ФАКУЛТЕТ ЗА ПСИХОЛОГИЈА
НАСОКА: КЛИНИЧКА И СОВЕТОДАВНА ПСИХОЛОГИЈА

АБДУЛА ТАЧИ

ВРСКАТА ПОМЕЃУ ЧУВСТВОТО НА ОСАМЕНОСТ, СОЦИЈАЛНАТА АНКСИОЗНОСТ И АГРЕСИВНОТО ОДНЕСУВАЊЕ КАЈ АДОЛЕСЦЕНТИТЕ И ВОЗРАСНИТЕ

- Магистерски труд -

Ментор
Доц. д-р Милена Спасовска

Свети Николе, декември 2023

"When we try to pick up anything by itself,
we find it is attached to everything in the universe"
- John Muir

СОДРЖИНА

Апстракт **6**

Вовед **8**

Глава 1. Облици на одвоеноста и теоретски сфаќања и пристапи на осаменоста **13**

1. Осаменост 13

1.1. Осаменост и различни социо-демографски карактеристики на поединецот 15

1.2. Промени во осаменоста за време на преминот кон студии и за време на студиите 17

3. Претпочитана осаменост 18

3.1. Врска помеѓу претпочитаната самотија и осаменоста 19

3.2. Разлики во претпочитаната самотија во однос на полот, статусот на романтична врска и неговите промени за време на пред зрелоста 20

4. Теоретски сфаќања и пристапи кон осаменоста 21

4.1. Осаменост и самотија 23

4.2. Структура и типови на осаменост 24

5. Теоретска анализа и пристапи кон осаменоста 27

5.1. Егзистенцијалистички пристап 27

5.2. Социолошки сфаќања 28

5.3. Интеракционистички сфаќања 28

5.4. Конгвинистички сфаќања 29

6. Самоспознавањето и осаменоста 31

Глава 2. Анализа на социјалната анксиозност и сродните конструкти **34**

1. Социјална анксиозност – терминолошко и концептуално однесување 34

1.1. Општо за анксиозноста 34

1.2. Социјална анксиозност 38

1.2.1. Одредување на социјалната анксиозност 40

1.2.2. Компоненти на социјалната анксиозност 45

1.2.3. Основни когнитивни компоненти на социјалната анксиозност 52

1.3. Социјална анксиозност и сродните конструкти 56

1.3.1. Преглед на социјално-анксиозното растројство 56

1.3.2. Избегнувачки растројства на личноста 60

1.4. Срамежливост 63

1.4.1. Дефинирање на срамежливоста 64

1.4.2. Истражувања на односнот помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност 69

1.4.3. Склоност кон доживување на срам 74

1.4.4. Односот помеѓу социјалната анксиозност и срамот 78

1.5. Поделба на социјалната анксиозност 80

1.5.1. Критериуми за поделба на социјалната анксиозност 81

1.5.2. Критериуми за поделба на формите на социјалната анксиозност 82

1.6. Анализа на истражувања на клинички примероци 85

Глава 3. Агресивно однесување – развој, видови и карактеристики 92

1. Дефинирање на агресивното однесување 92

2. Краток преглед на развојот и корелатите на агресивноста 96

3. Анализа на видовите на агресивност 101

3.1. Директна агресивност 102

3.2. Индиректна агресивност 103

3.3. Осврт на одредени карактеристики кај видовите на агресивност 104

3.3.1. Разлики според полот 104

3.3.2. Агресија и публика 105

3.3.3. Агресија кај жените 106

3.3.4. Агресија кај мажите 108

4. Осврт на агресивното однесување кај адолесцентите 109

4.1. Училишното опкружување и агресијата кај адолесцентите 110

5. Агресивно однесување кај возрасните 114

Глава 4. Истражување за врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување 116

1. Вовед во истражувањето 116

2. Релеванти истражувања 117

3. Методолошка рамка 123

3.1. Истражувачки хипотези 124

3.2. Истражувачки варијабили 124

3.3. Инструменти за спроведување на истражувањето 125

3.4. Постапка во истражувањето 126

3.5. Опис на примерокот 127

4. Резултати од емпириската анализа 128

4.1. Анализа на поврзаноста помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста 128

4.2. Анализа на агресивноста во однос на полот 129

4.3. Анализа на анксиозноста во однос на возраста 130

4.4. Анализа на осаменоста во однос на полот 131

5. Дискусија 133

Заклучок **135**

Библиографија **142**

Прилог – Анкетни прашалници **188**

АПСТРАКТ

Чувството на осаменост често се карактеризира како непријатна, болна, анксиозна желба за друго лице или други лица и претставува сложен феномен и универзално човечко искуство кое во помала или поголема мера, го доживуваат сите луѓе во некој одреден период во животот. Од друга страна, социјалната анксиозност, најчесто се дефинира како облик на анксиозност која настанува од реалната присутност или од очекувањата на социјалната евалуација во вистински или замислени социјални ситуации. Што се однесува до агресивното однесување, истото се дефинира како намера да се предизвика штета или акт кој има за цел да ја зголеми релативната социјална доминација.

Во магистерскиот труд, целта е да се одговори на прашањето: "Дали постои поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолецентните и кај возрасните". Истражувањето е спроведено на 116 испитаници на возраст помеѓу 16 и 50 години. За мерење на чувството на осаменост е користен инструментот „UCLA Loneliness Scale", агресивното однесување е мерено со прашалникот „Buss-Perry Aggression Questionnaire" и социјалната анксиозност е мерена со прашалникот „Liebowitz Social Anxiety Scale".

Тестирајќи ги поставените хипотези, резултатите и наодите укажуваат на тоа дека адолесцентите се поанксиозни од возрасните, односно се дојде до наодот дека постои статистички значајна разлика меѓу адолесцентите и испитаниците кои припаѓаат на возрасниот период , со тоа што адолесцентите се значајно поанксиозни од возрасните ($t=3.46$, $p>.05$), се покажа дека не постои статистички значајна разлика меѓу адолесцентите и возрасните во поглед на агресивноста ($t=.03$, $p>.05$), како и дека постои статистички значајна разлика меѓу адолесцентите и испитаниците кои се повозрасни, при тоа имајќи предвид дека адолесцентите се поосамени од возрасните испитаници ($t=2.05$, $p>.05$).

Клучни зборови: чувство на осаменост, социјална анксиозност, агресивно однесување, адолесценти, возрасни

ABSTRACT

The feeling of loneliness is often characterized as an unpleasant, painful, anxious desire for another person or other persons and is a complex phenomenon and a universal human experience that all people experience to a greater or lesser extent at some point in their lives. On the other hand, social anxiety is usually defined as a form of anxiety that arises from the actual presence or expectations of social evaluation in real or imagined social situations. As far as aggressive behavior is concerned, it is defined as an intention to cause harm or an act aimed at increasing relative social dominance.

In the master's thesis, the aim is to answer the question "whether there is a connection between the feeling of loneliness, social anxiety and aggressive behavior in adolescents and adults". The research was conducted on 116 respondents aged between 16 and 50 years. The "UCLA Loneliness Scale" was used to measure loneliness, aggressive behavior was measured with the "Buss-Perry Aggression Questionnaire", and social anxiety was measured with the "Liebowitz Social Anxiety Scale".

Testing the set hypotheses, the results and findings indicate that adolescents are more anxious than adults, that is, it was found that there is a statistically significant difference between adolescents and respondents who belong to the adult age group, with adolescents being significantly more anxious than adults ($t=3.46$, $p>.05$), it was shown that there is no statistically significant difference between adolescents and adults in terms of aggressiveness ($t=.03$, $p>.05$), as well as that there is a statistically significant difference between adolescents and respondents who are older, taking into account that adolescents are more lonely than adult respondents ($t=2.05$, $p>.05$).

Keywords: feeling of loneliness, social anxiety, aggressive behavior, adolescents, adults

ВОВЕД

Во литературата, денес, чувството на осаменост се карактеризира како непријатна, болна, анксиозна желба за друго лице или други лица. Тоа е сложен феномен и универзално човечко искуство кое во помала или поголема мера, го доживуваат сите луѓе во некој одреден период во животот. И покрај фактот дека чувството на осаменост е феномен кој често се истражува, сé уште не постои согласност околу неговите одредници. Чувството на осаменост, тенденцијата кон чувство на осаменост и тенденцијата кон излегување од истото, има и генетски фактори. Па така, студијата на Дорет И. Боомсма и други, која се однесува на самооценување од страна на возрасни лица – близнаци, укажува на тоа дека наследноста на генетските фактори за осаменост е околу 50%, и дека нема разлика меѓу возрасни и деца (и адолесценти), а воедно, ниту околинските фактори не влијаат на можностите за наследство на истата.

Од друга страна, социјалната анксиозност, најчесто се дефинира како облик на анксиозност која настанува од реалната присутност или од очекувањата на социјалната евалуација во стварни или замислени социјални ситуации (Schlenker & Leary, 1982). Според овие автори, социјалната анксиозност се карактеризира со загриженост на поединците во врска со тоа дали и останатите така ќе го вреднуваат. Таа загриженост може да биде реакција на непосредни, реални ситуации во кои се наоѓа лицето, како и на замислени ситуации за кои лицето размислува за идните интеракции. Авторите Шленкер и Лари (Schlenker, Leary, 1982, според Leary, Kowalski, 1995) предложиле објаснување за настанувањето на социјалната анксиозност. Во поголемиот број случаи, луѓето настојуваат кај другите да луѓе да создадат позитивни, социјално посакувани впечатоци. Така, долго додека луѓето веруваат дека успеваат во тоа, тие се чувствуваат опуштено. Но, кога ќе почувствуваат дека не оставаат впечаток каков што би сакале, започнуваат да чувствуваат напнатост, немир, или со други зборови, да чувствуваат социјална анксиозност. Фактор кој е од пресудна важност кај настанувањето на социјална анксиозност е мотивацијата.

Во потесните дефиниции кои се користат во општествените науки и науките за однесувањето, агресивното однесување е намера да се предизвика штета или акт кој

има за цел да ја зголеми релативната социјална доминација. Агресијата, односно агресивното однесување може да има различни форми и може да биде физичко или да се искаже вербално или невербално, и агресивното однесување се разликува од она што вообичаено се нарекува самоувереност. Самата агресивност се смета за еден од главните услови за опстанок на човекот и човековата цивилизација. Таа помага за преживување, за опстанок и размножување (Crapanzano et al., 2011). Иако некои автори не наоѓаат статистички значајни разлики во ставовите спрема агресивното однесување (Funk et al., 2003), други автори наоѓаат наоди за значајни разлики во насока на поголема застапеност на ставови кои го одобруваат агресивното однесување кај адолесцентите (Siyez, Kaya, 2010) или кај возрасните (Huesmann, Guerra, 1997).

Луѓето се социјални битија. Релациите и односите со другите луѓе, од кога знаеме за човековата историја, имаат функција од – преживување, заштита и одржување на видот, социјална размена, до длабока поврзаност и размена на најинтимните чувства и лични содржини. Релевантни истражувања, одамна покажуваат дека постои значајна поврзаност меѓу задоволството од животот и квалитетот на односите кои ги имаме.

Чувството на осаменост и социјалната изолација се две различни, сепак неретко поврзани појави. Чувството на осаменост е чувство да се биде сам и да се биде лишен од значајна конекција. Социјалната изолација пак, е недостаток на социјални контакти. Социјалната изолација може да води кон чувство на осаменост кај некои луѓе, додека други може да се чувствуваат осамено и тогаш кога не се социјално изолирани.

Многу проблеми кои се поврзани со здравјето, вклучувајќи го и менталното здравје, се поврзани со осаменоста. Такви се состојбите на: социјална анксиозност, агресивно однесување, но и состојбите на депресија, кардиоваскуларни болести, гојазност, когнитивни нарушувања и други. Спротивно на ова, за луѓето кои се задоволни од квалитетот на односите во својот живот, односно кои не се чувствуваат осамени, истражувањата покажуваат нивна поврзаност со повисоко ниво на чувство на смисла, одржување на позитивни расположенија, долговечност, подобри когнитивни функции и др.

Ова истражување има за цел да одговори на прашањето: „ Дали постои поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај

адолецентните и кај возрасните". Истражувањето беше спроведено на 116 испитаници на возраст од 16 до 50 години. За мерење на чувството на осаменост беше користен инструментот UCLA Loneliness Scale (Russell et al., 1978), агресивното однесување беше мерено со прашалникот Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) (Buss, Perry, 1992) и социјалната анксиозност беше мерена со прашалникот Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) (Liebowitz, 1987).

Добиените резултати од ова истражување може да бидат појдовна основа за идни посеопфатни и методолошки поточни истражувања, со цел за да се добијат подетални информации за оваа многу актуелна и значајна општествена тема во 21 век. Исто така, тие сугерираат дека постои поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување.

Во магистерскиот труд „Врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и возрасните", кој е концепиран од вовед, четири глави и заклучок, во воведниот дел е претставена методолошката рамка на изработка на магистерскиот труд која ги опфаќа предметот на истражување, целите на истражувањето, истражувачките хипотези, како и техниките и методите за реализација на истражувањето.

Во првото поглавје од магистерскиот труд, претставени се облиците на одвоеноста и теоретски сфаќања и пристапи на осаменоста. Осаменоста е дефинирана преку анализа на осаменоста и различните социо-демографски карактеристики на поединецот, како и анализа на промените во осаменоста за време на преминот кон студии и за време на студиите. Следно, претпочитаната осаменост е елаборирана преку претставување на врската помеѓу претпочитаната самотија и осаменоста и разликите во претпочитаната самотија во однос на полот, статусот на романтична врска и неговите промени за време на пред зрелоста. Главниот дел од оваа глава се однесува на теоретските сфаќања и пристапи кон осаменоста. Овде станува збор за осаменоста и самотијата, за структурата и типовите на осаменост, додека пак, теоретската анализа и пристапите кон осаменоста се елаборирани преку детален приказ на егзистенцијалистичкиот пристап, социолошките сфаќања, интеракционистичките сфаќања и когнивистичките сфаќања, а на самиот крај, е даден краток осврт на самоспознавањето и осаменоста.

Второто поглавје од магистерскиот труд, опфаќа анализа на социјалната анксиозност и сродните конструкти. Во делот кој се однесува на социјална анксиозност –

терминолошко и концептуално однесување, станува збор општо за анксиозноста, а социјалната анксиозност е разработена преку одредување на социјалната анксиозност, компонентите на социјалната анксиозност и основните когнитивни компоненти на социјалната анксиозност. Социјална анксиозност и сродните конструкти се елаборираат преку преглед на социјално-анксиозното растројство и избегнувачките растројства на личноста. Во делот кој се однесува на срамежливоста, по нејзиното дефинирање, даден е осврт на истражувањата на односнот помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност, како и на склоноста кон доживување на срам. Поделба на социјалната анксиозност се прави преку критериумите за поделба и формите на социјалната анксиозност, по што се накратко претставени одредени истражувања на клинички примероци.

Во третата глава од магистерскиот труд, претставено е агресивното однесување. На самиот почеток е дефиниран терминот агресивност, по што следува краток преглед на развојот и корелатите на агресивноста. Во делот во кој се прикажуваат видовите на агресивност, станува збор за директната и индиректната агресивност (надворешни разлики, агресија и публика, агресија кај жените, агресија кај мажите). Во продолжение се дава осврт на агресивното однесување кај адолесцентите и на училишното опкружување и агресијата кај адолесцентите, по што се дава осврт и на агресивното однесување кај возрасните.

Четвртата глава од магистерскиот труд, ја опфаќа анализата на добиените резултати од спроведеното истражување, кои се однесуваат на врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и возрасните. Во овој дел се опфатени прикази на повеќе релевантни истражувања за чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и взрасните, како и истражувачките варијабили и хипотези, инструментите за спроведување на истражувањето, постапката на истражување, а опишан е и примерокот на истражувањето, како и добиените резултати од истражувањето.

Во заклучокот, прикажани се заклучните согледувања кои произлегуваат од сѐвкупно презентираното во магистерскиот труд, а прикажани се и ограничувањата на

истражувањето, како и препораките за евентуални, идни, односно понатамошни истражувања на иста или слична тема.

При изработката на трудот, беше користена различна научна, стручна и интернет литература од областа на истражување, која е прикажана во прегледот на литература, подредена по азбучен редослед на самиот крај од магистерскиот труд.

Глава 1. Облици на одвоеноста и теоретски сфаќања и пристапи на осаменоста

1. Осаменост

Осаменоста се дефинира како психолошка состојба која произлегува од разликата помеѓу идеалните и перципираните лични односи (Peplau, Perlman, 1982). Осаменоста е субјективно, непријатно, аверзивно и стресно искуство што се јавува кога мрежата на општествени односи на поединецот е дефицитарна, било во квалитет или во квантитет (Perlman, Peplau, 1984). Постојат два пристапи кон осаменоста. Еден пристап е еднодимензионалниот пристап кој ја гледа осаменоста како глобален феномен и ја мери осаменоста користејќи единствен вкупен резултат (Russell, 1982). Пример за таква мерка е скалата на осаменост на UCLA (Russell, Peplau, Cutrona, 1980). Други истражувачи го предлагаат мултидимензионалниот пристап. Така, Bajc (1973) предлага два различни типа на осаменост, социјална и емоционална осаменост. Со социјалната осаменост, поединецот е незадоволен од недостатокот на социјална мрежа на пријатели и познаници. Од друга страна, емотивно осамената личност е незадоволна од недостатокот на блиски, привржани врски. Последователно, Ди Томасо и Спинер (1993) предлагаат нова трипартитна теорија за осаменоста преку развивање мерка која ја проценува осаменоста во три аспекти: пријателсски, семеен и романтичен. Во овој пристап, осаменоста во љубовта и во семејството се смета за дел од емоционалната осаменост од причина што конструктот на емоционална осаменост е премногу широк за ефективно да ги опфати варијациите на осаменоста во доменот на семејството и љубовта. Разликата помеѓу овие три типа на осаменост покажува дека луѓето можат да бидат осамени во еден домен, а исто така да бидат задоволни во друг домен (DiTommaso, Spinner, 1997). На пример, човек може да биде задоволен со својата социјална мрежа на пријатели и во исто време да биде осамен во љубовта.

Во психологијата, постојат бројни дефиниции за осаменоста. Врз база на анализите на главните карактеристики за осаменоста Пинкуарт и Соренсен (2001), заклучиле дека преовладуваат два вида на дефиниции.

Дефиниции кои како главна особина на осаменоста го наведуваат чувството на страдање поради недостаток на контакти:

Рук (1984, според McWhirter, 1997) наведува дека тоа е непријатна емоционална состојба, која настанува кога лицето се чувствува отфрлено, отуѓено или несфатено од другите, односно кога и` недостига друштво за социјални активности и емоционална интимност.

Вудвард (1988, според Woodward, kalian-Masih, 1990) ја дефинира осаменоста како чувство на самотија и неповрзаност или отуѓеност од позитивните лица, места и објекти.

Другиот, социјално-когнитивниот поглед ја гледа осаменоста како несогласување на интерперсоналните односи какви што лицето ги има со оние какви би сакало да ги има. Овој модел ја зема предвид можноста дека лицето не се чувствува осамено и покрај објективно ниската фреквенција на социјални контакти, како и дека некој се чувствува осамено и покрај високото ниво на социјална вклученост (Pinquart, Sorensen, 2001).

Во оваа група спаѓа и најчесто наведуваната дефиниција за осаменоста, од страна на аворите Пеплау и Перлам (1982), а тоа е дека осаменоста е субјективно незадоволство од интерперсоналните односи настанато при промена на моменталните социјални односи или при промена во желбите и потребите за социјални односи.

Што се однесува до теоретските сфаќања за осаменоста, постојат неколку приоди, и тоа: психодинамичен пристап, интеракционен пристап и когнитивен пристап.

Имено, според психодинамичното сфаќање, осаменоста е последица на незадоволените универзални потреби за интимност која е дел од човечкото еволуциско наследство. Овој пристап на осаменоста вклучува потрага по тоа што тргнало на лошо во процесот на развојот на личноста кај лицата кои страдаат од осаменоста.

Саливан (1953, според Hojat, 1982) смета дека осаменоста произлегува од неуспехот на една личност да ја задоволи основната човечка потреба за интимност за време на раното детство. Според Фром-Рајхман (1959, според Hojat, 1982), потребата за интимност и желбата да се задоволат овие односи постојат кај нормалните индивидуи од детството до крајот на животот. За време на детството, потребата за блискост се задоволува со задоволување на овие односи со важни возрасни. За време на адолесценцијата, оваа потреба се задоволува со наоѓање пријатели.

Интеракционистичката ориентација става акцент на интеракционото дејствување на личните и социјалните карактеристики на појавата на осаменост. Еден од претставниците на оваа ориентација - Bajc (Penezic et al., 1999) е на мислење дека осаменоста се јавува како резултат на неповолни социјални интеракции во смисла дека тие не ги исполнуваат социјалните потреби на личноста. Bajc зборува за емоционална и социјална осаменост, каде емоционалната осаменост настанува како резултат на недостаток на интимна, романтична врска и е придружена со вознемиреност, немир и чувство на празнина, додека социјалната осаменост настанува како резултат на недостаток на смислено пријателство и заедништво, а е проследена со досада и чувство на социјална маргиналност.

Според овој пристап, осаменоста се јавува кога едно лице свесно доживува диспропорција помеѓу посакуваното и реализираното ниво на социјални контакти. Пеплау и Перлман се на мислење дека осаменоста е крајната точка на континуумот на социјалните врски, каде што секоја личност има оптимално ниво на социјални интеракции, а во случај на социјални врски во кои нивото на социјални интеракции е пониско од оптималното, се чувствува осаменост, а во случај нивото на социјални интеракции да е поголемо од оптималното, тогаш лицето доживува „инвазија“ на приватноста (Penezic et al., 1999).

1.1. Осаменост и различни социо-демографски карактеристики на поединецот

Пол. Иако осаменоста ја доживуваат и мажите и жените, истражувањата покажаа дека полот е поврзан со индивидуалните разлики во осаменоста. Сепак, резултатите од истражувањето за родовите разлики во осаменоста не се конзистентни. Некои истражувачи откриле повисок степен на осаменост кај мажите (на пр. Schultz, Moore, 1986; Wiseman, Guttfreundb, Luriec, 1995; Tümkaya, Aybek, Çelik, 2008; според Salimi, 2011), други кај жените (на пр. Borys, Perlman, 1985; Page, Cole, 1991, Bugay, 2000; според Salimi, 2011), додека некои истражувачи не нашле родови разлики (Brage, Meredith, 1993; Neto, Barros, 2000, Mahon i sur., 2007; според Medved, Keresteš, 2011). Трудовите во кои се утврдени родовите разлики во осаменоста се разликуваат во насоката на овие разлики и ги толкуваат на различни начини. Поголемата осаменост кај жените се објаснува со фактот дека жените се поподготвени да ја признаат својата осаменост, за разлика од мажите, затоа што се оценуваат помалку од осамените мажи

(Borys, Perlman, 1985). Така, Шулц и Мур (1986) наведуваат дека во скалата каде што се споменува зборот осаменост, мажите постигнуваат пониски резултати. Од друга страна, студиите кои откриле поголема осаменост кај мажите наведуваат дека мажите немаат развиено стратегии за справување со осаменоста во споредба со жените (Jones, Sansone, Helm, 1983). Некои студии покажаа дека жените имаат поголеми социјални мрежи од мажите (Veroff, Kulka, Douvan, 1981). Исто така, резултатите од истражувањето зависат од типот на мерката за осаменост што се користи, односно дали се користи еднодимензионална или повеќедимензионална мерка. Со користење на повеќедимензионални мерки, добиени се поконзистентни резултати (Lacković-Grgin, 2008). Кутрона (1982), наведува дека жените се повеќе емоционално осамени, додека мажите се социјално поосамени. Некиќ (2005, според Lacković-Grgin, 2008) нашол поголема социјална осаменост и осаменост во љубовта кај младите мажи кај средношколците и студентите, додека не биле забележани родови разлики во осаменоста во семејството. Како објаснување на своите наоди, Некиќ (2005, според Lacković-Grgin, 2008) се повикува на истражувањето на Аргил и Клејс за очекувањата за интимност и самооткривање и за реализацијата на овие очекувања. Овие автори наведуваат дека младите мажи имаат помали очекувања од пријателски односи и пониско ниво на реализација на овие очекувања во споредба со девојчињата, што ја објаснува поголемата емоционална осаменост на младите мажи. Поголемата социјална осаменост кај младите мажи во истражувањето се објаснува и со пониските социјални вештини на младите мажи (Ozben, 2013). Ваквите родови разлики во очекувањата и реализацијата на социјалните односи и социјалните вештини се чини дека не влијаат на разликите во осаменоста во семејството (Lacković-Grgin, 2008).

Статус на љубовната врска. Односите со другите нѝ обезбедуваат различни општествени залихи, од кои најважни се приврзаноста и социјалната интеграција (Weis, 1974). Имајќи предвид дека недостатокот на блиски, приврзани врски доведува до емоционална осаменост (Weiss, 1973), а постојаното партнерство нуди можност за постигнување такви врски (Lacković-Grgin, Nekić, Penezić, 2009), треба да се претпостави поголема осаменост во љубовта кај луѓето кои не се во романтична, односно во љубовна врска. Претходните истражувања покажаа дека оженетите и оние кои се во постојана вонбрачна врска се помалку осамени од самците кои никогаш не биле во брак, разведени и вдовици (Lacković-Grgin, 2008). Се објаснува поголемата осаменост на разведените лица, освен загубата на брачниот другар и влошувањето на

социјалната мрежа што се случува по раскинувањето на бракот и губењето на чувството за самопочит (Lacković-Grgin, 2008). Понатаму, смртта на партнерот е поврзана со поголема осаменост, која е поизразена кај мажите, имајќи предвид дека сопругите обично ги вклучуваат своите сопрузи во семејните односи и се важна личност за социјалната интеграција на нивните сопрузи (Ćubela Adorić, 2006). Друг фактор кој се покажа како важен за осаменоста и дека е поврзан со недостаток на блиски односи е стилот на приврзаност отфрлање-избегнување. Луѓето од овој стил на приврзаност го отфрлаат или минимизираат значењето на емоционалната приврзаност (Bartholomew, 1990) и наведуваат дека се чувствуваат удобно без блиска врска. Сепак, можно е луѓето од овој стил, со нивното одбивање да формираат постојани социјални врски, всушност да се заштитат од негативните искуства на социјално отфрлање (Fraley, Shaver, 1998). Во овој случај, таквите личности веројатно имаат потреба да припаѓаат и постои можност да се чувствуваат осамено (Baumeister, Leary, 1995). Меѓутоа, освен самото постоење или непостоење на романтична врска, се покажа дека нивото на осаменост зависи и од квалитетот на таквата врска (Lacković-Grgin, 2008). Исто така, се покажа дека оженетите луѓе можат да се чувствуваат социјално осамени доколку немаат развиена социјална мрежа (Slater, 1963).

1.2. Промени во осаменоста за време на преминот кон студии и за време на студиите

Покрај демографската променлива пол, постојат и некои други варијабли би можеле да бидат поврзани со индивидуалните разлики во осаменоста. Имено, очекувањата за промени во осаменоста при преминот кон студиите и за време на студиите се во согласност со теоријата на улоги (Hannson, 1986). Според оваа теорија, со менување на различни улоги во текот на животот, се менуваат и односите со другите луѓе. За многу студенти, одењето на факултет, односно заминувањето на студии, претставува животна промена, доаѓање во нова социјална средина (Hechanova-Alampay, et al., 2002). Некои од нив за првпат излегуваат од дома и се одвоени од родителите, што може да влијае и на нивниот однос со родителите.

