

# Povezanost sklonosti depresiji i glazbenih preferencija

---

**Delimar, Luka Marija**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2023**

*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:162:198476>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-31**



**Sveučilište u Zadru**  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju  
Preddiplomski studij psihologije

**Luka Marija Delimar**

**Povezanost sklonosti depresiji i glazbenih  
preferencija**

**Završni rad**

Zadar, 2023.

Sveučilište u Zadru  
Odjel za psihologiju  
Preddiplomski studij psihologije

Povezanost sklonosti depresiji i glazbenih preferencija

Završni rad

Student/ica:

Luka Marija Delimar

Mentor/ica:

Prof. dr. sc. Pavle Valerjev

Zadar, 2023.



## Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Luka Marija Delimar**, ovime izjavljujem da je moj **završni** rad pod naslovom **Povezanost sklonosti depresiji i glazbenih preferencija** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

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

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

Zadar, 29. rujna 2023.

|  |    |
|--|----|
| 1. UVOD .....  | 4  |
| 1.1. GLAZBA.....   | 4  |
| 1.1.1. Glazbene preferencije .....   | 4  |
| 1.1.2. Kategorizacija glazbenih preferencija.....  | 5  |
| 1.1.3. Motivi slušanja glazbe .....  | 6  |
| 1.2. DEPRESIVNOST .....  | 7  |
| 1.3. GLAZBENE PREFERENCIJE I SKLONOST K DEPRESIVNOSTI.....   | 7  |
| 1.4. POLAZIŠTE.....  | 9  |
| 2. CILJ, PROBLEM i HIPOTEZE .....  | 9  |
| 2.1. CILJ.....   | 9  |
| 2.2. PROBLEM .....   | 9  |
| 2.3. HIPOTEZE.....   | 9  |
| 3. METODA.....   | 10 |
| 3.1. SUDIONICI.....  | 10 |
| 3.2. MJERNI INSTRUMENTI .....  | 10 |
| 3.3. POSTUPAK.....   | 11 |
| 3.4. OBRADA PODATAKA .....   | 11 |
| 4. REZULTATI .....   | 12 |
| 4.1. REZULTATI 1. FAZE ISTRAŽIVANJA ( <i>online</i> upitničke mjere) .....                         | 12 |
| 4.2. RASPRAVA.....   | 16 |
| 4.3. REZULTATI 2. FAZE ISTRAŽIVANJA ( <i>laboratorijsko</i> mjerenje glazbenih preferencija) ..... | 20 |
| 4.4. DOBNE I SPOLNE RAZLIKE ( <i>online</i> upitničke mjere).....                                  | 24 |
| 5. OPĆA RASPRAVA.....  | 25 |
| 6. ZAKLJUČCI .....   | 29 |
| 7. LITERATURA .....  | 29 |

## Povezanost sklonosti depresiji i glazbenih preferencija

### SAŽETAK

Glazba ima važan utjecaj na svakodnevni život pojedinca te jasno je da pojedinci pokazuju jače preferencije za neke vrste glazbe nego za druge, ali što zapravo određuje glazbene sklonosti osobe? Rad Bonneville-Roussy i suradnika (2017) najbliži je dosad koji pronalazi kompromis između fokusa na glazbene stilove i fokusa na glazbene karakteristike - preferencije prema glazbi mogu se organizirati u pet faktora: preferencije prema nepretencioznoj, intenzivnoj, suvremenoj, klasičnoj te glazbi s karakteristikama jazza. Ovakva klasifikacija glazbenih preferencija korištena je i u ovome istraživanju. Nadalje, sudionici različitih dobnih skupina svjesno koriste glazbu kako bi regulirali svoje osjećaje, npr. za poboljšanje raspoloženja, za opuštanje, za odvratanje pažnje i sl. (Swaminathan i Schellenberg, 2015). Dodatno, istraživanja veze između glazbenih preferencija i mentalnih problema poput anksioznosti ili depresije znatno su rjeđa, unatoč činjenici da su iznimno opterećujući i prevladavajući problem u svakodnevnom životu (Miranda i Claes, 2007). Stoga je cilj ovoga istraživanja istražiti postoji li povezanost između glazbenih preferencija i sklonosti depresivnosti kao i dobiti bolji uvid u razloge zbog kojih depresivni pojedinci slušaju glazbu. Istraživanje se sastojalo od dva dijela. Podaci u prvome dijelu istraživanja prikupljeni su *online* putem – sudionici su prvo ispunjavali skalu depresivnosti te kraći upitnik o motivima slušanja glazbe, a zatim su davali procjene svidanja za pojedine glazbene žanrove ( $N=101$ ). Sudionicima koji su pristupili drugoj fazi istraživanja audiosnimkom su prezentirana 34 glazbena isječka koja reprezentiraju 17 glazbenih žanrova koji se nadalje klasificiraju tj. sačinjavaju pet širih glazbenih dimenzija (*laboratorijsko* mjerenje glazbenih preferencija) ( $N=43$ ). U obe faze istraživanja, utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost između razine depresivnosti i intenzivne glazbe, tj. osobe koje su postigle viši rezultat na skali depresivnosti u prosjeku su izjasnili i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi. Međutim, nije utvrđena statistički značajna povezanost između razine depresivnosti i preferencije prema ostale 4 glazbene kategorije, tj. između razine depresivnosti i klasične, suvremene, nepretenciozne te glazbe s karakteristikama jazza. Također, nije utvrđena statistički značajna razlika između visoko i nisko depresivnih s obzirom na razlog slušanja glazbe.

**Ključne riječi:** glazba, glazbene preferencije, razina depresivnosti, razlozi slušanja glazbe

## The relationship between depression and music preferences

### SUMMARY

Music has an important influence on an individual's daily life, and it is clear that individuals show stronger preferences for some types of music more than for others, but what actually determines a person's musical preferences? The work of Bonneville-Roussy et al. (2017) is the closest so far which finds a compromise between a focus on musical styles and a focus on musical characteristics - preferences for music can be organized into five factors: preferences for unpretentious, intense, contemporary, classical and jazzy music. This kind of classification of musical preferences was also used in this research. Furthermore, participants of different age groups consciously use music to regulate their feelings, e.g. for mood enhancement, for relaxation, for distraction etc. (Swaminathan and Schellenberg, 2015). Additionally, research on the connection between music preferences and mental problems such as anxiety or depression is much rarer, despite the fact that they are an extremely burdensome and prevalent problem in everyday life (Miranda and Claes, 2007). Therefore, the goal of this research is to investigate a possible link between musical preferences and tendency to depression, as well as to gain a better insight into the reasons why depressed individuals listen to music. The research consisted of two parts. The data in the first part of the research was collected *online* - the participants first filled out a depression scale and a shorter questionnaire about the motives for music listening, and then gave ratings of liking for 17 music genres ( $N=101$ ). The participants who entered the second phase of the research were presented with an audio recording of 34 music clips representing 17 musical genres, which are then further classified, i.e. they make up five broad musical dimensions (*laboratory* measurement of musical preferences) ( $N=43$ ). In both phases of the research, a statistically significant positive correlation was found between the level of depression and intense music, i.e. people who scored higher on the depression scale also expressed a greater preference for intense music. However, no statistically significant correlation was found between the level of depression and preferences for the other 4 music categories, i.e. between the level of depression and classical, contemporary, unpretentious music and jazzy music. Furthermore, no statistically significant difference was found between high and low depressives regarding the reason for music listening.

**Key words:** music, music preferences, level of depression, motives for music listening

# 1. UVOD

Uvod u ovaj završni rad obuhvatiti će u svom prvom dijelu opisivanje glazbe i glazbenih preferencija, kao i motive slušanja glazbe. Drugi dio uvoda ovoga završnoga rada sadržavati će opis istraživanja glazbenih preferencija kao i opis istraživanja o mogućoj povezanosti glazbenih preferencija i sklonosti k depresivnosti. Posljednji dio uvoda također sadržava opis do sada korištenih metodoloških pristupa relevantnih za istraživačku temu ispitivanja glazbenih preferencija i sklonosti depresivnosti.

## 1.1. GLAZBA

Glazba ima važan utjecaj na život pojedinca – odražava osjećaje, vrijednosti i sukobe osobe (Ekinci i sur., 2013) te pridonosi zadovoljavanju njenih emocionalnih, društvenih i kulturnih potreba (Miranda i Claes, 2007). Ona je ukorijenjena u evoluciji čovjeka i predstavlja jedan od izuzetno prisutnih fenomena ljudskog života (Miranda i Claes, 2008). Upravo zbog velikog porasta u korištenju interneta i besplatne dostupnosti većine pjesama na različitim platformama, utjecaj glazbe na život adolescenata i odraslih povećava se (Tarrant i sur., 2000, prema Ekinci i sur., 2013). Također, glazba je bitna komponenta mnogih društvenih aktivnosti, poput koncerata gdje se ljudi okupljaju kako bi slušali glazbu i razgovarali o njoj, a glazbene se preferencije obično uvelike razlikuju od osobe do osobe (Vella i Mills, 2017). Nadalje, glazba je ljudima važna, bilo to zbog poruke koju prenosi ili s kojom se oni slažu, te pojedinci vjeruju da glazba koju ljudi slušaju pruža informacije o tome tko su oni (Rentfrow i Gosling, 2003).

### 1.1.1. Glazbene preferencije

Iako je glazba privukla značajnu pozornost u kognitivnoj psihologiji (npr. Chaffin i Imreh, 2002), biološkoj psihologiji (npr. Todd 1999), kliničkoj psihologiji (npr. Hilliard, 2001) i neuroznanosti (npr. Blood i Zatorre, 2001), vrlo se malo zna o tome zašto ljudi vole glazbu koju vole. Jasno je da pojedinci pokazuju jače preferencije za neke vrste glazbe nego za druge, ali što određuje glazbene sklonosti osobe? Sklonost prema pojedinim glazbenim žanrovima može ovisiti o kontekstualnim čimbenicima i individualnim razlikama (Swaminathan i Schellenberg, 2015) poput samopoimanja i kognitivnih sposobnosti (Rentfrow i Gosling, 2003). Također, nekoliko studija koje su ispitivale glazbene sklonosti sugeriraju neke veze s osobinama ličnosti (Arnett, 1992), fiziološkom pobuđenosti (Mc-Namara i Ballard, 1999) i socijalnim identitetom (North i Hargreaves, 1999).



### 1.1.2. Kategorizacija glazbenih preferencija

Temeljno pitanje koje je zanimalo istraživače psihološka je organizacija glazbenih preferencija. Na primjer, koja je najrazumnija jedinica analize za proučavanje i kategorizaciju glazbenih preferencija? Tako su počeli prvi koraci u razvoju teorije glazbenih preferencija - teorije koja će u konačnici objasniti kada, gdje, kako i zašto ljudi slušaju glazbu (Rentfrow i Gosling, 2003). Naime, glazbene preferencije mogu se mjeriti na različitim razinama apstrakcije, u rasponu od vrlo deskriptivne podređene razine do vrlo široke nadređene razine (Rentfrow i Gosling, 2003). U početku, zbog tehnoloških ograničenja, istraživači su bili ograničeni na procjenu strukture glazbenih preferencija putem žanrova o kojima su izvijestili sudionici (Rentfrow i Gosling, 2003). Međutim, žanrovi su slabo definirane i nedostižne konstrukcije koje pogrešno predstavljaju glazbeni ukus slušatelja (Fricke i sur., 2021). Kako bi se prevladala takva ograničenja, istraživanja su se odmakla od orijentacije samo na glazbene žanrove te su se usmjerila na procjenu glazbenih preferencija kroz pažljiv odabir audio isječaka koji su prezentirani sudionicima (Rentfrow i sur., 2012). Tako su Rentfrow i suradnici (2012) postavili nove okvire za procjenu glazbenih preferencija, udaljavajući se od njihovog četverofaktorskog *STOMP* modela glazbenih preferencija i prelazeći na sveobuhvatniji petofaktorski model pod nazivom *MUSIC*, koji uključuje auditorne i psihološke aspekte glazbe. Glazbene preferencije ispitali su procjenom stupnja sviđanja pojedinih glazbenih isječaka unutar širokog spektra glazbenih stilova koji posjeduju određena auditorne (npr. glasno, ubrzano itd.) i psihološke značajke (npr. romantično, agresivno, sofisticirano itd.) (Rentfrow i sur., 2012). Nadalje, rad Bonneville-Roussy i suradnika (2017) najbliže je kompromisu između fokusa na glazbene stilove i fokusa na glazbene karakteristike. Njihova linija istraživanja uspjela je identificirati da se preferencije za glazbene stilove mogu organizirati u pet faktora: preferencije prema nepretencioznoj (engl. *Unpretentious*), intenzivnoj (engl. *Intense*), suvremenoj (engl. *Contemporary*), klasičnoj (engl. *Classical*) te glazbi s karakteristikama jazza (engl. *Jazzy*) (Bonneville-Roussy i sur., 2017). Svaki glazbeni faktor obuhvaća određene glazbene žanrove i predstavljen je pojedinim glazbenim isječcima te dijeli sličnosti s prethodno spomenutim *MUSIC* modelom (Bonneville-Roussy i sur., 2017). Na primjer, nepretenciozna glazba opisuje se kao opuštajuća, spora i romantična (npr., *soul, r&b*), klasična glazba je umjetnička, složena i inteligentna (npr., *opera*), intenzivna glazba je glasna, energična i napeta (npr. *rock, punk, heavy metal*) i sl. (Žauhar i Levak, 2020). Nadalje, istraživanje Rentfrowa i suradnika (2012) također je otkrilo da su glazbene preferencije vođene specifičnim glazbenim

