenog modela podacima: $CFI=.852$; $RMSEA=.119$ (C.I. .102-.138); $SRMR=.065$.

Tablica 2 Prikaz rezultata standardiziranih faktorskih zasićenja konfirmatorne faktorske analize *Skale potrebe za pripadanjem* (N=344).

ČESTICE	STANDARDIZIRANA FAKTORSKA ZASIĆENJA
Potreba za pripadanjem	
Ako se čini da me drugi ne prihvaćaju, ne dopuštam da mi to smeta.	.519***
Trudim se ne raditi stvari zbog kojih će me drugi izbjegavati ili odbaciti.	.505***
Rijetko se brinem o tome je li drugima stalo do mene.	.442***
Moram osjećati da postoje ljudi kojima se mogu obratiti kada mi je potrebno.	.484***
Želim da me drugi ljudi prihvate.	.720***
Ne volim biti sam/a.	.338***
Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja.	.198**
Imam snažnu "potrebu za pripadanjem".	.713***
Jako mi smeta kad nisam uključen/a u tuđe planove.	.692***
Lako me povrijedi kada osjetim da me drugi ne prihvaćaju.	.751***

*** $p < .001$

** $p < .01$

U Tablici 3 su prikazani sadržaj čestica i standardizirana faktorska zasićenja konfirmatornom faktorskom analizom *Skale potrebe za pripadanjem* nakon izbacivanja čestice *Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja*.

Tablica 3 Prikaz rezultata standardiziranih faktorskih zasićenja konfirmatorne faktorske analize Skale potrebe za pripadanjem (N=344) nakon izbacivanja sedme čestice (Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja).

ČESTICE Potreba za pripadanjem	STANDARDIZIRANA FAKTORSKA ZASIĆENJA
1. Ako se čini da me drugi ne prihvaćaju, ne dopuštam da mi to smeta.	.523
2. Trudim se ne raditi stvari zbog kojih će me drugi izbjegavati ili odbaciti.	.509
3. Rijetko se brinem o tome je li drugim ljudima stalo do mene.	.441
4. Moram osjećati da postoje ljudi kojima se mogu obratiti kada mi je potrebno.	.474
5. Želim da me drugi ljudi prihvate.	.719
6. Ne volim biti sam/a.	.322
8. Imam snažnu "potrebu za pripadanjem".	.702
9. Jako mi smeta kad nisam uključen/a u tuđe planove.	.698
10. Lako me povrijedi kada osjetim da me drugi ne prihvaćaju.	.761

Napomena. Sva su zasićenja značajna na razini $p < .001$

Provođenjem konfirmatorne faktorske analize, nudi se mogućnost poboljšanja modela nakon izbacivanja čestice 7 (Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja), uvođenjem korelacija između sljedećih čestica: 3 i 1; 5 i 4; 6 i 1; 6 i 4; 8 i 4; 8 i 5; 8 i 6; 10 i 1; 10 i 5; 10 i 8 te 10 i 9 čijim uvođenjem rezultati konfirmatorne faktorske analize upućuju na visoko slaganje pretpostavljenog modela podacima: $CFI=.977$; $RMSEA=.060$ (C.I. .034-.087); $SRMR=.030$.

U svrhu daljnje provjere metrijskih karakteristika skala, izračunati su Cronbach alpha koeficijenti pouzdanosti (α) na svim korištenim skalama u istraživanju te je prikaz rezultata vidljiv u Tablici 4.

Tablica 4 Prikaz rezultata Cronbach alpha koeficijena pouzdanosti (α) na svim korištenim skalama i subskalama u istraživanju ($N=344$).

SKALA/SUBSKALA	α
Problematično korištenje Interneta	.88
Preferencija online kontakta	.78
Regulacija raspoloženja	.74
Kognitivna preokupacija	.82
Prekomjerno korištenje Interneta	.82
Negativne posljedice	.70
Socijalna i emocionalna usamljenost	.90
Socijalna usamljenost	.92
Usamljenost u ljubavi	.85
Usamljenost u obitelji	.94
Sramežljivost	.92
Strah od propuštanja	.87
Samopoštovanje	.89
Društvena interakcija	.89
Socijalna anksioznost	.83
Potreba za pripadanjem	.81

Dodatna prednost izbacivanja čestice *Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja* očituje se u povećanju Cronbach alpha koeficijenta pouzdanosti skale Potreba za pripadanjem sa .80 na .81. Iz Tablice 4 vidljivi su relativno visoki koeficijenti pouzdanosti u rasponu od .70-.92 pri čemu se može reći kako korištene skale i njihove subskale (Problematično korištenje Interneta; Socijalna i emocionalna usamljenost; Sramežljivost; Strah od propuštanja; Potreba za pripadanjem) u ovom istraživanju pokazuju umjerenu do visoku zadovoljavajuću pouzdanost.

5.2.PREDUVJETI DALJNJIH STATISTIČKIH ANALIZA

Prije provođenja parametrijskih postupaka, ispitano je zadovoljavaju li korištene varijable kriterije za provođenje multivarijatnih analiza u programima Statistica i Mplus. Ovi kriteriji se odnose na normalnost distribucija varijabli. Prema Klineovom (2011) kriteriju normalnosti distribucije rezultata kod kojih je vrijednost indeksa asimetričnosti ± 3 , a vrijednost indeksa kurtičnosti (spljoštenosti) ± 10 smatraju se prihvatljivim intervalima normalnosti distribucije (Kline, 2011). Indeksi asimetričnosti i kurtičnosti za sve varijable na cijelom uzorku vidljivi su u Tablici 5. Uvidom u tablicu deskriptivnih podataka utvrđene vrijednosti korištenih varijabli su u prihvatljivim granicama normalnosti.

Tablica 5 Tablični prikaz aritmetičkih sredina (*M*), standardnih devijacija (*SD*), medijana (*C*), moda (*D*), indeksa asimetričnosti (*IS*) i spljoštenosti (*IK*) distribucije te raspona rezultata (min i max) izmjerenih varijabli na ukupnom uzorku (*N*=334).