Поради оваа причина, многу од нив веројатно ќе се чувствуваат осамено откако ќе се преселат, додека не стекнат нови пријатели и не се интегрираат во новата заедница (Taylor, Peplau, Sears, 2000). Имено, истражувањата покажуваат дека 75% од

бруцошите се чувствуваат осамено во текот на првите две недели на универзитетот (Cutrona, 1982). Имајќи предвид дека многу студенти мораат да стекнуваат нови пријатели, да се вклопат во нова заедница, а нивниот однос со родителите се менува кога одат да студираат, треба да се претпостави дека бруцошите ќе бидат социјално поосамени, осамени во љубовта и семејството во споредба со постарите студенти. Во кратка лонгитудинална студија на Лацковиќ-Гргин и Сориќ (1995, 1996, според Lacković- Grgin, 2008), повисока осаменост е констатирана кај бруцошите, но само кај оние кои го промениле местото на живеење поради студиите. Меѓутоа, со текот на времето осаменоста на овие ученици се намалувала.

3. Претпочитана осаменост

Во однос на осаменоста, постои самотија како состојба или ситуација кога сме сами и во која живееме и дејствуваме без чувство на изолација или осаменост (Lacković- Grgin, 2008). Претпочитаната осаменост е индикатор кој покажува дали личноста претпочита состојба на осаменост или не (Long i sur., 2003 година, според Toyoshima, Sato, 2017). Луѓето кои имаат голема преференција кон самотијата, доброволно избираат да бидат сами и поради оваа причина времето поминато во самотија го доживуваат како позитивно (Toyoshima, Sato, 2017) и доживуваат пријатни, а не непријатни емоции (Lacković-Grgin, Nekić, 2002).

Оттука, важно е да се разликува осаменоста од изолацијата. Изолацијата како вид на одвојување од другите е состојба која личноста не може да ја промени и која е предизвикана од различни бариери (правни, верски, политички и слично). Долготрајната изолација е штетна и негативно влијае на менталното и физичкото здравје (Lacković- Grgin, 2008). Од друга страна, претпочитаната или пефериранатa осаменост како посакувана состојба му е потребна на поединецот за филозофско размислување и саморазмислување (Lacković- Grgin, 2008), продлабочување на мислите и ангажирање во интелектуални и креативни активности (Burger, 1995).

Имајќи го предвид горенаведеното, треба да се претпостави дека претпочитањето на осаменоста позитивно влијае на благосостојбата. Маркоен и Госенс (1993) зборуваат за осаменоста како желба на личноста да се повлече од социјалните

интеракции со цел да се вклучи во активности од внатрешна природа, и затоа таа не треба да има негативна конотација за разлика од осаменоста или изолацијата.

3.1. Врска помеѓу претпочитаната самотија и осаменоста

Претходните истражувања покажаа дека претпочитаната самотија и осаменоста се два посебни конструкти кои се умерено поврзани меѓусебно (Allen, Oshagan, 1995; Lacković Grgin i sur, 1998; според Lacković-Grgin, Penezić, Sorić, 1998). Истражувањето на Лацковиќ-Гргин и други (1998) покажало поголема позитивна поврзаност помеѓу осаменоста и осаменоста кај младите луѓе во споредба со средовечните и постарите луѓе. Тие заклучија дека во споредба со средовечните и постарите луѓе, учениците повеќе ја користат самотијата за да се справат со осаменоста, како што е наведено од Рубинштајн и Шавер (1982). Затоа, позитивната поврзаност помеѓу осаменоста и самотијата може да значи дека колку е поголем степенот на осаменост што човекот го доживува, толку повеќе тој претпочита самотијата за да се справи со својата осаменост.

Готески (1965, според Lacković-Grgin, 2008) исто така наведува дека самотијата може да се користи како начин за справување со осаменоста доколку е насочена кон премолчување на непријатните емоции и когнитивно преструктуирање на непријатните искуства од меѓучовечките односи (Lacković-Grgin,200). Меѓутоа, Лацковиќ-Гргин и соработниците, утврдиле дека ова откритие нуди можност за различни објаснувања за врската помеѓу осаменоста и самотијата. Луѓето кои претпочитаат осаменост поминуваат многу време одвоени од другите, па можеби поради оваа причина не успеваат да развијат задоволителни социјални односи и последователно се чувствуваат поосамено. Тие го објаснија ова откритие со фактот дека емоционалната поддршка е негативно поврзана со самотијата и осаменоста. Имено, овој резултат не е во корелација со теоретската претпоставка за позитивната врска помеѓу осаменоста и афилијативната мотивација, односно со претпоставката дека осаменоста му помага на човекот да стане подлабоко поврзан со другите (Lacković-Grgin, 2008).

3.2. Разлики во претпочитаната самотија во однос на полот, статусот на романтична врска и неговите промени за времето пред зрелоста

Бургер (1995) не најде полови разлики во претпочитаната осаменост, односно самотија, кај учениците, додека Лацковиќ-Гргин и соработниците, утврдиле дека

девојките повеќе ја преферираат самотијата за разлика од момчињата, што сугерира дека ја користат самотијата на конструктивен начин и можеби повеќе од момчињата умеат да воспостават квалитетни меѓучовечки односи. Тие наведуваат дека веројатно други карактеристики поврзани со полот придонеле за претпочитање на осаменоста на девојчињата (на пр. поголема интроспекција на жените) (Lackovic-Grgin et al, 1998).

Вонг и Чиксентмихакуи (1991) откриј дека девојчињата поминуваат повеќе време со пријателите и помалку време сами од момчињата, без оглед на ориентацијата кон припадност. Сепак, тие исто така покажаа дека без разлика на полот, луѓето кои имаат висока поврзаност почесто пријавуваат дека сакаат да бидат со пријатели и поретко пријавуваат дека сакаат да бидат сами во споредба со луѓето кои се помалку приврзани. Што се однесува до статусот на романтична врска, можно е да се очекува дека луѓето кои повеќе ја претпочитаат самотијата ќе бидат оние кои немаат романтичен партнер. Имено, осаменоста за нив може да биде начин да се справат со недостатокот на љубовна врска, или можеби самата нивна наклонетост кон осаменост го спречува остварувањето на таквите врски (Wong, Csikszentmihalyi, 1991).

Во однос на промените во претпочитаната осаменост за време на предзрелоста, се покажа дека, во просек, од раѓање до старост, едно лице поминува сè повеќе и повеќе време сам, односно во самотија (Larson, 1990). Истражувањата покажуваат дека за психолошка благосостојба, важноста на вклученоста во блиски и интимни односи се зголемува во текот на адолесценцијата кон предзрелоста (англ. emerging adulthood) (Rubin, Bukowski, Parker, 2006), но дека важноста на времето поминато сам исто така се зголемува (Larson, 1990). На осаменоста се гледа повеќе негативно во раната од доцната адолесценција (Larson, 1990; Rubin, Coplan, 2010).

Други автори, пак, откриле дека постарите адолесценти пријавиле не само зголемена потреба да бидат сами, туку исто така пријавиле дека осаменоста е помалку социјално стигматизирачка и помалку отуѓување од порано. Имајќи го предвид ова, може да се претпостави дека бруцошите помалку ќе претпочитаат самотија отколку студентите во повисоките години на студирање (Freeman, Csikszentmihalyi, Larson (1986, цитиран во Wang, et al., 2013).

4. Теоретски сфаќања и пристапи кон осаменоста

Многу општествени научници, филозофи, социолози и психолози ги бараа основните причини за осаменоста, нејзините внатрешни состојби и надворешни фактори.

Внатрешните услови за појава на осаменоста може да се дефинираат како когнитивни процеси кои овозможуваат градење на самосвест. Во дефиницијата дека човекот е единствениот свесен за својата осаменост. Знаењето за човечката смртност навлегува и во внатрешните услови на осаменоста и тоа е универзален услов за појава на егзистенцијална осаменост. Егзистенцијалните филозофи веруваат дека изворот на овој тип на осаменост е мислата дека секој од нас умира сам и дека никој не може да го заземе нашето место во евентуалниот прекин на постоењето (Goossens, et al., 2009).

Надворешните причини за осаменост се наоѓаат во нашата социјална и природна средина, а тие можат да бидат лични и општи. Може да се земе пример за социјален контекст во кој поединецот може да се чувствува осамено поради некоја лична причина позната само нему или општеството е организирано на таков начин што не придонесува за создавање подлабоки општествени односи и со тоа предизвикува осаменост меѓу многу членови на општеството. Конкурентноста во некои општествени уредувања доведува до чувство на губење на сопствената позиција во општеството и со тоа го зголемува чувството на отуѓеност од другите (Goossens, et al., 2009).

Организираноста на општеството, нивото на развој на модерната технологија, живеењето во големи урбани центри, напуштањето на домот и самата природа на односите меѓу луѓето може да предизвикаат чувство на осаменост кај голем број луѓе.

На самиот почеток, во врска со видовите и формите, причините за осаменоста и начините за справување со неа, потребно е да се дефинираат одредени термини кои опишуваат одредени состојби и ги разликуваат. Термините како што се осаменост, изолација и самотија имаат слично значење, но не се синоними. Со дефинирање на овие поими за состојбата на одвојување, се намалува можноста за понатамошна конфузија (Lacković – Grgin, 2008).

Физичката осаменост е состојба на просторно и временско одвојување од другите луѓе. „Физичката осаменост е претежно емотивно неутрална состојба, не е ниту болна, ниту пријатна. Во оваа смисла, секој човек е осамен затоа што е географски оддалечен од многу луѓе кои никогаш нема да ги сретне, исто како што е оддалечен во времето од минатите и идните генерации“ (Lacković – Grgin, 2008).

Осаменоста е уште еден вид состојба на одвоеност и е условена од чувството дека поединецот е отфрлен од луѓето со кои би сакал да има социјален однос и со тоа да стекне чувство на припадност - развој на приврзан, т.е. близок однос кој ги задоволува субјективните потреби на личноста. Чувството на осаменост може да се појави и кога имате врска, но понекогаш личноста може да ја смета за неадекватна. Луѓето го опишуваат самото чувство на осаменост како болно и непријатно (Goossens, et al., 2009).

Изолацијата е еден вид одвојување од другите „која личност не може да ја промени затоа што е предизвикана од политички, професионални, верски, правни и други бариери.“ Изолацискиот тип на одвојување вклучува реални, физички пречки за лице кое сака активно да учествува во социјални активности. Чувството поврзано со изолацијата на личноста се опишува како крајно непријатно (Morningstar, 2019).

Самотијата е четвртиот вид на разделба. Самотијата нема негативни конотации во нејзините дефиниции. „Самотијата е состојба во која живееме и дејствуваме сами без да се чувствуваме изолирани или сами. Тоа е прифатена, посакувана или претпочитана состојба, која на поединецот му е потребна за филозофско размислување, за размислување со себе, за справување со стресот поради „пренатрупаноста“ на својот животен простор и ограничувањето на приватноста.“ „Во адолесценцијата, самотијата најчесто се избира за проверка на успешноста на процесот на индивидуализација и лична автономија“ (Lacković – Grgin, 2008).

Затоа, осаменоста е силно и непријатно чувство кое е резултат на нереализирани посакувани или очекувани општествени односи. Тоа е многу субјективно искуство кое поединците го опишуваат како негативно и болно (Yarchenski, et al., 2011).

4.1. Осаменост и самотија

Во западните земји, развојот на индивидуализмот се поттикнува веќе неколку децении преку влијанието на протестантската култура, а подоцна, под влијание на хуманистичката психологија, сè повеќе луѓе зборуваат за психолошки индивидуализам. Ваквиот индивидуализам не е нужно поврзан со непријателски и натпреварувачки

однос кон другите. Напротив, тоа е диспозиција за сродство со другите како луѓе затоа што претставува познавање на себеси како човек.подобра социјализација. [1]

Изведената дефиниција на психолошкиот индивидуализам е, наједноставно, можноста, односно капацитетот на човекот да биде сам, што би значело дека личноста која може да биде сама има можност за личен раст и развој со цел да се подобри, но и да создаде слика за светот околу себе. Но, од друга страна, има и негативни ефекти од индивидуализацијата, особено кај адолесцентите и некои возрасни. Ваквите аспирации за индивидуализација можат да имаат висока емоционална цена, што ја докажува поврзаноста помеѓу индивидуализмот и осаменоста (Goossens, et al., 2009).

Кога зборуваме за одвојување од другите луѓе, луѓето можат да реагираат на различни начини. Еден начин на реагирање на разделбата е позитивен и пожелен, понекогаш дури и пријатен, а таквата посакувана состојба се нарекува осаменост. Меѓутоа, ако разделбата се доживува како негативна и несакана и болна, тогаш зборуваме за осаменост (Morningstar, 2019).

Осаменоста се смета за посакувана, пријатна и возбудлива во некои култури и начини на живот, бидејќи остава простор за слобода на избор на активности, изразување на емоции и слично (Lacković – Grgin, 2008).

За луѓето за кои осаменоста не е природен избор, таа во некои ситуации може да послужи како средство за планирање на иднината, особено за решавање на проблемите, вклучувајќи ги и оние од социјална природа (Goossens, et al., 2009).

Ставот на луѓето кон осаменоста зазема централна улога во хибридните модели на осаменост. Конкретно се однесува на ставовите кон осаменоста и како таа може да влијае на ранливоста на поединецот и неговото субјективно искуство на чувството на осаменост кога е сам. Разликуваме два ставови кон осаменоста. Позитивен став кој може да се нарече афинитет кон осаменоста и негативен каде во центарот е одбивноста кон осаменоста и неможноста да се биде сам (Yarchenski, et al., 2011).

4.2. Структура и типови на осаменост

Можеме да започнеме со поформална дефиниција на концептот на осаменост, како негативно искуство што се јавува кога мрежата на општествени односи на една

личност е во дефицит во некоја важна сфера, квалитативно или квантитативно (Lacković – Grgin, 2008).

Во оваа дефиниција, постојат три општи точки на кои треба да се обрне внимание, кои исто така се согласуваат со другите предложени дефиниции. Прво, дека осаменоста е резултат на дефицит во социјалните односи на една личност, второ дека осаменоста е субјективен феномен кој не е нужно синоним за објективна изолација, каде што луѓето можат да бидат сами без да се чувствуваат осамени и трето, дека осаменоста е непријатна и неудобна (Yarchenski, et al., 2011).

Повеќето традиционални гледишта за осаменоста ја нагласуваат нашата човечка потреба за интимност, така што осаменоста се гледа како неизбежна директна последица од неисполнувањето на овие потреби, а сите вклучени когнитивни процеси се речиси целосно игнорирани (Yarchenski, et al., 2011).

Најпознатата поделба на осаменоста е онаа на Вајс, каде што тој прави разлика помеѓу социјалната и емоционалната осаменост. „Емоционалната осаменост се појавува поради недостаток на блискост во врската и може да се реши со реинтеграција на постоечка врска или интегрирање во нова емотивно посветена врска“ (Goossens, et al., 2009).

„Социјалната осаменост е предизвикана од тоа што не се вклучувате во социјалната мрежа. Се појавува при преселба на друго место, дури и кога личноста има близок партнер, но му недостигаат пријатели и познаници со кои може да сподели интереси и активности кои неговиот партнер не ги практикува“ (Lacković – Grgin, 2008).

Осаменоста може да се дефинира како непријатно и вознемирувачко искуство, кое е субјективно и затоа индивидуално, а може да се земе предвид и со гледање на неговото времетраење. Ако се земе предвид времетраењето на осаменоста, може да се најде ситуациона осаменост која следи по некој стресен настан, која најчесто е придружена со соматски симптоми како главоболки, нарушувања на спиењето и губење на апетит и е придружена со крајно негативни емоции. Друг тип на осаменост поврзана со времето би бил хроничен, кој се појавува доколку личноста не успее да воспостави здрава и задоволителна општествена врска во период подолг од една година и кога ја губи надежта и верува дека нема да може да ја подобри својата социјална состојба во иднина, која најчесто се јавува чувство на беспомошност, безнадежност, страв од

иднината и вознемиреност. Третиот тип би бил минлива осаменост, која обично трае неколку часа или денови и е најчеста форма на осаменост, а не е придружена со никаков вид на соматски симптоми или емоционални тешкотии, но сепак е придружена со чувство на непријатност (Yarchenski, et al., 2011).

Во продолжение на овој дел, манифестациите на осаменоста се поделени во четири категории: афективни, мотивациски, бихејвиорални и социјални проблеми поврзани со осаменоста (Krause-Parello, 2008).

1) Афективните манифестации кај учениците кои самостојно ги опишале вклучуваат: анксиозност, немир и напнатост (Krause-Parello, 2008).

2) Мотивациони и когнитивни манифестации - Неколку фактори може да бидат корисни во решавањето на навидум парадоксалните мотивациони компоненти на осаменоста. Прво, осаменоста може да предизвика мотивација за интерперсонален контакт, но да ја намали мотивацијата за други задачи. Второ, осаменоста може да има возбудлив ефект, но исто така може да го попречи ефикасното користење на енергијата за завршување на задачите. Трето, осаменоста може да има различни мотивациони својства со текот на времето. Постои можност луѓето при согледување на контролата на осаменоста да се мотивираат да најдат начин да го ублажат сопственото искуство на осаменост. И на крај, осаменоста може да влијае на флуктуацијата во мотивациската состојба на една личност повеќе од вообичаено. Со други зборови, осамените луѓе може да имаат период кога нивното возбудување се менува од периоди на висока до периоди на слаба возбуда. Клиничарите, исто така покажаа дека осамените лица често имаат потешкотии да се концентрираат, што може да има негативно влијание врз другите области од животот (Krause-Parello, 2008).

3) Бихејвиорални манифестации - Во студиите за бихејвиоралните манифестации на осаменост, понекогаш е тешко да се направи разлика помеѓу однесувањата што ја придружуваат осаменоста, однесувањата што доведуваат до состојба на осаменост и стратегиите на однесување за справување со осаменоста (Krause-Parello, 2008).

Три потенцијални бихејвиорални манифестации на осаменост бараат внимание. Прво, ако се мисли дека осаменоста е одговорна за состојби на анксиозност и депресија, осамените поединци би покажале однесувања карактеристични за овие состојби. Второ, доказите покажуваат дека осаменоста е тесно поврзана со недостатокот на

самоувереност. Трето, предложено е дека осамените луѓе имаат потешкотии да ги споделат своите чувства за осаменоста со други луѓе (Krause-Parello, 2008).

4) Социјални и медицински проблеми - дополнителни докази кои ги поврзуваат осаменоста и социјалните проблеми се претставени во истражувањето на Бренан и Осландер. Нивното истражување беше засновано на секундарна анализа на неколку големи анкети на американски адолесценти и откри дека осаменоста е поврзана со лоши оценки, исклучување од училиште, бегство од дома и вклучување во деликвентно однесување како што се крадење, коцкање и вандализам (Krause-Parello, 2008).

Непосакувана самотија

Постојат индивидуални разлики во секоја сфера на човековиот живот и активност, така што има и индивидуални разлики во преферираното времетраење на осаменоста. Несакана осаменост се јавува кога се појавува екстремна осаменост и личноста чувствува болка и страдање. Меѓутоа, ако поединецот ја избере осаменоста поради осаменоста, односно ако го користи времето продуктивно за истражување и проценка на првичната причина за осаменоста, како настанала осаменоста, однесувањата што довеле до неа и како да се подобрат овие сфери (Goossens, et al., 2009).

Осаменоста може да биде продуктивна во надминување на чувствата на осаменост кога личноста ги исфрла непотребните и празни врски што ги одржува во својот живот поради страв од осаменост, а многу позитивен резултат од осаменоста може да биде да престане да бега од себе и да се прифати себеси како личност (Yarchenski, et al., 2011).

Траење на самотијата

Оптималното времетраење на осаменоста е многу важно и зависи од објективни и субјективни околности, а се покажа дека и самото времетраење на осаменоста има многу силно влијание врз нивото на адаптација. Едно истражување покажа и наведе дека постои идеално време и времетраење на осаменоста за адолесцентите, каде што во бројки таа претставува околу 25 до 40 проценти од времето надвор од училиштето.

Секое отстапување, т.е. ако адолесцентите поминуваат повеќе или помалку време сами, може да биде контрапродуктивно за добро прилагодување, односно приспособување. Приспособувањето во овој случај се однесува на училишните резултати и

субјективните чувства на депресија, а тенденцијата да се поминува премногу време само се припишува на некои форми на дисфункција на личноста и адолесцентите кои пријавуваат дека поминуваат долго време сами покажуваат знаци на социјална анксиозност и депресија (Yarchenski, et al., 2011).

5. Теоретска анализа и пристапи кон осаменоста

Во текот на последните неколку децении, потребата и желбата за истражување на осаменоста и нејзините причини се зголемија. Ова доведе до формулирање на различни теоретски модели. Преку внимателна анализа на овие теоретски сфаќања, Перлман и Пеплау издвоија осум различни категории на пристапи кон осаменоста: психодинамичен, феноменолошки, егзистенцијален, социолошки, пристапот на општата теорија на системи, приватноста и интеракционистичкиот и когнитивистичкиот пристап. Некои од споменатите пристапи се опишани подетално подолу во продолжение (Yarchenski, et al., 2011).

5.1. Егзистенцијалистички пристап

Егзистенцијалистичкиот пристап кон осаменоста се однесува на теоријата дека во основа сите луѓе се сами. Според ставовите на егзистенцијалистичките филозофи, егзистенцијалната осаменост не може да се гледа како едноставна осаменост што луѓето ја доживуваат поради незадоволителните врски со другите.

Меѓу клиничарите, кои го проучувале овој тип на осаменост и се справувале со него, е истакнатиот психолог Карл Мустакес, кој гледал на осаменоста прилично оптимистички. Во своите дела тој зборува дека секој човек мора да го прифати тоа искуство, бидејќи секое избегнување може да доведе до одвојување од општеството и себе, или самоотуѓување. Ако личноста не ја прифати егзистенцијалната осаменост како дел од неговата човечка природа, тоа, според Мустакес, ќе го спречи неговиот личен раст и развој (Lacković – Grgin, 2008).

Мустакес пишува за два различни типа на осаменост, егзистенцијална осаменост и вознемирувачка, односно анксиозна осаменост. Според авторот, анксиозната осаменост е аверзивна и произлегува од основното отуѓување помеѓу две човечки суштества,

додека од друга страна, егзистенцијалната осаменост се смета за неизбежен дел од човековото постоење, што вклучува периоди на конфронтација со себе и обезбедува место за раст. Колку што осаменоста и сето она што следи може да биде болно искуство, исто така може да резултира со нешто позитивно и победничко. Така, самиот автор гледа на доживувањето на осаменоста низ призмата на позитивно-негативната димензија, каде што анксиозната осаменост е негативна форма на осаменост, а егзистенцијалната осаменост е позитивна форма (Lacković – Grgin, 1994).

Овој тип на пристап е ограничен од самата теорија на егзистенцијалистичката филозофија на Хајдегер, Сартр, Јасперс, Ками и други, и затоа не им служи многу на психолозите за научно-истражувачки цели.

5.2. Социолошки сфаќања

За разлика од гореспоменатите видови на разбирање на осаменоста, социолошките сфаќања се засноваат на општествени фактори кои влијаат на појавата на осаменоста кај една личност. Така, веќе во 1955 година, Бауман претпоставува дека во американското општество осаменоста се произведува од следните фактори: 1) падот на бројот и квалитетот на блиските односи во примарните групи; 2) зголемување на мобилноста на семејството; 3) зголемување на социјалната мобилност. Подоцна, социолошките анализи ги потврдија овие претпоставки (Yarchenski, et al., 2011).

5.3. Интеракционистички сфаќања

Овој став, односно ова интеракционистичко сфаќање, е поврзано со д-р Роберт Стјуарт Вајс. Тој верува дека осаменоста не е само функција на лични или ситуациони фактори, туку дека таа е резултат на комбинираното, интерактивно дејство на овие фактори (Musetti, 2019).

Пристапот на Вајс кон идејата за осаменост е таков што тој ги зема веќе постоечките идеи за потенцијалната појава на осаменост. Се верува дека осаменоста настанува кога некои основни човечки потреби, потребата за љубов и блискост, не се задоволени, а тој

ги зема овие идеи и ги разработува. Потребата за љубов и припадност се покажува како исклучително важна уште од раното детство, каде што детето ги припишува овие улоги на еден од родителите или старателите, а во нуклеарните семејства најчесто мајката (Musetti, 2019).

Понатаму, Бајс во своите дела поставува нови теории за осаменоста и во споредба со другите автори пишува за општествените откритија што ги споделуваме со другите луѓе и ги дели во 6 групи (Musetti, 2019): 1) приврзаност; 2) водење; 3) социјална интеграција; 4) грижа за другите; 5) потврда за самопочит; 6) сигурна поддршка.

Во постигнувањето приврзаност со другите и социјалната интеграција, Бајс препознава два типа на осаменост, социјална и емоционална.

Емоционалната осаменост е последица на недостатокот на блиска, интимна врска, како што е љубовта или бракот. Емоционално осамената личност доживува анксиозност од разделување, чувство на напуштеност и празнина. Невозможно е да не се надмине овој тип на осаменост со влегување во нови врски, доколку тие не ја задоволуваат потребата за блискост и љубов. Постоечка или нова љубовна врска може да ја намали емоционалната осаменост само ако, и кога, дава наклонетост (Musetti, 2019).

Социјалната осаменост се појавува како последица на отсуство на значајно пријателство или недостаток на вклученост во социјална мрежа. Во таква ситуација, човекот не може да го сфати напредокот што Бајс го нарекува социјална интеграција. Овој тип на осаменост е проследен со чувство на досада и маргинализација. Социјалната осаменост може да се надмине со приклучување на социјална мрежа, за што е потребно познавање на одредени социјални вештини (Musetti, 2019).

5.4. Конгвинистички сфаќања

Конгвинистичкиот пристап ги почива своите темели на идејата дека секое човечко суштество во суштина е истражувач, односно научник. Тој човек како таков постојано се труди да се разбере себеси како личност, својот животен пат и да извлече заклучоци за неговите минати искуства и како тие го формирале.

Во конгвинистичкиот пристап биле користени некои веќе познати теории, како што се теоријата на когнитивна дисонанца, што значи недоследност во однесувањето и

размислувањето, теоријата на општествени споредби и теории за атрибуција (Musetti, 2019).

Знаењето или разбирањето посредува помеѓу чувството на недостаток на социјални интеракции, вистинското отсуство на социјални интеракции и како резултат на искуството на осаменост. Кога размислуваат за ситуации кои секојдневно им се случуваат на луѓето, тие самите можат да извлечат заклучоци за нивната интеракција со другите, без разлика дали се позитивни или негативни, и на кој начин и до кој степен придонесуваат за исполнување на очекувањата и потребите кои лицето ги поставило. Многу е важно на кое ниво и на кои начини секој човек ги разликува и ги разбира општествените односи, бидејќи нивното позитивно остварување е прашање на субјективно чувство и впечаток. Овие знаења и чувства се нарекуваат социјални сознанија и тие се дел од моделот на когнитивна дисонанца (Goossens, et al., 2009).

Осаменоста, која настанува како резултат на субјективно чувство на незадоволство од врската, неисполнување на потребите и очекувањата на личноста, се испитува од перспектива на самиот субјект, односно личноста, а не од некој надворешен фактор (Musetti, 2019).

Многу истражувања ја споменуваат потрагата по причините за осаменоста. Осамените луѓе првенствено бараат настани што и претходеле на осаменоста (на пример, раскинување на романтична врска, смрт на блиска личност итн.). Ако осаменоста трае подолго, луѓето обично бараат причини кои ја одржуваат оваа непријатна состојба. Што се однесува до одржувањето на состојбата на осаменост, луѓето најчесто го наоѓаат виновникот во себе или во нивните особини на личноста, без разлика дали се вистински или замислени, или пак ги наоѓаат. во надворешни фактори - животни ситуации во кои се наоѓаат во моментот, мислејќи дека поради нив им е многу тешко да запознаат нови луѓе. Кога личноста постојано го користи истиот начин на припишување на осаменоста, тогаш зборуваме за неговиот атрибутивен стил. Стиловите на атрибуција се поврзани со очекувањата на една личност за тоа какви ќе бидат неговите социјални интеракции во иднина (Lacković – Grgin, 2008).