atributima i značajkama u glazbi (npr. tužna, složena, uzbudljiva, sretna glazba i sl.) te da mjerenje glazbenih preferencija putem procjena sviđanja glazbenih isječaka zahvaća suptilnije značajke same glazbe nego što uspijevaju zahvatiti procjene čitavih glazbenih žanrova, iz razloga što ispitanici ne moraju poznavati pojedine stilove da bi mogli procijeniti stupanj sviđanja pojedinog isječaka (Žauhar i Levak, 2020). Također, nedavno su Greenberg i suradnici (2016) koristili preko 200 glazbenih isječaka koji predstavljaju 26 žanrova i subžanrova i 38 glazbenih atributa kako bi pokazali da se glazbene značajke unutar i između žanrova mogu organizirati u tri robusne dimenzije: uzbuđenje (stupanj energije u glazbi od niske do visoke), valencija (spektar od negativnih do pozitivnih emocija) i dubina (intelektualna i emocionalna složenost u glazbi). Shodno tome, moguće je da korištenje glazbenih značajki poput onih u modelu *MUSIC* i drugim sličnim modelima omogućava izbjegavanje pristranosti koje bi se mogle pojaviti kod upotrebe žanrova ili stilova kao što su nepoznavanje žanra, društvena poželjnost ili druge društvene konotacije (Fricke i sur., 2021). Na primjer, North i Hargreaves (1999) navode da ljudi koriste navedenu preferenciju prema glazbenim žanrovima kako bi definirali svoj društveni identitet, te bi stoga mogli odabrati glazbu na temelju njezinih društvenih implikacija, a ne na temelju sklonosti prema samoj glazbi. Stoga su istraživači počeli istraživati organizaciju glazbenih preferencija na temelju temeljnih glazbenih značajki koje prožimaju žanrove i stilove.

### 1.1.3. Motivi slušanja glazbe

Sudionici različitih dobnih skupina izjavili su da svjesno koriste glazbu kako bi regulirali svoje osjećaje, npr. za poboljšanje raspoloženja, za opuštanje, za odvrćanje pažnje ili za povećanja motivacije (Swaminathan i Schellenberg, 2015). Hipoteza slušanja glazbe u svrhu regulacije emocija bila je naširoko potkrijepljena dokazima koji ukazuju na pozitivan odnos između emocionalnog napora i emocionalne upotrebe glazbe, tj. neuroticizam osobe te percipirani stres kao i nedavni simptomi depresije pozitivno koreliraju s emocionalnom upotrebom glazbe (Chamorro-Premuzic i Furnham, 2007). Stoga, slušanje glazbe iz preferiranog žanra može biti povezano s emocionalnom regulacijom jer sklonost prema određenoj vrsti glazbe može varirati ovisno o emocijama koje glazba prenosi i izaziva (Swaminathan i Schellenberg, 2015).

## 1.2. DEPRESIVNOST

Često se ispituje povezanost glazbenih preferencija s različitim individualnim razlikama poput crta ličnosti (Rentfrow i Gosling, 2003; Vella i Mills, 2017; Žauhar i Levak, 2020), razinom empatije (Clark i Giacomantonio, 2013) te depresivnosti (Ekinci i sur., 2013; Miranda i Claes, 2007). Depresija je prevalentna, ali iscrpljujuća bolest koju karakterizira poremećaj raspoloženja, a uobičajeni simptomi depresije uključuju anhedoniju (nemogućnost doživljavanja zadovoljstva i smanjena reakcija na nagrade), pojačani negativni afekt ili, pak, njihovu kombinaciju (Benning i Oumeziane, 2017). Nasuprot tome, tendencije prema depresivnosti povezane su s obrascem jačeg emocionalnog i kognitivnog reagiranja na negativne podražaje, kao i s nedostatkom sposobnosti uživanja u pozitivnim afektima (Benning i Oumeziane, 2017). Izrazi poput *neuroticizma* i *negativne afektivnosti* mogu se koristiti kako bi referirali na ovu sklonost, a ljudi koji je imaju također imaju i veću vjerojatnost da će razviti teži oblik depresije, poput kliničke depresije (Benning i Oumeziane, 2017). Nadalje, rani modeli emocija povezanih s depresijom naglašavali su važnost nedovoljnog fiziološkog uzbuđenja (Grossberg, 1972, prema Benning i Oumeziane, 2017). Naime, u modelu nedovoljnog uzbuđenja (engl. *underarousal model*), obrasci emocionalne reaktivnosti očuvani su kod pojedinaca s depresijom, iako je prosječna razina odgovora smanjena u svim valencijama podražaja (Benning i Oumeziane, 2017). Stoga, depresivni pojedinci i dalje pokazuju određene razine uzbuđenja; međutim, u usporedbi sa zdravim osobama, pokazuju smanjenu aktivnost na sve kategorije podražaja (Benning i Oumeziane, 2017). Nasuprot tome, u modelu niskih pozitivnih emocija (engl. *low positive emotion model*), depresivni sudionici pokazuju snažne i selektivne deficite u reaktivnosti na ugodne podražaje, a ne na sve podražaje (Benning i Oumeziane, 2017). S druge strane, u modelu pojačanih negativnih emocija (engl. *heightened negative emotion model*), smatra se da depresivni sudionici imaju veću reakciju posebno na averzivne i negativne podražaje u usporedbi s kontrolnom skupinom (Benning i Oumeziane, 2017). Ključno je predviđanje ovog modela da bi veća reaktivnost na averzivne u odnosu na neutralne podražaje trebala biti snažno povezana s depresivnom simptomatologijom (Benning i Oumeziane, 2017).

## 1.3. GLAZBENE PREFERENCIJE I SKLONOST K DEPRESIVNOSTI

Dok različita istraživanja poput proučavanja povezanosti između glazbenih preferencija i osobina ličnosti imaju dugu povijest (Cattell i Anderson, 1953; Rentfrow i Gosling, 2003),

istraživanja veze između glazbenih preferencija i mentalnih problema poput anksioznosti ili depresivnosti znatno su rjeđa, unatoč činjenici da su iznimno opterećujući i prevladavajući problem u svakodnevnom životu (Miranda i Claes, 2007). Među glazbenim žanrovima najviše pažnje dobili su *heavy metal* i *rap* glazba – prošla istraživanja povezivala su *heavy metal* glazbu s depresijom, suicidalnim sklonostima, zlouporabom alkohola i nepromišljenošću (Arnett, 1992; Schwarts i Fouts, 2003; Took i Weiss, 1994). Naime, rezultati istraživanja Mirande i Claesa (2007) ukazuju da je sklonost adolescentica prema *heavy metal* glazbi povezana s višim razinama depresije, dok su njihove sklonosti prema *soul* i *pop* glazbi bile povezane s nižim razinama depresije. Navodeći *perspektivu interaktivnog utjecaja*, Miranda i Claes (2007) teoretiziraju da adolescentice u početku mogu preferirati glazbene stilove koji odgovaraju njihovim visokim ili niskim profilima depresije, međutim, *metal* glazba može prenijeti depresivne poruke putem tekstova orijentiranih na očaj, smrt i samoubojstvo koji u konačnici mogu pojačati njihovu depresiju, dok *soul* i *pop* glazba nude pjesme koje poboljšavaju raspoloženje utješnim tekstovima koji bi mogli umanjiti depresiju kod adolescentica. Međutim, uzročna veza između pojedinih glazbenih žanrova i mentalnih bolesti ili problematičnog ponašanja nikada nije utvrđena (North i Hargreaves, 2006.). Umjesto toga, složene interakcije između niza osobnih i društvenih mehanizama u pozadini su naših emocionalnih reakcija na glazbu (Stewart i sur., 2019). Naime, ljudi često koriste glazbu kako bi regulirali svoje raspoloženje, a neke strategije uključuju korištenje glazbe za odvratanje pažnje, pojačanje, izražavanje ili jednostavno istraživanje i djelovanje na emocije ili stanja raspoloženja (Olsen i sur., 2022). Kontradiktorno nalazima da depresivne osobe preferiraju tužne glazbene podražaje koji u konačnici mogu pogoršati njihovo stanje (Stewart i sur., 2019), rezultati istraživanja Yoona i suradnika (2019) ukazuju na to da iako depresivni ljudi preferiraju glazbu koja zvuči tužno, oni izvještavaju o većoj razini sreće i manjoj razini tuge kada su slušali svoju odabranu glazbu nego što su izvještavali prije slušanja glazbe. U tom smislu, sklonost depresivnih ljudi prema tužnim podražajima možda i nije maladaptivna strategija regulacije emocija, tj. želja za pojačavanjem tužnih emocija, već može odražavati potragu za adaptivnim emocionalnim ciljem, tj. smanjenjem negativnih emocija i postizanjem umirujućeg emocionalnog iskustva (Yoon i sur., 2019). No odnos između glazbenih preferencija i psihijatrijskih profila pojedinaca nije u potpunosti razriješen te pitanje o postojanju uzročne veze između određenih glazbenih žanrova i psihopatologije ili doprinosu drugih čimbenika ostaje nejasno (Ekinci i sur., 2013).

#### 1.4. POLAZIŠTE

Glazba je veoma važan dio svakodnevnog života ljudi jer odražava osjećaje i vrijednosti osobe te pridonosi zadovoljavanju njenih emocionalnih, društvenih i kulturnih potreba (Miranda i Claes, 2007). Također, jedna je od ključnih sastavnica društva jer služi kao sredstvo kojim određene skupine ljudi definiraju sebe i svoj odnos prema ostatku svijeta (Rentfrow i Gosling, 2003). Nadalje, istraživanja o odnosu između glazbenih preferencija i osobina ličnosti imaju dugu povijest (Rentfrow i Gosling, 2003), no istraživanja glazbenih preferencija i mentalnih problema poput anksioznosti ili depresije znatno su rjeđa, unatoč činjenici da su iznimno opterećujući i prevladavajući problem u svakodnevnom životu. (Miranda i Claes, 2007). Zbog toga, potencijalni nalazi ovoga istraživanja mogli bi doprinijeti daljnjim istraživanjima o različitim ulogama slušanja glazbe na mentalno zdravlje pojedinaca.

## 2. CILJ, PROBLEM i HIPOTEZE

### 2.1. CILJ

Cilj je ovoga istraživanja istražiti postoji li povezanost između glazbenih preferencija i sklonosti depresivnosti kao i razlikuju li se depresivni pojedinci s obzirom na razlog slušanja glazbe.

### 2.2. PROBLEM

1. Ispitati odnos između glazbenih preferencija i sklonosti depresivnosti, točnije, istražiti postoji li povezanost između intenzivne, klasične, suvremene, nepretenciozne te glazbe s karakteristikama jazza i sklonosti k depresivnosti.
2. Ispitati razlikuju li se nisko i visoko depresivni pojedinci s obzirom na razlog slušanja glazbe.