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>C</i>	<i>D</i>	Min	max	IA	IK
Preferencija online kontakta	1.68	.81	1.33	1.00	1.00	4.67	1.14	.58
Regulacija raspoloženja	3.22	1.02	3.33	4.00	1.00	5.00	-.18	-.72
Kognitivna preokupacija	2.02	.94	1.67	1.00	1.00	5.00	.97	.41
Prekomjerno korištenje interneta	2.52	1.04	2.33	1.00	1.00	5.00	.31	-.69
Negativne posljedice	1.91	.89	1.67	1.00	1.00	5.00	1.20	1.20
Problematično korištenje interneta	2.27	.70	2.20	2.20	1.00	4.93	.85	.91
Socijalna usamljenost	2.14	.95	1.85	1.54	1.00	6.31	1.51	2.65
Usamljenost u ljubavi	3.82	1.47	3.96	1.50	1.50	6.58	-.08	-1.30
Usamljenost u obitelji	2.04	1.25	1.55	1.00	1.00	6.82	1.45	1.37
Socijalna i emocionalna usamljenost	2.67	.87	2.63	2.47	1.19	5.60	.65	.35
Sramežljivost	2.76	.98	2.69	2.92	1.00	5.00	.22	-.79
Samopoštovanje	2.20	.90	2.00	1.60	1.00	5.00	.75	.14
Društvena interakcija	2.86	1.13	2.67	2.00	1.00	5.00	.19	-.95
Socijalna anksioznost	1.96	.91	2.00	1.00	1.00	5.00	.88	.61
Strah od propuštanja	2.34	.74	2.25	2.00	1.00	4.33	.50	-.28
Potreba za pripadanjem	3.30	.76	3.33	3.22	1.11	4.89	-.30	-.24

Iz Tablice 5 vidljivo je kako sudionici na svim subskalama *Problematičnog korištenja Interneta* naginju ka nižim vrijednostima procjena osim na subskali *Regulacija raspoloženja* i subskali *Prekomjerno korištenje Interneta* na kojoj sudionici naginju ka nešto višim rezultatima procjena. Što se tiče skala *Emocionalna i socijalna usamljenost* te *Strah od propuštanja*, sudionici samo na subskalama *Usamljenost u ljubavi* i *Društvena interakcija/otvorenost* naginju ka nešto višim rezultatima procjena. Na skalama *Sramežljivost* i *Potreba za*

pripadanjem koje su u fokusu ovog istraživanja, sudionici naginju ka nešto višim rezultatima procjena.

5.3. UTVRĐIVANJE DOPRINOSA SOCIJALNE I EMOCIONALNE USAMLJENOSTI, SAMOPOŠTOVANJA, SOCIJALNE ANKSIOZNOSTI, SRAMEŽLJIVOSTI I POTREBE ZA PRIPADANJEM U OBJAŠNJENJU PROBLEMATIČNOG KORIŠTENJA INTERNETA

S ciljem odgovora na utvrđivanje zasebnih doprinosa socijalne i emocionalne usamljenosti (socijalna usamljenost, usamljenost u ljubavi i usamljenost u obitelji), straha od propuštanja (samopoštovanje i socijalna anksioznost), sramežljivosti te potrebe za pripadanjem u objašnjenju Problematičnog korištenja Interneta provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Prije provođenja same analize, u nastavku su prikazane međusobne bivarijatne korelacije svih varijabli uvedenih u analizu (Tablica 6). Utvrđene su pozitivne korelacije među svim korištenim varijablama osim između: 1) socijalne usamljenosti i potrebe za pripadanjem te 2) socijalne usamljenosti i regulacije raspoloženja.

Problematično korištenje Interneta se u ovom istraživanju koristi kao kriterijska varijabla u obliku prosječnog rezultata na pet subskala: Preferencija online kontakta, Regulacija raspoloženja, Prekomjerno korištenje Interneta, Kognitivna preokupacija i Negativne posljedice. Vodeći se korištenom literaturom i izračunima bivarijatnih interkorelacija u ovom istraživanju u prvom koraku je uvedena varijabla spol kao stabilna osobina. S obzirom da su, prema literaturi, prethodna istraživanja (Esen i sur., 2013; Morahan-Martin i Schumacher, 2003; Odaci i Kalkan, 2010; Song i sur., 2014) ponajviše bila fokusirana na ispitivanje korelacijske prirode odnosa usamljenosti i problematičnog korištenja Interneta prema kojima usamljeni ljudi obično pretjerano koriste Internet nejasno je uzrokuje li usamljenost problematično korištenje Interneta ili obrnuto pa je usamljenost kao teorijski najvažniji prediktor uvedena u drugom koraku. U tom je kontekstu uključen prosječan rezultat na trima subskalama: Socijalna usamljenost, Usamljenost u ljubavi i Usamljenost u obitelji kao jedan prediktor po uzoru na prethodna istraživanja (Esen i sur., 2013; Morahan-Martin i Schumacher, 2003; Odaci i Kalkan, 2010; Song i sur., 2014). Strah od propuštanja predstavlja popularan konstrukt među istraživačima pretjeranog korištenja Interneta i društvenih mreža te s obzirom da Przybylski i suadnici (2013) sugeriraju da strah od propuštanja proizlazi iz deficita u psihološkom zadovoljenju potreba kao što su potreba za pripadanjem, osjećajem bliskosti i povezanosti s drugima, ovaj prediktor je uveden u trećem koraku. S obzirom na visoku korelaciju od .78 između Straha od propuštanja i Sramežljivosti te korelaciju od .89 između

Sramežljivosti i Društvene interakcije/otvorenosti (međuzavisnost prediktora) koja je subskala Straha od propuštanja, u trećem koraku se ne uvodi prosječan rezultat već se ubacuju dvije subskale Straha od popuštanja: Samopoštovanje i Socijalna anksioznost. U četvrtom koraku uvedena je Sramežljivost kao stabilniji prediktor u odnosu na Potrebu za pripadanjem s obzirom na dobivene rezultate jer su obje skale validirane u ovom istraživanju na uzorku hrvatskih studenata. U posljednjem petom koraku, uvedena je Potreba za pripadanjem. U Tablici 7 su prikazani rezultati hijerarhijske regresijske analize.

Tablica 6 Prikaz interkorelacija svih korištenih varijabli na ukupnom uzorku sudionika (N=344).