Ако некоја личност ја припишува својата осаменост на внатрешните и стабилни негативни карактеристики на личноста, тој секогаш ќе очекува негативни исходи од сите идни потенцијални општествени односи и може да се појават чувства на беспомошност, безнадежност и песимизам.

Стратегиите за справување со осаменоста, исто така, имаат свои корени во стиловите на атрибуција. Стратегиите ќе зависат од тоа дали наведените причини за осаменост се стабилни или нестабилни. Ако некое лице го припишува своето искуство на осаменост на причините за однесување, т.е. нестабилните причини за осаменост, тогаш тој ќе може да се ориентира на стратегии за справување кои ќе му помогнат да избегне идни потенцијално негативни исходи. Од друга страна, ако некој се обвинува себеси за неговата состојба на осаменост, никогаш нема да може да го контролира нивото на осаменост во иднина, туку секогаш ќе се враќа на минатото и на сите негативни исходи од таа ера (Musetti, 2019).

6. Самоспознавањето и осаменоста

Познато е дека постојат одредени типови на личности со кои ги објаснуваме појавите како отвореност или екстравертност и затвореност и интровертност. Постојат многу фактори во животот на поединецот кои би можеле да влијаат на нивото на самооткривање и отвореност кон другите. Најчесто луѓето се отвораат и им се доверуваат на блиските, многу почесто отколку на непознати. Постојат студии кои покажаа дека жените се многу повеќе склони кон самооткривање од мажите и дека типовите на откриени информации се разликуваат помеѓу половите. Жените најчесто ги откриваат своите чувства, додека мажите најчесто откриваат само информации. Половите разлики во самооткривањето постојат поради разликите во општествените барања поврзани со родовите улоги на мажите и жените, кои можеби нема да постоеја доколку немаше општествени притисоци (Perlman, et al., 1981).

Тајноста се дефинира како тенденција на намерно да се сокријат личните информации од други луѓе. Поконкретно, тајноста се однесува на прикривање информации за себе за кои лицето смета дека се негативни и не му користат (Lacković – Grgin, 1994).

За време на многу важна животна фаза како што е адолесценцијата, чувањето тајни може да преземе различни функции, во зависност од развојните задачи во тој период. За време на фазата на одвојување, односно процесот на индивидуализација, адолесцентите настојуваат да се одвојат од своите родители и да создадат свој идентитет преку социјална споредба и прифаќање од нивните врсници. Разделбата од

родителите често е многу болно искуство бидејќи подразбира чувство на загуба, но неопходно е за лично психолошко созревање и е поврзано со поволни психолошки исходи. Од друга страна, одвојувањето од врсниците е поврзано со чувство на осаменост и негативни психолошки исходи (Musetti, 2019).

Поради оваа причина, чувањето тајни од родителите може да биде корисно за зголемување на емоционалната автономија и созревање. Спротивно на тоа, чувањето тајни од пријателите може да ја оштети довербата што адолесцентот ја има во своите врсници и да резултира со негативни развојни исходи за нивната социјална положба и оштетување на социјалната споредба и социјалното прифаќање во групата (Musetti, 2019).

Социометриската теорија вели дека самодовербата може да се конципира како внатрешен и автоматски систем кој ги набљудува исходите од социјалните врски со цел да мотивира однесување кое ја содржи основната потреба за социјална припадност. Според некои истражувања, варијациите во самодовербата ги рефлектираат разликите во перцепцијата на општественото прифаќање, што значи дека ако адолесцентот се чувствува дека припаѓа на своите врсници, има помали шанси да скрие некои аспекти од себе кои не му се допаѓаат од неговите врсници. Луѓето со ниска самодоверба имаат тенденција да кријат нешта за себе почесто од другите и потешко се откриваат, а кога младите со ниска самодоверба откриваат некои тајни за себе, поголема е веројатноста да очекуваат социјално отфрлање како резултат (Musetti, 2019).

Високата самодоверба во области кои промовираат меѓучовечки односи или справување со емоционални тешкотии може сама по себе да го намали нивото на чување тајни од пријателите. Спротивно на тоа, адолесцентите кои се чувствуваат посамоуверени во области каде односот со врсниците не е нагласен, како што е академската или семејната самодоверба, почесто чувствуваат потреба да чуваат тајни од пријателите во случаи кога чувствуваат негативни чувства на осаменост кон врсниците. или афинитет за осаменост (Lacković – Grgin, 1994).

Истражувањето спроведено помеѓу средношколци и студенти покажува дека адолесцентите подеднакво се отвораат кон својата мајка и најдобар пријател во интимните области, со фактот дека самооткривањето е поголемо кај девојчињата отколку кај момчињата. Истражувањето открива дека адолесцентите откриваат се помалку во интимните области (на пр. сексуалноста) отколку во помалку интимните

области (на пр. студии, ставови), што е особено очигледно во самооткривањето на младите мажи. Во основа, наодите за родовите разлики се конзистентни со оние добиени во испитувања за возрасни (Yarchenski, 2011).

Некои студии покажаа дека самооткривањето на пријателите се зголемува во адолесценцијата, а нивото на самооткривање пред родителите се намалува (Teppers, et al., 2013).

Глава 2. Анализа на социјалната анксиозност и сродните конструкти

1. Социјална анксиозност – терминолошко и концептуално однесување

Анксиозноста потекнува од латинскиот збор anxietas (вознемиреност, загриженост) и е универзална човечка карактеристика. Може да се конципира и проучува на различни начини - како нормална и патолошка карактеристика на поединецот, но и како состојба и особина на личноста. Без оглед на дефинициите за анксиозност, овој феномен се карактеризира со неговата сложеност и мултидимензионалност и претставува предизвикувачка задача за проучување во рамките на различни психолошки дисциплини.

Според авторите Пасер и Смит (2001), анксиозноста претставува нормална појава во секојдневниот живот, односно таа е природна реакција на предвидена закана. Меѓутоа, таа може да биде опишана и проучувана од различни перспективи.

1.1. Општо за анксиозноста

Кога станува збор за анксиозност (вознемиреност), тоа е термин кој се користи за да се опише емотивна состојба кај луѓето кога тие се соочуваат со закана, опасност, или кога се под стрес. Кога луѓето се анксиозни, тие вообичаено се вознемирени и се чувствуваат непријатно и напнато.

Анксиозноста (трепет, страв, паника, вознемиреност, грижа) е искуство во развојот на личноста кое го доживува секоја личност во текот на развојот. Сомерс и соработниците (Somers, et al., 2006) истакнуваат дека тоа е основна човечка емоција што претставува нормална реакција на одредена опасност и е важна за зачувување на интегритетот на организмот. Постојат два вида на анксиозност: нормална (физиолошка) и патолошка анксиозност. Физиолошката анксиозност има адаптибилна функција на новите или заканувачките ситуации. Одреден степен на анксиозност дури е и посакуван, поради мотивацијата на една личност за да се однесува попродуктивно. Важно е да се научи како истата да се контролира. Според Беидел и Тарнер (Beidel & Turner, 1996), патолошката анксиозност се карактеризира со страв без присуство на надворешен загрозувачки или заканувачки објект. Тие наведуваат дека кај анксиозноста, објектот е непознат, трае долго време, има хроничен тек, додека кај стравот пак, предметот е познат, опасноста доаѓа од надвор, е краткотрајна и има акутен тек.

Според авторите Пасер и Смит (Passer & Smith, 2004), анксиозноста претставува нормална појава во секојдневниот живот, односно таа е природна реакција на предвидена закана. Меѓутоа, таа може да биде опишана и проучувана од различни перспективи.

Кога зборуваме за ризични фактори за развој на анксиозни нарушувања, во литературата може да се сретнат повеќе општи и специфични фактори кои се поврзани со одредено анксиозно растројство. Многу варијабли се сметаат за ризички фактори за анксиозни нарушувања:

- ✓ Пол - женскиот пол е фактор на ризик за анксиозност, се јавува двојно почесто и се зголемува со возраста. Исклучок е опсесивно-компулсивното растројство (ОКР).
- ✓ Образование - пониско ниво на образование е поврзано со повисоко ниво на анксиозност.
- ✓ Финансиска состојба - понискиот приход е поврзан со повисоко ниво на анскиозност.
- ✓ Возраст – во раното детсво се појавуваат фобии, ОКР и сепарациска анксиозност. Социјалната фобија и паничното растројство најпрво се дијагностицираат во текот на адолесценцијата.
- ✓ Карактеристики на личноста - истражувањата покажаа дека на пример, многу срамежливи деца честопати се жртви на врсничко насилство, што ги става на поголем ризик да развијат некои од анксиозните нарушувања подоцна во животот. Децата кои имаат потешкотии да се справат со неизвесноста и/или често се загрижени, имаат поголем ризик да развијат генерализирано анксиозно растројство. Темпераментниот концепт на бихевиорална инхибиција, објаснува колку се појавува несоодветен страв и дистанцирање од ситуацијата ако е непозната. Децата се срамежливи и повлечени кога ќе сретнат странци и чувствуваат страв во непознати ситуации. Инхибицијата во однесувањето се наведува како фактор на ризик за развој на анксиозни нарушувања, нагласувајќи ја и социјалната фобија (Beesdo, et al., 2009).

- ✓ Семејна историја и динамика - Истражувањата покажуваат дека анксиозните растројства/нарушувања сè почесто се појавуваат помеѓу блиските роднини. Истражувачите истакнуваат дека децата можат да научат стравови и фобии гледајќи и имитирајќи ги своите родители. Во семејните студии, наследноста е очигледна. Кај еден родител кој страда од анскиосност, ризикот е значителен и е особено значаен доколку и двајцата родители страдаат од анксиозно растројство (Beesdo, et al., 2009).

- ✓ Родителски однесувања - Непосакуваните однесувања на родителите кои се карактеризираат со негативна афективност, одбивање, високо ниво на контрола и хиперзаштита се поврзани со развој на анксиозни растројства кај децата. Родителите со анксиозно растројство и нивните деца користат избегнување како начин да ги решат проблемите и да го наградат однесувањето на детето. Прекумерната заштита е ризик за анксиозни растројства, но не и депресија, додека одбивањето од страна на родителите има спротивен ефект (Beesdo, et al., 2009).

- ✓ Социјални фактори - според истражувањата, во последните дваесет години, има сè повеќе деца и млади кои развиваат анксиозни растројства. Ова може да се поврзе со забрзан начин на живот, намалена дружељубивост, отуѓување од блиски пријатели и слично.

- ✓ Искуства од детството - повеќето епидемиолошки студии наоѓаат врска помеѓу штетните искуства од детството (на пример, загуба на родител, развод, злоупотреба на деца и занемарување) со појавата на психички нарушувања.

- ✓ Трауматски настани - може да бидат предизвикувач/поттикнувач за развој на анксиозни растројства, особено кај индивидуа која е подложна на нив поради генетски, психолошки и биохемиски карактеристики. Изложеноста на трауматско искуство во детството (злоупотреба, занемарување, закани, итн.) влијае на развојот на симптомите на анксиозност. Различни форми на фобии (страв од змии, кучиња, пајаци, итн.) може да се појават како резултат на трауматско искуство. Студијата која ја испитувала врската помеѓу загубата на родителите пред 17 години и анскиозноста кај женските близнаци покажа дека постои зголемен ризик од развој на анксиозно растросјтво како резултат на одвојување од родителите (Beesdo, et al., 2009).

- ✓ Здравствена состојба - Бројни студии и медицински практики покажале дека некои медицински состојби можат значително да го зголемат ризикот од панично/анксиозно растројство. После сериозни хируршки зафати, анксиозното растројство често се развива како реакција на ситуација опасна по живот.

Во последно време, истражувачите користеле понова конструкција што влегува во фактори на ризик. Анскиозната чувствителност (анг. anxiety sensitivity) се дефинира како страв од појавување на анскиозни симптоми и телесни сензации кои се поврзани со анксиозноста, што произлегува од верувањето дека анскиозноста и телесните сензации можат да имаат негативни физички, психолошки и социјални последици (Vulić-Prtorić, 2006).

Најновите истражувања ја истакнуваат специфичната феноменологија на анксиозната чувствителност во детството и адолесценцијата и истражуваат некои аспекти на инциденцата и специфичноста на анскиозната чувствителност и психосоматските симптоми кај таа популација. Во современите истражувања во оваа област, се покажа дека разни физички болести можат да претставуваат психолошка ранливост за развој на различни симптоми на психопатологија, а особено за поинтензивно искуство на анксиозноста. Досегашните резултати покажуваат дека без оглед колку и какви симптоми доживуваат децата, нивното толкување и чувство на болка се значително поврзани со аксиозната чувствителност. Анксиозната чувствителност се покажа како добар предиктор за т.н. интероцептивен страв, т.е. страв од телесни сензации при некои физички напори или здравствени заболувања. Кај децата, зголеменото ниво на аксиозната чувствителност може да го отежне извршувањето на клиничката проценка и правилната дијагноза, и затоа целосниот медицински третман е составен дел од проценката на физичките проблеми (Jokić-Begić, et al., 2012). Овој третман би исклучил дека присуството на физички симптоми кои детето ги наведува не е резултат на болест или дека тоа е дете кое реагира крајно непријатно и толкува катастрофални нормални телесни реакции.

Во случај на дете кое страда од болест, ваквите когнитивни толкувања можат значително да влијаат на закрепнувањето и општото здравје. Децата кои имаат високо ниво на аксиозната чувствителност ги чувствуваат истите нивоа на болка значително поинтензивно во споредба со децата кои имаат просечно или ниско ниво на аксиозната чувствителност. Необјаснетата вртоглавица, несвестица, чувство на несигурност или

симптоми на аксиозната чувствителност можат да послужат добро во објаснувањето на нарушувањата на соматизацијата, бидејќи тие подеднакво ги карактеризираат вознемирените луѓе и лицата со нарушувања на соматизацијата. Ваквото разгледување наведува дека соматскиот аспект на аксиозната чувствителност може да се разгледа во поширокиот контекст на когнитивната интерпретација на телесните симптоми, особено т.н. свест за телото или вознемирено тело (Vulić-Prtorić, 2006).

Со појавата на конструктот на аксиозната чувствителност се нагласува колку е сложена и специфична етиологијата на секое анксиозно растројство, и дека очигледно слични симптоми можат да бидат резултат на различни развојни патеки. Истражувањата покажуваат значителна поврзаност помеѓу аксиозната чувствителност и паничните нарушувања и можноста за превенција со рано идентификување на симптомите на аксиозната чувствителност. Се покажало и дека когнитивно-бихевиоралната терапија може да ги намали симптомите на аксиозната чувствителност и на тој начин, индиректно, да ги намали интензитетот и фреквенцијата на панично растројство (Vulić-Prtorić, 2006).

1.2. Социјална анксиозност

Социјалната анксиозност претставува една од формите на анксиозност и служи за истата цел како и анксиозноста воопшто (со акцент дека социјалната анксиозност го прави организмот буден кога постои закана од социјална природа). Исто така, социјалната анксиозност може да се дефинира на различни начини (особина и состојба на личноста/адаптивни и неадаптивни карактеристики на личноста) и е предмет на проучување во различни психолошки дисциплини.

Имено, социјално-анксиозното нарушување или социјалната фобија во Меѓународната дијагностичка класификација на ментални нарушувања ДСМ (DSM), за првпат се појавува во почетокот на осумдесетте години, а потоа поспецифично и поодредено во верзијата од 1987-та година на Американската психијатриска асоцијација (American Psychiatric Association, 1987). Набрзо после „означувањето“ на социјалната анксиозност и е даден епитетот најмалку испитувано анксиозно нарушување. Од една страна пристигнувале податоци за неговата изразена присутност: утврдено е дека кај американската популација, социјалната анксиозност по присутност е веднаш зад

депресивното нарушување и зависноста од алкохол, дека клинички дијагностицираните со социјална фобија се мошне чести и нивната животна преваленца изнесува од 2,4 до 13,3% во општата популација на САД, според Схнеиер и соработниците (Schneier et al., 1992), а бројот на луѓе кои патат од социјална анксиозност е неочекувано голем. Од друга страна се зголемувале проблемите околу дијагностицирањето и третманот на овој вид нарушување, Затоа, последните две децении ги обележале бројни истражувања кои се поврзани со социјалната анксиозност, главно но не и единствено, во западните земји.

Според основната карактеристика која ја дефинира социјалната анксиозност може да биде наречена и евалуациона анксиозност според Бек и Емери (Beck & Emery, 1982), бидејќи според Схленкер и Лари (Schlenker & Leary, 1982), настанува од можноста или постоењето на проценување од страна на другите луѓе во реални или замислени околности. Според Хеимберг (Heimberg, 1989), социјално-анксиозните личности доживуваат значаен емотивен дистрес во повеќето социјални ситуации, особено кога се запознаваат со други луѓе, кога се критикувани, кога се во центарот на вниманието, кога ги набљудуваат додека нешто работат, при контакти со авторитетни лица. Социјалната анксиозност често се дефинира во термините на три централни компоненти: реакција на автономниот нервен систем, преокупација со стравот од негативна евалуација и избегнувањето или желбата да се избегне социјалната ситуација. Патолошкото доживување на екстремна социјална анксиозност е социјална фобија или социјално анксиозно нарушување - изразувањето на траен, претеран и неосновен страв од една или повеќе ситуации во која личноста може да биде набљудувана и проценувана. Според Меѓународната дијагностичка класификација на менталните нарушувања (DSM-IV[APA], 1994), за дијагностицирањето на социјална фобија, страв или избегнување кое е поврзано со страв мораат да бидат интензивни во мерка да значајно го нарушуваат социјалниот и професионалниот живот на личноста или за личноста да представуваат впечатлива непријатност. Кај социјалната фобија функционирањето на личноста е значајно нарушено и со тоа ова нарушување на континуумот на социјалната анксиозност јасно се одвојува од срамежливоста или тремата кои многу луѓе ги доживуваат во поединечни социјални ситуации, особено во прилика на јавен настап или т.н. „нормална“ социјална анксиозност.

Лари (Leary, 1996), зборува за социјалната анксиозност и како црта, диспозициска карактеристика - склоноста на социјалниот стимулус да се реагира со анксиозност. Со

тоа, овој автор одговара на често поставуваното истражувачко прашање: Дали социјалната фобија е само екстремна социјална анксиозност или се работи за квалитативни разлики како во случајот со екстремна тага и депресија. Според сегашната точка на истражување не може да се каже дека димензионален третман на социјалната анксиозност на Лари е конечен одговор на спомнатото прашање, бидејќи истражувачките наоди се контрадикторни, како што ќе наведат Чек и Мелхоир (Cheek, Melchoir, 1990).

1.2.1. Одредување на социјалната анксиозност

Лири (Leary, 1983) укажува на двојниот концептуален статус на социјалната анксиозност, сугерирајќи употреба на два термина: социјална анксиозност како особина (анг. social anxiousness) и како состојба (анг. social anxiety). Социјалната анксиозност е, пред сè, диспозиција на личноста, т.е. склоноста да се реагира на одредени општествени стимули со раздразливост, немир и непријатност (Leary, 1996). Состојбата на социјална анксиозност е минливо искуство или моментален одговор на одреден социјален стимул, а интензитетот на социјалната анксиозност може да варира со текот на времето и во зависност од ситуацијата. И покрај ова, постојат релативно постојани индивидуални разлики во интензитетот и зачестеноста на искусувањето на социјалната анксиозност, кои зависат од одредени биолошки фактори и искуства (Schlenker, Leary, 1982). Повеќето луѓе повремено доживуваат несигурност, страв и нервоза во односите со други луѓе, а некои често или ретко.

Лири ја дефинира социјалната анксиозност како когнитивно-афективен синдром кој се карактеризира со физиолошко возбудување (возбуда на симпатичкиот нервен систем) и загриженост или страв во врска со претстојниот, потенцијално негативен исход што личноста верува дека тој или таа не може да го избегне“ (Leary, 1983a). Слична дефиниција е предложена од други автори (Leary, Kowalski, 1995; Westenberg, 1998), опишувајќи ја социјалната анксиозност како когнитивно-афективен синдром кој се карактеризира со изразена и постојана анксиозност и активирање на симпатичкиот нервен систем, во пресрет или за време на социјални интеракции.

Неопходно е да се води сметка за јасно разграничување на социјалната анксиозност од другите видови анксиозност. Имено, еден од критериумите за поделба на анксиозноста

се заснова на типот на ситуацијата што ја предизвикува нејзината појава. Од една страна, имаме ситуации кои можат да се категоризираат како несоцијални дразби (на пр. физичка опасност), а од друга, околности кои можат да се класифицираат како социјални дразби (на пр. социјално собирање). Иако потекнува од општествени ентитети и ситуации, не секоја анксиозност е социјална анксиозност. Анксиозноста поврзана со ситуации кои содржат компонента за социјална евалуација е социјална анксиозност (Leary, Kowalski, 1995; Schlenker, Leary, 1982). Затоа, околностите кои предизвикуваат загриженост за тоа како другите ќе не оценуваат може да се класифицираат како социјално загрозувачки стимули. Примери за такви ситуации се: проценка, евалуација или набљудување од страна на други лица, присуство на важни и почитувани луѓе, публика, средби и интеракции со непознати луѓе или лица со авторитет, јавни настапи, изложување на критики или центар на внимание, изразување мислења и ставови, поставување прашања, ситуации на хетеросексуален ризик (на пр. иницирање романтичен и/или сексуален контакт) (Dimoski, 2015; Tovilović, 2004).

Социјалната анксиозност се разликува од другите форми на анксиозност по тоа што се заснова на верувањето за присуство на интерперсонална евалуација во реален или имагинарен социјален контекст. Луѓето можат да се грижат исто толку (ако не и повеќе) кога ја предвидуваат социјалната интеракција (интеракција со замислен ентитет) како и кога се во интеракција во општествени околности. Очекувањето или вистинската евалуација од другите во замислен или реален социјален контекст, што со себе носи загрижена индивидуа со прашањето дали и како другите ќе го оценат, предизвикува појава на социјално-анксиозно искуство (Schlenker, Leary, 1982).

Со други зборови, оваа форма на анксиозност се јавува кога луѓето се мотивирани да остават поволен впечаток на другите, но се сомневаат дека ќе успеат (Schlenker, Leary, 1982). Затоа, мора да постои верување на лицето дека ситуацијата вклучува надзор или проценка (без разлика дали е вистина или не), како и очекување на негативна оценка како веројатен исход, чии последици би биле штетни за поединецот.

Затоа, суштината на социјалната анксиозност е стравот на личноста дека ќе биде претставена во неповолно и неадекватно светло и дека затоа ќе биде отфрлена или не прифатена од другите (Leitenberg, 1990). Вилсон и Рапи (Wilson, Rapee, 2005) ја поддржуваат оваа дефиниција за социјална анксиозност, укажувајќи на фактот дека негативната слика за себе придонесува за верувањето за неповолна оценка од другите

како веројатен исход од социјалната интеракција. Лири и Ковалски (Leary, Kowalski, 1995) истакнуваат дека социјално анксиозните поединци имаат помалку позитивна слика за себе и помали очекувања во однос на позитивните проценки на другите луѓе. Затоа, начинот на кој човекот се перцепира и оценува себеси влијае на тоа како ќе се чувствува во ситуација на можна или вистинска изложеност на туѓи коментари, кои се поврзани со неговите особини на личноста, однесување и достигнувања. Наједноставно кажано, колку е попозитивна сликата за себе на поединецот, толку поопуштено ќе биде во присуство на другите и помалку загрижени за впечатоците што ги остава.

Постојат бројни ситуации на социјална евалуација, а сепак, не сите од нив подеднакво предизвикуваат искуство на социјална анксиозност. Конкретно, некои ситуации, односно луѓе, имаат поголема важност за самиот поединец, а со тоа и поголем потенцијал да иницираат социјално-анксиозно однесување. Затоа, околностите што ја нагласуваат неусогласеноста помеѓу потребата да се остави посакуваниот впечаток и субјективната проценка на личноста дека е способна да го стори тоа, ја зголемуваат веројатноста за појава на социјална анксиозна состојба и го зголемуваат нејзиниот интензитет (Gilbert, 2001).

Според Вотсон и Френд (Watson, Friend, 1969), социјалната анксиозност може да се нарече анксиозност за оценување или анксиозност поради социјална евалуација. Според овие автори, социјалната анксиозност претставува особина на личноста и вклучува три аспекти: социјално избегнување, вознемиреност и страв од добивање негативна оценка од другите. Социјалното избегнување се дефинира како избегнување друштво на одредени луѓе, комуникација со нив итн. Овој аспект го вклучува вистинското избегнување, желбата за избегнување, со тоа што неговата спротивност не подразбира афилијативен мотив, туку отсуство на потреба да се избегнуваат другите. Социјалниот стрес се одредува преку доживување на негативни емоции, како што се: анксиозност, напнатост и непријатност во социјалните интеракции. Спротивно на социјалната неволја не е присуството на позитивни емоции, туку недостатокот на непријатни емоционални искуства.

Стравот од негативна оценка претставува загриженост за оценките на другите луѓе, вознемиреност поврзана со нивните негативни оценки, како и очекување дека другите ќе не оценат на неповолен начин. Спротивно на ова е недостатокот на вознемиреност за оценките на другите, но не мора да значи потреба од позитивни оценки. Во коренот

на стравот од неповолна проценка е ниската самодоверба, со придружни негативни мисли и верувања во однос на сопствената личност, а овој аспект на социјалната анксиозност може да се класифицира како когнитивна компонента.

Така, според Вотсон и Френд (1969), социјално анксиозните индивидуи покажуваат тенденција да избегнуваат социјални ситуации (кога се соочуваат со нив, чувствуваат интензивна непријатност, нервоза и напнатост, загриженост дека другите ќе ги оценат негативно). Споменатите аспекти на социјалната анксиозност беа операционализирани преку скалата за социјално избегнување и вознемиреност (SAD) и скалата на страв од негативна евалуација (FNE) (Watson & Friend, 1969).

Следејќи ја димензионалната дефиниција за социјалната анксиозност на Лири (1996), т.е. дефинирајќи ја социјалната анксиозност како диспозициска карактеристика на личноста, Товиловиќ (2004) ја проверува латентната структура на скалата на социјалната анксиозност. Резултатите укажуваат на постоење на четири фактори на социјална анксиозност:

1. анксиозност за социјална евалуација;
2. инхибиција во социјално неизвесни ситуации;
3. ниска самодоверба;
4. преосетливост (хиперсензитивност) на отфрлање.

Анксиозноста за социјална евалуација се дефинира како анксиозност што се јавува во ситуации кои содржат компонента на социјалната евалуација. Се манифестира како вознемиреност кога се зборува пред група луѓе (на пр., кога некое лице е набљудувано додека прави нешто, во комуникација со авторитетна личност итн.). Инхибицијата во социјално несигурни ситуации укажува на потешкотии во функционирањето во одредени социјални ситуации, кои се манифестираат како инхибирано или воздржано однесување, перцепција за себе како срамежлива личност и дека во околности кои се нови и нејасни (на пр. тешкотии во воспоставувањето контакт со непознати луѓе, кога каде што постои чувство дека лицето нема доволно вештини за комуникација со таквите луѓе; вложување зголемен напор за прикривање или надминување на срамежливоста во непознати и недоволно структурирани ситуации). Ниската самодоверба подразбира негативна проценка за себе. Личноста е убедена дека вреди

помалку, не е самоуверена и придава големо значење на тоа што другите мислат за него. Изразената чувствителност на туѓото мислење и потенцијалното отфрлање го одредува последниот фактор на социјалната анксиозност - преосетливост на отфрлање. Некои од показателите за овој фактор се: страв од отфрлање, страв од осудување или лошо мислење на другите луѓе за поединецот. Според Товиловиќ (2004), споменатата мултидимензионална структура на скалата на социјалната анксиозност ја поддржува дефиницијата на социјалната анксиозност како анксиозност за евалуација, како и фактот дека нејзината централна карактеристика е стравот од евалуација на други исходи.