### 2.3. HIPOTEZE

1. Prema rezultatima prijašnjih istraživanja (Miranda i Claes, 2007), sudionici s višom razinom depresivnosti iskazivat će veću sklonost prema intenzivnoj glazbi.
2. Nadalje, vodeći se rezultatima Yoona i suradnika (2019), osobe s višom razinom depresivnosti slušaju glazbu zbog njenih opuštajućih i umirujućih kvaliteta.

### 3. METODA

#### 3.1. SUDIONICI

Istraživanje se sastojalo od dva dijela. Prvi dio istraživanja proveden je na uzorku od 101 sudionika, od kojih je 75.2% ženskoga spola ( $N=76$ ), dok 24.8% čine sudionici muškog spola ( $N=25$ ). Opseg dobi sudionika u uzorku kretao se od 15 do 69 godina ( $M=27.71$ ;  $SD=11.56$ ). Uzorak se bazirao na dobrovoljnom odazivu – molba za sudjelovanjem prosljeđena je *online* putem te se sudionike zamolilo da prosljede upitnik drugima (metoda snježne grude). Na kraju upitnika, sudionicima je rečeno da, ukoliko su zainteresirani, se mogu odazvati za sudjelovanje u drugom dijelu istraživanja (slušanje glazbenih isječaka).

Na drugi dio istraživanja odazvalo se ukupno 43 sudionika, od kojih je 58.1% ženskoga spola ( $N=25$ ) te 41.9% muškoga spola ( $N=18$ ). Opseg dobi sudionika u uzorku kretao se od 15 do 69 godina ( $M=32.26$ ;  $SD=15.08$ ).

#### 3.2. MJERNI INSTRUMENTI

*Upitnik općih podataka* koji je sadržavao pitanja o dobi i spolu sudionika.

*Skala depresivnosti, anksioznosti i stresa – DASS-O*

Skala se sastoji od 42 čestice te u izvorniku pokazuje trofaktorsku strukturu – sastoji se od subskala depresivnosti, anksioznosti i stresa, od kojih svaka ima 14 čestica (Reić Ercegovac i Penezić, 2012). U ovome istraživanju koristila se subskala depresivnosti. Koeficijent pouzdanost iznosi od 0,71 za subskalu depresivnosti, a što se tiče valjanosti, autori skale ustanovili su povezanost subskale depresivnosti s Beckovom skalom depresivnosti 0,74 (Reić Ercegovac i Penezić, 2012). Ispitanici odgovaraju zaokruživanjem odgovarajućega broja na skali Likertova tipa s četiri stupnja, od 0 – *uopće se ne odnosi na mene*, do 3 – *potpuno se odnosi na mene*. Ukupan rezultat oblikuje se kao linearna kombinacija procjena po pojedinim subskalama, a raspon rezultata kreće se od 0 do 38 (Reić Ercegovac i Penezić, 2012).

*Lista glazbenih žanrova* preuzeta je iz istraživanja Bonneville-Roussy i suradnika (2017), a sastoji se od 17 žanrova koji se mogu svrstati u jednu od pet većih kategorija (nepretenciozna, intenzivna, suvremena, sofisticirana i blaga glazba). Sudionici daju procjene sviđanja pojedinih glazbenih žanrova na skali od pet stupnjeva, pri tome, 1 znači da se sudionicima žanr *uopće ne sviđa*, a 5 da im se žanr u *potpunosti sviđa*.

*Kraći upitnik* koji je sadržavao pitanje otvorenog tipa "Koje od navedenih glazbenih žanrova volite slušati te imate li omiljeni glazbeni žanr?"; kao i pitanje „Razlog zbog kojeg slušam glazbu je: a) glazba me opušta i smiruje; b) uživam analizirajući glazbene kompozicije; c) glazba doista utječe na moje raspoloženje“. Sudionici su mogli odabrati jedan od ponuđenih odgovora. Na kraju postavljeno je i pitanje „Kada slušate glazbu pridajete li važnost tekstu pjesme?“ gdje su sudionici mogli odabrati “Da” ili “Ne”.

*Glazbene preferencije* mjerile su se procjenama sviđanja glazbenih isječaka koji su preuzeti iz istraživanja Bonneville-Roussy i suradnika (2017) te Rentfrowa i suradnika (2011), ovisno o dostupnosti pojedinih glazbenih isječaka. Svi glazbeni isječci u trajanju su od 15 sekunda, te je njihova glasnoća uravnotežena uz pomoć programa *Audacity*. Procjene sviđanja pojedinih isječaka iskazivale su se na protokolima za odgovore na kojima su se nalazili redni brojevi prezentiranih isječaka kao i skale procjene sviđanja od pet stupnjeva. Pri tome, *1* znači da se sudionicima isječak *uopće ne sviđa*, a *5* da im se isječak *u potpunosti sviđa*.

### 3.3. POSTUPAK

Istraživanje se sastojalo od dva dijela. U prvome dijelu istraživanja primijenjeno je više upitničkih mjera *online* putem. Sudionici su prvo ispunjavali upitnik općih podataka, skalu depresivnosti, a zatim su davali procjene sviđanja glazbenih žanrova te su odgovorili na kraći upitnik. Nakon toga, dijelu sudionika koji se odazvao na drugi dio istraživanja je audiosnimkom prezentirano 34 glazbena isječaka u trajanju od 15 sekundi. Isječci su svakom sudioniku prezentirani slučajnim redoslijedom. Eksperimentator je sudioniku naglasio da zapiše redni broj glazbenog isječaka prije prezentacije samog isječaka. Sudionik nije imao nikakvu drugu informaciju o glazbenom isječku osim rednog broja te je imao dovoljno vremena nakon slušanja pojedinog isječaka da procijeni stupanj sviđanja isječaka na skali od *1 – isječak mi se uopće ne sviđa* do *5 – isječak mi se jako sviđa*. Svakom sudioniku glazbeni isječci prezentirani su na 80% glasnoće uređaja te samo jednom. Prije popunjavanja *online* upitničkih mjera, kao i prije slušanja glazbenih isječaka, sudionici su bili dužni upisati šifru prema zadanoj šablona, koja se kasnije koristila kako bi se podaci sudionika koji su prisustvovali u obe faze istraživanja mogli uskladiti.

### 3.4. OBRADA PODATAKA

Budući da se ovo istraživanje sastojalo od dvije faze: (1) korelacijsko istraživanje putem *online* upitnika te (2) laboratorijska faza istraživanja, prvi je korak u analizi podataka utvrđivanje i

prikazivanje deskriptivnih pokazatelja podataka prikupljenih prvom fazom istraživanja (*online* putem), uz pomoć programa *TIBCO Statistica*. Zatim je izračunat Goodman-Kruskalov Gamma koeficijent kako bi se ustanovilo postoji li povezanost između intenzivne, klasične, suvremene nepretenciozne te glazbe s karakteristikama jazza i sklonosti k depresivnosti ( $N=101$ ). Neparametrijski test korišten je iz razloga što rezultati na skali depresivnosti nisu bili normalno distribuirani, ni u prvoj, ni u drugoj fazi istraživanja. Na kraju, izračunat je hi-kvadrat test kako bi se ustanovilo razlikuju li se nisko i visoko depresivni sudionici (sudionici su podijeljeni u skupine prema medijanu ( $C=5$ )) s obzirom na razlog slušanja glazbe ( $N=101$ ). Za drugu, laboratorijsku fazu istraživanja, ponovljeni su isti statistički postupci na poduzorku ( $N=43$ ) (prikaz deskriptivnih pokazatelja te Goodman-Kruskalovih Gamma koeficijenata). Također su izračunati t-testovi za zavisne uzorke kako bi se usporedile deklarativne i odslušane preferencije sudionika za 5 glazbenih dimenzija ( $N=43$ ). Konačno, koristeći podatke prikupljene prvom fazom istraživanja, izračunati su Mann-Whitneyjevi testovi kako bi se ustanovile spolne i dobne razlike u procjenama sviđanja za pet glazbenih dimenzija ( $N=101$ ).

## 4. REZULTATI

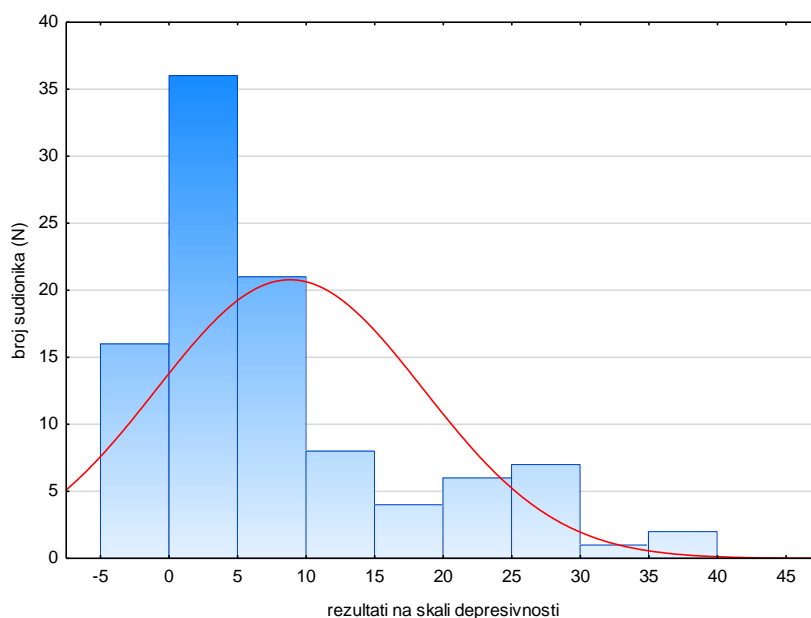
### 4.1. REZULTATI 1. FAZE ISTRAŽIVANJA (*online* upitničke mjere)

Za potrebe odgovora na istraživački problem, prije provođenja statističke analize, izračunati su deskriptivni podaci ( $M$ ,  $SD$ ) i mjere normalnosti (asimetričnost, kurtičnost te Kolmogorov-Smirnovljevi test) za rezultate na skali depresivnosti, kao i za procjene sviđanja pojedinih glazbenih žanrova (ukupno 17 žanrova). Budući da se svaki od 17 glazbenih žanrova može svrstati u jednu od pet širih glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, *jazzy* te nepretenciozna), također su izračunati deskriptivni podaci ( $M$ ,  $SD$  te mjere normalnosti) procjena sviđanja za svaku od 5 glazbenih dimenzija ( $N=101$ ). Nadalje, s obzirom da svaka od 5 širokih glazbenih dimenzija posjeduje određene auditorne i psihološke značajke, glazbene dimenzije, a ne glazbeni žanrovi, koristit će se za daljnje statističke analize. Podaci su prikazani u *Tablici 1*, te grafički na *Slici 1* i *Slici 2*.