	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
1. Preferencija online kontakta	.29**	.32**	.26**	.32**	.56**	.44**	.13*	.24**	.35**	.46**	.31**	.41**	.21**	.42**	.15*
2.Regulacija raspoloženja	-	.42**	.42**	.30**	.67**	.10	.14**	.14**	.19**	.28**	.28**	.28**	.32**	.38**	.35**
3.Kognitivna preokupacija	-	-	.68**	.64**	.83**	.23**	.17**	.23**	.29**	.27**	.29**	.25**	.51**	.45**	.36**
4.Prekomjerno korištenje Interneta	-	-	-	.72**	.84**	.16**	.13*	.20**	.22**	.29**	.29**	.27**	.51**	.46**	.35**
5.Negativne posljedice	-	-	-	-	.80**	.31**	.18**	.26**	.34**	.34**	.36**	.31**	.51**	.52**	.27**
6.Problematično korištenje Interneta	-	-	-	-	-	.32**	.20**	.29**	.36**	.43**	.41**	.40**	.56**	.60**	.41**
7.Socijalna usamljenost	-	-	-	-	-	-	.20**	.42**	.67**	.39**	.41**	.33**	.23**	.43**	.06
8.Usamljenost u ljubavi	-	-	-	-	-	-	-	.18**	.72**	.17**	.21**	.11*	.16**	.21**	.14*
9.Usamljenost u obitelji	-	-	-	-	-	-	-	-	.73**	.32**	.41**	.26**	.22**	.39**	.12
10. Socijalna i emocionalna usamljenost	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.39**	.46**	.31**	.28**	.46**	.15*
11.Sramežljivost	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.51**	.89**	.29**	.78**	.32**
12.Samopoštovanje	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.46**	.31**	.77**	.30**
13.Društvena interakcija	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.27**	.81**	.30**
14.Socijalna anksioznost	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.67**	.25**
15.Strah od propuštanja	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.38**
16.Potreba za pripadanjem	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Napomena. * $p < .05$; ** $p < .01$

Rezultati izračuna bivarijantnih korelacija (Tablica 6) ukazuju na postojanje značajne umjerene pozitivne korelacije između problematičnog korištenja Interneta i socijalne i emocionalne usamljenosti. To znači da su socijalno i emocionalno usamljeniji pojedinci skloniji problematičnom korištenju Interneta. Nadalje, utvrđena je umjerena pozitivna korelacija između problematičnog korištenja Interneta i sramežljivosti što znači da su pojedinci koji se osjećaju nelagodno i ukočeno u društvenim situacijama skloniji problematičnom korištenju Interneta. Također, problematično korištenje Interneta umjereno pozitivno korelira sa strahom od propuštanja. Pojedinci koji se boje da propuštaju ugodna iskustva koji imaju drugi u većoj mjeri koriste Internet. Nadalje, problematično korištenje Interneta je umjereno pozitivno povezano sa potrebom za pripadanjem. Drugim riječima, pojedincima koji imaju snažnu potrebu za prihvaćanje te veću želju za uspostavljanjem socijalnih interakcija će Internet poslužiti kao alternativno rješenje te će biti skloniji problematičnom korištenju Interneta. Što se tiče povezanosti između sramežljivosti i socijalne i emocionalne usamljenosti, utvrđeno je da su umjereno pozitivno povezane. To bi značilo da su sramežljivi pojedinci ujedno i socijalno i emocionalno usamljeniji. Nadalje, socijalna i emocionalna usamljenost je umjereno pozitivno povezana sa strahom od propuštanja što znači da socijalno i emocionalno usamljeniji pojedinci doživljavaju veću razinu nelagode kada ne mogu provjeravati društvene mreže kada to žele. S druge strane, između socijalne i emocionalne usamljenosti i potrebe za pripadanjem utvrđena je niska pozitivna povezanost. Pojedinci koji su socijalno i emocionalno usamljeni više teže prihvaćanju i uspostavljanju socijalnih interakcija. Nadalje, utvrđena je visoka pozitivna korelacija između sramežljivosti i straha od propuštanja. Drugim riječima, sramežljivi pojedinci su u većoj razini nervozni i prestrašeni kada ne mogu provjeravati društvene mreže kad to žele. Sramežljivost je umjereno pozitivno povezana i s potrebom za pripadanjem što znači da sramežljiviji pojedinci imaju veću želju za prihvaćanjem i uspostavljanjem socijalnih interakcija. Nadalje, utvrđena je umjerena pozitivna korelacija između straha od propuštanja i potrebe za pripadanjem što znači da pojedinci koji imaju veću potrebu za prihvaćanjem i pripadanjem imaju veći strah od propuštanja ugodnih iskustava koji imaju drugi ljudi.

Tablica 7 Rezultati hijerarhijske regresijske analize sa socijalnom i emocionalnom usamljenošću sramežljivosti, subskalama Straha od propuštanja (samopoštovanje i socijalna anksioznost) te potrebom za pripadanjem kao prediktorima i problematičnim korištenjem interneta kao kriterijem na ukupnom uzorku sudionika ($N=344$).

	Problematično korištenje Interneta					
	1. korak	2. korak	3. korak	4. korak	5. korak	
	B	B	B	β	B	rp
Spol	.03	.09	.03	.008	-.03	-.04
	$R=.03$ $Rc^2=.0012$ $F(1,342)=.40$ $p>.05$					
Socijalna i emocionalna usamljenost		.379***	.15*	.11*	.11*	.12*
	$R=.38$ $Rc^2=.14$ $\Delta R^2=.14$ $F(2,341)=28.05$ $p<.001$					
Strah od propuštanja: Samopoštovanje			.19**	.12*	.09	.09
Socijalna anksioznost			.45***	.43***	.40***	.44***
	$R=.62$ $Rc^2=.39$ $\Delta R^2=.245$ $F(4,339)=53.42$ $p<.001$					
Sramežljivost				.20***	.16*	.18*
	$R=.64$ $Rc^2=.41$ $\Delta R^2=.003$ $F(5,338)=47.75$ $p<.001$					
Potreba za pripadanjem					.22***	.26***
	$R=.67$ $Rc^2=.45$ $\Delta R^2=.04$ $F(6,337)=46.634$ $p<.001$					

Napomena. β - vrijednost standardiziranog regresijskog koeficijenta; R^2 - ukupan doprinos objašnjenju varijanci; F - vrijednost ukupnog F-omjera; ΔR^2 - doprinos dodane grupe prediktora objašnjenju varijanci; *** $p<.001$; ** $p<.01$; * $p<.05$

U prvom koraku hijerarhijske regresijske analize spol se nije pokazao prediktivnim za objašnjenje varijabiliteta problematičnog korištenja interneta. U drugom koraku se faktor socijalne i emocionalne usamljenosti (prosječan rezultat subskala Socijalna usamljenost, Usamljenost u ljubavi i Usamljenost u obitelji) pokazao prediktivnim za objašnjenje varijabiliteta problematičnog korištenja Interneta ostvarivši statistički značajan pozitivan doprinos u objašnjenju varijance Problematičnog korištenja Interneta. Uvođenjem subskala Straha od propuštanja (Samopoštovanje i Socijalna anksioznost) došlo je do statistički značajnog povećanja u postotku objašnjene varijance problematičnog korištenja Interneta za 25%. Pri tome su oba faktora ostvarila značajan pozitivan doprinos. U četvrtom se koraku Sramežljivost pokazala prediktivnom za objašnjenje varijabiliteta problematičnog korištenja Interneta pri čemu je došlo je do statistički značajnog povećanja u postotku objašnjene varijance problematičnog korištenja Interneta za 0.3%. Nadalje, uvođenjem Potrebe za pripadanjem došlo je do statistički značajnog povećanja objašnjene varijance Problematičnog korištenja Interneta za dodatnih 4%. Pri tome je Potreba za pripadanjem ostvarila statistički značajan pozitivan doprinos u objašnjenju Problematičnog korištenja Interneta. Uvođenjem potrebe za pripadanjem regresijski koeficijent samopoštovanja postao je statistički neznačajan.