Споменатите фактори на социјална анксиозност може да се дефинираат со помош на когнитивните, афективните и бихејвиоралните аспекти на личноста. Така, на пример, Шварцер (1986) разликува три главни компоненти на социјалната анксиозност (Schwarzer, 1986):

1. когнитивна компонента - негативна евалуација на себе;
2. афективна – напнатост и непријатност во одредени социјални ситуации;
3. бихејвиорална - тенденција за повлекување во присуство на други.

Имајќи ја предвид оваа дефиниција, социјално-евалуативната анксиозност и хиперсензитивност (кои укажуваат на отфрлање) се однесуваат на афективната компонента, инхибиција во социјално несигурни ситуации и на бихејвиоралната компонента, додека ниската самодоверба би го сочинувала когнитивниот аспект. Сепак, не треба да се игнорира фактот дека социјалната анксиозност може да се манифестира и преку реакции на автономниот нервен систем, т.е. преку т.н физиолошки симптоми. Повеќе за компонентите на социјалната анксиозност ќе биде елаборирабно во продолжение.

1.2.2. Компоненти на социјалната анксиозност

Социјалната анксиозност, која се карактеризира со загриженост за социјалната евалуација и можноста за отфрлање од другите, изобилува со специфични модели на

психофизиолошко функционирање. Како таква, оваа особина на личноста може да се дефинира и проучува преку специфични физиолошки манифестации, мисли, чувства и однесувања. Затоа, може да се каже дека социјалната анксиозност се состои од четири меѓусебно поврзани компоненти. Тоа се:

1. физиолошки;
2. афективни;
3. когнитивни и
4. бихејвирални.

Во продолжение, секоја поединечна компонента е објаснета.

Физиолошка компонента. Физиолошките манифестации на социјалната анксиозност се резултат на зголемената активност на симпатичкиот нервен систем како еден од трите делови на автономниот нервен систем, чија главна улога е ангажирање на телесните ресурси под стрес. Со оглед на тоа што суштината на нагласената реактивност на симпатичкиот нервен систем е иницирање на одбранбените реакции на телото (напад, бегство, избегнување и блокирање), социјалната анксиозност може да се класифицира како одбранбена особина на личноста. Ова значи дека социјалната анксиозност е одбранбен одговор на заканите од специфична социјална природа, бидејќи го подготвува организмот за претстојната опасност и како таква има адаптивна функција. Физиолошкиот одговор на социјалната закана вклучува: зголемување на отчукувањата на срцето, зголемување на крвниот притисок и мускулна тензија, забрзано дишење, црвенило на кожата, треперење, потење итн. Кај исклучително ранливите луѓе, социјалната анксиозност може да се манифестира во форма на паника или прекумерен страв преку силни физиолошки симптоми (на пример, потење, треперење, гадење и болка во пределот на стомакот, вртоглавица, отежнато дишење, чувство на задушување и болка во градите, интензивно забрзано чукање на срцето, итн.).

Иако руменилото, односно црвенилото на кожата (анг. blushing) е универзален феномен карактеристичен за поширок опсег на емоции (на пр. срам, вина, гордост), релативно неодамна тоа е вклучено во DSM-5 „како специфичен физиолошки симптом на социјално-анксиозно растројство“ (APA, 2013, 204). Податоците од истражувањето

само делумно ја потврдуваат врската помеѓу социјалната анксиозност и црвенило (Nikolić, Colonnesi, de Vente, Drummond, Bögels, 2015). Неконзистентноста во резултатите може да се припише на употребата на различни мерки за црвенило: субјективно (самооценување), физиолошко (објективно), оценување од набљудувач, како и испитување на различни подтипови на социјална анксиозност (на пр. генерализирана социјална анксиозност, интерактивна анксиозност, опсервациска анксиозност, социјална анксиозност). Метааналитичката студија на Николиќ и соработниците, дава докази за врската помеѓу поцрвенувањето и социјалната анксиозност. Попрецизно, социјалната анксиозност е најсилно поврзана со субјективното руменило, најслабо со физиолошките мерки на руменило (температура и проток на крв низ образите и вратот), а умерено со проценките за поцрвенувањето дадени од набљудувачите. Врската помеѓу физиолошкото и самосфатеното поцрвенување е ниска кај високо- социјално анксиозните испитаници, што укажува дека поединците го преценуваат споменатиот физиолошки одговор на организмот. Овие наоди ја потврдуваат фундаменталната улога на когнитивните процеси во објаснувањето на врската помеѓу црвенилото и социјалната анксиозност (Nikolić et al., 2015).

Во литературата, забележлива е неусогласеност, односно дискрепанца во наодите од истражувањето на тема поврзаност помеѓу нивото на кортизол (хормон на стрес) и социјалната анксиозност. Во различни студии, за време на социјален стрес, кај високо социјално- анксиозните субјекти, во споредба со контролната група, нивото на кортизол беше зголемено, намалено или исто (Crisan, et al., 2016; Jamieson, Nock, Mendes, 2013). Споменатото несовпаѓање во резултатите може да се објасни со методолошка хетерогеност. Можното објаснување за намаленото ниво на кортизол кај социјално- анксиозните индивидуи, во ситуации на социјален стрес, придонесува за опстојување на социјално анксиозните симптоми. Со други зборови, намалениот кортизол води до помала мобилизација на енергијата, ги спречува социјално-анксиозните лица да се прилагодат на социјално загрозувачките ситуации и ги намалува нивните перформанси. Ова повлекува поизразени негативни предрасуди во расудувањето (проценка на веројатноста и последиците од негативните исходи од социјалната интеракција), кои го зголемуваат искуството на анксиозност и предизвикуваат избегнување на специфични ситуации (Crisan et al., 2016).

Проучувањето на физиолошката компонента на феноменот на социјалната анксиозност секако претставува предизвик. Сепак, треба да се има предвид дека оптималното ниво на социјална анксиозност доведува до адекватен физиолошки одговор кој влијае на организмот да се прилагоди на ситуацијата на функционален начин. Од друга страна, силно изразената тенденција кон социјално-анксиозни реакции, како и социјално-анксиозното растројство, се поврзани со дисфункции на различни нивоа на човековото функционирање (физиолошко, афективно, когнитивно и бихејвиорално).

Афективна компонента. Афективната компонента на социјалната анксиозност, или, како што некои автори (Watson, Friend, 1969) ја нарекуваат социјален стрес, се однесува на доживување на негативни емоции, како што се: анксиозност, грижа, напнатост, нервоза, непријатност, неудобност, раздразливост и страв во специфични општествени околности. Дека социјалната анксиозност вклучува афективна компонента на личноста и од феноменолошки и од структурен аспект, покажуваат податоците за диспозициската основа на социјалната анксиозност (Naragon-Gainey, Watson, 2011).

Емпириските докази покажуваат дека социјалната анксиозност е негативно и умерено корелирана со позитивната емоционалност (Kashdan, 2007; Kashdan, Steger, 2006; Naragon-Gainey, Watson, Markon, 2009). Во рамките на моделот на личност со пет фактори и во споредба со контролната група, индивидуите со социјално- анксиозно растројство покажуваат повисоки резултати на потскалите за мерење на сите аспекти на невротизмот (освен импулсивноста) (Bienvenu et al., 2004). Бихејвиоралните генетски студии наведуваат дека невротичноста/негативната емоционалност и екстраверзијата/позитивната емоционалност се одговорни за голем дел од генетската заедничка варијанса на неколку интернализирачки нарушувања, вклучително и социјална фобија (Bienvenu, et al., 2007). Исто така, стресните ситуации на евалуација го зголемуваат нивото на анксиозност и негативното влијание и кај субјектите од општата популација (Ranđelović, 2016) и кај клиничките примероци, односно кај лицата со социјално анксиозно растројство (Etkin, Wager, 2007).

Когнитивна компонента. Когнитивните структури и процеси, како што се: основни верувања (шеми), перцепција, интерпретација, проценка, верувања, мисли, атрибуции, очекувања, самофокусирано внимание, страв од негативна евалуација итн., претставуваат клучна компонента за разбирање и објаснување на социјално-

анксиозниот феномен во рамките на когнитивните модели на социјалната анксиозност и социјалната фобија (Beck, Emery, 1985; Clark, Wells, 1995; Rapee, Heimberg, 1997; Schlenker, Leary, 1982). Дополнително, основната идеја на когнитивните модели на социјална анксиозност е дека когницијата претставува главен посредник во односот помеѓу заканувачката социјална ситуација и другите компоненти на социјалната анксиозност (физиолошки симптоми, афекти и однесување). Социјалната анксиозност претставува релативно стабилна тенденција да се доживее непријатност, е поврзана со социјалните интеракции и перформанси и како таква е резултат на страв од негативна оценка од страна на другите. Од друга страна, когнитивните модели ја припишуваат конзистентноста во социјално-анксиозното однесување на негативните основни верувања и негативните предрасуди во обработката на информациите (перцепција, толкување и меморија), кои се активни пред, за време и по соочувањето со поединец со заканувачка социјална ситуација (Vagos, Pereira, 2012). Општо земено, содржината на шемата на анксиозните поединци се состои од две основни верувања:

1. дека светот е опасно место (што повлекува пристрасна обработка на податоците и погрешна перцепција и интерпретација на дразбите); и

2. дека лицето нема доволно способност да се справи со опасноста и се доживува себеси како инфериорен и неефективен (Clark, Beck, 2010; според Mihić, 2019).

Во доменот на социјалната анксиозност, ова би значело доживување на општествениот свет како опасен, кој демне да ја долови грешката на индивидуата и да ѝ се исмејува.

Емпириските податоци потврдуваат дека испитаниците со зголемена тенденција кон социјално-анксиозни реакции имаат изразено субјективно искуство на негативни емоции, ниска самоефикасност (Kashdan, Roberts, 2004) и чувство на инфериорност (Gilbert, 2000a). Исто така, во специфичен социјален контекст, евидентирано е присуство на зголемено самофокусирано внимание (Mellings, Alden, 2000) и негативна пристрасност во интерпретацијата на стимулите (Huppert, et al., 2003). Покрај негативната оценка за себе, когнитивните аспекти на социјалната анксиозност вклучуваат: вознемирувачки мисли, очекување на негативни исходи од општествени настани (на пр., внатрешниот монолог на лицето на Н.Н. - неговата борба со самиот себе, би изгледал вака: „Тие сигурно ќе ми се смеат, ќе изгледам глупаво, ќе се засрамам!“, како и фокусирање на негативните работи кои моментално се доживуваат

или можат да се доживеат (Ranđelović, 2016). Поединци со силна склоност кон социјално-анксиозно реакциите може да покажат когнитивни нарушувања пред и за време на социјалните интеракции. (Clark, Wells, 1995) и може да имаат високи стандарди за нивното однесување и достигнувања, т.е. стремеж кон перфекционизам (на пр. „Секогаш морам да звучам интелигентно“; „Секогаш треба да имам нешто интересно да кажам“). Можни се и ирационални верувања за последиците од нечие однесување во социјален контекст (на пр. „Ако не се согласувам со некого, ќе бидам отфрлен“). Покрај сето тоа, постои исто така и убедувањето дека мора да се остави добар впечаток Во основата на сè е стравот од негативни оценки на другите (Tovilović, 2004).

Бихејвиорална компонента. Однесувањата кои укажуваат на присуство на социјална анксиозност варираат во зависност од тежината на склоноста кон реакции на социјална анксиозност, но и од ситуацијата во која се наоѓа личноста. Кога е нагласена социјалната анксиозност и ситуацијата се оценува како многу заканувачки, индикаторите за однесување може да вклучуваат избегнување или напуштање на ситуацијата (на пр. избегнување јавен настап или напуштање забава полна со непознати луѓе, преместување на другата страна на улицата за да се избегне средба со одредена личност). Овие форми на однесување се нарекуваат безбедносно однесување и се тесно поврзани со сознанието за закана, како што се зголемена перцепција за закана, ирационални верувања итн. Безбедносните однесувања се активности кои се насочени кон добивање и одржување на чувство на сигурност во загрозувачки меѓучовечки контексти. Тие можат да бидат антиципативни (избегнување) и последователни (бегство). Тие имаат превентивна функција бидејќи се во служба на спречување на негативните последици од социјалната интеракција (на пр. понижување) (Salkovskis, 1991). Затоа, безбедносните однесувања претставуваат отворени или прикриени дејствија насочени кон потиснување на несаканиот исход или минимизирање на неговите последици (Salkovskis, 1991). Така, на пример, избегнувањето контакт со очи или намалувањето на вербалната комуникација се користат со цел да се намали евентуалниот јавен срам или понижување (Gray, Beierl, & Clark, 2019). Парадоксално, овие самозаштитни однесувања може да предизвикаат негативни реакции кај другите, што дополнително ја поттикнува анксиозноста што личноста се обидува да ја надмине. Имено, ваквото однесување може да биде агресивно и на тој начин да го привлече вниманието на другите. Наместо да ги

поврзува негативните реакции на другите луѓе со ова, таа ги толкува како потврда за нејзината пониска вредност, со што го зајакнува општествено-анксиозниот модел на реакција.

Според Велс и соработниците (Wells et al., 1995), овие однесувања не им дозволуваат на социјално вознемирените поединци да ги поправат своите погрешни верувања во однос на одредени социјални ситуации (избегнувањето на изложеност на ситуацијата го оневозможува учењето на различни модели на размислување и однесување) и на овој начин помагаат да се одржи социјалната анксиозност. Со други зборови, социјално-анксиозното растројство опстојува благодарение на безбедносното однесување, така што непојавувањето на „катастрофа“ во социјалните ситуации доведува до заклучок дека неповолните исходи биле спречени со безбедносно однесување, а не дека негативните очекувања биле неосновани.

Сепак, наодите од истражувањата (Gray et al., 2019; Hirsch, Meynen, Clark, 2004; Plasencia, Alden, Taylor, 2011) покажуваат дека гореспоменатите безбедносни однесувања можат да се поделат во две различни категории: избегнување и управување со впечатоците, и дека истите имаат различни ефекти врз однесувањето. Избегнувачките однесувања вклучуваат употреба на стратегии за избегнување, како што се: избегнување контакт со очи, задржување настрана, намалено зборување итн. Управувањето со впечатоците вклучува однесувања кои имаат за цел да остават добар впечаток, како што е вежбање реченица пред да се изговори или интензивни подготовки за јавен настап, така што, кога станува збор за таа ситуација, лицето ќе направи што помалку грешки. Избегнувачките однесувања кај индивидуите со високо ниво на социјална анксиозност се тесно поврзани со полоши перформанси (оценети од партнерот), намалена желба на партнерот за понатамошна интеракција со испитаникот, како и глобални негативни ефекти врз социјалната интеракција, додека, на од друга страна, управувањето со впечатокот не е. Имајќи предвид дека испитаниците во студиите на Хиршова и соработниците (2004) и Пласенсија и соработниците (2011) биле поединци дијагностицирани со социјално- анксиозно растројство, Грај и сорбаотниците (2019) се интересирале дали безбедносните однесувања се специфични само за социјалните анксиозни нарушувања или и за некои други нарушувања кои се поврзани со анксиозноста (како посттрауматско стресно нарушување ПТСН - PTSP). Затоа, Грај и неговите колеги ги испитувале гореспоменатите однесувања во три групи субјекти (група со социјално- анксиозно растројство, група со посттрауматско стресно

растројство и контролна група). Наодите покажуваат дека двете категории на безбедносно однесување, во споредба со испитаниците со ПТСН и контролната група, се особено нагласени кај социјално- анксиозните индивидуи. Испитаниците со ПТСН имале поизразено избегнувачко однесување во споредба со контролната група, но овие разлики не постоеле кога станува збор за однесувања наменети да остават добар впечаток. Дополнително, во рамките на контролната група, и во споредба со моделот на избегнување, однесувањето што го претставува управувањето со впечатокот беше поизразено. Затоа, може да се заклучи дека и двете форми на безбедносно однесување се специфични и нагласени само кај лицата со социјално- анксиозно растројство, а резултатите од оваа студија може да имаат корисни практични импликации.

Освен избегнувањето и напуштањето на одредена заканувачка социјална ситуација, социјално--- анксиозните луѓе можат да се блокираат и во одредени околности (на пример, неможноста да артикулираат одговор на прашање на професорот за време на испитна ситуација, што не е последица на недоволно знаење, туку на парализирачки страв или во ситуација кога човекот не очекува да биде побарано мислење за одредена тема пред група луѓе). Таквите лица имаат искуство да останат без зборови или парализирани во присуство на одредени поединци (на пр. авторитети, атрактивни лица од спротивниот пол) и настани (на пр. јавни собири, конференции, деловни состаноци итн.). Имајќи предвид дека „замрзнувањето“ е показател за страв, можеме да кажеме дека социјалната анксиозност, во зависност од индивидуалните преференции на личноста, како и од специфичните карактеристики на ситуацијата, се манифестира и во форма на анксиозност и во форма на страв. Така, социјалната анксиозност и на феноменолошко и на ниво на однесување, покрај анксиозноста, го вклучува и стравот (Gray, McNaughton, 2000).

Кај социјално- анксиозните индивидуи може да се забележи континуирано или хронично избегнување на одредени социјални настани и интеракции, како што се: забави, вечера во јавност, состаноци на работа, работни места и задачи кои подразбираат некаков облик на оценување, состаноци и разговори со луѓе кои се непознати или недоволно познати итн. Ова придонесува за намален квалитет на живот.

Помеѓу знаците на однесување кои укажуваат на социјална анксиозност вклучуваат: одолговлекување, гледање настрана за време на разговорот или намален контакт со очите, пелтечење, нервозно зборување, воздржаност во охрабрувачки разговор и

изразување мислења. Некои од горенаведените бихејвиорални показатели за социјална анксиозност може да укажуваат на помалку развиени социјални вештини. Но, потребно е да се земе предвид фактот дека постојат социјално- вознемирени индивидуи кои не манифестираат недостаток на социјални вештини во своето однесување, па можни се и спротивни случаи. Имено, помалку развиените социјални вештини може да се поврзат со луѓе на кои не им се припишува зголемена социјална анксиозност како особина на личноста (Leitenberg, 1990).

1.2.3. Основни когнитивни компоненти на социјалната анксиозност

Во рамките на когнитивно-бихејвиоралните модели (Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997), стравот од негативна евалуација се смета за централен когнитивен механизам кој е во основата на зголеменото искуство на социјална анксиозност. Сепак, Викс и соработниците (Weeks, Heimberg, Rodebaugh, 2008; Weeks, Heimberg, Rodebaugh, Norton, 2008) ја истакнуваат улогата на стравот од евалуација генерално, изнесувајќи сфаќање дека стравот од негативни и позитивни процени претставува суштинско обележје на социјално-анксиозниот феномен.

Стравот од негативна евалуација/оценка (Fear of negativne evaluation – FNE) ја вклучува претпоставката дека другите се подготвени да критикуваат и да даваат несакани оценки (на пр. дека некој е неинтелигентен, досаден, неспособен, непривлечен итн.). Две верувања се во основата на овој страв. Првото верување може да биде точно или неточно. Имено, личноста е цврсто убедена дека е склона да покажува однесувања кои не оставаат добар впечаток, а со тоа поттикнува непријатни реакции од другите. Поточно, едно лице има неповолен сет на верувања за себе (self-концепт). Второто верување се однесува на фактот дека луѓето се генерално критични кон другите, од што произлегува очекувањето дека тие имаат понеповолни впечатоци не само за конкретната индивидуа, туку и за луѓето воопшто. Следствено, без оглед на тоа како личноста се однесува, другите ќе формираат помалку посакувана слика за нив (Leary, Kowalski, Campbell, 1988).

Концептот на страв од позитивна евалуација (Fear of positive evaluation – FPE) првпат го проучувале Аркин и Еплман (1983). Овие автори ги истражуваа реакциите (на субјектите со ниска и висока анксиозност) на позитивните и негативните оценки на

нивните перформанси, дадени од евалуаторите. Добиените резултати покажаа дека субјектите со ниска социјална анксиозност, кога добивале негативни повратни информации, доживеале поинтензивен гнев од субјектите со висока социјална анксиозност и дека биле среќни што добивале позитивни оценки. Со висока социјална анксиозност, евидентирано е искуството на вознемиреност. Истите автори, го толкуваа како ефект на несовпаѓање помеѓу проценката дадена од набљудувачот и мислењето на личноста за себе. Со други зборови, искусената вознемиреност беше објаснета со верувањето на социјално- вознемирените субјекти дека позитивните оценки се неточни. (Arkin, Appelman, 1983). Податоците од ова истражување беа потврдени во подоцнежните студии (Wallace, Alden, 1997). Валас и Алден (1997) ја објаснуваат суштината на стравот од позитивна евалуација кај високо социјално- анксиозните индивидуи со верувањето на личноста дека поволната проценка на нивното однесување, работа, перформанси и личност, дадена од други, ќе влијае да се зголеми критериумите кои ќе бидат рамка за евалуација во иднина. Човекот го измачува сомнежот дека ќе успее да постигне такви стандарди. На тој начин позитивните оценки добиваат заканувачки или аверзивен карактер. Споменатите автори истакнуваат дека сегашниот страв од позитивна оценка, во суштина, е страв од евентуално негативна оценка. На овој начин, тие укажуваат на недостатокот на дистинкција помеѓу овие конструкти и им поставуваат на истражувачите задача да испитаат дали стравот од позитивна евалуација е навистина различен конструкт во споредба со стравот од негативна евалуација.

Во обид да го објаснат стравот од позитивна евалуација, Викс и соработниците (2008а) се повикуваат на поединечните еволуистични сфаќања на природата на социјалната анксиозност. Според Гилберт (2001), социјалната анксиозност претставува механизам кој е резултат на еволуцијата и чија основна функција е одржување на хиерархијата во општеството. Претпоставката е дека социјалната анксиозност поттикнува ненасилно однесување во општествената група или заедница, дека предизвикува страв од зголемување на статусот или напредокот во општеството и на тој начин го штити лицето од влегување во конфликт со доминантните членови. Стравот од напредување помага да се спречат или да се намалат негативните последици кои можат да настанат при интеракции со поединци со повисок социјален статус. Тоа се постигнува со почитување и придружување кон таквите луѓе, т.е. покорно однесување (избегнување конфронтација, учтива насмевка итн.). Затоа, покорноста има еволутивна цел да им

сигнализира на „моќните“, други дека не треба да се плашат од личност која покажува ваков тип на однесување. Значи, од перспектива на психоеволуциската теорија на социјалната анксиозност, и двете форми на страв (од исходот од туѓите проценки – позитивни и негативни) имаат адаптивна функција (Gilbert, 2001).

И FPE и FNE служат за зачувување на општествениот поредок, но на поинаков начин. Поединците кои се доживуваат себеси како пониски во социјалната хиерархија ќе бидат мотивирани да не оставаат позитивни впечатоци за другите да не го толкуваат тоа како закана за нивниот статус. Со други зборови, овие поединци би сакале да го избегнат сопственото напредување во општествениот поредок. Но, во исто време, постои и тенденција да се избегне добивањето лоши оценки бидејќи тоа би било закана за останување во групата, односно, добивањето негативни оценки би ги зголемило шансите за исклучување од групата, што повторно би влијаело промената во социјалната хиерархија (Weeks, et al., 2009). Според тоа, основната функција на социјалната анксиозност е да ја зачува стабилноста на социјалната хиерархија, но во двете насоки - нагоре (страв од позитивна евалуација) и надолу (страв од негативна евалуација).

Потпирајќи се на ова разбирање на функцијата на социјалната анксиозност, Викс и соработниците (2008а), ја изнесуваат претпоставката дека социјално-анксиозните лица ќе реагираат со нелагодност на позитивните повратни информации, и ќе го намалат значењето на таквите пораки, или пак ќе ги дискредитираат. Оваа хипотеза добива и емпириска потврда. Имено, наодите покажуваат дека стравот од позитивна евалуација е позитивно поврзан со непријатност поради добивањето позитивни оценки, додека негативно е во корелација со точноста на воочувањето на позитивните повратни информации. Покрај тоа, вознемиреноста (предизвикана од позитивни информации), како и тенденцијата да се минимизираат или да се направат неточни, не се значително поврзани со стравот од негативна евалуација (Weeks et al., 2008b). Овие податоци укажуваат на важноста на позитивната евалуација за објаснување на социјалната анксиозност, но и на дистинкцијата помеѓу основните когнитивни карактеристики на споменатиот феномен.

Општо земено, претходните истражувања покажаа дека загриженоста, во врска со евалуацијата воопшто, има помошна улога во појавата на симптоми на социјална анксиозност и дека стравот од позитивна и негативна евалуација се различни

конструкции, тесно поврзани еден со друг. Викс и соработниците (2008a; 2008b) го потврдуваат двофакторскиот структурен модел на социјална анксиозност, што укажува на важноста на двете форми на страв за објаснување и разбирање на зголеменото искуство на непријатност во одредени социјални околности. Резултатите од истражувачката и потврдната факторска анализа покажуваат дека FNE и FPE се различни, но поврзани конструкции, со корелација од околу -.65, -.74, -.60, во зависност од тоа за која студија станува збор (Fergus et al., 2009; Weeks et al., 2008a; Weeks et al., 2008b). Исто така, стравот од позитивна евалуација, покрај стравот од негативна евалуација, има дополнителна варијанса во објаснувањето на социјалната анксиозност (Fergus et al., 2009; Weeks et al., 2008a; Weeks et al., 2008b). FPE постигнува висока и позитивна корелација со мерките на потчинетоста, што е потврда за конструктивната валидност на FPE (FPE и submissiveness се конструкции базирани на психо-еволутивната концепција на социјалната анксиозност). Податоците за разликата помеѓу FPE и другите конструкции зборуваат за силната дискриминативна валидност на FPE. Имено, не постои значајна врска помеѓу FPE и депресија, чувствителност на анксиозност, перфекционизам и самосожалување. Покрај контролата на индикаторите за депресија и чувствителност на анксиозност, FPE значително корелира со опсервациската социјална анксиозност, со посебен акцент дека, по контролирањето на социјалната анксиозност, последните конструкции не се значително поврзани со FPE (Weeks et al., 2008b).

Генерално, емпириските наоди ги поддржуваат FNE и FPE како основни когнитивни компоненти на социјалната анксиозност и во неклинички (Weeks et al., 2008b) и во клинички примероци (Weeks, et al., 2012). Врз основа на споменатите резултати, Викс и Хауел (2012) го постулираат Бивалентниот модел на страв од евалуација (The Bivalent Fear of Evaluation Model – BFOE), според кој и двете форми на страв од евалуација имаат единствен придонес во објаснувањето на социјалната анксиозност. Тековните истражувачки прашања се однесуваат на посебноста на стравот од позитивна и негативна евалуација, како и нивниот единствен придонес во предвидувањето на јачината на симптомите на социјална анксиозност како кај примероците од општата популација (Reichenberger et al., 2019) така и кај примероците кои вклучуваат испитаници со дијагностицирано социјално - анксиозно растројство (Johnson et al., 2020).

1.3. Социјална анксиозност и сродните конструкти

Бидејќи теоретското дефинирање на поимите е важно за нивна операционализација и проучување, многу е важно да се направи јасна разлика помеѓу социјалната анксиозност и конструктите кои понекогаш се користат како синоними во литературата или се дефинирани на начин што не прави посуптилни разлики меѓу нив. Не е невообичаено социјалната анксиозност да се користи како термин кој опфаќа различни конструкти, со што се создава терминолошка конфузија што го отежнува нивното проучување. Така, на пример, срамежливоста и социјалната анксиозност често се користат наизменично. Иако тие донекаде опишуваат преклопувачки конструкции, разликите во дефиницијата, концептуализацијата и мерењето на овие концепти се од суштинско значење и во теоријата и во праксата. Употребата на специфична и точна терминологија го одредува степенот до кој концептот е соодветно разбран и веродостојно истражен.