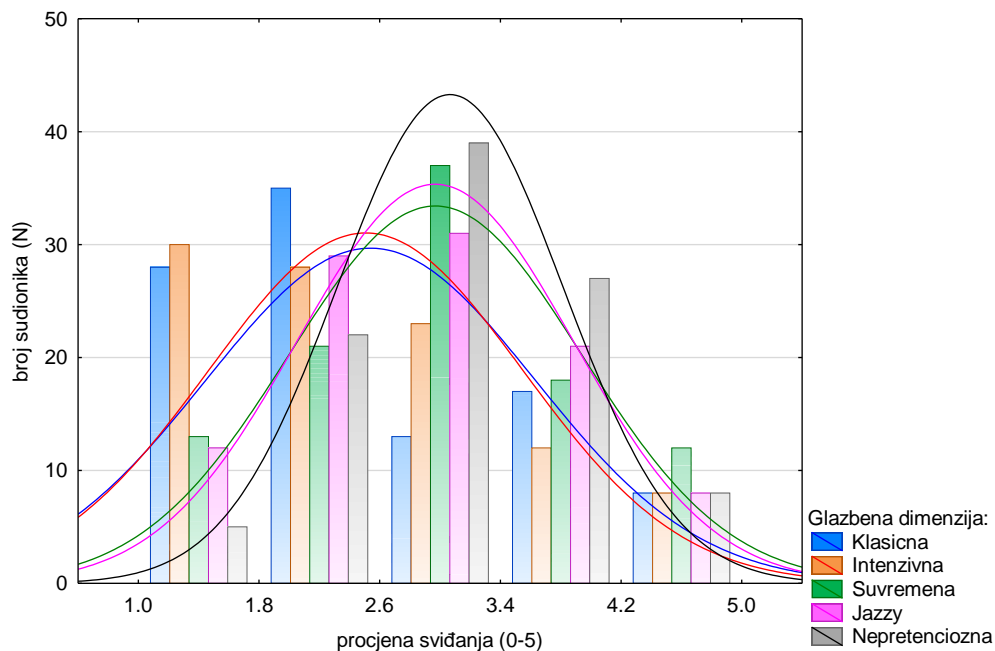


Tablica 1 Prikaz deskriptivnih parametara ( $M$ ,  $SD$ ) i mjera normalnosti (asimetričnost, kurtičnost i K-S test) za razinu depresije, procjene sviđanja 17 glazbenih žanrova te procjene sviđanja 5 glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, jazzy te nepretenciozna) ( $N=101$ ).

| Varijabla                | $M$  | $SD$ | Asimetričnost | Kurtičnost | K-S test<br>d | p    |
|--------------------------|------|------|---------------|------------|---------------|------|
| Razina depresivnosti     | 8.74 | 9.69 | 1.35          | 0.89       | 0.20          | <.01 |
| Klasična glazba          | 2.95 | 1.24 | -0.10         | -0.94      | 0.17          | <.01 |
| Rock                     | 3.49 | 1.38 | -0.49         | -1.06      | 0.22          | <.01 |
| Jazz                     | 2.62 | 1.27 | 0.45          | -0.83      | 0.22          | <.01 |
| Country                  | 2.51 | 1.28 | 0.33          | -0.94      | 0.18          | <.01 |
| Elektronička glazba      | 2.79 | 1.40 | 0.14          | -1.31      | 0.18          | <.01 |
| Heavy metal              | 1.76 | 1.28 | 1.59          | 1.18       | 0.38          | <.01 |
| Opera                    | 2.11 | 1.23 | 0.77          | -0.62      | 0.26          | <.01 |
| Funk                     | 2.97 | 1.28 | 0.06          | -1.00      | 0.15          | <.05 |
| Hip-hop/Rap              | 3.37 | 1.27 | -0.28         | -0.97      | 0.18          | <.01 |
| Pop                      | 4.06 | 1.09 | -1.06         | 0.33       | 0.26          | <.01 |
| Gospel/religiozna glazba | 2.51 | 1.37 | 0.46          | -1.07      | 0.21          | <.01 |
| Reggae                   | 2.84 | 1.17 | -0.03         | -0.75      | 0.19          | <.01 |
| Punk                     | 2.25 | 1.25 | 0.73          | -0.50      | 0.21          | <.01 |
| Blues                    | 2.90 | 1.28 | 0.13          | -0.99      | 0.17          | <.01 |
| Latino                   | 3.45 | 1.31 | -0.39         | -0.95      | 0.18          | <.01 |
| Ambijentalna glazba      | 2.71 | 1.24 | 0.25          | -0.77      | 0.17          | <.01 |
| R&B/Soul                 | 3.13 | 1.25 | -0.15         | -0.82      | 0.18          | <.01 |
| Klasična dimenzija       | 2.53 | 1.09 | 0.35          | -0.71      | 0.13          | <.10 |
| Intenzivna dimenzija     | 2.50 | 1.04 | 0.59          | -0.39      | 0.14          | <.05 |
| Suvremena dimenzija      | 2.96 | 0.96 | 0.10          | -0.54      | 0.10          | >.20 |
| Jazzy dimenzija          | 2.96 | 0.91 | 0.09          | -0.32      | 0.06          | >.20 |
| Nepretenciozna dimenzija | 3.05 | 0.74 | 0.07          | 0.23       | 0.09          | >.20 |



Slika 1 Grafički prikaz distribucije rezultata na skali depresivnosti ( $N=101$ ).



Slika 2 Grafički prikaz distribucije procjena svidanja za svaku od 5 glazbenih dimenzija (N=101).

Također, sudionici su davali odgovore i na pitanje „Kada slušate glazbu, to je obično iz razloga što:“, gdje su imali 3 ponuđena odgovora: „Glazba me opušta i smiruje“; „Uživam analizirajući glazbene kompozicije“; „Glazba doista utječe na moje raspoloženje“. Izračunati su postotci danih odgovora; 50.5% sudionika odgovorilo je da slušaju glazbu iz razloga što ih opušta i smiruje, 38.6% sudionika izjavilo je da slušaju glazbu jer ona doista utječe na njihovo raspoloženje, dok je 4% sudionika izjavilo da slušaju glazbu jer uživaju analizirajući glazbene kompozicije te je 6.9% sudionika navelo da slušaju glazbu iz ostalih razloga. Nadalje, sudionicima je postavljeno i pitanje „Kada slušate glazbu pridajete li važnost tekstu pjesme?“ te je 82.2% sudionika odgovorilo sa „Da“, a 17.8% sudionika odgovorilo je sa „Ne“.

Dobiveni deskriptivni parametri ukazuju na kretanje prosječnih vrijednosti rezultata na skali depresivnosti, procjena svidanja pojedinih glazbenih žanrova kao i glazbenih dimenzija. Nadalje, kao što je vidljivo u *Tablici 1*, kao i grafički na *Slici 1* i *Slici 2*, konstrukt depresivnosti, te klasične i intenzivne dimenzije glazbe ne zadovoljavaju uvjete normalnosti distribucije, zbog čega su u daljnoj obradi podataka korištene neparametrijske metode statističkog testiranja.

Zbog toga, kako bi se odgovorilo na istraživački problem, tj. kako bi se ustanovilo postoji li povezanost između intenzivne, klasične i nepretenciozne glazbe i sklonosti k depresivnosti,

izračunat je Goodman-Kruskalov Gamma koeficijent korelacije, koji je preporučeno koristiti kada podaci sadrže mnogo vezanih podataka, kao što je slučaj u ovome istraživanju (sudionici su davali procjene sviđanja na skali od 5 stupnjeva te je vjerojatno će dva ili više sudionika dati istu procjenu sviđanja (npr. 3 – “*niti mi se sviđa, niti mi se ne sviđa*”) prilikom procjenjivanja pojedinih glazbenih žanrova). Dobiveni rezultati prikazani su u *Tablici 2*.

*Tablica 2* Prikaz Gamma koeficijenata korelacije s ciljem utvrđivanja odnosa između razine depresivnosti i pet glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, jazzy i nepretenciozna) ( $N=101$ ).

|                       | Depresivnost | Klasična glazba | Intenzivna glazba | Suvremena glazba | Jazzy glazba | Nepretenciozna glazba |
|-----------------------|--------------|-----------------|-------------------|------------------|--------------|-----------------------|
| Depresivnost          | 1            | .03             | <b>.23**</b>      | .08              | .12          | -.13                  |
| Klasična glazba       |              | 1               | <b>.16*</b>       | .03              | <b>.28**</b> | <b>.33**</b>          |
| Intenzivna glazba     |              |                 | 1                 | <b>.22**</b>     | <b>.45**</b> | .04                   |
| Suvremena glazba      |              |                 |                   | 1                | <b>.19**</b> | .02                   |
| Jazzy glazba          |              |                 |                   |                  | 1            | <b>.44**</b>          |
| Nepretenciozna glazba |              |                 |                   |                  |              | 1                     |

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

Kao što je prikazano u *Tablici 2*, utvrđena je statistički značajna, ali niska, pozitivna povezanost između razine depresivnosti i preferencije intenzivne glazbe, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1%. Osobe koje su postigle viši rezultat na skali depresivnosti u prosjeku su izjasnili i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi.

Međutim, nije utvrđena statistički značajna povezanost između razine depresivnosti i preferencije prema ostale 4 glazbene kategorije, tj. između razine depresivnosti i klasične, suvremene, nepretenciozne i glazbe s karakteristikama jazza (*Tablica 2*).

Nadalje, utvrđena je statistički značajna, niska pozitivna povezanost između suvremene i intenzivne glazbe, suvremene i jazzy glazbe te jazzy i klasične glazbe, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1% (*Tablica 2*). Osobe koje su iskazale veću preferenciju prema suvremenoj glazbi također su iskazale i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi kao i prema glazbi s karakteristikama jazza. Nadalje, osobe koje su iskazale veću preferenciju prema klasičnoj glazbi također su iskazale i veću preferenciju prema glazbi s karakteristikama jazza.

Zatim je utvrđena statistički značajna, umjerena pozitivna korelacija između nepretenciozne glazbe i klasične glazbe, nepretenciozne glazbe i glazbe s karakteristikama jazza te glazbe s karakteristikama jazza i intenzivne glazbe, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1% (*Tablica 2*). Osobe koje preferiraju nepretencioznu glazbu također i više preferiraju klasičnu

glazbu i glazbu s karakteristikama jazza. Nadalje, osobe koje više preferiraju intenzivnu glazbu također i više preferiraju glazbu s karakteristikama jazza.

Također je utvrđena statistički značajna, niska pozitivna povezanost između klasične i intenzivne glazbe, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 5%, ali ne i 1% (*Tablica 2*). Osobe koje su iskazale veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi također su iskazale i veću preferenciju prema klasičnoj glazbi.

Na kraju, kako bi se ustanovilo razlikuju li se nisko i visoko depresivni sudionici s obzirom na razlog slušanja glazbe (slušanje glazbe zbog: opuštanja, analize glazbene strukture, emocionalne regulacije), izračunat je hi-kvadrat test ( $N=101$ ) (*Tablica 3*).

*Tablica 3* Prikaz vrijednosti hi-kvadrat testa s ciljem utvrđivanja razlike između visoko i nisko depresivnih sudionika s obzirom na razlog slušanja glazbe ( $N=101$ ).

|                   | „Glazba doista utječe na moje raspoloženje“ | „Uživam analizirajući glazbene kompozicije“ | „Glazba me opušta i smiruje“ | Ukupno |
|-------------------|---|---|------------------------------|--------|
| Nisko depresivni  | 19  | 6   | 27                           | 52     |
| Visoko depresivni | 20  | 5   | 24                           | 49     |
| Ukupno            | 39  | 11  | 51                           |        |

$$\chi^2(2, N=101) = 0.204, p > .01$$

Vrijednost dobivenog hi-kvadrat testa manja je od granične ( $\chi^2(2, N=101) = 0.204, p > .01$ ), stoga nije utvrđena statistički značajna razlika između visoko i nisko depresivnih s obzirom na razlog slušanja glazbe (*Tablica 3*).

## 4.2. RASPRAVA

Cilj je ovoga istraživanja istražiti postoji li povezanost između glazbenih preferencija i sklonosti k depresivnosti te razlikuju li se nisko i visoko depresivni pojedinci s obzirom na razlog slušanja glazbe.

Prvi problem ovoga istraživanja bio je ispitati odnos između glazbenih preferencija i sklonosti k depresivnosti, točnije, istražiti postoji li povezanost između intenzivne, klasične, suvremene, nepretenciozne te glazbe s karakteristikama jazza i sklonosti k depresivnosti. Očekivalo se, prema rezultatima prijašnjih istraživanja (Miranda i Claes, 2007), da će sudionici s višom razinom depresivnosti iskazivati veću sklonost prema intenzivnoj glazbi. Statističkom obradom rezultata utvrđena je utvrđena je statistički značajna, ali niska, pozitivna povezanost

između razine depresivnosti i intenzivne glazbe – osobe koje su postigle viši rezultat na skali depresivnosti u prosjeku su izjasnili i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi. Stoga se pretpostavljena hipoteza prihvaća. Nalazi ovoga istraživanja u skladu su s rezultatima istraživanja Mirande i Claesa (2007), koji ukazuju da je sklonost adolescentica prema *heavy metal* glazbi povezana s višim razinama depresije, dok su njihove sklonosti prema *soul* i *pop* glazbi bile povezane s nižim razinama depresije. Navodeći svoju *perspektivu interaktivnog utjecaja*, Miranda i Claes (2007) teoretiziraju da adolescentice u početku mogu preferirati glazbene stilove koji odgovaraju njihovim visokim ili niskim profilima depresije, međutim, *heavy metal*, *punk* te *rock* glazba, tj. sastavni žanrovi intenzivne glazbene dimenzije, mogu prenijeti depresivne poruke putem tekstova orijentiranih na očaj, smrt i samoubojstvo koji u konačnici mogu pojačati njihovu depresiju, dok *soul* i *pop* glazba nude pjesme koje poboljšavaju raspoloženje utješnim tekstovima koji bi mogli umanjiti depresiju kod adolescentica.