Konačnom regresijskom jednadžbom moguće je objasniti 45% varijance Problematičnog korištenja Interneta. Viša razina problematičnog korištenja Interneta predviđena je višom razinom socijalne i emocionalne usamljenosti, višom razinom socijalne anksioznosti, višom razinom sramežljivosti i višom razinom potrebe za pripadanjem.

6. RASPRAVA

Unatoč činjenici da je Internet sastavni dio našeg života i ima mnogo koristi, postoji niz rizika i negativnih posljedica vezanih za njegovu upotrebu. Rizici i negativne posljedice se posebice javljaju kod prekomjernog korištenja Interneta. Negativne posljedice prekomjernog korištenja Interneta osobito su istinite u slučaju *online* socijalnog svijeta; dok umjerena upotreba Interneta pruža priliku za razvijanje socijalnih kontakata s drugima, njegovu prekomjerno korištenje može voditi brojnim neadaptivnim psihosocijalnim ishodima. Dakle, socijalni aspekti *online* svijeta prilično su kontroverzni, odnosno upotreba interneta može biti korisna ili štetna za naš izvanmrežni društveni život. Koncept problematične upotrebe Interneta pruža dobru podlogu za istraživanje odnosa upotrebe Interneta sa socijalnim potrebama i

socijalnom podrškom. U ovom istraživanju su proučavani odnosi između problematičnog korištenja Interneta i socijalne i emocionalne usamljenosti, potrebe za pripadanjem, straha od propuštanja te sramežljivosti.

Budući da ne postoji hrvatska verzija *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) i *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2011), navedene skale su prevedene s engleskog jezika na hrvatski jezik. Stoga je prvi problem ovog istraživanja bio ispitati pretpostavljenu jednofaktorsku strukturu i metrijske karakteristike adaptiranih verzija navedenih skala.

Provedbom konfirmatorne faktorske analize *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) utvrđeno je visoko slaganje pretpostavljenog modela podacima. U Tablici 1 može se iščitati koje čestice najbolje opisuju konstrukt sramežljivosti. Odnosno, čestice koje najbolje opisuju sramežljivost su čestice koje imaju najveće standardizirano faktorsko zasićenje (iznad .70). Vidljivo je da su to čestice redom (od najvećeg prema manjem): „Osjećam se ukočeno u društvenim situacijama“, „Pomalo sam društveno nespretan/na“, „Često mi je neugodno na zabavama i ostalim društvenim zbivanjima“, „Ne sumnjam u svoju društvenu sposobnost“, „Kada sam u grupi ljudi, imam poteškoća sa smišljanjem prave teme za razgovor“, „Osjećam napetost kad sam s ljudima koje ne poznajem dobro“ i „Ne treba mi dugo da prevladam svoju sramežljivost u novim situacijama“.

S druge strane, rezultati konfirmatorne faktorske analize *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2011) su ukazali na umjereno slaganje pretpostavljenog modela podacima s tim da čestica „Ne smeta mi duži period odvojenosti od svojih prijatelja“ nije zadovoljila odabrani kriterij faktorskog zasićenja te je izbačena iz daljnje statističke obrade. Moguće je da ova čestica nije dovoljno konkretno formirana jer *odvojenost od prijatelja* može označavati samo fizičku odvojenost od prijatelja što ne podrazumijeva i izostanak druge vrste komunikacije s prijateljima. Nakon izbacivanja navedene čestice u model je uvedena korelacija reziduala čime su rezultati konfirmatorne faktorske analize ukazali na visoko slaganje pretpostavljenog modela podacima. U Tablici 3 vidljivo je da čestice „Lako me povrijedi kada osjetim da me drugi ne prihvaćaju“, „Želim da me drugi ljudi prihvate“ i „Imam snažnu "potrebu za pripadanjem““ najbolje opisuju potrebu za pripadanjem, odnosno imaju najveće faktorsko zasićenje (iznad .70). S obzirom na potvrđivanje jednofaktorske strukture *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivost* (Rai, 2011) i *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur., 2011) na hrvatskim studentima/icama, može se reći da je prva hipoteza potvrđena. U budućim istraživanjima se

preporučuje ispitati faktorsku strukturu i na drugim uzorcima sudionika budući da je u ovom istraživanju sudjelovao samo uzorak studentskog dijela populacije.

Drugi problem ovog istraživanja bio je ispitati doprinose socijalne i emocionalne usamljenosti, straha od propuštanja, sramežljivosti i potrebe za pripadanjem u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta. S ciljem odgovora na drugi problem provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Prije provođenja same analize, izračunate su međusobne bivarijatne korelacije svih varijabli uvedenih u analizu. Pritom su utvrđene pozitivne korelacije među svim korištenim varijablama osim između: 1) socijalne usamljenosti i potrebe za pripadanjem te 2) socijalne usamljenosti i regulacije raspoloženja. Ovakvi rezultati su djelomično u skladu s postavljenom hipotezom i s rezultatima prethodnih istraživanja (Andangsari i Dhowi, 2016; Brčić, 2018; Chak i Leung, 2004; Esen i sur., 2013; Fallahi 2011; Odaci i Kalkan, 2010; Prievara i sur., 2018). Mogući razlog nepostojanja značajne povezanosti između socijalne usamljenosti i potrebe za pripadanjem je to što je potreba za pripadanjem afijalitivna motivacija usmjerena na trajne i brižne međuljudske odnose (Baumeister i Leary, 1995), dok je socijalna usamljenost usmjerena na socijalni aspekt, odnosno na puku interakciju sa širim društvenim krugom (Weiss, 1973). Nadalje, jedna od subskala problematičnog korištenja Interneta, odnosno regulacija raspoloženja, nije značajno povezana sa socijalnom usamljenošću. Ovakav rezultat je djelomično u skladu s istraživanjem Andangsarija i Dhowija (2016) u kojem je dobiveno da socijalna usamljenost nije bila povezana s problematičnim korištenjem Interneta. Ovaj rezultat se može slično protumačiti time da se izostanak odnosa sa širim krugom drugih ljudi ne reflektira na povećano korištenje Interneta u svrhu regulacije raspoloženja kao što bi to bilo u slučaju emocionalne usamljenosti.