1.3.1. Преглед на социјално-анксиозното растројство

За да се објаснат и за да можат детално да се разберат суштинските разлики кои постојат помеѓу социјалната анксиозност како диспозиција на личноста, социјалното анксиозно растројство и избегнувачкото растројство на личноста, потребно е прво да се разјасни димензионалната интерпретација на природата на феноменот на социјалната анксиозност, а во врска со тоа, и самиот спектар на социјалната анксиозност.

Социјалната анксиозност може да биде претставена на континуум наречен спектар на социјална анксиозност. Според МекНеил и Рендал (, 2014), овој континуум започнува со отсуство на социјални стравови, прераснува во нормална срамежливост и умерена социјална анксиозност и продолжува до изразена социјална анксиозност, која може да напредува во социјално анксиозно растројство (SAP) или социјална фобија (SF), како што е прикажано и на сликата 1.

Слика 1. Континуум на социјална анксиозност и социјални стравови кај општата популација



Извор: адаптирано според McNeil, Randall, 2014, 5

Овој приказ на социјалната анксиозност е во согласност со претходно наведениот димензионален пристап (Leary, 1996), според кој социјалната анксиозност ја третираме како димензија на која може да се забележат разлики во изразувањето на самата тенденција. Ова се совпаѓа со мислењето на некои автори (Rapee, 1995) за димензионалната природа на САР. Конкретно, во основата на САР, е силно нагласена диспозиција кон социјално- анксиозното однесување. Значи, ако ја сметаме социјалната анксиозност како димензија, а нарушувањата како точки на континуум, тогаш САР го претставува неговото значително зголемување. Сепак, иако значителен број емпириски наоди се во согласност со димензионалниот поглед на САР (Bögels et al., 2010; Crisan et al., 2016; Ruscio, 2010; Weeks, Norton, Heimberg, 2009), правејќи ја разликата помеѓу социјалната анксиозност и САР, врз основа на квантитативни разлики, не е едногласна. Затоа, сè уште не е јасно дали разликата помеѓу социјалната анксиозност и САР е само квантитативна или квалитативна (Mihić, 2019). Со други зборови, бидејќи не е сосема јасно дали разликите помеѓу социјалната анксиозност и социјалното анксиозно растројство се само квантитативни или квалитативни, основното прашање што се поставува е: Дали патолошките форми на социјална анксиозност се вклучени во нормалната дистрибуција како екстремни случаи на негативниот пол, или овие форми се распоредени во посебен континуум? Дополнително, мора да се земе в предвид дека нагласената тенденција кон социјално-анксиозна реакција е неопходен, но не и доволен услов за развој на САР. Можно е личноста да има зголемена склоност кон социјално- анксиозно однесување, но да не развие симптоми кои би укажувале на нарушување.

Според тоа, може да се заклучи дека социјалната анксиозност претставува универзална човечка карактеристика која се третира како димензија и дека индивидуалните разлики

се од квантитативен тип. Ова дополнително значи дека мерките за изразување на оваа диспозициска карактеристика се нормално распределени кај општата популација и дека само мал број луѓе воопшто не чувствуваат социјална анксиозност или ја доживуваат толку интензивно што може да се дијагностицира САР (SF). Ова тврдење е документирано и со податоци за фреквенцијата на САР кај општата популација, која се движи помеѓу 8% и 13% (Kessler et al., 2005; Ruscio et al., 2008; Somers, et al., 2006). Иако поединците дијагностицирани со САР претставуваат помал дел од континуумот, во споредба со другите анксиозни нарушувања, со доживотна преваленца од 6,7% во Европа (Fehm, et al., 2005) и 12,1% во САД (Ruscio et al.., 2008), САР е едно од најчестите нарушувања. Почетокот на нарушувањето е поврзан со раната адолесценција, со просечна возраст која се движи помеѓу 14 и 16 години (Kessler et al., 2005). Доживотната преваленца во САД кај 18-годишниците е 9,2% (Merikangas et al., 2010). САР е поприсутен кај жените отколку кај мажите и оваа разлика е поизразена кај адолесцентите (APA, 2013).

Надвор од овие статистички податоци, се поставува прашањето: каде е границата помеѓу нормалната грижа за оставање впечаток на другите и клинички значајното ниво на социјална анксиозност? Со други зборови, кои се критериумите што ја одделуваат адаптивната социјална анксиозност од САР? Одговорот се наоѓа во современите дијагностички и статистички прирачници за ментални нарушувања. Според критериумите на DSM-5 (APA, 2013), САР претставува интензивен и постојан страв од една или повеќе социјални ситуации (на пример, разговор со странец или врсник, одење на забава), вршење активности (на пример, јадење на јавно место, користење на јавен тоалет), или од некои форми на јавен настап (на пример, држење јавен говор или презентација). Овие ситуации секогаш предизвикуваат вознемиреност или страв, а се карактеризираат со тоа што вклучуваат изложување на непознати луѓе или соочување со можните осуди на другите. Други критериуми за DSM-5 САР вклучуваат:

1. страв од покажување знаци на анксиозност или однесување кое ќе биде негативно оценето, односно страв дека лицето ќе биде навредено, засрамено и отфрлено;

2. избегнување социјални ситуации или нивно поднесување со интензивна вознемиреност и стрес;

3. непропорционалност на анксиозноста и стравот во однос на реалната опасност;

4. времетраење на симптомите најмалку 6 месеци;
5. значителни потешкотии во важни области на човековото функционирање (училиште, работа, семејство итн.).

Кај социјалната анксиозност присутна е анксиозноста или стравот, но и навлегувањето на личноста во одредена ситуација (понекогаш избегнување), додека кај САР постои фиксна шема на избегнување или влегување во ситуации со зголемена вознемиреност. Оваа разлика е важна бидејќи покажува дека сите социјално анксиозни луѓе немаат тенденција да избегнуваат одредени ситуации, ниту пак се социјално анксиозни. Дополнително, иако самото искуство е непријатно, социјалната анксиозност не мора да биде неприлагодлив модел на однесување, додека САР се карактеризира со нарушување на секојдневните активности (функционирање на училиштето, социјални односи итн.) или со предизвикување значително страдање. Ова значи дека нормалната социјална анксиозност претставува „имање здрава количина“ на социјален страв кој предупредува на можноста за добивање негативна оценка од околината. На овој начин, социјалната анксиозност претставува корисна и адаптивна карактеристика која овозможува откривање на релевантни социјално загрозувачки стимули (без губење на физиолошките и психолошките ресурси со одговор на бенигни или ирелевантни социјални стимули). Спротивно на тоа, пренагласената одговорност кон шармот на социјалниот карактер (со САР) го исцрпува организмот и го нарушува функционирањето. Поточно, луѓето со претерана склоност кон социјално-анксиозни реакции, како и оние на кои им е дијагностициран САР, доживуваат социјална анксиозност дури и во ситуации кои реално не се заканувачки.

Ако доживееме умерена вознемиреност поврзана со впечатокот што ќе го оставиме кај другите (на пример, на личност која ја цениме и ја доживуваме како авторитет), ако разговараме со личност што ни се допаѓа и ако таа не мотивира да се подготвиме и да се претставиме во најдоброто можно светло, тогаш зборуваме за конструктивна социјална анксиозност. Можеме да го контролираме интензитетот на овој вид на вознемиреност бидејќи тоа не нè кочи, туку нè поттикнува да бидеме подобри. Повеќето луѓе се чувствуваат и се однесуваат на овој начин, но има и поединци кои се лишени од овие искуства (психопати и социопати) или се толку нагласени што ги вознемируваат во нивното секојдневно функционирање (САП). Кога човек е свесен за важноста од оставање добар впечаток и/или избегнување негативна евалуација, а овие

искуства сами по себе не претставуваат императив, тогаш зборуваме за ефективно функционирање. Меѓутоа, проблемот настанува кога човекот е оптоварен со оставање поволни впечатоци (или избегнување каква било можност да доживее несакана последица), а не е убеден дека има капацитет да го стори тоа. Кога претставувањето на најдобар можен начин носи преоптоварување и кога чувствуваме дека анксиозноста не обзема и го нарушува нашето однесување, тогаш сме на теренот на нефункционално функционирање. Покрај тоа, сите ние сме социјални суштества и во наша природа е да се грижиме за тоа како ќе се однесуваме пред другите и дали ќе бидеме прифатени или отфрлени, а отсуството или премногу интензивното присуство на такви чувства може да биде показател за отстапување од адаптивното однесување.

1.3.2. Избегнувачки растројства на личноста

За разлика од спектарот на социјалната анксиозност на Мекнил и Рандал, Рапи (1995) предлага малку поинаква (со повеќе нијанси) димензионална претстава на социјалната анксиозност (Слика 2).

Слика 2. Континуум на социјална анксиозност



Извор: Rapee, 1995, 95

Според Рапи, на почетниот дел од континуумот (кој може да се претстави на градациски начин) има луѓе кои се карактеризираат со целосно отсуство на социјална анксиозност. Потоа следат поединци со нормална тенденција да оставаат поволни впечатоци, а потоа луѓе со изразена срамежливост. После тоа, луѓето кои покажуваат поблаги социјални стравови и избегнувачки однесувања се позиционирани. Во другата крајност на димензијата се индивидуите со истакнати социјални стравови во повеќето социјални ситуации, а на самиот крај се лицата со избегнувачко нарушување на личноста.

Избегнувачкото растројство или нарушување на личноста (ИНЛ) на личноста може да се препознае со изразена социјална инхибиција, чувство на несоодветност и чувствителност на негативна критика и отфрлање. Ова растројство на личноста предизвикува значителни проблеми кои влијаат на способноста за интеракција со другите и одржување на односите во секојдневниот живот. Со оглед на тоа дека луѓето со ИНЛ имаат исклучително изразен страв од критики или отфрлање од другите, тие се обидуваат да ги ограничат своите активности за да ги избегнат сите потенцијални непријатности. Таквите личности се преосетливи на критики, имаат ниска самодоверба и имаат тенденција да се изолираат (избегнуваат училиште, социјални и деловни активности).

Избегнувачкото растројство на личноста е едно од најчестите нарушувања на личноста, со доживотна преваленца кај општата популација од 1,7%, додека проценетиот коморбидитет на ИНЛ со други психијатриски нарушувања е 14,7%. САР е најчеста коморбидна дијагноза на ИНЛ (Weinbrecht, et al., 2016). Резултатите од една мета-аналитичка студија покажаа дека ИНЛ дополнително се дијагностицира кај 46% од лицата со САР (Friborg, et al., 2013). Според DSM-5 (APA, 2013), сите нарушувања на личноста вклучуваат:

1. оштетувања во функционирањето на личноста; и
2. присуство на патолошки особини на личноста.

Што се однесува до оштетувањата во функционирањето на личноста во рамките на ИНЛ, карактеристични се потешкотиите во следните области: идентитет, самонасочување, емпатија и интимност. Анксиозност, повлекување, анхедонија и избегнување на интимност се патолошки особини на личноста кај луѓето со ИНЛ.

Иако генерализираниот тип на социјални стравови (генерализирана социјална фобија) може да се забележи во континуираната презентација на социјалната анксиозност на Рапи (1995), која е во согласност со ДСМ-4, мора да се забележи дека ДСМ-5 не го разликува ова како посебна категорија тип на САР. Наместо тоа, DSM-5 јасно ги одделува ситуациите во кои едно лице може да доживее социјална анксиозност и ги класифицира во три категории:

1. ситуации кои предизвикуваат страв од интеракција со другите;

2. ситуации кои предизвикуваат страв затоа што лицето е набљудувано додека прави нешто;

3. ситуации на јавен настап („performance only“ fear; APA, 2013, p. 203).

За да се добие увид во промените направени во рамките на ДСМ-5, неопходно е да се спомене претходната поделба (континуум), која се однесува на подвидови на нарушувања и кои се поврзани со социјална анксиозност (слика 3). Таа е поделена на (Brown, Heimberg, & Juster, 1995):

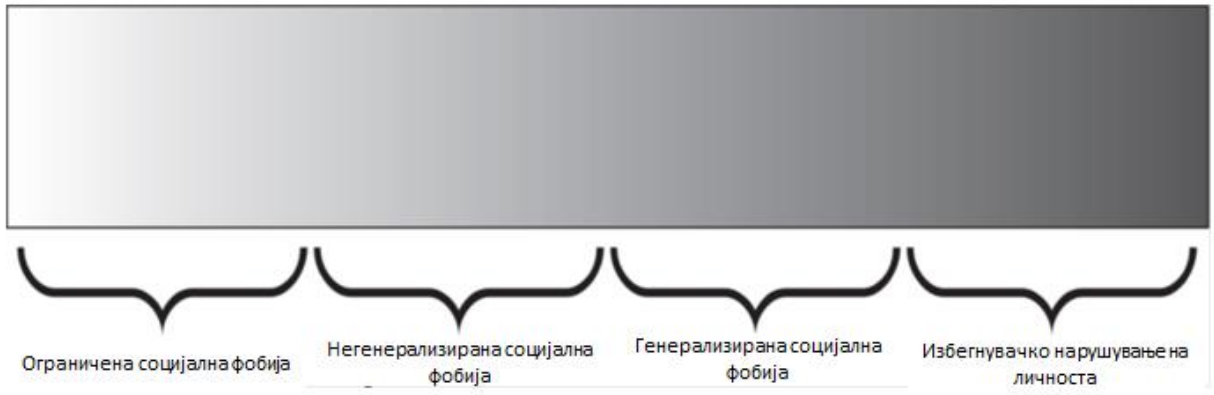
1. неспецифична или ограничена социјална фобија (друго име е фокусирано или дискретно), која се карактеризира со епизоди во одредени, специфични социјални ситуации;

2. негенерализирана социјална фобија;

3. генерализирана социјална фобија;

4. избегнувачко нарушување/растројство на личноста.

Слика 3. Континуум на социјално анксиозно растројство



Извор: Brown et al., 1995, 142

Овој димензионален приказ, како и континуумот на социјална анксиозност на Рапи (1995), го наметнува заклучокот дека генерализираниот САР и ИНЛ се на ист континуум и дека разликата меѓу нив е само квантитативна. Сепак, тоа прашање е сè уште отворено и не може да се игнорираат квалитативните разлики помеѓу САР и ИНЛ.

Еден од нив се однесува на почестото присуство на ИНЛ кај роднините на луѓето кои страдаат од шизофренија, што укажува дека ИНЛ не е само дел од спектарот на социјалната анксиозност, туку е и шизофреничен (Bögels et al., 2010). Во една неодамнешна студија (Lampe, Sunderland, 2015), која беше спроведена на голем примерок од возрасни индивидуи (N=10.641), покрај тоа што укажува дека дисфункционалностите во ИНЛ се поизразени отколку во САР, добиените податоци не дадоа доволно докази за квалитативни разлики помеѓу САР и ИНЛ. Затоа, идните истражувања треба да придонесат за решавање на разликите и сложената врска помеѓу овие две нарушувања.

Во рамките на гореспоменатите димензионални претстави (McNeil & Rendall, 2014; Rapee, 1995), може да се забележи дека одредени форми на социјална анксиозност се етикетирани како срамежливост. Со други зборови, овие автори веруваат дека разликата помеѓу социјалната анксиозност и срамежливоста е само квантитативна. Дополнително, Лири (1983a) ја забележал срамежливоста како една од формите на социјална анксиозност. Сепак, постојат и други мислења, а следи подетална дефиниција на срамежливоста, како и нејзината врска со социјалната анксиозност..

1.4. Срамежливост

Во секојдневниот говор, може да се најдат примери каде однесувањето на социјално-анксиозна личност се опишува како срамежливо. Меѓутоа, на истражувањата често им недостасува јасност во врска со употребата на овие термини.

Во литературата се присутни различни дефиниции за срамежливоста. Различни теоретски перспективи и резултати од различни студии се обидуваат да ја објаснат врската помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност. И покрај постоењето на релативно долга традиција на проучување на овие конструкции, сè уште постои недостаток на јасност во однос на нивната дистинкција. Ова само нѝ потврдува дека споменатиот проблем е сè уште отворена, актуелна и релевантна истражувачка тема.

1.4.1. Дефинирање на срамежливоста

Некои луѓе повремено доживуваат срамежливост, но не може да се каже дека се срамежливи луѓе. Само ако постои релативна временска и ситуациона стабилност во

манифестацијата на срамежливо однесување, тогаш можеме да зборуваме за особина на личноста. Затоа, срамежливоста можеме да ја дефинираме како состојба и како диспозициска карактеристика на личноста, или особина на темпераментот. Состојбата на срамежливост подразбира реакција која секој може да ја доживее во конкретни ситуации (контакт со непознати лица во нови ситуации, при интеракција со лица со повисок социјален статус или за време на формални прилики). Таа реакција вклучува непријатност и мотивација да се избегнат ситуации кои придонесуваат за тоа. Срамежливоста како особина се однесува на тенденцијата да се избегнуваат социјални ситуации поради чувство на вознемиреност и непријатност, како и загриженост за оценувањето на другите (Buss, 1986б).

Според Бригс, „особината, односно цртата на срамежливост е слична на другите негативни, емотивно -обоени особини бидејќи вклучува сложена комбинација на афективни, соматски и когнитивни елементи. Општо земено, особината на срамежливост подразбира тенденција да се реагира со зголемена анксиозност, повлекување, нерасположение и незгодност во присуство на други“ (Briggs, 1988, 291). Од овие кратки описи е јасно дека однесувањата поврзани со срамежливоста и социјалната анксиозност се многу слични. Ова е поткрепено со дефиницијата на Зимбардо за срамежливост како „посебна состојба на поединецот која се карактеризира со изразена егоцентрична преокупација и грижа за социјалната евалуација, поради што лицето покажува инхибиторно и заобиколувачко однесување“ (Zimbardo, 1982, 467-468).

Поради сличноста на однесувањето што ја карактеризира срамежливоста и социјалната анксиозност, некои автори веруваат дека срамежливоста е претходник на социјалната анксиозност. За да се разбере ова, неопходно е да се упати на разликата на Buss (Buss, 1986а) помеѓу две форми на срамежливост:

1. страшна срамежливост (fearful shyness);
2. самосвесна срамежливост (self-conscious shyness).

Страшната срамежливост се појавува во втората половина од првата година од животот, а нејзин поттик е присуството на непознати луѓе. Бидејќи оваа форма на срамежливост започнува пред формирањето на самоконцептот (пред 6-годишна возраст), таа вклучува генетска компонента на срамежливост како карактеристика на темпераментот.

Типичен одговор на новите социјални ситуации е претпазливост, повлекување, барање утеха и безбедност во прегратките на мајката, додека поинтензивните реакции вклучуваат плачење. Овој вид на реакција има своја адаптивна цел и не е исклучиво поврзана со човечки бебиња, туку е карактеристика и на младенчињата на другите цицачи. Присуството на непознати возрасни лица претставува опасност, а страшната срамежливост се јавува како реакција на заканата од околината. Поради стимулот што ја предизвикува оваа реакција, страшната срамежливост понекогаш се нарекува анксиозност на странци. Сепак, ова име не е сосема соодветно, бидејќи, покрај непознатите луѓе или новите социјални ситуации, наметливоста на другите (наметлив пристап, непосредна физичка и психолошка близина) го претставува примарен стимул што предизвикува појава на оваа срамежливост.

Вообичаено е дека во текот на растењето има намалување на страшната срамежливост. За време на бројни интеракции, децата учат дека непознатите луѓе не претставуваат опасност со развивање одредени стратегии за справување. Меѓутоа, кај одреден број деца преовладува срамежливата срамежливост. Искуствата со агресивни и отфрлени возрасни и врсници придонесуваат за ова, така што, во текот на растењето, тоа веќе не се манифестира со плачење и бегање од ситуацијата, туку со инхибиција на говорот, интеракција со другите, антиципативна анксиозност и загриженост за негативна евалуација (со созревањето се менува и начинот на кој се манифестира плашливата срамежливост). Како што растат децата, тие почнуваат да се свесни за себе, светот околу нив, општествените норми и стандарди, а негативните проценки на другите за нив добиваат на важност. Негативните последици од туѓите оценки се толкуваат како казна, а повод за појава на страшна срамежливост е и можноста да се добие негативна оценка од другите. На овој начин, страшната срамежливост е вовед во појавата на социјална анксиозност. Со други зборови, на доволно зрело ниво на функционирање на поединецот, страшната срамежливост добива форма на социјална анксиозност.

Самосвесната срамежливост вклучува свесност за сопственото јас како социјален објект и се опишува како чувство на изложеност пред другите, центарот на вниманието и достапноста на проценките. Тоа се случува кога вниманието е насочено кон некого или кога нечија приватност е нарушена, кога некој е задеван, претерано пофален или кога комуницира со авторитетни личности. Тоа се манифестира преку срам или

збунетост, црвенило и неорганизирано однесување (Buss, 1986а). Да се биде предмет на внимание од другите претставува истакнат дел од свеста на детето во раното детство. Бус ја опиша оваа јавна самосвест како „фокус на оние аспекти на јас што секој може да ги забележи: тело, лице, облека, говор, гестови и манири“ (Buss, 1986б, 66).

Една од основните разлики помеѓу страшната и самосвесната срамежливост е тоа што првото е поврзано со реакции на страв, а второто со реакции на срам и збунетост. Покрај тоа, страшната срамежливост е поврзана со негативна емоционалност, а самосвесноста со сложените когнитивни процеси кои резултираат со загриженост за тоа како другите ќе го оценат нечие јавно јас. Самосвеста е метакогнитивна способност со чија помош се набљудуваме и оценуваме себеси и која влијае на формирањето на сопственото искуство. За време на зрелоста, когнитивните процеси поврзани со „самосвесната“ срамежливост стануваат посложени и може да вклучуваат пристрасни атрибуции, преокупација со изгледот и впечатокот и ниска самодоверба. Ниската самодоверба предизвикува чувство на инфериорност и тоа може да влијае на неприлагодливата манифестација на самосвесна срамежливост. Во прилог на разликата помеѓу овие облици на срамежливост е фактот што страшната срамежливост е под влијание на симпатичкиот нервен систем, додека самосвесната срамежливост е под контрола на парасимпатичкиот систем. И двата системи претставуваат компоненти на автономниот нервен систем, со тоа што симпатикот главно се активира кога има некаква опасност или ненадејна промена (интрузивност) и го подготвува организмот за одбрана, додека парасимпатикот е поактивен во состојба на одмор и има различни физиолошки ефекти.

Со оглед на тоа што појавата на оваа форма на срамежливост е поврзана со периодот на формирање на самоконцептот и растот на самосвеста како социјален објект (по 6-годишна возраст), социјализацијата во тој период игра важна улога во нејзиниот развој. Процесот на станување свесен за себе како општествен објект е проследен со критика на однесувањето или особините на личноста, па изложеноста на луѓето се поврзува со негативна евалуација. Според тоа, искуствата на социјализација, кои можат да доведат до самосвесна срамежливост, вклучуваат пренагласување на важноста на тоа што другите мислат за изгледот и однесувањето на поединецот. Како резултат на овие фактори, Бус сугерира дека самосвесната срамежливост, во подоцнежните години, ќе се карактеризира со когнитивна вознемиреност поради негативна евалуација на нечие

социјално јас, но исто така ќе вклучува мало физиолошко возбудување (Бус, 1985). Тој, исто така, прецизира дека ќе се појави инхибиција во однесувањето, но дека овој фактор може да биде помалку сериозен од случајот на страшна срамежливост..

Од приложената теорија на Бус за срамежливоста и бидејќи социјалната анксиозност вклучува карактеристики на двете форми на срамежливост (висока физиолошка возбуда и когнитивна вознемиреност), не може да се направи јасна разлика помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност. На крајот на краиштата, Бус верува дека социјалната анксиозност е конструкција од повисок ред составена од четири поврзани, но различни самосвесни емоции (конструкции од понизок ред): непријатност, срам, срам и вознемиреност од публиката. Сите овие емоции се поврзани со јавната самосвест и се појавуваат, пред сè, во социјален контекст.

Покрај разбирањето на Бус за срамежливоста, постојат и други концепти кои прават нешто појасна разлика помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност. Така, на пример, Азендорф (Asendorpf, 1990) верува дека, покрај негативното влијание и избегнувачкото однесување, срамежливоста содржи и компонента на позитивно влијание и пристапно однесување. Затоа срамежливоста се дефинира како емоционална и бихејвиорална амбивалентност (страв и задоволство) доживеана за време на социјални ситуации и се карактеризира со истовремен пристап и пократко повлекување (Asendorpf, 1990). Со други зборови, срамежливоста е сложен феномен кој произлегува од две спротивставени мотивации: пристап и избегнување. Се смета дека срамежливите деца имаат желба и мотивација за интеракција со своите врсници, но во исто време тие се вознемирени и социјално се плашат да им пријдат (Crozier, 1995). Поради овој мотивациски конфликт, воздржаноста и повлекувањето може да се забележат во однесувањето. Токму оваа компонента на позитивниот ефект и пристапното однесување ја разликува срамежливоста од социјалната анксиозност. Покрај тоа, срамежливоста може да ја вклучи социјалната анксиозност како компонента, но социјалната анксиозност не мора да води до срамежливо однесување.

Срамежливоста исто така не треба да се меша со интровертноста. Чик и Бус (1981) покажаа дека срамежливоста може да се мери независно во однос на дружељубивоста (преферирање да се биде со другите наместо да се биде сам). Конструирале две посебни скали за мерење на овие конструкции и утврдиле дека корелацијата меѓу нив е умерена и негативна (r = -.30). Тоа значи дека луѓето со изразена срамежливост не се

нужно придружени со потребата да бидат сами. Со други зборови, некои срамежливи луѓе се прилично друштвени. Интровертноста подразбира слаба мотивација за пристап кон другите, но нема напор активно да се избегне интеракција (т.н. бестрашна тенденција кон осаменост) (Coplan & Weeks, 2010). Така, на пример, срамежливото дете ќе сака да си игра со други деца, но ќе биде нервозно кога ќе се обиде да им се придружи во играта. Ќе се двоуми затоа што ќе се грижи дека нема да биде вклучен или дека ќе го задеваат и ќе го одбијат. Спротивно на тоа, недруженото дете ќе биде задоволно да игра само и ќе ги одбие поканите на своите врсници (причините можат да бидат многубројни: претпочита да игра само, не го интересира што прават или не ги сака активностите и игрите. на други деца...).

Дополнително, срамежливоста претставува facet (особина на личноста) - конструкција од понизок ред, додека интровертноста претставува основна димензија на личноста - конструкција од повисок ред. Исто така, како поддршка на разликата помеѓу срамежливоста и интровертноста, можеме да го наведеме фактот дека во рамките на моделот на личноста со пет фактори (Costa, McCrae, 1992), самосвесноста (самоцентричност) или срамежливост, facet (личноста особина/црта на личноста) која е дел од невротичноста како основни димензии на личноста. Луѓето со висока самосвест се склони кон чувство на срам и збунетост. Тие се чувствителни на потсмев бидејќи се чувствуваат помалку вредни од другите. Од друга страна, интровертите изгледаат срамежливо не само поради наведените карактеристики туку затоа што не ги интересира друштвото на други луѓе.

Од концептуален аспект, срамежливоста се става во рамките на невротичноста, како дел од моделот на личност со пет фактори (Петфакторски модел на личноста). Во овој поглед, срамежливоста во доменот на Ајзенковиот PEN модел е дел од интровертноста (Eysenck, Eysenck, 1985; според Briggs, 1988). Меѓутоа, од емпириска перспектива, податоците се малку поинакви. Наодите од претходните (на пр. Briggs, 1988), но и неодамнешните истражувања (на пр. Kwiatkowska, Rogoza, 2019), кои се засноваат на различни модели на личност (Ајзенковиот PEN модел и Моделот на големите пет), покажуваат дека срамежливоста е некаде помеѓу невротичност и интровертност. Очигледно е дека срамежливоста дели некои од карактеристиките и на невротичноста и на интровертноста.