Također, jedno od mogućih objašnjenja možda leži u ranim modelima fiziološke pobuđenosti (Grossberg, 1972, prema Benning i Oumeziane, 2017). Naime, u modelu niskih pozitivnih emocija (engl. *low positive emotion model*), depresivni sudionici pokazuju snažne i selektivne deficite u reaktivnosti na ugodne podražaje, dok s druge strane, u modelu pojačanih negativnih emocija (engl. *heightened negative emotion model*), smatra se da depresivni sudionici imaju veću reakciju posebno na averzivne i negativne podražaje u usporedbi s kontrolnom skupinom (Benning i Oumeziane, 2017). Moguće je da depresivni sudionici, zbog veće reaktivnosti na averzivne podražaje (model pojačanih negativnih emocija), te zbog deficita u reaktivnosti na ugodne podražaje (model niskih pozitivnih emocija), više preferiraju intenzivnu glazbu (*heavy metal*, *rock*, *punk*), koja naglašava negativne emocije, dok manje preferiraju ostale glazbene dimenzije, poput nepretenciozne glazbe, koja se opisuje kao opuštajuća, spora i romantična (*soul*, *gospel*) te više naglašava pozitivne emocije (Rentfrow i Gosling, 2003).

Među glazbenim dimenzijama, statističkom obradom rezultata utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost između klasične glazbe te intenzivne glazbe, nepretenciozne glazbe te glazbe s karakteristikama jazza. Nadalje, utvrđena je pozitivna povezanost između suvremene i intenzivne glazbe, te suvremene i glazbe s karakteristikama jazza. Također je utvrđena povezanost između glazbe s karakteristikama jazza te intenzivne glazbe kao i između nepretenciozne glazbe i glazbe s karakteristikama jazza. Koristeći intervjue, Greasley i Lamont (2006, prema Bonneville-Roussy i Eerola, 2018) pronašli su da su na glazbene preferencije utjecale svakodnevne društvene

interakcije te su kvalitativni intervjui naglasili da se glazbene preferencije odraslih stalno razvijaju, kako kratkoročno tako i tijekom desetljeća, i čini se da su pod utjecajem promjena u našem trenutnom društvenom okruženju. Nadalje, glazba se razlikuje po nizu značajki, od tempa, instrumentalnosti i do psiholoških karakteristika kao što su tuga, entuzijizam i agresija (Rentfrow i sur., 2012). Iako su žanrovi djelomično definirani isticanjem određenih glazbenih atributa, moguće je da pojedinci imaju sklonosti prema određenim glazbenim atributima (Rentfrow i sur., 2012). Na primjer, neki ljudi možda više vole tužnu glazbu od vesele glazbe, bez obzira na žanr, baš kao što bi drugi ljudi mogli više voljeti instrumentalnu glazbu od vokalne glazbe (Rentfrow i sur., 2012). Međutim, ako su glazbene preferencije rezultat sviđanja određenih konfiguracija glazbenih atributa, tada bi se moglo očekivati bi se modeli glazbe trebali pojaviti u heterogenom odabiru glazbenih djela iz istog žanra (Rentfrow i sur., 2012). Također je zamislivo da postoje glazbena djela unutar jednog žanra koji posjeduju različite kombinacije glazbenih atributa - rock, klasika i jazz, na primjer, široki su žanrovi koji obuhvaćaju široku raznolikost glazbenih stilova, atributa i podžanrova (Rentfrow i sur., 2012). Stoga je moguće da osobe ne preferiraju samo jednu vrstu glazbe, već da ih privlače određeni glazbeni atributi koji se mogu pronaći u različitim glazbenim dimenzijama, glazbenim stilovima i žanrovima. Npr., unutar intenzivne glazbene dimenzije moguće je pronaći visoko energetske skladbe kao što je moguće i pronaći visoko energetske skladbe unutar klasične dimenzije stoga je za očekivati da će glazbene dimenzije biti međusobno povezane. Uz to, glazbene preferencije konstantno se mijenjaju tijekom života te osobe preferiraju širok spektar glazbe u svome životu. Nadalje, osoba koja voli glazbu većinom ne limitira svoje glazbene preferencije na samo jednu dimenziju ili žanr, već preferira različite tipove glazbe (Bonneville-Roussy i Eerola, 2018).

Drugi problem ovoga istraživanja bio je ispitati razlikuju li se nisko i visoko depresivni pojedinci s obzirom na razlog slušanja glazbe, a pretpostavljalo se da će sudionici s višom razinom depresivnosti slušati glazbu zbog njenih opuštajućih i umirujućih kvaliteta. Statističkom obradom rezultata nije utvrđena statistički značajna razlika između visoko i nisko depresivnih s obzirom na razlog slušanja glazbe, stoga se pretpostavljena hipoteza odbacuje. Naime, nalazi nekih istraživanja ukazuju da pojedinci koriste glazbu kao sredstvo za regulaciju svojih emocija u svakodnevnom životu, npr. kako bi poboljšali svoje negativno raspoloženje, kako bi se opustili, dobili energiju ili pak samo uživaju u analizi glazbenih kompozicija (Rentfrow i Gosling, 2003). Nadalje, rezultati istraživanja Yoona i suradnika (2019) ukazuju na to da iako depresivni ljudi

preferiraju “tužnu” glazbu, oni izvještavaju o većoj razini sreće i manjoj razini tuge kada su slušali svoju odabranu glazbu nego što su izvještavali prije slušanja glazbe. U tom smislu, sklonost depresivnih ljudi prema tužnim podražajima može odražavati potragu za adaptivnim emocionalnim ciljem, tj. smanjenjem negativnih emocija i postizanjem umirujućeg emocionalnog iskustva (Yoon i sur., 2019). No takvi nalazi nisu dobiveni u ovome istraživanju, iz mogućeg razloga što depresivni pojedinci, tj. osobe koje proživljavaju nezadovoljstvo i tugu, mogu privlačiti glazbeni žanrovi koji se poklapaju i validiraju njihove emocije, poput glazbenih žanrova s negativnim temama (*rock, heavy-metal*) (Garrido i Schubert, 2015). Nadalje, depresivne osobe često su sklone ruminaciji (tendenciji nenamjerene usredotočenost na negativne i pesimistične misli), te neki ruminatori često navode kako im je uranjanje u negativne emocije ugodno iskustvo iako nalazi istraživanja ukazuju da depresivne osobe koje su sklone ruminaciji nemaju koristi od slušanja negativne glazbe barem u smislu trenutnog poboljšanja raspoloženja (Garrido i Schubert, 2015). Stoga je moguće da depresivni pojedinci slušaju glazbu iz maladaptivnog razloga, tj. da ne slušaju glazbu iz adaptivnih razloga, poput opuštanja i povećanja pozitivnog afekta kao što se očekivalo (Garrido i Schubert, 2015).

Mogući nedostaci prvoga dijela ovoga istraživanja mogu biti što su sudionici samoizvještavali o svojim glazbenim preferencijama na temelju procjenjivanja glazbenih žanrova, no postavlja se pitanje jesu li sudionici u stanju točno izvjestiti o svojim preferencijama te uspijevaju li kontrolirati potencijalne pristranosti poput stereotipa prema određenim žanrovim, npr. pojedinac može uživati u slušanju *country* glazbe, ali može izjaviti da ne preferira takvu vrstu glazbe ako smatra da je slušanje *country* glazbe "nekul" (Rentfrow i Gosling, 2003). Također, mjerenje glazbenih preferencija putem procjena sviđanja glazbenih isječaka zahvaća suptilnije značajke same glazbe nego što uspijevaju zahvatiti procjene čitavih glazbenih žanrova, iz razloga što ispitanici ne moraju poznavati pojedine stilove da bi mogli procijeniti stupanj sviđanja pojedinog isječka (Žauhar i Levak, 2020). Stoga se, zbog navedenih razloga, provela i druga faza ovoga istraživanja, gdje su sudionicima audiosnimkom prezentirani glazbeni isječci koji predstavljaju određene glazbene žanrove.

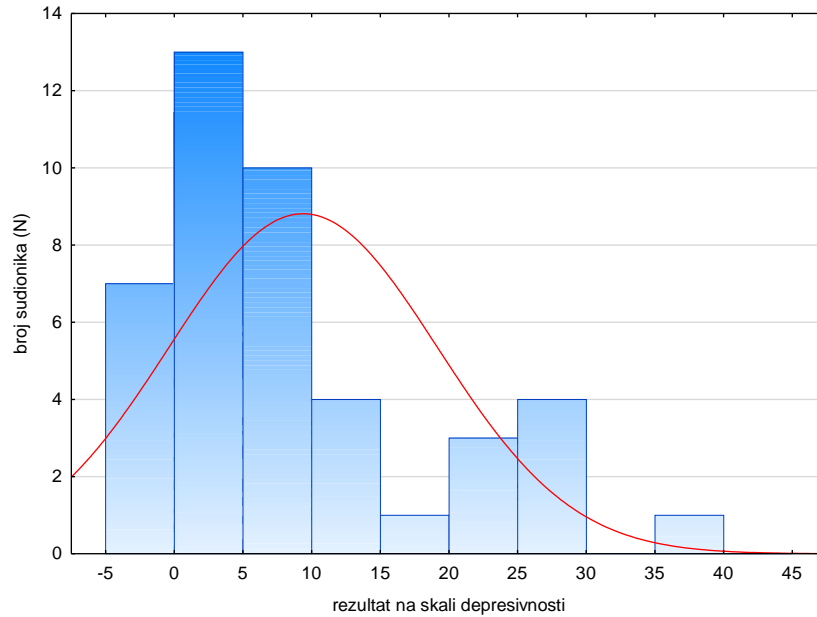
#### 4.3. REZULTATI 2. FAZE ISTRAŽIVANJA (*laboratorijsko* mjerenje glazbenih preferencija)

Kako bi se odgovorilo na istraživački problem, prije provođenja statističke analize, izračunati su deskriptivni podaci ( $M$ ,  $SD$ ) i mjere normalnosti (asimetričnost, kurtičnost te Kolmogorov-Smirnovljevi test) za rezultate na skali depresivnosti, kao i za procjene sviđanja pojedinih glazbenih žanrova (ukupno 17 žanrova). Također su izračunati deskriptivni podaci ( $M$ ,  $SD$  te mjere normalnosti) procjena sviđanja za svaku od 5 glazbenih dimenzija ( $N=43$ ). Podaci su prikazani u *Tablici 4*, te grafički na *Slici 3* i *Slici 4*.