U prvom koraku hijerarhijske regresijske analize (Tablica 7) uvedena je varijabla spol pri čemu se nije pokazao prediktivnim za objašnjenje varijabiliteta problematičnog korištenja interneta što je u skladu s nekim prethodnim istraživanjima (Prievara, 2018). U drugom koraku je uvedena socijalna i emocionalna usamljenost pri čemu je ostvarila značajan pozitivan doprinos u objašnjenju varijance problematičnog korištenja Interneta kao što je i pretpostavljeno. Naime, osobe koje su usamljene zbog odsutnosti bliske emocionalne veze ili zbog odsustva interakcije sa širim društvenim krugom provode više vremena na Internetu. Uvođenjem subskala straha od propuštanja (samopoštovanje i socijalna anksioznost) došlo je do značajnog povećanja u postotku objašnjene varijance problematičnog korištenja Interneta za 25%. Pri tome su oba faktora ostvarila značajan pozitivan doprinos. Pojedinci koji imaju želju da ostanu neprekidno povezani s onim što drugi rade u većoj mjeri koriste internet gdje te

informacije mogu i potražiti. Ovakav rezultat je utvrđen i u nekim prethodnim istraživanjima kojima se ispitalo korištenje pojedinačnih aspekata Interneta, poput društvenih mreža (Baker i sur., 2016; Casale i sur., 2018; Kuss i Griffiths 2017; Przybylski i sur., 2013; Roberts i David, 2019; Yin i sur., 2019; Yoo i Jeong, 2017). Nadalje, u analizu je uvedena sramežljivost koja se pokazala prediktivnom za objašnjenje varijabiliteta problematičnog korištenja Interneta pri čemu je došlo do značajnog povećanja u postotku objašnjene varijance problematičnog korištenja Interneta za 0.3%. Kao što je pretpostavljeno, sramežljivim pojedincima Internet facilitira komunikacijski proces te su oni skloniji internetskoj socijalnoj interakciji i imat će poteškoća s regulacijom vremena provedenog na Internetu. U posljednjem koraku hijerarhijske regresijske analize, uvedena je potreba za pripadanjem pri čemu je došlo do statistički značajnog povećanja objašnjene varijance problematičnog korištenja interneta za dodatnih 4%. Pri tome je potreba za pripadanjem ostvarila statistički značajan pozitivan doprinos u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta. Pojedinci koji traže veliki broj odnosa, brinu se kako ih drugi cijene te ulažu veliki trud u održavanje međuljudskih odnosa su skloniji problematičnom korištenju Interneta. Uvođenjem potrebe za pripadanjem u analizu regresijski koeficijent samopoštovanja postao je statistički neznačajan. Moguće je da je potreba za pripadanjem medijator u odnosu samopoštovanja i problematičnog korištenja interneta. Odnosno, moguće je da nisko samopoštovanje ima doprinos u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta samo ako je kod pojedinca izražena potreba za pripadanjem. To bi značilo da osobe koje imaju niže razine samopoštovanja, ali i veću potrebu za pripadanjem više preferiraju socijalne online interakcije te teže reguliraju svoje vrijeme na Internetu. Konačnom regresijskom jednadžbom moguće je objasniti 45% varijance problematičnog korištenja Interneta pomoću socijalne i emocionalne usamljenosti, straha od propuštanja, sramežljivosti i potrebe za pripadanjem. Problematičnom korištenju Interneta skloniji su pojedinci koji su u višoj razini nervozni i prestrašeni kada ne mogu provjeravati društvene mreže kad to žele, koji manje vole biti sami, više sumnjaju u svoju društvenu sposobnost i osjećaju se ukočeno u društvenim situacijama, osjećaju snažniju potrebu za pripadanjem i rjeđe imaju prijatelja ili ljubavnog partnera koji ih razumije i s kojima mogu podijeliti svoja stajališta i obrnuto. Rezultati ovog istraživanja djelomično su u skladu s rezultatima prethodnih istraživanja. Primjerice, u literaturi se može naći mnoštvo istraživanja kojima je utvrđeno da su usamljeni pojedinci skloniji pretjeranom korištenju Interneta ili društvenih mreža (Esen i sur., 2013; Moody, 2004; Morahan-Martin i Schumacher, 2003; Song i sur., 2014; Zarbakhsh i sur., 2013). S druge strane, u istraživanju Andangsarija i Dhowija (2016) u kojem su ispitane dvije dimenzije usamljenosti u kontekstu problematičnog korištenja Interneta kao što je to slučaj u

trenutnom istraživanju, utvrđeno je da su samo emocionalno usamljeni pojedinci skloniji problematičnom korištenju Interneta. Razlika u ovom i spomenutom istraživanju leži u kulturi sudionika istraživanja. Naime, sudionici ovog istraživanja pripadaju individualističkoj kulturi u kojoj je podjednako važna i bliskost, ali i socijalna interakcija s većim brojem ljudi dok sudionici spomenutog istraživanja pripadaju kolektivističkoj kulturi u kojoj je intimna povezanost puno važnija. Nadalje, strah od propuštanja se također pokazao pozitivnim prediktorom u objašnjenju problematičnog korištenja Interneta u nekim prethodnim istraživanjima (Brčić, 2018). Dobiveni rezultati se mogu objasniti time da su društvene mreže, na kojima mladi provode najviše vremena, lako dostupan izvor informacija o drugim ljudima i njihovim životima te time hrane nagonsku potrebu za informacijama o drugima (Whiting i Williams, 2013). Nadalje, budući da Internet nudi sigurnije okruženje i lakšu interakciju nego što je to slučaj s interakcijom licem u lice, razumljivo je da će sramežljivi pojedinci i oni koji imaju veću potrebu za pripadanjem Internet vidjeti kao alternativno rješenje za ispunjavanje svojih socijalnih i emocionalnih potreba što su pokazala i neka prijašnja istraživanja (Chak i Leung, 2004; Eroglu i sur., 2013; Lavin i sur., 2004; Prievara i sur., 2018). Dakle, s obzirom na ovaj rezultat, može se reći da je druga hipoteza, kojom je pretpostavljen statistički značajan pozitivan doprinos socijalne i emocionalne usamljenosti, straha od propuštanja, sramežljivosti i potrebe za pripadanjem u objašnjenu problematičnog korištenja Interneta kod studenata/ica Republike Hrvatske, djelomično potvrđena.