1.4.2. Истражувања на односнот помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност

Постојат бројни студии на тема објаснување и разбирање на врската помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност. Меѓу нив, се издвојуваат истражувањата на група автори предводени од Хајзер (Heiser, Turner, Beidel, 2003; Heiser, et al., 2009). Во нивните студии, овие автори тргнуваат од одреден број хипотези, а тие се следните:

1. Во суштина, срамежливоста и социјалната фобија ги делат истите карактеристики (на пример, социјални стравови и однесување на избегнување) (Rapee, 1988; според Heiser et al., 2003). Резултатите од истражувањето на Тарнер и колегите (Turner, Beidel, & Townsley, 1990; според Heiser et al., 2003) укажуваат на сличности во соматските (треперење, црвенило, потење), когнитивниот (страв од негативна евалуација) и однесувањето (вознемиреност и избегнување социјални ситуации) со симптоми на социјална фобија и срамежливост.

2. Постојат разлики помеѓу срамежливоста и социјалната фобија. Еден од најистакнатите се рефлектира во преваленцата. Процентот на луѓе кои се сметаат себеси за срамежливи е значително поголем од процентот на луѓе со социјална фобија. Така, на пример, 20% до 48% од луѓето се сметаат себеси за срамежливи (Henderson, Zimbardo, 1998); 3% до 5% од децата и адолесцентите страдаат од социјална фобија (Rapee, Schniering, Hudson, 2009), а 10% до 15% од возрасните го имаат ова нарушување (Bögels et al., 2010). Разбирањето на Кардучи е во корист на третирање на срамежливоста и социјалната фобија (како различни феномени). Според него, срамежливоста не е ментална болест туку „нормален аспект на личноста“ (Carducci, 1999, 6; според Heiser et al., 2003). Со други зборови, срамежливоста е карактеристика на личноста, односно темпераментот, додека социјалната фобија е дијагностички ентитет.

3. Социјалната фобија е екстремна форма на срамежливост (Henderson, Zimbardo, 1998; Marshall, Lipsett, 1994; според Heiser et al., 2003). Оваа претпоставка претставува димензионална перспектива во толкувањето на природата на социјалната анксиозност (McNeil, Randall, 2014; Rapee, 1995).

4. Срамежливоста и социјалната фобија имаат многу заеднички карактеристики, при што срамежливоста е поширока и похетерогена конструкција. Срамежливоста може да се преклопува со поблаги форми на социјална фобија, но може и „да се прошири надвор од спектарот на социјалната фобија“ (Heckelman, Schneier, 1995, види Heiser et al., 2003).

Со цел да се проверат наведените претпоставки, студијата на Хајзер и колегите (Heiser et al., 2003) беше дизајнирана да го тестира преклопувањето на срамежливоста и социјалната фобија кај различни групи на испитаници. Ова беше постигнато со испитување на врската помеѓу срамежливоста и социјалната фобија, но исто така и врската помеѓу срамежливоста и другите нарушувања (анксиозни растројства, нарушувања на расположението, нарушувања на злоупотреба на супстанции, нарушувања на личноста, вклучително и нарушување на личноста за избегнување).

Резултатите од истражувањето не ја поддржаа првата хипотеза бидејќи покажуваат дека само 18% од срамежливата група испитаници ги исполниле критериумите за социјална фобија. Така, 82% од срамежливите луѓе не се социјално фобични. Затоа, Хејсерова и колегите заклучуваат дека не се работи за две идентични појави. Ова е поддржано од наодите од други студии кои покажуваат дека само 12% од адолесцентите (кои се гледаат себеси како срамежливи) ги исполнуваат критериумите за присуство на социјална фобија (Burstein, Ameli-Grillon, Merikangas, 2011).

Наодите не ја поддржуваат втората хипотеза бидејќи распространетоста на социјалната фобија кај срамежливите испитаници е 18%, што е значително повисоко од присуството на социјална фобија кај несрамежливите луѓе (3%). Во толкувањето на овој наод Хејсерова се повикува на резултатите од претходните истражувања. Процентот на срамежливи луѓе со социјална фобија е значително повисок од преваленцата на социјална фобија кај општата популација (2% до 8%; Kessler et al., 1994; Schneier et al., 1992; според Heiser et al., 2003). Тоа значи дека срамежливите луѓе имаат поголема можност да ги исполнат критериумите за присуство на социјална фобија. Дополнително, 35% од срамежливите поединци може да се категоризираат како избегнувачко растројство на личноста (Turner, Beidel, Townsley, 1992; според Heiser et al., 2003). Врз основа на ова, Хејсерова и колегите заклучуваат дека срамежливоста и социјалната фобија се поврзани. Сепак, и покрај очигледната

поврзаност помеѓу овие појави, јасно е дека да се биде срамежлив човек не мора да значи да се биде социјално анксиозна или социјално фобична личност.

Третата хипотеза исто така не добива емпириска верификација. И покрај наодот за позитивна и умерена корелација помеѓу срамежливоста и социјалната фобија, имаше значително преклопување во оценките за срамежливост помеѓу срамежливите луѓе со социјална фобија и срамежливите луѓе без социјална фобија. Покрај тоа, срамежливоста објаснува само 22% од варијансата во социјалната фобија. Врз основа на ова, Хејсерова и колегите заклучуваат дека врската помеѓу срамежливоста и социјалната фобија не е доволно силна за безбедно да се заклучи дека социјалната фобија е само екстремен облик на срамежливост.

Само четвртата хипотеза беше потврдена. Мнозинството од срамежливата група (82%) не ги исполнува критериумите на социјална фобија, но затоа повеќе срамежливите ги исполнуваат тие критериуми во споредба со несрамежливите (17,7% наспроти 2,9%). Хејсерова е претпазлива во донесувањето заклучоци и наведува дека не може со сигурност да се тврди дека поголем процент од срамежливите луѓе на крајот стануваат социјални фобии, бидејќи таквиот исход се смета за неверојатен, бидејќи испитаниците веќе поминале низ периодот на најголем ризик за развој на социјална фобија (средна адолесценција). Со други зборови, малку е веројатно дека оваа група на испитаници подоцна во животот ќе развијат социјална фобија. Затоа, добиените проценти треба да бидат релативно стабилни со текот на времето.

Врз основа на сè, може да се заклучи дека срамежливоста е поширок и похетероген конструкт од социјалната фобија (анксиозност), и дека срамежливоста и социјалната фобија (анксиозност), иако позитивно се поврзани, не се компоненти на истиот конструкт.

Исто така, интересно е да се забележи дека многу луѓе, кои велат дека биле екстремно срамежливи како деца, не исполнуваат ниту еден од критериумите за психијатриско нарушување како возрасни. Дополнително, дури 50% од луѓето на кои им била дијагностицирана социјална фобија не се гледале себеси како срамежливи порано во животот (Cox, MacPherson, Enns, 2005). Така, постои слаба поддршка за директна врска помеѓу екстремната срамежливост во детството и социјалната фобија подоцна во животот.

Во обид дополнително да се разјасни прашањето за врската помеѓу срамежливоста и социјалната фобија, со директно споредување на значително срамежливите луѓе (со и без дијагноза на социјална фобија и други ментални нарушувања) и несрамежливите луѓе без психијатриска дијагноза, Хајзер и нејзиниот колегите спроведоа друга студија (Heiser et al., 2009). Утврдено е дека високо социјални лица со социјална фобија покажуваат значително поголем број на социјални стравови, избегнување на социјални ситуации, негативни мисли и соматски симптоми од срамежливата група без социјална фобија, но затоа последната категорија има поизразени симптоми во споредба со несрамежливи луѓе. Таквите податоци поддржуваат димензионална интерпретација на природата на социјалната анксиозност. Сепак, наодот дека меѓу срамежливите индивидуи има значителен број на оние без социјални стравови укажува на делумна потврда на квалитативните разлики.

Бидејќи горенаведените наоди се само дел од истражувачките напори за разликување на срамежливоста од социјалната фобија, следново е сумативна презентација на тековното знаење на оваа тема (Clark, Beck, 2010; според Mihić, 2019):

- ✓ срамежливоста претставува аспект (особина) на личноста или димензија на индивидуалните разлики. Социјално- анксиозно растројство (социјална фобија) е дијагностичка категорија или ментално растројство;
- ✓ додека истакнатите реакции на анксиозност и паника се поврзани со социјално -анксиозно растројство, во околности на оценување од други луѓе, срамежливоста се карактеризира со воздржаност и инхибиција во социјалните ситуации;
- ✓ срамежливите луѓе имаат капацитет да покажат нормално, социјално однесување, додека луѓето со дијагноза на социјално- анксиозно растројство имаат поголема веројатност да покажат дисфункционални форми на однесување;
- ✓ срамежливоста е поврзана со поретко однесување на избегнување, додека овие форми на однесување се почести и попостојани кај социјалното, анксиозно растројство;
- ✓ распространетоста на срамежливоста кај општата популација е висока, додека е мала кај социјалното анксиозно растројство;

- ✓ почетокот на срамежливоста е поврзан со предучилишниот период (освен за плашливиот тип на срамежливост што се јавува во првата година од животот), а раната и средната адолесценција е критичен период за појава на социјално-анксиозно растројство;
- ✓ за разлика од социјалното анксиозно растројство, кое се карактеризира со изразена дисфункционалност, срамежливоста е поврзана со помала дисфункционалност.

Она што може да се забележи преку оваа сумативна презентација на тековните наоди за врската помеѓу срамежливоста и социјалното анксиозно растројство е дека набројаните карактеристики на срамежливоста всушност претставуваат симултани карактеристики на социјалната анксиозност. Се поставува прашањето каде е каменот на сопнување што не дозволува прецизна разлика помеѓу срамежливоста и социјалната анксиозност. Брук и Вилоби (2019) веруваат дека проблемот лежи во мерните инструменти кои треба да мерат различни конструкции, но всушност да мерат исто. Затоа, овие автори, на примерок од 801 испитаник, доделуваат 10 инструменти кои се користат за мерење на срамежливоста и социјалната анксиозност. Дополнително, за да се процени дискриминативната валидност на овие скали, тие вклучуваат и две потскали на дружељубивост. Поаѓајќи од хипотезата дека различните скали на самооценување на срамежливоста и социјалната анксиозност мерат општ основен конструкт, Брук и Вилоби обезбедуваат докази за поддршка на ова, сето тоа преку резултатите од неколку различни анализи, а тие се како што следува (Brook & Willoughby, 2019):

- ✓ сите 10 скали корелираат умерено до високо;
- ✓ податоците од истражувачката факторска анализа се согласуваат со овие наоди (податоците најдобро го поддржуваат постоењето на еден фактор);
- ✓ резултатите од потврдната факторска анализа укажуваат на корелација помеѓу латентните променливи во износ од ,99, што сугерира дека тие се идентични конструкции;
- ✓ податоците од истражувачката факторска анализа го покажуваат следново:

- огромното мнозинство на предмети од различни размери се заситени со еден главен фактор. Овие ставки се однесуваат на: анксиозност или страв од негативна евалуација, непријатност, самосвест или самофокусирање, социјална интеракција, срам, надзор или контрола и авторитет;
- само мал број ставки претставуваат заситеност на вториот фактор, а тие се однесуваат на анксиозност или страв од социјална интеракција и срамежливост;
- една ставка се наоѓа на третиот фактор (анксиозност или страв од перформанси).

Врз основа на наодите, Брук и Вилоби (2019), заклучуваат дека различните скали на срамежливост и социјална анксиозност го мерат истиот конструкт. Ова е поткрепено со резултатите од дискриминативната валидност на скалите, бидејќи силата и насоката на корелациите помеѓу оценките на различните скали на срамежливост и социјална анксиозност, од една страна, и оценките на скалите за дружељубивост, на од друга страна, се доста слични. Сумирајќи ги заклучоците од нивната студија, Брук и Вилоби упатуваат на позицијата (Fiske, 1971; според Brook & Willoughby, 2019) според која е неопходно истражувачите да имаат јасна претстава за тоа што да вклучат (или исклучат) како показател за одреден конструкт и дека овој избор треба да се заснова на единствена дефиниција на конструктот и неговите единствени квалитети. Напротив, конфузијата околу дефинирањето и мерењето на срамежливоста и социјалната анксиозност ќе продолжи. Значи, и покрај долгата традиција на истражување на срамежливост и социјална анксиозност (околу 50 години), неопходно е да се ревидираат нивните теоретски и оперативни дефиниции. Ова отвора простор за идни истражувачки напори, првенствено во областа на психологијата на индивидуалните разлики и психометриката.

1.4.3. Склоност кон доживување на срам

Покрај фактот дека повеќето луѓе имаат капацитет да искусат емоција на срам, треба да се нагласат индивидуалните разлики и подложноста на доживување срам во низа ситуации кои вклучуваат некој вид на неуспех или навреда (Tangney, Stuewig, Mashek,

2007). Следствено, срамот може да се дефинира и проучува како емоција (анг. shame), но и како диспозициска карактеристика на личноста (анг. shameproneness).

Во исто време, срамот претставува самосвесна и морална емоција. Самосвесни се оние емоции кои произлегуваат од процесот на саморефлексија и самоевалуација. Според валентноста, овие емоции можат да бидат позитивни (на пр. гордост) и негативни (на пример, срам, вина итн.). За разлика од примарните емоции (страв, лутина/лутина, радост, тага, одвратност и изненадување), самосвесните емоции се сложени бидејќи вклучуваат свесност за различните аспекти на нечија личност (на пример, тело, идентитет, самопочит, самопочит слика за себе...), но и свесност за тоа како другите нѐ доживуваат и оценуваат. Исто така, самосвесните емоции подразбираат разбирање на сопственото однесување, нашите односи со другите луѓе и општествената заедница, како и увид во прекршувањето на одредени лични, морални и општествени стандарди и норми. Треба да се нагласи дека кај овие емоции себството е предмет и дека тие се јавуваат во оние контексти кои личноста ги смета за значајни за себе. Притоа, се прави проценка и во однос на себе и во однос на другите луѓе кои се вклучени во одреден контекст (Tangney et al., 2007).

Срамот е класифициран како морална емоција бидејќи обезбедува значителна повратна информација за социјалната и моралната прифатливост на однесувањето и функционира како еден вид емоционален морален барометар (Tangney et al., 2007). Неопходно е да се разјасни дека срамот може да се појави антиципативно, но и реактивно. Ова значи дека срамот има силно влијание врз моралната одлука и избор, а со тоа и врз реалното и потенцијалното однесување. Затоа, луѓето кои имаат поизразена склоност да искусуваат срам, почесто во своето искуство ќе имаат чувство на антиципативен срам (дека нешто не треба да се прави затоа што е лошо), но и срам што е резултат на веќе завршена акција (извршил измама, кражба, лажење итн.).

Иако срамот се јавува поради ниска или негативна проценка на сопственото однесување во потенцијална или моментална ситуација, можна е и појава на надворешен (пренесен) срам. Овој тип на срам вклучува искуство на срам поради други луѓе и нивното несоодветно однесување. Срамот како негативна самосвесна емоција произлегува од јавното изложување и неодобрување на некој недостаток или престап (Tangney et al., 2007). Врз основа на оваа дефиниција, погрешно може да се заклучи дека срамот се јавува само во ситуации кога другите се присутни и свесни за

неуспеси и престапи (наодите од одредени истражувања велат поинаку). Податоците добиени од Тангни и колегите (Tangney et al. 1994; според Ristić, 2016) покажуваат дека срамот најчесто се доживува во присуство на други луѓе, но значителен број од испитаниците изјавиле дека се срамиле кога биле сами. Дополнително, кога се опишуваат ситуации кои предизвикуваат срам, резултатите од оваа студија покажуваат дека испитаниците пријавиле зголемена загриженост за самопроценките на другите. Сосема е очекувано дека засрамената личност, фокусирана на самоевалуација, ќе биде загрижена за туѓите проценки. Размислувањето за себе како лоша личност не е далеку од размислувањето за тоа како другите ќе не судат (Ristić, 2016). Ова разбирање е потврдено емпириски, а наодите од истражувањето на Смит и колегите (Smith, et al., 2002) го поддржуваат фактот дека луѓето се фокусираат на оценките на другите луѓе затоа што чувствуваат срам, а не обратно. Во ситуации кога сме сами и доживуваме срам, јас како набљудувач се осудува себеси и се прекорува („Како можеше да мислиш или да го направиш тоа?“). Сепак, иако појавата на срам не мора да бара вистинско присуство на други кои ќе забележат и ќе сведочат за нечии недостатоци, неуспеси и престапи, искуството на срам честопати е придружено со замислување како несоодветното јас би изгледало во очите на другите (Tangney, 1995).

Значи, ако зборуваме за карактеристика на личноста, тогаш основата на тенденцијата да се доживее срамот е непријатна емоција (тоа влијае на целото self кое се оценува на негативен начин), како и чувството на беспомошност или пасивност во поправањето воочената грешка, која мора да се направи со целото јас (Tangney, 1990). Кога станува збор за состојбата во која се наоѓа засрамениот поединец, неговиот моментален емотивен статус може да се опише како чувство на инфериорност, безвредност и немоќ. Исто така, постои желба за исчезнување, криење или бегство, додека на ниво на однесување се изразува со прикривање на недостатоците или повлекување од ситуацијата (Tangney, 1992). Исто така, засрамените поединци известуваат за искуството на физичко смалување и намалување, недостаток на контрола врз сопственото однесување, впечаток дека се набљудувани од другите, но и загриженост за тоа што другите ќе мислат за нив (Tangney, 1993б; според Ristić, 2016). Често, тенденцијата да се доживее срам е придружена со лутина, непријателство и префрлање на одговорноста од себе на надворешни фактори (Tangney et al., 2007).

Врската помеѓу срамот и агресијата е добро емпириски документирана (Bear, et al., 2009). Едно објаснување за оваа асоцијација покажува дека срамот, како многу болно и

аверзивно искуство, е поврзано со тенденцијата да се обвинуваат другите за своите порази, што потоа води до агресија кон другите (Tangney, et al., 1992). Исто така, со пренасочување на гневот надвор од себе, личноста се обидува да го врати чувството за контрола што често се губи кога доживува срам (Lewis, 1971; според Ristić, 2016). Во прилогот има резултати од истражувањето кои зборуваат за позитивна врска помеѓу срамот и екстернализираните проблеми - нарушувања во однесувањето, деликвенција, асоцијално растројство на личноста (Bilmes, 1967; Cassorla, 1986; Wright, 1987; според Ristić, 2016).

Трејси и Робинсон (Tracy, Robins, 2004) веруваат дека суштинските карактеристики на срамот се фокусот и глобалната негативна евалуација на себе. Покрај самофокусираното внимание и глобалната негативна самоевалуација, претпоставките за негативните проценки на другите, исто така, претставуваат важна когнитивна компонента на срамот.

Гилберт (Gilbert, 2000б) прави разлика помеѓу два вида на срам: интернализиран и надворешен срам. Внатрешниот или интернализираниот срам е поврзан со негативни самоевалуации (на пр. доживување како бескорисна, инфериорна и неадекватна личност) и самонасочени афекти, како на пр. самобендисаност. Овој облик на срам е поврзан со сознанијата и емоциите што човекот ги има за себе. Тоа вклучува одредени самопроценки, кои може да се однесуваат на различни аспекти на себе: физички карактеристики, карактер, однесување итн. Гилберт (Gilbert, 2014) го поврзува внатрешниот срам со самокритиката и прави разлика помеѓу различните видови и функции на самокритичност. На пример, некои луѓе се самокритични затоа што знаат дека можат подобро и сакаат да ги подобрат и исправат грешките. Другите се самокритични бидејќи имаат негативни оценки за себе. Надворешниот срам (или свесноста за стигмата) вклучува проценки на оние аспекти за кои веруваме дека другите ќе ги отфрлат или судат доколку станат јавни. Когнитивниот домен на овој тип на срам се однесува на перцепцијата на поединецот за тоа како другите го оценуваат неговото јас. Надворешниот срам ја вклучува идејата дека другите имаат негативни оценки за одредена личност.

Така, внатрешниот срам се однесува на субјективното оценување или оценување на самиот себе, додека надворешниот срам се фокусира на тоа како другите нè гледаат од наша перспектива. Иако овие два типа на срам често се придружуваат еден со друг и

можат да бидат во голема корелација (Cook; 1996; Goss, Gilbert, Allan, 1994; според Gilbert 2014), тие исто така можат да бидат независни. Така, на пример, можно е едно лице да поседува особини на личноста (на пример, лицемерие) или однесувања (на пр. измама) за кои знае дека се многу негативно ценети од другите (надворешен срам или стигматизација), а во исто време да не доживува внатрешни или внатрешен срам што би се рефлектирал во изразено самофокусирано аверзивно искуство (на пр. „Како би можел да го направам ова?“) и самопокорно однесување кое се гледа како доказ за сопствен недостаток (на пр. „Јас сум лоша личност“).

Срамот се дели на културен и идиосинкратски. Во случај на културен срам, субјектот се срами што прекршил некои културни норми, а во случајот на идиосинкратичен срам, што прекршил некои од неговите приватни идеални стандарди (Kolarević i Pucar, 2009). Затоа, срамот претставува диспозиција и состојба на личноста. Се активира во ситуации кога човек проценува дека со некои свои постапки може да потврди или потврди негативна слика за себе (Kolarević, Pucar, 2009).

1.4.4. Односот помеѓу социјалната анксиозност и срамот

Когнитивните модели на социјална анксиозност поддржуваат сличност во одредувањето на тенденцијата да се доживее срам и социјална анксиозност. Во моделот на Кларк и Велс (Clark, Wells, 1995), социјалната анксиозност се карактеризира со силна желба да се остави добар впечаток кај другите, но и со верување дека тоа нема да се постигне. Исто така, овие автори сметаат дека во рамките на социјалната фобија, како екстремна форма на социјална анксиозност, се појавува нагласена самофокусираност. Дополнително, Рапи и Хајмберг (1997) го презентираат разбирањето дека основата на социјалната анксиозност е проценката дека веројатноста да се добие негативна оценка од другите е висока, додека сосема е спротивната евалуација. Овие модели на социјална анксиозност вклучуваат слични механизми, кои се во основата на тенденцијата да се доживее срам (самоцентричност и верување дека сме негативни во очите на другите) (Rapee & Heimberg, 1997). Покрај оваа концептуална сличност помеѓу социјалната анксиозност и тенденцијата да се доживее срам, емпириските докази сугерираат дека луѓето со висока социјална анксиозност покажуваат поголема фреквенција и изразување на негативни самоевалуации (Schulz, Alpers, & Hofmann, 2008), што е исто така дефинирачка компонента на тенденцијата за

доживување срам (Cândea, Szentágotai-Tâtar, 2017). Резултатите од истражувањето покажуваат дека срамот како склоност на личноста е поврзан со симптоми на социјална анксиозност. Така, на пример, Гилберт (Gilbert, 2000б) најде релативно висока корелација помеѓу тенденцијата да се доживее срам и социјалната анксиозност и кај клиничките и кај примерокот на испитаници од општата популација. Симптомите на социјално анксиозно растројство се значително поврзани со тенденцијата да се доживее срам, дури и по контролирање на други симптоми на анксиозност, склоност да се чувствувате виновни и депресивни симптоми. Исто така, намалената склоност кон срам е поврзана со намалени симптоми на социјална анксиозност (Fergus, et al., 2010). Дополнително, податоците сугерираат дека, во однос на здравите индивидуи, индивидуите со социјално- анксиозно растројство имаат повисоко ниво на тенденција да искусат срам (Hedman, et al., 2013). Истражувањето на примерок од студенти известува за умерено- позитивна корелација помеѓу социјалната анксиозност и тенденцијата за доживување срам, како и срамот како состојба (Cândeaa, Szentágotai-Tătar, 2017). Поради концептуалната и емпириската поврзаност помеѓу социјалната анксиозност и срамот, се поставува прашањето: Дали е воопшто возможно да се биде социјално вознемирен без да се чувствува срам? Сепак, како што заклучуваат Гилберт и соработниците (Gilbert et al., 1994; според Gilbert, 2014, 42), „потребна е многу повеќе работа за да се согледаат суптилните разлики помеѓу социјалната анксиозност и тенденцијата да се доживее срам“.

Сепак, врз основа на сето досега презентирано за социјалната анксионзост (вознемиреност) и срам, може да се извлечат одредени заклучоци. Прво, збор за емоционалните расположенија кои се јавуваат во интерперсонален контекст. Второ, и двете емоции се негативни и самосвесни и како такви може да предизвикаат поголема или помала интрапсихичка непријатност. Како и да е, искуството на социјална анксиозност е помалку болно и погубно искуство во споредба со искуството на срам, кое предизвикува силни самопонижувачки реакции на целото јас - искуството дека сме направиле нешто нечесно, срамно или непристојно (дека сме го изневериле партнерот или сме го излажале претпоставениот). Од друга страна, социјалната анксиозност се карактеризира со напнатост, нервоза, вознемиреност или социјални стравови кои се поврзани со откривање на општествено непожелни карактеристики на личноста (на пример, правење грешки што ќе предизвикаат другите да не доживуваат како помалку интелигентни и умешни).

Овие разлики во емоционалната компонента помеѓу тенденцијата да се доживее социјална анксиозност и срам може, делумно, да се припишат на фактот дека срамот е морална емоција. Во овој поглед, социјалната анксиозност има повеќе основи во темпераментот, додека срамот може да се каже дека е емоционална диспозиција која е поврзана со карактерот на личноста и исходите од социјализацијата. Исто така, социјалната анксиозност и срам имаат заедничка основа (себефокусирање и негативна слика за себе) и нивниот изглед произлегува од непостигнувањето стандарди. Овие стандарди може да се однесуваат на општествено пожелно однесување, како што се: интелигентно, забавно, креативно итн., но и морално однесување: помагање на другите кои имаат потреба, сообраќај или некој друг вид прекршување, мамење на испит или на работа, кражба итн. Неисполнувањето на моралните стандарди е специфично за искуството на срам. Поради оваа морална конотација, срамот е поболно и поодвратно искуство бидејќи негативните последици за себе и идентитетот се поизразени. Природно е дека полесно ќе поднесеме ако оставиме впечаток на несмасна, некомуникативна и затворена личност, отколку ако сме лоша личност во очите на другите.

Значи, покрај сличностите на социјалната анксиозност и срам, постојат и разлики кои ги прават хетерогени конструкции.

1.5. Поделба на социјалната анксиозност

Во еден од првичните трудови што се занимаваа со проблемот на дефинирање на критериумите на поделба и формата на социјалната анксиозност, се наведува дека различните имиња на социјалната анксиозност, забележани во претходната литература (на пр. социјално-евалуативна анксиозност, анксиозност на средба, сценска анксиозност - „stage fright“ итн.), се одраз на преференциите на теоретичарот при користење на одредени термини или фрази, како и одраз на специфични типови на ситуации во кои се појавува социјална анксиозност (на пр. ако некое лице е на состанок, тогаш тоа е анксиозност поради средбата; ако е поврзана со сцената, тогаш е сценска анксиозност итн.) (Schlenker, Leary, 1982). Овој пристап немаше јасно и прецизно дефинирани критериуми врз основа на кои би се поделила социјалната анксиозност. Ако го занемариме фактот дека во основа се работи за иста психолошка реакција на различни социјални ситуации, мора да се нагласи тешката класификација

на социјалната анксиозност според клучните критериуми. Ако се земе предвид бројот на ситуации кои ја активираат социјалната анксиозност, тогаш има онолку видови на социјална анксиозност колку што има ситуации. Овој пристап имаше мала теоретска и практична употреба. Поради ова, истражувачите од тој период ја започнаа потрагата по основни димензии кои ќе дадат хеуристичка класификација на различните форми на социјална анксиозност. Нивната работа ја продолжуваат истражувачи кои се занимавале со класифицирање на ситуации во кои се јавуваат одредени социјални стравови. Ова се однесува на лицата на кои им е дијагностицирано социјално -анксиозно растројство.