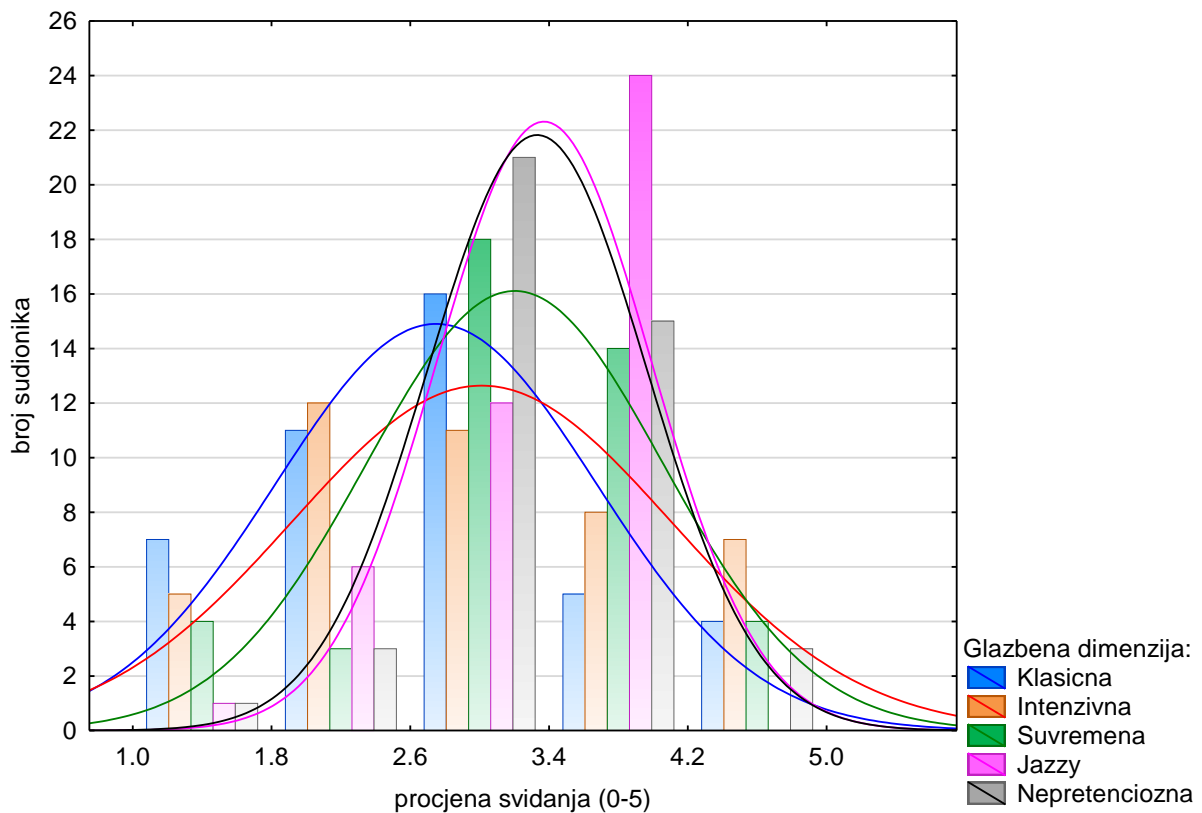
*Tablica 4* Prikaz deskriptivnih parametara ( $M$ ,  $SD$ ) i mjera normalnosti (asimetričnost, kurtičnost i K-S test) za razinu depresije, procjene sviđanja 17 glazbenih žanrova te procjene sviđanja 5 glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, *jazzy* te nepretenciozna) ( $N=43$ ).

| Varijabla                | $M$  | $SD$ | Asimetričnost | Kurtičnost | K-S test<br>d | $p$  |
|--------------------------|------|------|---------------|------------|---------------|------|
| Razina depresivnosti     | 9.30 | 9.73 | 1.24          | 0.66       | 0.20          | <.01 |
| Klasična glazba          | 3.15 | 1.06 | 0.06          | -0.75      | 0.14          | >.20 |
| Rock                     | 3.30 | 1.04 | -0.55         | -0.29      | 0.19          | <.01 |
| Jazz                     | 3.55 | 0.91 | -0.68         | 0.48       | 0.16          | >.20 |
| Country                  | 3.44 | 1.01 | -0.49         | -0.21      | 0.15          | >.20 |
| Elektronička glazba      | 3.20 | 1.15 | -0.43         | -0.61      | 0.13          | >.20 |
| Heavy metal              | 2.83 | 1.27 | 0.27          | -0.91      | 0.14          | >.20 |
| Opera                    | 2.33 | 0.99 | 0.24          | -1.22      | 0.16          | <.02 |
| Funk                     | 3.37 | 0.80 | -0.21         | -0.21      | 0.17          | <.02 |
| Hip-hop/Rap              | 3.73 | 1.11 | -0.88         | -0.01      | 0.19          | <.01 |
| Pop                      | 3.19 | 0.75 | 0.44          | -0.11      | 0.23          | <.05 |
| Gospel/religiozna glazba | 3.12 | 1.02 | -0.08         | -0.92      | 0.16          | >.20 |
| Reggae                   | 3.21 | 0.95 | -1.05         | 0.96       | 0.23          | <.05 |
| Punk                     | 2.87 | 1.20 | -0.05         | -0.75      | 0.12          | >.20 |
| Blues                    | 3.15 | 1.01 | -0.24         | -1.10      | 0.19          | <.01 |
| Latino                   | 3.51 | 0.83 | -0.20         | -0.46      | 0.17          | <.02 |
| Ambijentalna glazba      | 2.64 | 1.05 | 0.39          | -0.48      | 0.18          | <.01 |
| R&B/Soul                 | 3.53 | 0.74 | -0.67         | -0.01      | 0.19          | <.01 |
| Klasična dimenzija       | 2.74 | 0.92 | 0.25          | -0.58      | 0.11          | >.20 |
| Intenzivna dimenzija     | 3.00 | 1.09 | -0.01         | -0.74      | 0.10          | >.20 |
| Suvremena dimenzija      | 3.19 | 0.85 | -0.76         | 0.60       | 0.12          | >.20 |
| Jazzy dimenzija          | 3.36 | 0.61 | -0.96         | 0.28       | 0.15          | >.20 |
| Nepretenciozna dimenzija | 3.32 | 0.63 | -0.37         | -0.08      | 0.08          | >.20 |





Slika 3 Grafički prikaz distribucije rezultata na skali depresivnosti ( $N=43$ ).



Slika 4 Grafički prikaz distribucije procjena svidanja za svaku od 5 glazbenih dimenzija ( $N=43$ ).

U svrhu odgovora na istraživački problem izračunat je Goodman-Kruskalov Gamma koeficijent korelacije između razine depresivnosti i 5 glazbenih kategorija (klasična, intenzivna, suvremena, jazzy i nepretenciozna). Prikaz dobivenih rezultata nalazi se u *Tablici 5*.

*Tablica 5* Prikaz Gamma koeficijentata korelacije s ciljem utvrđivanja odnosa između razine depresivnosti i pet glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, jazzy i nepretenciozna) ( $N=43$ ).

|                       | Depresivnost | Klasična glazba | Intenzivna glazba | Suvremena glazba | Jazzy glazba | Nepretenciozna glazba |
|-----------------------|--------------|-----------------|-------------------|------------------|--------------|-----------------------|
| Depresivnost          | 1            | -.09            | <b>.24*</b>       | .19              | .09          | -.13                  |
| Klasična glazba       |              | 1               | -.08              | -.05             | <b>.28*</b>  | <b>.38**</b>          |
| Intenzivna glazba     |              |                 | 1                 | <b>.26*</b>      | .10          | <b>-.22*</b>          |
| Suvremena glazba      |              |                 |                   | 1                | .14          | <b>-.23*</b>          |
| Jazzy glazba          |              |                 |                   |                  | 1            | <b>.41**</b>          |
| Nepretenciozna glazba |              |                 |                   |                  |              | 1                     |

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

Utvrđena je statistički značajna, ali niska, pozitivna povezanost između razine depresivnosti i intenzivne glazbe, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 5%, ali ne i 1% (*Tablica 5*). Sudionici koji su postigli viši rezultat na skali depresivnosti u prosjeku su izjasnili i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi.

Međutim, nije utvrđena povezanost između razine depresivnosti i ostale 4 glazbene kategorije, tj. između razine depresivnosti i klasične, suvremene, nepretenciozne te glazbe s karakteristikama jazza (*Tablica 5*).

Također je utvrđena statistički značajna, niska pozitivna povezanost između intenzivne i suvremene glazbe te između klasične glazbe i glazbe s karakteristikama jazza, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 5%, ali ne i 1% (*Tablica 5*). Osobe koje su iskazale veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi također su iskazale i veću preferenciju prema suvremenoj glazbi. Nadalje, osobe koje su iskazale veću preferenciju prema klasičnoj glazbi također su iskazale i veću preferenciju prema glazbi s karakteristikama jazza.

Utvrđena je statistički značajna umjerena pozitivna povezanost između nepretenciozne glazbe i klasične glazbe, kao i između nepretenciozne glazbe i glazbe s karakteristikama jazza, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1% (*Tablica 5*). Osobe koje su iskazale veću preferenciju prema nepretencioznoj glazbi također su iskazale i veću preferenciju prema klasičnoj glazbi kao i prema glazbi s karakteristikama jazza.

Na kraju, utvrđena je statistički značajna, niska negativna povezanost između nepretenciozne glazbe i intenzivne glazbe, kao i između nepretenciozne glazbe i suvremene glazbe, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 5%, ali ne i 1% (*Tablica 5*). Osobe koje su iskazale veću preferenciju prema nepretencioznoj glazbi također su iskazale manju preferenciju prema intenzivnoj i suvremenoj glazbi.

Također, kako bi se usporedile deklarativne procjene sviđanja koje su sudionici davali za pojedine glazbene žanrove (*online* putem) s njihovim procjenama sviđanja nakon slušanja glazbenih isječaka za svaki od glazbenih žanrova (*laboratorijski dio*), napravljeni su t-testovi za zavisne uzorke (*Tablica 6*).

*Tablica 6* Prikaz rezultata t-testova za zavisne uzorke između deklarativnih i odslušanih procjena sviđanja glazbenih žanrova i glazbenih dimenzija ( $N=43$ ).

|                          | Deklarativne preferencije |           | Odslušane preferencije |           | <i>t</i>     | <i>df</i> | <i>p</i>        |
|--------------------------|---------------------------|-----------|------------------------|-----------|--------------|-----------|-----------------|
|                          | <i>M</i>                  | <i>SD</i> | <i>M</i>               | <i>SD</i> |              |           |                 |
| Klasična dimenzija       | 2.26                      | 0.86      | 2.74                   | 0.92      | <b>-4.61</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Intenzivna dimenzija     | 2.55                      | 1.14      | 3.00                   | 1.09      | <b>-3.83</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Suvremena dimenzija      | 3.14                      | 0.99      | 3.19                   | 0.85      | -0.65        | 42        | >0.05           |
| Jazzy dimenzija          | 3.01                      | 0.89      | 3.36                   | 0.61      | <b>-4.11</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Nepretenciozna dimenzija | 2.91                      | 0.72      | 3.32                   | 0.63      | <b>-5.26</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Klasična glazba          | 2.69                      | 1.15      | 3.15                   | 1.05      | <b>-3.05</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Rock                     | 3.35                      | 1.42      | 3.30                   | 1.04      | 0.34         | 42        | >0.05           |
| Jazz                     | 2.67                      | 1.21      | 3.55                   | 0.91      | <b>-6.31</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Country                  | 2.60                      | 1.27      | 3.44                   | 1.00      | <b>-5.42</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Elektronička glazba      | 3.23                      | 1.42      | 3.19                   | 1.15      | 0.22         | 42        | >0.05           |
| Heavy metal              | 2.05                      | 1.43      | 2.83                   | 1.27      | <b>-4.92</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Opera                    | 1.81                      | 0.96      | 2.33                   | 0.99      | <b>-4.42</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Funk                     | 3.33                      | 1.19      | 3.37                   | 0.80      | -0.27        | 42        | >0.05           |
| Hip-hop/Rap              | 3.39                      | 1.35      | 3.74                   | 1.11      | -1.98        | 42        | >0.05           |
| Pop                      | 3.51                      | 1.22      | 3.18                   | 0.75      | 1.83         | 42        | >0.05           |
| Gospel/religiozna glazba | 2.35                      | 1.25      | 3.12                   | 1.02      | <b>-5.66</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Reggae                   | 2.84                      | 1.27      | 3.21                   | 0.95      | <b>-2.04</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Punk                     | 2.25                      | 1.31      | 2.87                   | 1.19      | <b>-3.34</b> | 42        | <b>&lt;0.01</b> |
| Blues                    | 3.00                      | 1.38      | 3.15                   | 1.01      | -1.01        | 42        | >0.05           |
| Latino                   | 3.23                      | 1.32      | 3.51                   | 0.83      | -1.53        | 42        | >0.05           |
| Ambijentalna glazba      | 2.79                      | 1.30      | 2.64                   | 1.05      | 0.88         | 42        | >0.05           |
| R&B/Soul                 | 3.18                      | 1.15      | 3.53                   | 0.74      | -2.43        | 42        | >0.05           |

Utvrđena je statistički značajna razlika između deklarativnih i odslušanih preferencija sudionika za klasičnu, intenzivnu, jazzy i nepretencioznu glazbenu dimenziju, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1%. Sudionici su u prosjeku iskazali viši stupanj sviđanja nakon slušanja glazbenih isječaka, u odnosu na njihove deklarativne procjene (*Tablica 6*).