U istraživanju postoji nekoliko ograničenja koja je potrebno navesti. Prvo ograničenje ovog istraživanja se odnosi na uzorkovanje sudionika. Naime, u istraživanju je korišten prigodan uzorak, odnosno sudionici su se prikupljali preko Facebook studentskih grupa kojoj je istraživačica imala pristup te se u konačnom uzorku najviše nalazilo studenata/ica s matičnog Sveučilišta istraživačice. Također, u tim grupama su se nalazile uglavnom studentice, odnosno upitnik je ispunilo 255 studentica i 89 studenata. S obzirom na navedeno, u budućim istraživanjima bi trebalo koristiti slučajni uzorak i prikupiti podjednako muških i ženskih studenata radi bolje mogućnosti generalizacije rezultata na odabranu populaciju. Osim roda, bilo bi preporučljivo kontrolirati i dob, a to bi se moglo kontrolirati tako što bi se upitnik distribuirao uživo, odnosno ispunjavanje upitnika bi bilo papir-olovka jer postoji mogućnost da nisu svi sudionici uistinu bili studenti. Na ovaj način bi se također uključilo i studente/ice koji ne koriste uopće društvene mreže ili samo Facebook, pa bi rezultati bili reprezentativniji. Ono što je ključno za istaknuti je da je ovo istraživanje provedeno u razdoblju *Covid* pandemije pa je ovakav način provođenja bio jedini moguć. Osim toga, rezultati su uglavnom u skladu i s

ranijim istraživanjima koja su provedena prije pandemije, no moguće je da je pandemija utjecala na pomicanje prema ekstremnijim rezultatima kod nekih varijabli. Primjerice, socijalna distanca koja je bila nužna za vrijeme pandemije, mogla je utjecati na veću socijalnu i emocionalnu usamljenost te pretjerano korištenje Interneta. Bilo bi stoga zanimljivo istražiti i usporediti rezultate korištenih varijabli jednom kada pandemija prođe. Također, u istraživanju su korištene mjere temeljene na introspekciji čiji je glavni nedostatak subjektivnost. U budućim istraživanjima se preporučuje uz upitnik koristiti i objektivnije mjere prekomjernog korištenja interneta. Na primjer, postoje aplikacije koje pokazuju vrijeme provedeno na Internetu kao i vrijeme provedeno na pojedinačnoj aplikaciji te korisnici imaju uvid u mjesečni, tjedni i dnevni prosjek vremena provedenog na mobilnom uređaju ili internetu. Ono što bi još bilo zanimljivo istražiti je uzročno-posljedična veza između problematičnog korištenja Interneta i ispitivanih socijalnih varijabli. Na primjer, bilo bi zanimljivo saznati uzrokuje li usamljenost problematično korištenje Interneta ili obrnuto.

Iako je ovo istraživanje korelacijske prirode iz njega se ipak mogu izvući neke praktične implikacije. Naime, rezultate ovog i sličnih istraživanja potrebno je iskoristiti za podizanje svijesti o problematici prekomjernog korištenja Interneta. Podizanje svijesti je moguće izvesti i na formalne načine kroz održavanje seminara i radionica u školama, fakultetima, na radnim mjestima i sl., ali i na neformalne načine kroz popularizaciju psihologije na društvenim mrežama. Također, rezultati istraživanja navedene problematike se mogu iskoristiti i za osmišljavanje brojnih strategija prevencije. Naime, kao i kod drugih vrsta ovisnosti, ovisnost o Internetu je stanje u kojem se pojedinac teško kontrolira. Stanja u kojem pojedinac provodi previše vremena na internetu i osjeća nelagodu u okruženjima bez pristupa internetu simptomi su koji se mogu smanjiti ili ukloniti povećanjem osobne kontrole. Osjećaj osobne kontrole može se poboljšati psihološkom podrškom. Trebalo bi koristiti aktivnosti psihološkog savjetovanja za povećanje osobne kontrole kako bi djeca i mladi postigli ograničenu uporabu interneta. Nadalje, dobivena povezanost problematičnog korištenja interneta s jedne strane i usamljenosti, sramežljivosti i potrebe za pripadanjem s druge strane u ovom istraživanju upućuje na potrebu za poboljšanjem vještina koje će pomoći pojedincima da uspostave zdrave međuljudske odnose. Konkretno, preventivski program bi trebao biti usmjeren na trening socijalnih i komunikacijskih vještina, ali i informiranje o rizicima prekomjernog korištenja Interneta. Takav program bi trebao uključivati ponajviše djecu i mlade, ali i njihove roditelje što bi doprinijelo boljem međusobnom razumijevanju. Poboljšanje navedenih vještina trebao bi pomoći u poboljšanju kvalitete komunikacije licem u lice i u smanjenju stvaranja virtualnih odnosa. Također, rezultati

ovog istraživanja koji otkrivaju povezanost problematične upotrebe Interneta i usamljenosti pokazuju da je mladima potrebna socijalna podrška, posebno onu koju dobivaju od prijatelja. Stoga su mladima potrebne grupne aktivnosti kako bi zadovoljile svoju potrebu da provode vrijeme sa svojim vršnjacima i pripadaju skupini. Percepcija podrške vršnjačkih skupina i smanjenje usamljenosti bi trebalo također smanjiti probleme korištenje Interneta. Stoga bi se trebalo organizirati što više sportskih, glazbenih i sličnih aktivnosti u školskom i studentskom okruženju.

7. ZAKLJUČCI

1. a) Utvrđena je jednofaktorska struktura *Revidirane Cheekove i Bussove skale sramežljivosti* (Rai, 2011) na hrvatskom uzorku studenata/ica.

1. b) Utvrđena je jednofaktorska struktura *Skale potrebe za pripadanjem* (Leary i sur, 2013) na hrvatskom uzorku studenata/ica pri čemu je jedna čestica zbačena zbog nedovoljnog faktorskog zasićenja.

2. Viša razina problematičnog korištenja Interneta predviđena je višom razinom socijalne i emocionalne usamljenosti, višom razinom straha od propuštanja (nisko samopoštovanje i socijalna anksioznost), višom razinom sramežljivosti i višom razinom potrebe za pripadanjem. Problematičnom korištenju interneta skloniji su pojedinci koji su u višoj razini nervozni i prestrašeni kada ne mogu provjeravati društvene mreže kad to žele, koji manje vole biti sami, više sumnjaju u svoju društvenu sposobnost i osjećaju se ukočeno u društvenim situacijama, osjećaju snažniju potrebu za pripadanjem i rjeđe imaju prijatelja ili ljubavnog partnera koji ih razumije i s kojima mogu podijeliti svoja stajališta i obrnuto. Ipak, nakon uvođenja potrebe za pripadanjem, nisko samopoštovanje je postalo neznačajan prediktor problematičnog korištenja Interneta.