1.5.1. Критериуми за поделба на социјалната анксиозност

Потпирајќи се на раната концепција на структурата на социјалните ситуации од Џонс и Џерард (Jones, Gerard, 1967; според Schlenker, Leary, 1982), Шленкер и Лири ја објаснуваат поделбата на социјалната анксиозност врз основа на структурата на самата ситуација, која е одговорен за нивното настанување. Според Џонс и Џерард, социјалните поставувања се разликуваат по степенот до кој однесувањето на луѓето следи некого или до кое ниво тие зависат од нивниот одговор. Според овој критериум, ние ги класифицираме интеракциите во социјалните ситуации во две категории:

- ✓ контингентни (неструктурирани или непредвидени) интеракции;
- ✓ неконтингентни (структурирани или планирани) интеракции.

Во контингентните интеракции, однесувањето на една личност во голема мера зависи од однесувањето на другите кои учествуваат во него (додека мора да се нагласи дека социјалната улога и правилата на интеракција не се целосно јасни). На пример, содржината и текот на неформалниот разговор не зависи само од поединецот, туку и од другите кои учествуваат во него. Учесниците во овие интеракции мора да бидат флексибилни и подготвени да го приспособат сопственото однесување на повратните информации на другите. Ова значи дека иако постои одреден план и цел за интеракцијата, таа може да биде предмет на промена како одговор на повратните информации од другите луѓе. На пример, ако имаме план да водиме дијалог со некого за да ја решиме дилемата, соговорникот може да одговори со монолог кој не дава многу можности за дискусија. Ова би значело промена на нашиот план за интеракција

бидејќи повратните информации не се адекватен начин за постигнување на целта. Од друга страна, во неконтингентните интеракции, однесувањето на една личност е јасно определено и, пред сè, раководено од самата личност, со минимално влијание од однесувањето на другите (на пр. актер во театар, лице кое држи говор пред публика, музичар кој свири и/или пее, ученик кој презентира материјал на училиште итн.). Однесувањето во неконтингентните интеракции е однапред подготвено и дизајнирано, со помал простор за модификација во согласност со реакциите на публиката. Иако овие планови се прилично структурирани, тие можат да претрпат одредени промени како резултат на импровизација. Импровизацијата може да биде одговор на непредвидени реакции на публиката или резултат на недоволна подготовка на изведувачот.

Бидејќи разликите помеѓу непредвидените и неуспешните интеракции ги одразуваат екстремните точки на континуумот на структурата на социјалните ситуации, Шленкер и Лири ја делат социјалната анксиозност на две широки класи:

- ✓ анксиозност во непредвидени интеракции;
- ✓ анксиозност во неконтингентните интеракции.

Хетеросексуалната анксиозност, вознемиреноста при разговор со странци или непознати луѓе и авторитетни личности се примери за социјална анксиозност во непредвидени интеракции. Неконтингентните интеракции вклучуваат јавни настапи (со претходно подготвен материјал за презентација или изведба), како што се: држење говори, уметнички, спортски изведби итн.

1.5.2. Критериуми за поделба на формите на социјалната анксиозност

Во однос на критериумите за поделба на формите на социјалната анксиозност, авторот Лири (1983а), аналогно на оваа поделба, наведува два типа на социјална анксиозност:

1. интеракциска анксиозност;
2. анксиозност пред публиката.

Првиот би одговарал на анксиозност во непредвидени интеракции, а вториот на анксиозност во неконтингентни интеракции. Првиот тип се активира кога се предвидува или всушност се среќава со други луѓе (на пример, започнување и

одржување разговори со луѓе, било во дијади или во групи; средба со некој непознат; разговор со привлечна личност итн.), додека анксиозност пред публика се состои од непријатност или страв од настап пред други (на пример, претставување пред група луѓе - на училиште или на работа, држење јавен говор итн.). Иако и двете форми на социјална анксиозност имаат заедничка основа - грижа за оставање впечаток на другите, индивидуалните разлики меѓу луѓето придонесуваат едната од споменатите форми да биде поизразена од другата. На пример, во контингентните интеракции, луѓето континуирано се прилагодуваат на личноста со која се во интеракција, што подразбира поседување на одредени социјални вештини и лични карактеристики (на пример, социјална интелигенција, флексибилност итн.). Ова може да ја зголеми веројатноста за сомневање за адекватен одговор на флуктуации во интеракцијата. Ако некое лице, од која било причина, се чувствува неспособно брзо и соодветно да одговори на повратните информации од другите, тој може да се карактеризира со зголемена тенденција да искусува социјална анксиозност во интеракциите. Истата личност, од друга страна, може да биде посоодветна за ситуации кои структурно припаѓаат на неконтингентни интеракции бидејќи тие вклучуваат јасна структура и план за интеракција и ќе доживее помала непријатност и вознемиреност во такви социјални контексти. Можни се и обратни случаи, но и случаи каде што се нагласени и двете форми на социјална анксиозност кај одредени поединци. Покрај споменатите разлики, интеракциската анксиозност и анксиозноста на публиката може да се разделат и со показатели за однесувањето. Личноста која доживува непријатност и вознемиреност во непредвидени интеракции може да се препознае со намалување на контактот со очите, помалку зборување и обид да се повлече од дадената ситуација. Сепак, помала е веројатноста (освен во некои екстремни околности) тоа да се манифестира во ситуација која вклучува неконтигентна интеракција. Ваквото однесување секако би довело до уште поголема „оштетување“ на сликата за себе, како и до поголемо зголемување на социјалната анксиозност (Leary, 1983a).

Оттука, може да се заклучи дека ситуационите фактори се значајни детерминанти на појавата на социјалната анксиозност и дека таа е поделена според нив. Меѓутоа, личноста која доживува социјална анксиозност за време на јавно говорење не мора да има такво искуство во интеракција со непозната и привлечна личност од спротивниот пол. Затоа, социјалната анксиозност се активира на оние аспекти од ситуацијата што

личноста ги оценува како релевантни и во кои не е сигурен дека ќе успее да остави доволно добар впечаток кај другите. Индивидуалните разлики во искуството на социјалната анксиозност се повеќе прашање на субјективно искуство на самите околности отколку на нивните објективни карактеристики. Затоа, диспозициските карактеристики на личноста, како и интеракцијата на индивидуалните и ситуационите фактори, придонесуваат за објаснување на обрасците на појава и манифестирање на социјалната анксиозност. Поточно, критериумите за класификација на социјалната анксиозност се поврзани со ситуациониот контекст, додека нејзината појава и манифестирање зависат од различни групи фактори и нивните меѓусебни односи.

Поаѓајќи од концептуализацијата на Лири за социјалните стравови, денес широко се користи поделбата на социјалната анксиозност на две класи (Leary, 1983a):

- ✓ анксиозност за социјална интеракција (social interaction anxiety – SIA);
- ✓ опсервациска социјална анксиозност (social observation anxiety – SOA).

Социјалната анксиозност во интеракциите се однесува на вознемиреност во ситуации кои вклучуваат директни социјални интеракции со други (разговор со непознато лице на забава или изразување став на состанок). Оваа форма на социјална анксиозност се карактеризира со перцепција на социјална ранливост на себе за време на интеракциите со другите луѓе. Во врска со тоа, постои загриженост да се остави впечаток на недоволно елоквентна и интересна личност која нема да знае како да се вклучи во разговорот и ќе биде игнорирана. Опсервациската социјална анксиозност се дефинира како вознемиреност поврзана со ситуации кои вклучуваат директно набљудување од други или изведување пред други (на пр. јавни настапи, вечера во друштво на други луѓе итн.). Оваа форма на социјална анксиозност обично се грижи за покажување знаци на анксиозност, како што се: тресење, црвенило, потење итн. (Mattick, Clarke, 1998).

Сепак, иако оваа поделба на социјалната анксиозност е широко користена, наодите од истражувањето, кои беа спроведени на клинички примероци (испитаници со дијагностицирано социјално анксиозно растројство - социјална фобија), укажуваат на постоење на повеќе од две класи на социјални ситуации во кои социјалната анксиозност е манифестирани. Со други зборови, се поставува прашањето: дали двете

форми на социјална анксиозност точно и сеопфатно ги претставуваат социјалните ситуации во кои се појавуваат социјалните стравови? За да се добие одговор на ова прашање, потребно е да се повикаат на резултатите од истражувањето спроведено на клиничката популација.

1.6. Анализа на студии на клинички примероци

Податоците од студијата на Холт и колегите (Holt, et al., 1992), која беше спроведена на примерок од деведесет и еден (91) социјално фобични испитаници, укажуваат дека социјалните ситуации (17 од нив) кои предизвикуваат социјални стравовите може да се групираат во четири широки домени:

- ✓ ситуации на формален говор и интеракција (глумење, изведување или држење говор пред публика; соопштување на извештај пред група; зборување на состанок; учество во мали групи);
- ✓ ситуации на неформален говор и интеракција (одење на забава, организирање забава, средба со непознати луѓе, поканување на некој што не го познаваме добро итн.);
- ✓ социјални интеракции кои бараат самоувереност, т.е. борба за своите права (разговор со луѓе со авторитет, изразување несогласување или неодобрување кон луѓе кои не се познаваат доволно, враќање на стоката во продавница, отпорност на високиот притисок од продавачот);
- ✓ ситуации во кои лицето чувствува дека некој го гледа и оценува (на пр. додека прави нешто, пишува, јаде, пие итн.).

Сафрен и колегите (Safren, Turk, Heimberg, 1998), во обид да ја одредат структурата на факторите на Скалата на социјална фобија (Social Phobia Scale; SPS) и Скалата на анксиозност за социјална интеракција (Social Interaction Anxiety Scale - SIAS; Mattick, Clarke, 1998); Матик и Кларк (1998), организираа студија на примерок од 167 испитаници на кои им била дијагностицирана социјална фобија. Овие скали се избрани затоа што претставуваат широко користени инструменти за мерење на анксиозноста во социјалните интеракции (SIAS), како и за проценка на стравот да не бидеме оценети од другите за време на изведбени активности или активности кои вклучуваат туѓо

набљудување (набљудувачка социјална анксиозност/ситуации на изведба). Овие истражувачи беа заинтересирани дали ставките во овие скали мерат различни аспекти на социјалната анксиозност. Резултатите од потврдната факторска анализа не го потврдија двофакторниот модел на социјална анксиозност, додека наодите од истражувачката факторска анализа покажаа трифакторско решение. Овие фактори се идентификувани како:

1. интеракциска анксиозност;
2. анксиозност поради набљудување на другите;
3. страв дека другите ќе забележат симптоми на анксиозност.

Овие податоци сугерираат дека интеракциската социјална анксиозност е еднодимензионална конструкција, додека опсервациската социјална анксиозност е повеќедимензионална. Со други зборови, стравот да бидат набљудувани од другите и стравот дека другите ќе забележат симптоми на анксиозност одразуваат различни аспекти на социјалната анксиозност. Сафрен и неговите колеги заклучуваат дека, иако припаѓаат на иста категорија, овие социјални стравови треба да се оценуваат посебно. Ова би значело дека некои луѓе може да се плашат да не бидат набљудувани од други (додека вршат одредена активност), или само дека другите ќе ги забележат нивните симптоми на анксиозност, додека други, да речеме, може да се плашат од двете класи на ситуации.

Покрај горенаведените резултати, податоците од хиерархиската регресивна анализа обезбедија првични докази дека овие три фактори претставуваат различни аспекти на еден фактор од повисок ред, т.е. социјална анксиозност. Авторите заклучуваат дека при проценката на социјалната фобија, потребно е да се вклучат сите три домени на социјални ситуации/стравови. Иако поголемиот дел од артиклите значително заситеа еден од трите фактори, обезбедувајќи докази за трифакторско решение, седум ставки (17,5%) имаа заситеност на повеќе од еден фактор. Тоа значи дека споменатите ставки одразувале ситуации кои можат да влијаат на појавата на повеќе од една форма на социјална анксиозност. На пример, ставката „Се нервирам ако треба да разговарам со некој со авторитет“ имаше заситеност на два фактори. Ова укажува дека „оваа ситуација вклучува компонента на социјална интеракција (разговор со друга личност и интеракција со него), но исто така и компонента на перформанси (страв дека

претпоставениот ќе забележи знаци на нервоза)“ (Safren et al., 1998, 452). На крајот, Сафрен и неговите соработници заклучуваат дека SIAS и SPS не ги содржат сите можни ситуации во кои се појавуваат социјалните стравови. Според нив, SPS не содржи многу ставки кои проценуваат различни ситуации на јавно говорење (на пр. презентирање на состанок, давање наздравување на свадба). Затоа, тие предлагаат следните студии да бидат насочени кон воспоставување на поширок опсег на социјално загрозувачки ситуации.

Продолжувајќи таму каде што застана, Сафрен и соработниците (Safren et al., 1999) ја тестираа структурата на факторите на скалата за социјална анксиозност на Лиебовиц (Liebowitz Social Anxiety Scale, LSAS; Liebowitz, 1987). LSAS вклучува потскали за проценка на стравот и избегнувањето во ситуации кои вклучуваат социјална интеракција и перформанси/набљудување на другите. Во примерокот беа вклучени 382 социјално фобични испитаници. Резултатите од потврдната факторска анализа не ја потврдија двофакторната структура на инструментот, што укажува на потребата од понатамошно испитување на структурата на LSAS. Наодите од истражувачката факторска анализа укажуваат на решение со четири фактори, а факторите се именувани на следниов начин:

- ✓ социјална интеракција (разговор со непознати и помалку познати личности);
- ✓ јавно говорење (на пр., известување за нешто пред група);
- ✓ набљудување од други (на пр. пишување додека го набљудуваат);
- ✓ јадење и пиење на јавно место (на пример, јадење со други на јавни места).

Овие фактори покажаа задоволителна конвергентна и дискриминантна валидност. Авторите заклучуваат дека постојат четири глобални категории на социјални стравови кои се проценети од LSAS. Исто така, наодите сугерираат дека, во социјалните интеракции, анксиозноста и избегнувањето се еднодимензионални, додека анксиозноста и избегнувањето, кои се поврзани со перформансите и набљудувањето, се повеќедимензионални. Резултатите за еднодимензионалноста и мултидимензионалноста на измерените конструкции се во согласност со податоците од претходната студија (Safren et al., 1998). Според добиените податоци, Сафрен смета дека оценката која се добива со примена на потскала за мерење на анксиозност и избегнување во ситуации на изведба/набљудување на другите, не претставува доволно

чувствителна мерка поради мултифакторската природа на социјалните стравови. Имено, Сафрен покажува дека овој збирен резултат може да биде доста хетероген. На пример, социјално -фобичен испитаник, чиј примарен страв се однесува на ситуации на набљудување, но кој не се плаши или избегнува јавно говорење или јавно јадење и пиење, би добил ниска оценка на оваа потскала. Затоа, Сафрен предлага бодирањето на LSAS да се направи врз основа на добиената четирифакторска структура на инструментот.

Со цел да се испита мултидимензионалната природа на социјалната фобија, Перуџи и соработниците (2001), на примерок од 153 лица со дијагноза на социјална фобија, го применуваат LSAS. За разлика од резултатите од претходната студија, податоците од ова истражување покажуваат дека LSAS има структура од пет фактори. Факторите на LSAS се како што следува (Perugi et al., 2001):

- ✓ интерперсонална анксиозност;
- ✓ анксиозност при формален говор или разговор;
- ✓ анксиозност на странец/авторитет;
- ✓ анксиозност при јадење, пиење додека другите гледаат;
- ✓ анксиозност додека правите нешто додека другите гледаат.

Резултатите од факторската анализа покажуваат јасно раздвојување на димензијата на интерперсоналната анксиозност, додека, од друга страна, анксиозноста по перформанси вклучува уште четири димензии. Иако заклучоците се малку различни во однос на наодите од истражувањето на Safren и колегите (Safren et al., 1999), она што им е заедничко е откритието дека анксиозноста од интеракција е еднодимензионална, додека анксиозноста на перформанси/набљудување е мултифакторна. Перуги (2001), ги припишува разликите во подтиповите на анксиозност при извршување на различните процедури за земање примероци и различниот број на субјекти.

Заедничко за овие фактори-аналитички студии е идентификацијата на факторите кои вклучуваат:

1. социјална анксиозност во интеракциите (Safren et al., 1998, 1999);

2. стравови поврзани со личноста која се набљудува или другите ја забележуваат неговата анксиозност (Perugi et al., 2001; Safren et al., 1998);

3. анксиозност за јавно говорење (Perugi et al., 2001; Safren et al., 1999).

Иако овие студии дадоа корисни информации за идентификување и разбирање на основните димензии на социјалното анксиозно растројство или ситуации во кои се јавуваат социјални стравови, постојат две важни ограничувања кои ја спречуваат генерализацијата на знаењето во оваа област. Прво, сите горенаведени студии се потпираат на селективни клинички примероци наместо на големи, доволно репрезентативни примероци од популацијата. Затоа, генерализираноста на добиените наоди е под знак прашалник. Второ, ниту еден од моделите, кои беа концептуално изведени или идентификувани со истражувачка факторска анализа, не беа тестирани или поддржани од резултатите од потврдната факторска анализа.

Забележувајќи ги овие недостатоци, Кокс и соработниците (Cox, et al., 2008) спровеле студија на огромен примерок од испитаници. Имено, истражувањето опфаќа два примерока. Првиот претставува национално репрезентативен примерок (N = 9282) од кој беа избрани лица со дијагноза на социјално анксиозно растројство (1123). Кокс (2008) го дели овој последен примерок користејќи го методот на поделена половина на два дела, со цел одделно да спроведе истражувачка и потврдна факторска анализа (N = 537 и N = 526). Вториот примерок се состои од 36.984 неинституционализирани лица од општата канадска популација, на возраст од 15 години и постари. Испитаниците имаа задача да оценат дали 13 социјални ситуации некогаш ги натерале да се чувствуваат анксиозно, исплашено или непријатно. Некои примери на ситуации се: да се биде на состанок со некого или да се влезе во просторија каде што другите се веќе присутни. Добиена е силна емпириска поддршка за трифакторното решение. Тоа се рефлектираше во три ситуациски домени:

1. стравови од социјална интеракција;

2. стравови од набљудување (опсервација);

3. стравови од јавно говорење (јавен настап).

Она што претставува голема предност на ова истражување е тоа што овој три-факторски модел е добиен со истражувачка факторска анализа, но дополнително е

проверен и потврден со помош на две посебни потврдни факторски анализи. Исто така, податоците од ова истражување покажуваат дека индивидуите со генерализирано социјално- анксиозно растројство (оние кои покажуваат значителна вознемиреност во 7 или повеќе социјални ситуации, од вкупно 13) имаат поголема веројатност да покажат стравови во социјалните интеракции и стравови во ситуации на набљудување, сè во споредба со лицата за кои е типична негенерализираната форма на споменатото нарушување (манифестација на изразен дистрес во 6 или помалку ситуации). И не само тоа. Луѓето со генерализирано социјално анксиозно растројство обично се плашат од јавно говорење, плус преостанатите две форми на социјални стравови.

Мора да се забележи дека резултатите од студијата на Кокс (2008), се во согласност со категоризацијата на страшните социјални ситуации, која е вклучена во тековниот дијагностички и статистички прирачник за ментални нарушувања. За потсетување, според DSM-5, ситуациите што предизвикуваат социјална анксиозност вклучуваат интеракции, набљудувања и јавни перформанси (APA, 2013).

Интересно е да се забележи дека анксиозноста од јавно говорење (Public speaking anxiety – PSA; форма на страв од јавен настап) е најчеста форма на социјален страв и дека секој петти човек го покажува овој тип на анксиозност (Leary, Kowalski, 1995). Исто така, 97% од луѓето со социјално анксиозно растројство имаат изразено ниво на анксиозност за јавно говорење, односно за јавен настап (Beidel, Turner, 2007; според Bartholomay, Houlihan, 2016).

И додека има голем број на резултати од истражување на тема определување на класи на ситуации (кои предизвикуваат одредени социјални стравови) на примероци на возрасни индивидуи со социјално- анксиозно растројство, генерализирањето на наодите на популацијата на деца и адолесценти со ова нарушувањето е проблематично. Имено, постојат контекстуални и развојни фактори кои влијаат на разликите меѓу возрасните и младите (на пр., живеење со родители, промени во стравовите поврзани со возраста и можностите за избегнување).

Имајќи го предвид горенаведеното, Кодал и соработниците (2017) ја препознаваат важноста од испитување на модалитетите на страв и избегнување кај младите луѓе со дијагноза на социјално- анксиозно растројство. За таа цел, спроведено е истражување на примерок од 131 субјект на возраст од 8 до 15 години, од кои 55% се девојчиња (M = 12,00; SD = 2,00). Сите испитаници се избрани затоа што ги исполнувале

критериумите за присуство на социјално-- анксиозно растројство. Истражувачката факторска анализа опфати 22 социјални ситуации, каде што имаше по две оценки за секоја од нив - страв од ситуацијата и избегнување на ситуацијата. Резултатите од факторската анализа покажаа дека може да се идентификуваат три фактори кои дефинираат три типа на социјални стравови, а тие се (Kodal et al., 2017, 44):

1. настап/изведба (на пр. пишување на табла, давање извештаи или гласно читање пред класот, одговарање на прашања на часот, музички и атлетски приредби);
2. набљудување/опсервација (на пр. одење по ходници, час по физичко образование, работа или играње со група деца итн.);
3. интеракција (на пр. разговор со личност што не се познава добро, поставување прашање на наставник или барање помош итн.).

Може да се заклучи дека овие форми на социјални стравови се слични на оние добиени на примероци од возрасни со дијагноза на социјално анксиозно- растројство (социјална фобија).

Врз основа на сето она што е досега презентирано, може да се забележи прилично доследност во класификациите на ситуации кои предизвикуваат појава на социјални стравови како кај примероците од возрасни така и кај примероците на деца од клиничката популација. Ако се земе предвид димензионалната природа на феноменот на социјалната анксиозност, тогаш може да се заклучи дека социјалната анксиозност како особина на личноста се манифестира во три форми - социјална анксиозност во интеракциите, опсерваciска социјална анксиозност и анксиозност за јавни настапи.

Во досегашната литература евидентно е дека недостигаат истражувања на темата модалитет на социјална анксиозност кај неклиничките примероци. Затоа, постои потреба од вакви студии бидејќи нивните наоди би овозможиле валидација на изнесениот заклучок.

Глава 3. Агресивно однесување – развој, видови и карактеристики

1. Дефинирање на агресивното однесување

И покрај бројните и различни дефиниции за агресивното однесување (Dodge et al., 2007; Tremblay, 2000), повеќето автори би се согласиле дека тоа е однесување кое има за цел да повреди друго лице (Parke, Slaby, 1983), т.е. кои лица во своето опкружување ги доживуваат како хостилни, односно непријателски (Keresteš, 2006). Иако оваа дефиниција изгледа едноставна, одредувањето што претставува агресивен чин врз основа на тоа може да биде сложено, бидејќи намерите зад однесувањето не се секогаш забележливи (TenHouten, 2012). На пример, постојат околности во кои е тешко да се зборува за намерата да се повреди друго лице (на пример, дете на доенска возраст удира друго лице додека ја истражува околината со своето тело), а однесувањето има карактеристики на агресивно однесување (Tremblay, 2000).

Терминот агресивност е двосмислен. Под него, можеме да мислиме на предиспозицијата на личноста да покажува агресивно однесување (TenHouten, 2012; Wahl, Metzner, 2012), па во тој случај агресивноста ја гледаме како постојана карактеристика на личноста на поединецот. Дополнително, агресивноста може да означи еден вид емоционална состојба во која доминира гнев (Hubbard et al., 2010; TenHouten, 2012), бидејќи агресивниот чин често е придружен со оваа емоција. Некои под агресивност значат и ставови кон агресивен начин на реагирање (Wahl, Metzner, 2012), очекувајќи дека оние кои имаат позитивни ставови кон агресивноста (на пр. кон физичкото казнување на децата) имаат поголема веројатност да се однесуваат агресивно. Во научните трудови кои се занимаваат со агресивност, термините агресивност и агресивно однесување најчесто се користат наизменично. Прашалниците наменети за редовно мерење на агресивноста вклучуваат описи на различни типови на агресивно однесување чија фреквенција се проценува кај учесниците во истражувањето (Dennissen, Asendorpf, van Aken, 2008; Smith, Rose, Schwartz-Mette, 2010; Wahl, Metzner, 2012), но исто така, ставовите кон агресивното однесување и емоционалните состојби поврзани со агресивноста (Hubbard et al., 2010).

Во овој дел од трудот, односно во оваа глава, акцентот е ставен на податоците кои се поврзани за можноста за предвидување на агресивното однесување врз основа на способноста на емоционалната интелигенција, а термините агресивност и агресивно однесување ќе се користат во смисла на присуство на агресивно однесување кај личноста.

Агресијата денес е прифатена како повеќедимензионална конструкција чии димензии разликуваат различни видови и функции на агресивно однесување. Таквото агресивно однесување може да биде директно (отворено) или индиректно (релативно). Директното или отвореното агресивно однесување е насочено директно кон целната личност и во овој случај правиме разлика помеѓу физичка и вербална агресија (Smith et al., 2010; Xie, Drabick, Chen, 2011). Таквото однесување е она што вообичаено се смета за агресивност и е полесно да се идентификува отколку индиректна или релациона агресија. Индиректната агресија ги вклучува оние форми на однесување кои имаат за цел да му наштетат на друго лице, но не преку директна интеракција со целната личност, туку преку однесувања како што се ширење гласини, озборување, исклучување итн. (Crick et al., 1999). Истражувањата покажуваат дека овие два типа на агресивност се поврзани на ниво од r=,60-,76 (Card, et al., 2008; Crick et al., 1999), што значи дека многу деца ги покажуваат двата типа на агресивност. однесување, но некои се однесуваат доминантно на еден од опишаните начини (Smith et al., 2010). Директната агресија е повеќе поврзана со надворешни однесувања, лоши социјални односи и поретко просоцијално однесување, а индиректната агресија со интернализирачки проблеми и почесто просоцијално однесување (Card et al., 2008). Втората димензија на овој конструкт ги разликува агресивните однесувања во однос на функцијата што ја имаат за личноста што ги изразува. Според оваа димензија, агресивноста се дели на проактивна и реактивна (Hubbard et al., 2010). Проактивната агресија на некој начин е „свесна“ и „планирана“, односно наменета за човекот преку агресивно однесување да постигне некоја цел. Реактивната агресија во поголема мера е поттикната од слабо контролираните негативни чувства на една личност и е одговор на вистинска или замислена провокација. Истражувањата покажуваат дека проактивната агресија е поврзана со деликвентно однесување и психопатија, додека реактивната агресија е поврзана со насилство од интимниот партнер (Hubbard et al., 2010). Диференцирањето на споменатите форми на агресивно однесување е важно поради разликите во шемите на поврзување со конструкциите кои можат да бидат поврзани со зачестеноста или сериозноста на нивното појавување, но и со нивните развојни траектории (Hubbard et al., 2010; Ojanen, Findley, Fuller, 2012; Xie et al., 2011).