Nadalje, utvrđena je statistički značajna razlika između deklarativnih i odlušanih preferencija sudionika za žanrove klasične glazbe, jazza, countryja, heavy metala, opere, gospela, reggaea te punka, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1%. Sudionici su u prosjeku iskazali viši stupanj preferencije nakon što su odslušali glazbene isječke za navedene žanrove, u odnosu na njihove deklarativne preferencije (*Tablica 6*).

#### 4.4. DOBNE I SPOLNE RAZLIKE (*online* upitničke mjere)

Nadalje, kako bi se utvrdile spolne i dobne razlike za svaku od 5 glazbenih dimenzija, napravljen je Mann-Whitney test. Prikaz dobivenih rezultata nalazi se u *Tablici 7* i *Tablici 8*.

*Tablica 7* Prikaz rezultata Mann-Whitneyjeva testa između procjena sviđanja mlađih ( $N=75$ ) i starijih ( $N=26$ ) sudionika za svaku od 5 glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, jazzy, nepretenciozna) ( $N=101$ )

|                          | Mlađi od 30 godina |           | Stariji od 30 godina |           | <i>z</i>    | <i>p</i>        |
|--------------------------|--------------------|-----------|----------------------|-----------|-------------|-----------------|
|                          | <i>M</i>           | <i>SD</i> | <i>M</i>             | <i>SD</i> |             |                 |
| Klasična dimenzija       | 2.51               | 1.06      | 2.58                 | 1.17      | 0.28        | >0.05           |
| Intenzivna dimenzija     | 2.51               | 1.08      | 2.46                 | 0.92      | 0.13        | >0.05           |
| Suvremena dimenzija      | 3.04               | 0.92      | 2.73                 | 1.07      | -1.36       | >0.05           |
| Jazzy dimenzija          | 2.77               | 0.90      | 3.50                 | 0.72      | <b>3.85</b> | <b>&lt;0.01</b> |
| Nepretenciozna dimenzija | 2.94               | 0.73      | 3.39                 | 0.69      | <b>2.83</b> | <b>&lt;0.01</b> |

Utvrđena je statistički značajna razlika između procjena sviđanja mlađih i starijih sudionika za nepretencioznu glazbu te glazbu s karakteristikama jazza, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1%. Stariji su sudionici u prosjeku iskazali viši stupanj sviđanja za nepretencioznu te glazbu s karakteristikama jazza, u odnosu na mlađe sudionike (*Tablica 7*).

*Tablica 8* Prikaz rezultata Mann-Whitneyjeva testa između procjena sviđanja muških ( $N=26$ ) i ženskih ( $N=75$ ) sudionika za svaku od 5 glazbenih dimenzija (klasična, intenzivna, suvremena, jazzy, nepretenciozna) ( $N=101$ ).

|                          | Muškarci |           | Žene     |           | <i>z</i>     | <i>p</i>        |
|--------------------------|----------|-----------|----------|-----------|--------------|-----------------|
|                          | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> |              |                 |
| Klasična dimenzija       | 2.18     | 0.96      | 2.64     | 1.11      | 1.84         | >0.05           |
| Intenzivna dimenzija     | 2.91     | 1.15      | 2.36     | 0.97      | <b>-2.02</b> | <b>&lt;0.05</b> |
| Suvremena dimenzija      | 3.24     | 0.88      | 2.86     | 0.98      | -1.48        | >0.05           |
| Jazzy dimenzija          | 2.87     | 0.98      | 2.98     | 0.89      | 0.26         | >0.05           |
| Nepretenciozna dimenzija | 2.64     | 0.70      | 3.19     | 0.71      | <b>2.93</b>  | <b>&lt;0.01</b> |

Utvrđena je statistički značajna razlika između procjena sviđanja muških i ženskih sudionika za intenzivnu glazbu, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 5%, ali ne i 1%. Muškarci su u prosjeku iskazali viši stupanj sviđanja za intenzivnu glazbu u odnosu na žene (*Tablica 8*).

Također je utvrđena statistički značajna razlika između procjena sviđanja muških i ženskih sudionika za nepretencioznu glazbu, uz razinu rizika od pogrešnog zaključka manju od 1%. Žene su u prosjeku iskazale viši stupanj sviđanja za nepretencioznu glazbu u odnosu na muškarce (Tablica 8).

## 5. OPĆA RASPRAVA

Cilj je ovoga istraživanja istražiti postoji li povezanost između glazbenih preferencija i sklonosti k depresivnosti te razlikuju li se nisko i visoko depresivni pojedinci s obzirom na razlog slušanja glazbe.

Prvi problem ovoga istraživanja bio je ispitati odnos između glazbenih preferencija i sklonosti k depresivnosti, točnije, istražiti postoji li povezanost između intenzivne, klasične, suvremene, nepretenciozne te glazbe s karakteristikama jazza i sklonosti k depresivnosti. Očekivalo se, prema rezultatima prijašnjih istraživanja (Miranda i Claes, 2007), da će sudionici s višom razinom depresivnosti iskazivati veću sklonost prema intenzivnoj glazbi. Statističkom obradom rezultata utvrđena je utvrđena je statistički značajna, ali niska, pozitivna povezanost između razine depresivnosti i intenzivne glazbe i kod deklarativnih (procjene sviđanja navedenih glazbenih žanrova) i kod odslušanih (procjene sviđanja prezentiranih glazbenih žanrova) preferencija – osobe koje su postigle viši rezultat na skali depresivnosti u prosjeku su izjasnili i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi zbog čega se pretpostavljena hipoteza prihvaća. Kao što je već spomenuto (*vidi 4.2. Rasprava*), moguće je da adolescentice u početku mogu preferirati glazbene stilove koji odgovaraju njihovim visokim ili niskim profilima depresije, međutim, *heavy-metal*, *punk* te *rock* glazba, tj. sastavni žanrovi intenzivne glazbene dimenzije, mogu prenijeti depresivne poruke putem tekstova orijentiranih na očaj, smrt i samoubojstvo koji u konačnici mogu pojačati njihovu depresiju, dok *soul* i *pop* glazba nude pjesme koje poboljšavaju raspoloženje utješnim tekstovima koji bi mogli umanjiti depresiju kod adolescentica (*perspektiva interaktivnog utjecaja*) (Miranda i Claes 2007).

Također, jedno od mogućih objašnjenja možda leži u ranim modelima fiziološke pobuđenosti (Grossberg, 1972, prema Benning i Oumeziane, 2017). Naime, u modelu niskih pozitivnih emocija (engl. *low positive emotion model*), depresivni sudionici pokazuju snažne i selektivne deficite u reaktivnosti na ugodne podražaje, dok s druge strane, u modelu pojačanih negativnih emocija (engl. *heightened negative emotion model*), smatra se da depresivni sudionici imaju veću reakciju

posebno na averzivne i negativne podražaje u usporedbi s kontrolnom skupinom (Benning i Oumeziane, 2017). Moguće je da depresivni sudionici, zbog veće reaktivnosti na averzivne podražaje (model pojačanih negativnih emocija), te zbog deficita u reaktivnosti na ugodne podražaje (model niskih pozitivnih emocija), više preferiraju intenzivnu glazbu (*heavy-metal, rock, punk*), koja naglašava negativne emocije, dok manje preferiraju ostale glazbene dimenzije, poput nepretenciozne glazbe, koja se opisuje kao opuštajuća, spora i romantična (*soul, gospel*) te više naglašava pozitivne emocije (Rentfrow i Gosling, 2003).

Nadalje, među glazbenim dimenzijama, statističkom obradom rezultata 2. faze istraživanja utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost između klasične i nepretenciozne glazbe te klasične i glazbe s karakteristikama jazza, kao i između suvremene i intenzivne glazbe te između nepretenciozne i glazbe s karakteristikama jazza. Zanimljivo je da je u 2. fazi istraživanja utvrđena statistički značajna negativna korelacija između nepretenciozne i suvremene glazbe te između nepretenciozne i intenzivne glazbe, što nije bio slučaj u prvoj fazi istraživanja. Slični obrasci dobiveni su u istraživanju Bonneville-Roussy i Eerole (2018). Naime, neki od žanrova koji pripadaju nepretencioznoj glazbenoj dimenziji su *country, pop, gospel* te *r&b/soul*, dok intenzivnoj dimenziji pripadaju žanrovi poput *punka* i *heavy metala*, a u suvremenoj glazbenoj dimenziji mogu se pronaći žanrovi poput *elektroničke* muzike i *hip-hopa*. Dakle, intenzivna i suvremena glazbena dimenzija razlikuju se od nepretenciozne glazbe s obzirom na karakteristike i attribute koje sadrže u glazbi – nepretenciozna glazba sadrži žanrove koji imaju melodične glasove i relativno jednostavne melodijske i harmonijske obrasce, dok se intenzivna glazba karakterizira kao gruba, iskrivljena i glasna, a suvremena glazba sadrži jasne i prevladavajuće ritmove i veću dinamiku (Bonneville-Roussy i sur., 2017). Mogući izostanak ovakvog obrasca povezanosti u prvome dijelu istraživanje može biti iz razloga što su sudionici, koji su sa hrvatskog govornog područja, davali procjene za glazbene žanrove koji možda i nisu toliko tipični za ovo područje (npr. *country*) bez mogućeg znanja o točnim karakteristikama takve vrste glazbe. Nadalje, moguće je da rezultati druge faze istraživanja odražavaju više autentične razlike i odnose među glazbenim preferencijama iz razloga što se upotrebom glazbenih isječaka prevladava nekoliko problema povezanih utemeljenim mjerama na žanrovima jer su isječci daleko specifičniji od žanrova te ispitanici ne moraju imati nikakvo znanje o žanrovskim kategorijama da bi ukazali na stupanj svidanja glazbenog isječka (Rentfrow i sur., 2012).

Drugi problem ovoga istraživanja bio je ispitati razlikuju li se nisko i visoko depresivni pojedinci s obzirom na razlog slušanja glazbe, a pretpostavljalo se da će sudionici s višom razinom depresivnosti slušati glazbu zbog njenih opuštajućih i umirujućih kvaliteta. Statističkom obradom rezultata nije utvrđena statistički značajna razlika između visoko i nisko depresivnih s obzirom na razlog slušanja glazbe, stoga se pretpostavljena hipoteza odbacuje. Naime, moguće je da depresivni pojedinci, tj. osobe koje proživljavaju nezadovoljstvo i tugu, mogu privlačiti glazbeni žanrovi koji se poklapaju i validiraju njihove emocije, poput glazbenih žanrova s negativnim temama (*rock, heavy-metal*) (Garrido i Schubert, 2015). Nadalje, depresivne osobe često su sklone ruminaciji (tendenciji nenamjerne usredotočenost na negativne i pesimistične misli), te neki ruminatori često navode kako im je uranjanje u negativne emocije ugodno iskustvo iako nalazi istraživanja ukazuju da depresivne osobe koje su sklone ruminaciji nemaju koristi od slušanja negativne glazbe barem u smislu trenutnog poboljšanja raspoloženja (Garrido i Schubert, 2015). Stoga je moguće da depresivni pojedinci slušaju glazbu iz maladaptivnog razloga, tj. da ne slušaju glazbu iz adaptivnih razloga, poput opuštanja i povećanja pozitivnog afekta kao što se očekivalo (Garrido i Schubert, 2015).