8. LITERATURA

- Abel, J. P., Buff, C. L. i Burr, S. A. (2016). Social Media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14(1), 33-44.
- Aboujaoude, E. (2010). Problematic Internet use: an overview. *World Psychiatry*, 9, 85-90.
- Amichai-Hamburger, Y. i Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*, 19(1), 71–80.
- Andangsari, E.W. i Dhowi, B. (2016). Two Typology Types of Loneliness and Problematic Internet Use (PIU): An Evidence of Indonesian Measurement. *Advanced Science Letters*, 22, 1711–1714.
- American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™ (5th ed.)*. American Psychiatric Publishing, Inc.
- Baker, Z. G., Krieger, H., i LeRoy, A. S. (2016). Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 275-282.
- Baumeister, R. F. i Leary, M. R., (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529
- Beard, K. W. i Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377-383.
- Beidel, D. C. i Turner, S. M. (1999). *Shy children, phobic adults: nature and treatment of social phobia*. American Psychological Association.
- Brčić, E. (2018). *Strah od propuštanja i neke osobine ličnosti kao prediktori problematičnog korištenja interneta*. Neobjavljeni diplomski rad. Zadar: Odjel za psihologiju Sveučilišta u Zadru.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. Freeman.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measure. *Computers in Human Behavior*, 18, 533–575.

- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30, 625–648.
- Caplan, S.E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of Communication*, 55, 721–736.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097.
- Caplan, S., Williams, D., i Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25, 1312–1319.
- Carducci, B.J. i Zimbardo, P.G. (1995). Are you shy? *Psychology Today*, 28, 34–46.
- Carvalho, M. i Pelham, B. W. (2006). When fiends become friends: The need to belong and perceptions of personal and group discrimination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 94–108.
- Casale, S., Rugai, L. i Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive Behaviors*, 85, 83–87.
- Chak, K. i Leung, L. (2004). Shyness and Locus of Control as Predictors of Internet Addiction and Internet Use. *Cyberpsychology and behavior*, 7(5), 559-570.
- Cheek, J. M. i Briggs, S. R. (1990). Shyness as a personality trait. U W. R. Crozier (Ur.), *Shyness and embarrassment: perspectives from social psychology* (str. 315–337). Cambridge University Press.
- Cheek, J. M. i Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 330–339.
- Crozier, W. R. (2002). Shyness. *The Psychologist*, 15, 460–463.
- Crozier, W.R. (2005). Measuring shyness: analysis of the Revised Cheek and Buss Shyness scale. *Personality and individual Differences*, 38(8), 1947-1956.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use (PIU). *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.

- De Cremer, D. i Leonardelli, G. J. (2003). Cooperation in social dilemmas and the need to belong: The moderating effect of group size. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 7, 168–174.
- Denti, L., Barbopoulos, I., Nilsson, I., Holmberg, L., Thulin, M., Wendeblad, M., Anden, L. i Davidsson, E. (2012). *Sweden's largest Facebook study*. University of Gothenburg, Gothenburg Research Institute GRI.
- Eroglu, M., Pamuk, M. i Pamuk, K. (2013). Investigation of problematic Internet usage of university students with psychosocial levels at different levels. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 103, 551–557.
- Esen, B. K., Aktas, E. i Tuncer, I. (2013). An analysis of university students' Internet use in relation to loneliness and social self-efficacy. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 84(9), 1504–1508.
- Fallahi, V. (2011). Effects of ICT on the youth: A study about the relationship between Internet usage and social isolation among Iranian students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 15, 394–398.
- Gazzaley, A. i Rosen, L. D. (2016). *The distracted mind: Ancient brains in a high-tech world*. MIT Press.
- Gere, J. i MacDonald, G. (2010). An Update of the Empirical Case for the Need to Belong. *The Journal of Individual Psychology*, 66, 93-115.
- Greenwood, D., Long C.R. i Dal Cin, S. (2013). Fame and the social self: The need to belong, narcissism, and relatedness predict the appeal of fame. *Personality and Individual Differences*.55, 490-495.
- Griffiths, M.D. (1996). Internet addiction: an issue for clinical psychologists. *Clinical Psychology Forum*, 97, 32-36.
- Griffiths, M. D. (2015). Classification and treatment of behavioural addictions. *Nursing in Practice*, 82, 44-46.
- Henderson, L. (1997). Mean MMPI profile of referrals to a shyness clinic. *Psychological Reports*, 80, 695–702.
- Henderson, L. i Zimbardo, P. (1998a). *Encyclopedia of Mental Health*. Academic Press.

- Hu, L. i Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6, 1-55.
- Jones, W. H. i Carpenter, B. N. (1986). Shyness, social behavior, and relationships. U: W.H. Jones, J.M. Cheek, i S.R. Briggs (Ur.), *Shyness: perspectives on research and treatment* (str. 227–249). Plenum Press.
- Kelly, K. M. (2001). Individual differences in reactions to rejection. U: M. R. Leary (Ur.), *Interpersonal rejection* (str. 291–315). Oxford University Press.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling (Third Edition)*. Guilford Press.
- Ko, C.H., Yen, J.Y., Yen, C.F., Chen, C.S. i Chen C.C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: a review of the literature. *European Psychiatry*, 27(1),1-8.
- Kross, E., Berman, M., Mischel, W., Smith, E. E. i Wager, T. (2011). Social rejection shares somatosensory representations with physical pain. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(15), 6270–6275.
- Kuss, D. J. i Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.
- Lamblin, M., Murawski, C., Whittle, S., i Fornito, A. (2017). Social connectedness, mental health and the adolescent brain. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 80, 57–68.
- Lavin, M. J., Yuen, C. N., Weinman, M. i Kozak, K. (2004). Internet dependence in the collegiate population: the role of shyness. *CyberPsychology and Behavior*, 7, 379–383.
- Leary, R.M., Kelly, M.K., Cottrell, A.C. i Schreindorfer, S.L., (2013). Construct Validity of the Need to Belong Scale: Mapping the Nomological Network. *Journal of Personality Assessment*, 95(6), 610-624.
- Leung, L. (2003). Impacts of net-generation attributes, seductive properties of the Internet, and gratifications-obtained on Internet use. *Telematics & Informatics*, 20, 107–129.