Također, usporedile su se deklarativne procjene sviđanja koje su sudionici davali za pojedine glazbene žanrove (*online* putem) s njihovim procjenama sviđanja nakon slušanja glazbenih isječaka za svaki od glazbenih žanrova (*laboratorijski* dio), te je utvrđena statistički značajna razlika između deklarativnih i odlušanih preferencija sudionika za klasičnu, intenzivnu, jazzy i nepretencioznu glazbenu dimenziju – sudionici su u prosjeku iskazali viši stupanj sviđanja nakon slušanja glazbenih isječaka, u odnosu na njihove deklarativne procjene. Naime, istraživanje Bonneville-Roussy i Rust (2017) ukazalo je na to da su glazbene preferencije u dijelom određene društvenim utjecajima te da su odrasli skloniji društvenim utjecajima kada ocjenjuju svoje preferencije prema glazbenim žanrovima nego prema glazbenim audiosnimkama. Odnosno, glazbeni žanrovi mogu biti ispunjeni izvanglazbenim informacijama kao što su stereotipi, osobnost, vrijednosti, dob i spol koje mogu biti manje istaknute u glazbenim isječcima povezanim s tim žanrovima. Moguće je da su sudionici, kada su čuli glazbeni isječak bez znanja kojem žanru pripada, davali više procjene sviđanja glazbenom isječku u odnosu na procjene žanrova, jer su društveni utjecaji poput socijalne poželjnosti bili manje istaknuti.

Nadalje, utvrđene su statistički značajne dobne razlike između procjena sviđanja mlađih i starijih sudionika za nepretencioznu glazbu te glazbu s karakteristikama jazza – stariji su sudionici

u prosjeku iskazali viši stupanj sviđanja za nepretencioznu te glazbu s karakteristikama jazza, u odnosu na mlađe sudionike. Dobivene razlike mogu se objasniti time što s dobi dolaze i odgovornosti te osobe stječu društveni status koji bi mogao biti nekompatibilan sa stereotipima i društvenim normama povezanim s nekim glazbenim stilovima (kao što je intenzivna dimenzija s žanrovima kao što je *heavy metal*), ali više kompatibilan sa stilovima povezanim s nepretencioznom i jazzy dimenzijom (npr. sa žanrovima kao što je *country* i *jazz*) (Bonneville-Roussy i Rust, 2017). Nadalje, odrasle osobe srednje dobi svjesne su društvenih normi vezanih uz dob i pokazuju zabrinutost za prikladnost vlastitog ponašanja stoga nepretenciozna i jazz glazba može prenijeti stereotype i vrijednosti koji su više usklađeni s brigama starijih osoba (Bonneville-Roussy i Rust, 2017).

Također, utvrđene su statistički značajne spolne razlike između procjena sviđanja muških i ženskih sudionika za intenzivnu glazbu – muškarci su u prosjeku iskazali viši stupanj sviđanja za intenzivnu glazbu u odnosu na žene, te za nepretencioznu glazbu – žene su u prosjeku iskazale viši stupanj sviđanja za nepretencioznu glazbu u odnosu na muškarce. Naime, značajni dokazi pokazuju da je spol povezan s glazbenim preferencijama. Općenito govoreći, istraživanja su pokazala da žene više vole nježniju glazbu, poput nepretenciozne glazbe (*soul/R&B*, *pop*) (Bonneville-Roussy i Rust, 2017). S druge strane, muškarci preferiraju zvučno teže i snažnije vrste glazbe s izraženim basom, poput *heavy metala* i *rocka* (intenzivna glazbena dimenzija) (Bonneville-Roussy i Rust, 2017). Ova spolna razlika obično je prisutna rano u adolescenciji i traje tijekom odrasle dobi (Bonneville-Roussy i Rust, 2017).

Mogući nedostaci ovoga istraživanja je što je korišten model glazbenih preferencija koji je više primjeren za stanovnike engleskog govornog područja (Bonneville-Roussy i sur., 2017; Rentfrow i sur., 2012) te ne obuhvaća glazbu poput turbofolka i ostalih žanrova koji su veoma prevalentni i karakteristični za ovo područje (Žauhar i Levak, 2020). Nadalje, u idućim istraživanjima moglo bi se sudionicima prezentirati veći broj isječaka karakterističnih za pojedine glazbene dimenzije i žanrove. Također, neki od glazbenih isječaka prezentirani sudionicima bili su od poznatih izvođača, te se u daljnim istraživanjima preporučuje korištenje nepoznatih glazbenih isječaka iz razloga što je poznavanje glazbenog djela pozitivno povezano s njegovim sviđanjem (Rentfrow i Gosling, 2003). Završno, veliki nedostatak ovoga istraživanja je što sudionici nisu dobro pokrivali oba kraja kontinuuma depresivnosti, tj. nedostajalo je sudionika koje bi se moglo klasificirati kao visoko depresivni (većina sudionika u ovome istraživanju



postizala je niske rezultate na skali depresivnosti, tj. moglo bi se reći da većina sudionika nije imala dovoljno izražene simptome depresivnosti). Stoga je preporuka za daljna istraživanja da se osigura dovoljno velik broj i nisko i visoko depresivnih pojedinaca kako bi se povećala sigurnost donesenih zaključaka te kako bi potencijalne razlike što vjernije odražavale stvarne razlike u preferencijama prema glazbenim dimenzijama između nisko i visoko depresivnih pojedinaca.

## 6. ZAKLJUČCI

1. Utvrđena je statistički značajna niska pozitivna povezanost između razine depresivnosti i intenzivne glazbe. Osobe koje su postigle viši rezultat na skali depresivnosti u prosjeku su izjasnili i veću preferenciju prema intenzivnoj glazbi.
2. Nije utvrđena statistički značajna razlika između visoko i nisko depresivnih s obzirom na razlog slušanja glazbe.

## 7. LITERATURA

- Arnett, J. (1992). The soundtrack of recklessness: Musical preferences and reckless behavior among adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 7, 313–331.
- Benning, S. D., i Ait Oumeziane, B. (2017). Reduced positive emotion and underarousal are uniquely associated with subclinical depression symptoms: Evidence from psychophysiology, self-report, and symptom clusters. *Psychophysiology*, 54(7), 1010–1030.
- Bodner, E. i Bensimon, M. (2015). Problem music and its different shades over its fans. *Psychology of Music*, 43(5), 641–660.
- Blood, A. J. i Zatorre, R. J. (2001). Intensely pleasurable responses to music correlate with activity in brain regions implicated in reward and emotion. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 98, 11818–11823.
- Bonneville-Roussy, A. i Eerola, T. (2018). Age trends in musical preferences in adulthood: 3. Perceived musical attributes as intrinsic determinants of preferences. *Musicae Scientiae*, 22(3), 394–414.

- Bonneville-Roussy, A. i Rust, J. (2018). Age trends in musical preferences in adulthood: 2. Sources of social influences as determinants of preferences. *Musicae Scientiae*, 22(2), 175-195.
- Bonneville-Roussy, A., Stillwell, D., Kosinski, M. i Rust, J. (2017). Age trends in musical preferences in adulthood: 1. Conceptualization and empirical investigation. *Musicae Scientiae*, 21(4), 369-389.
- Cattell, R. B. i Anderson, J. C. (1953). The measurement of personality and behavior disorders by the I.P.A.T. music preference test. *Journal of Applied Psychology*, 37, 446–454.
- Chaffin, R. i Imreh, G. (2002). Practicing perfection: Piano performance as expert memory. *Psychological Science*, 13, 342–349.
- Chamorro-Premuzic, T. i Furnham, A. (2007). Personality and music: Can traits explain how people use music in daily life? *British Journal of Psychology*, 98, 175–185.
- Clark, S. S. i Giacomantonio, S. (2013). Music preferences and empathy: Toward predicting prosocial behavior. *Psychomusicology: music, mind, and brain*, 23(3), 177.
- Colley, A. (2008). Young people’s musical taste: Relationship with gender and gender-related traits. *Journal of Applied Social Psychology*, 38(8), 2039–2055.
- Ekinci, O., Bez, Y., Sabuncuoglu, O., Berkem, M., Akin, E. i Imren, S. G. (2013). The association of music preferences and depressive symptoms in high school students: A community-based study from Istanbul. *Psychology of Music*, 41(5), 565-578.
- Fricke, K. R. i Herzberg, P. Y. (2017). Personality and self-reported preference for music attributes. *Journal of Research in Personality*, 68, 114–123.
- Fricke, K. R., Greenberg, D. M., Rentfrow, P. J. i Herzberg, P. Y. (2018). Computer-based music feature analysis mirrors human perception and can be used to measure music preference. *Journal of Research in Personality*, 75, 94–102.
- Fricke, K. R., Greenberg, D. M., Rentfrow, P. J., i Herzberg, P. Y. (2021). Measuring musical

- preferences from listening behavior: Data from one million people and 200,000 songs. *Psychology of Music*, 49(3), 371–381.
- Garrido, S. i Schubert, E. (2015). Music and people with tendencies to depression. *Music Perception*, 32, 313–321.
- Greenberg, D. M., Kosinski, M., Stillwell, D. J., Monteiro, B. L., Levitin, D. J. i Rentfrow, P. J. (2016). The song is you. *Social Psychological and Personality Science*, 7, 597–605.
- Greenberg, D. M. i Rentfrow, P. J. (2017). Music and big data: A new frontier. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 18, 50–56.
- Hilliard, R. E. (2001). The use of cognitive– behavioral music therapy in the treatment of women with eating disorders. *Music Therapy Perspectives*, 19, 109–113.
- Lovibond, S. H. i Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. Psychology Foundation.
- McNamara, L. i Ballard, M. E. (1999). Resting arousal, sensation seeking, and music preference. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 125, 229–250.
- Miranda, D. i Claes, M. (2007). Musical preferences and depression in adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth*, 13(4), 285-309.
- North, A. C. i Hargreaves, D. J. (1999). Music and adolescent identity. *Music Education Research*, 1, 75–92.
- North, A. C. i Hargreaves, D. J. (2006). Problem music and self-harming. *Suicide and Life-threatening Behavior*, 36(5), 582-590.
- Olsen, K. N., Terry, J. i Thompson, W. F. (2022). Psychosocial risks and benefits of exposure to heavy metal music with aggressive themes: Current theory and evidence. *Current Psychology*, 1-18.
- Pavlović, T., Benaković, T., Prpa, M. i Wertag, A. (2017). Povezanost glazbenih preferencija s osobnim vrijednostima te crtama ličnosti. *Društvena istraživanja*, 26(3), 405-427.

- Reić Ercegovac, I. i Dobrota, S. (2011). Povezanost između glazbenih preferencija, sociodemografskih značajki i osobina ličnosti iz petfaktorskog modela. *Psihologijske teme*, 20(1), 47-66.
- Reić Ercegovac, I. i Penezić, Z. (2012). Skala depresivnosti, anksioznosti i stresa. U Proroković, A., Čubela Adorić, V., Penezić, Z. i Tucak Junaković, I. (ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika, Svezak 6* (str. 15-22). Sveučilište u Zadru.
- Rentfrow, P. J. i Gosling, S. D. (2003). The do re mi's of everyday life: the structure and personality correlates of music preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1236.
- Rentfrow, P. J., Goldberg, L. R., Stillwell, D. J., Kosinski, M., Gosling, S. D. i Levitin, D. J. (2012). The song remains the same: A replication and extension of the MUSIC model. *Music Perception*, 30(2), 161–185.
- Stewart, J., Garrido, S., Hense, C. i McFerran, K. (2019). Music use for mood regulation: Self-awareness and conscious listening choices in young people with tendencies to depression. *Frontiers in Psychology*, 10, 1199.
- Swaminathan, S. i Schellenberg, E. G. (2015). Current emotion research in music psychology. *Emotion Review*, 7(2), 189-197.
- Todd, N. P. M. (1999). Motion in music: A neurobiological perspective. *Music Perception*, 17, 115–126.
- Took, K. J. i Weiss, D. S. (1994). The relationship between heavy metal and rap music and adolescent turmoil: Real or artifact. *Adolescence*, 29, 613–621.
- Vella, E. J. i Mills, G. (2017). Personality, uses of music, and music preference: The influence of openness to experience and extraversion. *Psychology of Music*, 45(3), 338-354.
- Žauhar, V. i Levak, N. (2020). Glazbene preferencije prema modelu MUSIC: Povezanost s motivima slušanja glazbe i crtama ličnosti. *Psihologijske teme*, 29(2), 311-337.

Yoon, S., Verona, E., Schlauch, R., Schneider, S. i Rottenberg, J. (2019). Why do depressed people prefer sad music? *Emotion*, 20(4), 613.