- Li, C., Dang, J., Zhang, X., Zhang, Q. i Guo, J. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. *Computers in Human Behavior*, 41, 1–7.
- Liu, B.S. i Rook, K.S. (2013) Emotional and social loneliness in later life: associations with positive versus negative social exchanges. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30, 813–832.
- Liu, C.Y. i Kuo, F.Y. (2007). A study of Internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology & Behavior*, 10(6), 799–804.
- Moody E.J. (2004). Internet Use and Its Relationship to Loneliness. *CyberPsychology & Behavior*. 4(3), 393-401.
- Morahan-Martin, M. i Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19, 659- 671.
- Mottram, A. J. i Fleming, M. J. (2009). Extraversion, impulsivity, and online group membership as predictors of problematic Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 12(3), 319–321.
- Muthen, L.K. i Muthen, B.O. (2008). *Mplus User's Guide. Seventh Edition*. Muth'en & Muth'en.
- Odaci, H., i Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*, 55, 1091-1097.
- Pickett, C. L., Gardner, W. L. i Knowles, M. (2004). Getting a cue: The need to belong and enhanced sensitivity to social cues. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1095–1107.
- Piguet, C., Berchtold, A., Akre, C. i Suris, J. C. (2015). What keeps female problematic internet users busy online? *European Journal of Pediatrics*, 174(8), 1053-1059.
- Pilkonis, P. A. (1977). The behavioral consequences of shyness. *Journal of Personality*, 45, 96–611.
- Pontes, H. M., Caplan, S. E. i Griffiths, M. D. (2016). Psychometric validation of the Generalized Problematic Internet Use Scale 2 in a Portuguese sample. *Computers in Human Behavior*, 63, 823–833.

- Prievara, K. D., Piko F. B. i Luszczynska, A. (2018). Problematic Internet Use, Social Needs, and Social Support Among Youth. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 17, 1008-1019.
- Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R. i Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29, 1841-1848.
- Rai, R. (2011). Shyness and sociability re-examined: Psychometrics, interactions, and correlates. (Doktorska disertacija). McMaster University.
- Riordan, B. C., Cody, L., Flett, J. A., Conner, T. S., Hunter, J. i Scarf, D. (2018). The development of a single item FoMO (fear of missing out) scale. *Current Psychology*, 39(1), 1–6.
- Roberts, J.A. i David, M.E. (2019). The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity, Connection, and Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction*. 36, 386-392.
- Roberts, L. D., Smith, L. M. i Pollock, C. M. (2000). “U r a lot bolder on the net”: Shyness and internet use. U W. R. Crozier (Ur.), *Shyness: Development, consolidation and change* (str. 121–138). Routledge.
- Russell, D., Cutrona, C.E., Rose, J., Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(6), 1313-1321.
- Scealy, M., Phillips, J.G. i Stevenson, R. (2002). Shyness and anxiety as predictors of patterns of Internet usage. *CyberPsychology & Behavior*, 5, 507–515.
- Seo, M, Kang, H.S. i Yom, Y.H. (2009). Internet addiction and interpersonal problems in korean adolescents. *Comput Inform Nurs*, 27(4), 226–233.
- Shapira, N.A., Goldsmith, T.D., Keck, P.E., Kholza, U.M. i McElroy, S.L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1-3), 267–272.
- Sheeks, M.S. i Birchmeier, Z.P. (2007). Shyness, sociability, and the use of computer-mediated communication in relationship development. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 64–70.

- Song, H., Zmyslinski-Seelig A, Kim J., Drent A., Victor A., Omori K. i Allen M. (2014). Does Facebook makes you lonely? *Computers in Human Behavior*, 36, 446-452.
- Starčević, V. i Aboujaoude E. (2017). Internet addiction: reappraisal of an increasingly inadequate concept. *CNS Spectrums*, 22(1), 7-13.
- Taylor, J. i Turner, J. (2002). Perceived discrimination, social stress, and depression in the transition to adulthood: racial contrasts. *Social Psychology Quarterly*, 65, 213–225.
- Tokunaga, R. S. (2015). Perspectives on internet addiction, problematic internet use, and deficient self-regulation: contributions of communication research. *Annals of the International Communication Association*, 39(1), 131-161.
- Tokunaga, R. S., i Rains, S. A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic Internet use, time spent using the Internet, and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 36(4), 512–545.
- Vahedi, S. (2011). The Factor Structure of the Revised Cheek and Buss Shyness Scale in an Undergraduate University Sample. *Iranian Journal of Psychiatry*, 6(1),19-24.
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X., Xie, X., Wang, Y. i Lei, L. (2017). Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 708–717.
- Wartberg, L., Kriston, L., Kammerl, R., Petersen, K. U. i Thomasius, R. (2015). Prevalence of pathological Internet use in a representative German sample of adolescents: results of a latent profile analysis. *Psychopathology*, 48(1), 25-30.
- Whiting, A. i Williams, D. (2013). Why people use social media: A uses and gratifications approach. Qualitative Market Research. *An International Journal*, 16(4), 362–369.
- Wittenberg, M.T. i Reis, H.T. (1986). Loneliness, social skills, and social perception. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 12, 121–30.
- Wortham, J. (2011). Feel like a wallflower? Maybe it's your facebook wall. *The New York Times*. <https://www.nytimes.com/2011/04/10/business/10ping.html>.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. MIT Press.

- Yang, S. C. i Tung, C. J. (2007). Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23, 79–96.
- Yen, C. F., Ko, C. H., Yen, J. Y., Chang, Y. P. i Cheng, C. P. (2009). Multi-dimensional discriminative factors for Internet addiction among adolescents regarding gender and age. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 63(3), 357–364.
- Yin, L., Wang P., Nie, J., Guo J., Feng, J., Lei, L. (2019). Social networking sites addiction and FoMO: The mediating role of envy and the moderating role of need to belong. *Current Psychology*. 40, 3879- 3887.
- Yoo, J. H. i Jeong, E. J. (2017). Psychosocial effects of SNS use: A longitudinal study focused on the moderation effect of social capital. *Computers in Human Behavior*, 69, 108–119.
- Young, K. S. (2005). Clasificación de los subtipos, consecuencias y causas de la adicción a Internet [Classification of the subtypes, consequences, and causes of Internet addiction]. *Psicología Conductual Revista Internacional de Psicología Clínica de la Salud*, 13, 463–480.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 237-244.
- Young, K.S., Griffin-Shelley, E., Cooper, A., O´mara J. i Buchanan, J. (2000). Online infidelity: a new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 7, 59–74.
- Young, K. S. i Rogers, R. C. (1998). The Relationship between Depression and Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 25-28.
- Zarbakhsh B.M., Rashedi V. i Khademi M. (2013). Loneliness and Internet addiction in students. *Journal of Health Promotion Management*. 2 (1), 32-38.
- Zimbardo, P. G. (1977). *Shyness: What it is, what to do about it*. Perseus.