Различни видови мерки се користат во истражувањето на агресивното однесување, од проценки од други луѓе, преку самопроценки до набљудувања во лабораториски или природни услови. За да се процени присуството на агресивно однесување кај децата,

главно се применуваат проценките на родителите или старателите, воспитувачите или наставниците (Keresteš, 2006; Xie et al., 2011). Кај постарите деца и адолесцентите, покрај проценките на возрасните, често се употребуваат и проценките од врсниците (Gleason, Jensen-Campbell, Richardson, 2004; Keresteš, 2006; Ojanen et al., 2012) и самопроценките (Batool, 2013; Brame, Nagin, Tremblay, 2001; Little, et al., 2003; Wahl, Metzner, 2012). Набљудувањето, веројатно поради сложеноста на овој метод, се користи најмалку (Hubbard et al., 2010). Секој од овие типови мерки има свои познати предности и недостатоци и имајќи предвид дека тие влијаат на предметот на мерење во различни контексти, односно од различни гледишта, различни, но меѓусебно поврзани резултати собрани од различни видови мерки во исто време. време на истиот примерок се очекува (Kerestes, 2006). Податоците собрани во истиот контекст повеќе корелираат едни со други, како и проценките на оние набљудувачи кои имаат повеќе слични информации за однесувањето на една личност (Keresteš, 2006; Wahl, Metzner, 2012). Имајќи го предвид ова, се очекува дека големините на поврзаноста на агресивноста со некои други конструкции исто така зависат до одреден степен од видот на мерките што се применуваат.

Постојат различни теории за човековото агресивно однесување. Едни го гледаат како реактивна состојба односно одговор на фрустрација, а други како иманент на човековата природа, нешто со што човекот се раѓа, во облик на агресивен нагон кој на овој или на оној начин постојано е активен. И двете теории ги обединува тврдењето дека човекот има потенцијал за агресивно однесување.

Агресијата е важна компонента на некои однесувања, како што се: академскиот неуспех, алкохолизмот, социјалното повлекување. Грижата за регулирањето и модифицирањето на агресијата, било да е интергрупна, интерперсонална или интраперсонална, го поттикнала проучувањето на потеклото и развојот на агресивното однесуваље. Агресивното однесување обично може да се препознае во интеракцијата на ученикот со врсниците, родителите и со авторитетите. Тоа е социјален производ кој е под силно влијание на семејните, врсничките, културните и општествените фактори.

Робинс (според Brojša, 1994) разликува пасивно, агресивно и асертивно однесување. Пасивното однесување е инхибирано, субмисивно, се избегнуваат конфликтите и се настојува да се задоволат другите. Агресивното однесување е енергично, доминантно, на себе центрирано и безобзирно кон другите. Асертивното однесување отворено

изнесување на сопствените идеи и чувства со барање на своите права. Тоа однесување се карактеризира со упорност, но и посебна осетливост за идеите на другите. Посебно треба да се направи разлика меѓу асертивното однесување од една страна и пасивност, агресивност и насилност од друга страна. Асертивност е пристапување кон другиот без напад на него. Тоа е, ако може така да се рече, конструктивно и поврзувачко агресивно однесување. Насилството и пасивноста се два екстреми со кои или се напаѓаат другите или им се потчинуваме. И едното и другото го оневозможува здравото и хуманото живеење како и конструктивното решавање на меѓусебните конфликти.

Врската помеѓу ставовите кон агресијата и агресивното однесување може да се објасни со постулатите на теоријата за обработка на социјални информации (Crick. Dodge, 1994). Според оваа теорија, структурите на знаење, кои вклучуваат ставови, влијаат на сите фази на обработка на социјалните информации, имено: кодирање и толкување на социјалните знаци, избор на цели, пристап до меморирани одговори или изградба на нови, избор и реализација на одговори. Резултатите од емпириското истражување покажуваат дека ставовите кон агресијата влијаат на различните фази на обработка на социјалните информации со обликување на перцепцијата на однесувањето на другите луѓе во околината, поттикнување на повикување на агресивни сценарија и олеснување на изборот на агресивни одговори (Huesmann, Guerra, 1997). Постојат силни емпириски докази дека обработката на социјалните информации дејствува како посредник помеѓу ставовите кон агресијата и агресивното однесување (Calvete, Orue, 2010). Покрај тоа, социјалните психолози ја нагласуваат улогата на когнитивните шеми (т.н. сценарија) во регулирањето на агресивното однесување (Huesmann, Guerra, 1997). Когнитивните шеми ја скратуваат и поедноставуваат обработката на информациите, бидејќи содржат модели на можни одговори во одредени социјални ситуации. Сепак, однесувањето сугерирано од одредено сценарио понатаму се филтрира преку нормативни верувања за прифатливоста и неприфатливоста на предложениот одговор.

Типолошката поделба на реактивна и проактивна агресија е направена во однос на основната функција или мотивација на агресивното однесување. Реактивната агресија се однесува на одбранбен или одмазднички одговор на фрустрација или закана, додека проактивната агресија е пресметана, организирана и има за цел да постигне награда или социјална доминација (Crick, Dodge, 1996). Емпириските податоци за преваленцата на реактивна и проактивна агресија кај адолесценти со типичен развој може да се сумираат на следниов начин: адолесцентите имаат поголема веројатност да покажат

реактивна отколку проактивна агресија (Fanti, et al., 2009); фреквенцијата на проактивна агресија е поголема кај момчињата отколку кај девојчињата (Baş, Yurdabakan, 2012); нема значителни родови разлики во манифестацијата на реактивна агресија (Fanti, et al., 2009); нивото на реактивна и проактивна агресија се зголемува до петнаесеттата година од животот (Fung et al., 2009), а потоа постепено се намалува (Barker, et al., 2006).

2. Краток преглед на развојот и корелатите на агресивноста

Првите форми на агресивно однесување почнуваат да се појавуваат на возраст од една година (Žužul, 1992). Секако, видот и начинот на изразување на агресија значително се менуваат со возраста на детето. Во раното детство главно се користи директна физичка агресија (Caplan, et al., 1991: според Keresteš, 2002). Со развојот на вербалните способности, децата сè повеќе го користат говорот за да ја изразат својата агресивност. Една од причините за тоа е свеста дека физичката агресивност почесто е санкционирана од околината. Според развојната теорија на агресија, третата развојна форма на изразување на агресивност е индиректната агресивност (Björkqvist et al., 1992). За појава на индиректна агресивност, потребно е одредено ниво на социјална интелигенција, кое се зголемува со возраста. Сепак, оваа врска помеѓу социјалната интелигенција и индиректната агресија е умерена со димензијата на емпатијата. Социјалната интелигенција е позитивно поврзана со индиректната агресивност кај индивидуите со недоволно развиена емпатија. Социјално интелигентните и емпатични поединци имаат тенденција, се разбира, да ги решаваат конфликтите неагресивно. Како што влегуваме во зрелоста, ја задржуваме тенденцијата да користиме физичка агресија поретко, што ја компензираме со вербално или индиректно агресивни дејства (Björkqvist et al., 1992). Агресивноста е многу стабилна особина и се формира рано во животот. Соочени со овие резултати, претпоставуваме дека агресивноста е всушност особина на личноста. Истражувањата покажуваат дека стабилноста на агресивноста се зголемува во функција на возраста и дека таа е поголема кај машките студенти отколку кај студентките.

Актот на агресија, исто така, предизвикува повратни реакции на страв, бегство, лутина или борбено однесување. Агресивното однесување се развива и ескалира кога бројните пречки го спречуваат задоволувањето на потребите и кога неуспехот предизвикува не

само лошо расположение, туку и страв, гнев, бес, омраза. Често зад агресивното однесување стојат мотиви како потреба за доминација, самопотврдување, но и самоодбрана.

Децата почнуваат да покажуваат агресивно однесување кога ќе станат физички способни за тоа, приближно на возраст од една година (Alink et al., 2006; Tremblay et al., 1999). Во текот на следните неколку години, тие покажуваат претежно директни, најчесто физички, форми на агресивно однесување благодарение на нивниот сè уште недоволно развиен говор и ограничувањата на когнитивниот, социјалниот, моралниот и емоционалниот развој. Истражувањата покажуваат дека кулминацијата на физичката агресија во раното детство е некаде помеѓу две и четири години (Alink et al., 2006; Tremblay et al., 1999), а по овој период има опаѓање. Следењето на преваленцата на физички агресивни однесувања од раното детство до доцната адолесценција укажува на континуиран пад. Само мал процент од момчињата и девојчињата (под 10%) се постојано физички агресивни во текот на средното детство и адолесценција (Tremblay et al., 1999).

Истражувањето за вербалната агресивност е многу поретко и честопати студиите не ја одвојуваат вербалната од целокупната или отворената агресивност. Затоа немаме доволно емпириски информации за развојот на вербалната агресивност. Сепак, познато е дека застапеноста на вербално агресивните однесувања во бихејвиоралниот репертоар на детето се зголемува во согласност со развојот на говорот (Tremblay et al., 1999). Во однос на училишната возраст, некои студии покажуваат дека вербалната агресија се јавува почесто од училишна возраст па наваму (Hartup, 1974; McCabe, Lopscomb, 1988), додека други студии покажуваат дека вербалната агресија, како и физичката агресија, се намалуваат за време на основното училиште (Choie, Dodge, 1997; Parke, Slaby, 1983).

Со растењето и стекнувањето вербални и социјални вештини, сè почесто се појавуваат различни форми на индиректна агресија (Crick et al., 1999; Smith et al., 2010). Веќе на возраст од три до пет години, може да се забележат поедноставни облици на такво однесување кај децата (Cakić, Velki, 2014; Crick, Casas, Mosher, 1997), а со возраста, индиректно агресивното однесување станува сè покомплексно и пософистицирано. (Crick, et al., 1999). Истражувањето спроведено од Каирнс и соработниците (1989) покажало зголемување на индиректната агресивност во раната адолесценција, а

истражувањето на примерок од хрватски ученици потврдило дека учениците од осмо одделение покажуваат повеќе индиректно насилни однесувања од 4 ученици од одделението (Đuranović, Opić, 2013). Не наидовме на истражување за развој на индиректна агресивност во подоцнежните развојни периоди. Студијата за самооценета агресивност спроведена од Дут и соработниците (2013) на ученици од рана адолесцентна возраст покажа дека на таа возраст, физичката агресивност е најзастапена, проследена со вербална и најмалку индиректна агресивност.

Развојните студии за агресивноста исто така се фокусирани на меѓуиндивидуалните разлики во почетокот на агресивноста и понатамошниот тек на нејзиниот развој. Ксие и соработниците (2011) спровеле лонгитудинална студија за очигледна агресија (физичка и вербална) на учесници од двата пола од четврто до дванаесетто одделение. Тие идентификуваа четири групи учесници според почетокот и развојните траектории на очигледна агресивност: ниска, зголемена (појава во адолесценцијата), намалена и висока (појава во детството). Поголемиот дел од младите припаѓаат на ниско-агресивната група, додека мал процент се високо агресивни. Групите се разликуваат и во застапеноста на факторите на ризик во различни периоди од животот. Високо агресивните имаат повеќе фактори на ризик во детството отколку сè поагресивните, кај кои се забележува високо ниво на независност во адолесценцијата. Од друга страна, оние кои се во опаѓање се изложени на некои фактори на ризик во детството, но високо ниво на родителско следење и вклученост во училиштето е забележано во нивната адолесценција. Зборувајќи за развојните траектории на физичката агресија, Брам и соработниците (2001), според наодите од нивното истражување, заклучуваат дека транзицијата од ниска агресивност во детството до висока агресивност во адолесценцијата е малку веројатна. Оние кои покажуваат агресивно однесување во адолесценцијата генерално се агресивни уште од детството (Alink et al., 2006; Brame et al., 2001; Kokko, et al., 2009). Истражувањата за родовите разлики покажуваат дека девојчињата кои често покажуваат агресивно однесување стануваат физички помалку агресивни со возраста, додека резултатите за момчињата не се недвосмислени. Резултатите од некои студии покажуваат дека фреквенцијата на физичка агресија кај агресивните момчиња се намалува (Bongers, et al., 2003; Wahl, Metzner, 2012), додека други покажуваат дека таа останува стабилна (Lee, et al., 2007).

Што се однесува до корелациите на агресивноста кај децата и адолесцентите, еден од најчесто истражуваните е полот. Истражувањата потврдуваат дека момчињата се

физички поагресивни од девојчињата во сите периоди на растење, додека резултатите од истражувањето за родовите разлики во вербалната агресија и индиректните форми на агресивност не се конзистентни (Batool, 2013; Card et al., 2008; Dutt et al. 2013; Đuranović, Opić, 2013; Parke, Slaby, 1983; Smith, et al., 2010; Tapper, Boulton, 2004; Xie, et al., 2011). Меѓу биолошките корелации на агресивноста, се споменува и генетската предиспозиција (Pérusse, Gendreau, 2005) и некои карактеристики на темпераментот. На пример, во истражувањето на Ојанена и соработниците (2012) се покажа дека нивото на фрустрација на една личност е негативно поврзано со индиректната агресија кај раните адолесценти, но не е поврзано со отворената агресија. Другите карактеристики на детето, како што се особините на личноста и начините на обработка на информациите, се исто така поврзани со агресивното однесување. Согласноста и совесноста се негативно поврзани со директно и индиректно агресивно однесување кај раните адолесценти од двата пола (Gleason et al., 2004), а нарцизмот е позитивно поврзан со физичката агресија кај момчињата и индиректната агресија кај двата пола (Ojanen et al., 2012).

Важноста на учењето и социо-когнитивните варијабли во интерпретацијата на агресивното однесување беше предупредена од Бандура (Bandura, 1973; Bandura, Ross, Ross, 1961). Истражувањата потврдија дека присуството на различни агресивни реакции е поврзано со начините на кои ги припишуваме социјалните знаци, ставовите кон агресивноста, намерите во основата на однесувањето, достапноста на научените агресивни реакции во бихејвиоралниот репертоар итн. (Hubbard et al., 2010; Ojanen et al., 2012). Поединците кои почесто покажуваат реактивно агресивно однесување имаат поголема веројатност, во споредба со проактивно агресивните, да го припишат непријателството на неутрални или двосмислени социјални знаци и имаат поголеми потешкотии во општо разбирање на социјалните знаци. Дополнително, се покажа дека реактивно- агресивните деца имаат помалку неагресивни одговори во нивниот бихејвиорален репертоар. Од друга страна, проактивно агресивните поединци имаат повисоки очекувања дека агресивната акција ќе резултира со позитивен исход за нив и чувствуваат поголема самоефикасност поврзана со агресивното однесување што го покажуваат. Истражувањата за поврзаноста на агресивноста со варијаблите на емоционалното искуство и обработката на емоциите се доста ретки и покрај емоционалната основа на агресивното однесување.

Големо значење во етиологијата на агресивноста им се придава на факторите на околината, односно на опкружувањето, најчесто на различни семејни варијабли, како што се стилот на приврзаност на родителите и децата, стилот на воспитување, однесувањето на родителите, семејната клима итн. Истражувањата покажаа дека избегнувачката и неорганизираната приврзаност се поврзани со поагресивно однесување, како и со недостаток на топлина во односот помеѓу родителите и децата и со претерано насилно дисциплинирање на децата (Pei, 2011; Wahl, Metzner, 2012). Авторитативниот стил на родителство е негативно поврзан со физичката и вербалната агресивност на децата, додека попустливиот стил на воспитување е позитивно поврзан со физичката и авторитарната агресивност на децата (Batool, 2013). Сепак, важно е да се нагласи дека полот на родителот и детето се посредници на односот помеѓу родителските постапки и агресивноста на децата, односно дека однесувањето на истото мајка и татко има различни ефекти за девојчињата и момчињата (Björkqvist, Österman, 1992; Pei, 2011; Wahl, Metzner, 2012). Пеи (2011) наведува дека однесувањето на мајката има поголемо влијание врз агресивноста на девојчињата, а на таткото на агресивноста на момчињата, додека Вал и Мецнер (2012) заклучуваат дека променливите на мајката имаат посилни ефекти од оние на таткото врз агресивноста на децата. Подетален преглед на истражувањето на таа тема, со оглед на хетерогеноста на резултатите, би бил преопширен за понатамошна елаборација во овој труд.

Покрај семејните варијабли, социоекономската и културната средина исто така се покажаа како значајни корелации на агресивното однесување (Barker et al., 2008; Damar, Gülay, Seven, 2011). Во истражувањето спроведено од Вал и Мецнер (2012), беше откриено дека нискиот семеен приход е поврзан со агресивноста на девојчињата.

Прегледот на развојните истражувања за агресија сугерира многу проблеми. Најзабележителни се проблемите на дефинирање, концептуализација и операционализација на агресивноста, кои се разликуваат од студија до студија и со тоа го отежнуваат сумирањето на добиените резултати. Понатаму, најчести методи за оценување на агресивноста се оценувањето на родителите, врсниците или други блиски лица и самооценувањето. Овие методи на собирање податоци овде, како и при мерењето на другите конструкции, до одреден степен ги искривуваат резултатите. Некои од причините се (не)знаењето на оценувачот за истражуваниот феномен (на пр. агресивност), достапноста на информации за истражуваното однесување (на пр. колку често целното лице покажува агресивно однесување), можноста за евалуација на

однесувањето на одредено скала (на пр. на Ликертова скала од 5 степени), критериумите што секој поединец ги применува при оценувањето (поблаг наспроти построг), социјалната пожелност на одговорот (прашањето за минимизирање или нагласување одредени однесувања) итн. Прегледот на содржината на истражувањата открива дека најмногу знаеме за физичката агресија, додека другите форми на агресивност, особено индиректните, се занемарени. Дополнително, најголемиот дел од истражувањата се однесуваат на ученици од основно училиште, додека истражувањата за помали деца и постари адолесценти се мошне ретки. Лонгитудиналните истражувања кои би опфатиле различни типови на агресивност и подолг развоен период и би овозможиле опис на развојот и неговите корелации би биле од голема корист при проучувањето на развојот на агресивноста.

3. Анализа на видовите на агресивност

Претходно беше спомнато дека мажите почесто ќе покажуваат агресивно однесување, но тоа важи само за директно однесување, т.е. соочување лице в лице со намера да му наштети на друго лице. Според претпоставките на теоријата за родителско вложување, жените ќе избираат помалку ризични форми на агресивно однесување, т.е. тие почесто ќе покажуваат индиректна агресија насочена кон повреда на друго лице, но без конфронтација лице в лице (Archer, 2004; според Griskevicius, et al., 2009). Цената на директно агресивно однесување за жените е превисока со оглед на потенцијалните загуби, додека цената на индиректното агресивно однесување не е висока, не претставува висок ризик од повреда и може да доведе до одредени придобивки. Жените користат индиректна агресија значително почесто од мажите, иако овие разлики се намалуваат во зрелоста. Ако мажите и жените се изложени на истиот стимул што предизвикува агресија, жените ќе имаат многу посилна желба да ја изразат агресијата на индиректен начин отколку мажите (Hess, Hagen, 2006; според Griskevicius et al. 2009). Од друга страна, иако мажите имаат тенденција да изразуваат агресија на директни и индиректни начини, тие почесто избираат подиректни методи отколку жените (Daly, Wilson, 1988; според Griskevicius et al. 2009).

Агресивното однесување на младите е сè поголем социјален проблем, поради што привлекува сè повеќе внимание кај луѓето кои се среќаваат со ова прашање во нивната секојдневна работа, како и од научниците кои се обидуваат да ги откријат сложените

причини кои се одговорни за појавата на агресивност. Тешко е да се дефинираат термините агресија, агресивност или агресивно однесување. Постојат многу дефиниции кои се обиделе да го објаснат овој комплексен феномен на човековото однесување. Според речникот на странски зборови, зборот агресија доаѓа од латинскиот збор *aggredi*, што значи „да се приближиш некому, брзаш“. Му се припишуваат различни значења како акција или постапка со намера да доминира и владее или деструктивно однесување или нарушување често предизвикано од фрустрација. Оваа дефиниција послужи како почетна точка за истражување на овој труд. Ризикувајќи ја непрецизноста на дефиницијата, но сепак давајќи посеопфатно и пореално објаснување, Жужул (1992, 69) ја дефинира агресијата (т.е. агресивното однесување) како: „секоја реакција (физичка или вербална) извршена со намера да предизвика штета или повреда на секаков вид на некој друг, без разлика дали таа намера била целосно спроведена“. Постојат многу критериуми според кои можеме да разликуваме агресивно однесување. Неодамна, многу автори (Björkqvist et al. 1992) придаваат важност на поделбата на агресивноста на директна (отворена) и индиректна (прикриена) агресија.

3.1. Директна агресивност

Директната агресија се однесува на однесувања кои содржат отворена намера да повредат или а наштетат некому. Ова вклучува директна физичка (на пр. удирање) и директна вербална (на пр. викање, навредување) агресија (Björkqvist et al., 1992). Според некои автори, директната агресивност може да вклучи и некои невербални агресивни однесувања, како што се правење грди гестови или заканувачки погледи (Porter, 2007). До неодамна овој тип на агресивност беше единствениот предмет на истражувачки интерес во оваа област, но во последно време е прифатено дека агресивното однесување може да има и други форми.

3.2. Индиректна агресивност

Индиректната агресија, односно индиректната агресивност вклучува социјално манипулативно однесување во кое агресорот ја користи социјалната структура за да повреди друго лице на начин што влијае на неговата поврзаност со другите, без да биде

вклучен во директен напад врз таа личност и без да биде препознаен (од социјалната средина и жртвите) како агресор (Björkqvist et al., 1992). Ученичките се повеќе склони да ги исфрлат новите членови од групата. Важно е да се сврти вниманието на оваа форма на агресија, бидејќи повеќето луѓе сè уште веруваат дека индиректната агресија е помалку опасна или помалку болна за жртвите од директната агресија. Широк спектар на проблеми се појавија кај ученичките кои беа жртви на индиректно агресивни дејствија (одбивање на училиште, депресија, осаменост, страв дека нема да можат да одржуваат блиски односи во иднина, размислување за самоубиство).

Агресивноста се смета за особина со препознатливи манифестации во однесувањето и затоа е полесна за мерење од некои други особини. Меѓутоа, за разлика од директната агресивност, индиректната агресивност не се манифестира во однесувањето на толку очигледен и лесно мерлив начин. При користење на индиректно агресивни дејствија, агресорот обично останува скриен за да избегне казна и осуда од околината и самата жртва. Тоа значи дека на пр. методот на набљудување е целосно несоодветен за истражување на овој тип на агресивност, а исто така несоодветно е да се користи само методот на самооценување. При проценка само на сите форми на агресивност, поединецот има тенденција да дава општествено посакувани одговори, а во случај на индиректна агресивност тоа е особено изразено, бидејќи го користат луѓе кои експресно не сакаат да бидат идентификувани како агресори. Затоа, методот за оценување од колеги е најсоодветен кога сакаме да ја испитаме индиректната агресија или директната и индиректната агресија истовремено (Björkqvist et al., 1992).

3.3. Осврт на одредени карактеристики кај видовите на агресивност

Во овој дел, пред да се даде осврт на агресивното однесување кај адолесцентите, ќе биде прикажан осврт на одредени карактеристики кај видовите на агресивност, односно попрецизно, ќе се разгледаат накратко разликите според полот, поврзаноста на агресијата и публиката, агресијата кај жените и кај мажите.

3.3.1. Разлики според полот

Со цел да се проверат мотивите за директна и индиректна агресија, Грискевичиус и соработниците (2009) спроведоа експеримент во кој индуцираа различни состојби кај учесниците и потоа следеа каква форма на агресивно однесување би предизвикале овие состојби.

На почетокот на студијата, учесниците читаа приказни за кои се претпоставуваше дека ги поттикнуваат следните состојби кај учесниците: натпреварувачки, додворувачки и неутрални расположенија. Потоа беа применети прашалници, кои потврдија колку учесниците во различните групи навистина се разликуваат во однос на наведените услови. На крајот, учесниците беа прашани како би реагирале доколку некој им истури пијалок на забава, а потоа не се извини. Машките учесници од групата во која беше возбудена конкурентната состојба изјавија дека се поподготвени да реагираат преку директна агресија отколку машките учесници од преостанатите две групи. Кај женските учесници, натпреварувачкото расположение немаше влијание врз подготвеноста да се користи директна агресија. Расположението за додворување не ги наведе ниту машките ниту женските учесници да претпочитаат директно агресивно однесување.

Понатаму, се покажа дека натпреварувачкото и додворувачко расположение кај жените ќе ја зголеми подготвеноста за употреба на индиректна агресија во споредба со контролната група. Од друга страна, ниту една од експерименталните групи не ја зголеми веројатноста за индиректно агресивно однесување кај мажите. Затоа, овие наоди може да обезбедат подобро разбирање на директната и индиректната агресија кај мажите и жените. Фактот дека мажите се поподготвени да реагираат на директен начин кога се во конкурентна средина може да се објасни со теоријата на интрасексуална конкуренција. Мажјаците, за да имаат пристап до женките, мора да ја елиминираат конкуренцијата, што е можно само со користење на директен метод (на пр. со повреда на ривалот). Се очекува претпочитање на индиректна агресија од страна на жените, бидејќи на тој начин жената не се изложува на преголем ризик кој може да доведе до повреда (а повредите може да бидат фатални за жената во смисла на намалување на нејзината репродуктивна вредност).

3.3.2. Агресија и публика

Резултатите од претходниот експеримент покажале дека мажите, во кои била предизвикана состојба во која биле склони кон додворување, не претпочитале директно агресивно однесување (туркање, тепачка итн.).

Агресивното однесување денес е неприфатливо и таквото однесување се доживува како непривлечно и одбивно. Претпоставката е дека мажот ќе се воздржи од примена на директни мерки на агресивно однесување пред потенцијалната партнерка, бидејќи во спротивно може да стане помалку привлечен и одбивен за неа. Грискевичиус и соработниците (2009) одлучиле да направат уште една варијација на овој експеримент за да утврдат дали публиката има влијание врз типот на агресивно однесување кај мажите и жените. Овој експеримент беше спроведен на ист начин како и претходниот, но разликата е во тоа што овој пат авторите ја вклучија променливата публика.

Имено, откако беа индуцирани одредени состојби кај учесниците (натпреварувачки, додворувачки и неутрални), од нив беше побарано да опишат како би реагирале во ситуација кога нивниот познаник им истурил пијалок во присуство на други мажи/жени. Така, овој пат беше воведена променливата публика, а публиката ја сочинуваа исклучиво машки или женски лица. Резултатите уште еднаш покажаа дека мажите ќе покажат директни форми на агресија кога кај нив ќе се поттикне конкурентна состојба, без разлика дали во публиката имало жени или мажи. Интересно е тоа што кога мажите се склони да се додворуваат (условот за додворување), тие не претпочитаа директна агресија во присуство на женска публика. Кога во публиката имаше мажи, повторно доминираа директните форми на агресивно однесување. Тоа значи дека женската публика во овој случај имала инхибиторно дејство врз директното агресивно однесување на мажите. Од друга страна, присуството на публика (машка или женска) не влијаеше на зголемувањето на директните форми на агресивно однесување кај жените. Што се однесува до индиректната агресија, жените во присуство на публиката покажаа поголема индиректна агресија во споредба со контролната група, но овој пат ова зголемување беше статистички значително повисоко од вредноста од претходниот експеримент. Со други зборови, присуството на публика (без разлика од кој пол биле членовите) уште повеќе ја зголеми индиректната агресија кај жените.

Се смета дека можната причина за зголемувањето на индиректната агресија во оваа ситуација е тоа што жените ја користат агресијата за да укажат на нивната неповредливост. Имено, доколку во публиката има мажи, жената која е понижена ќе

покаже дека е способна да се одбрани и да се заштити од провокации со возвраќање на агресија (што може да биде пожелна и претпочитана карактеристика, бидејќи во тој случај жената може да го заштити нејзиното потомство поефикасно). Слично на тоа, со враќање на агресијата индиректно во присуство на женска публика, жената испраќа порака до другите дека не толерира провокации (што може да ја намали веројатноста за идни провокации и озборувања кои можат да и наштетат на репродуктивната вредност на жената). Мажите во присуство на публика не покажаа значително зголемување на индиректната агресија во споредба со контролната група.

3.3.3. Агресија кај жените

Познато е дека жените поретко се впуштаат во директно агресивно однесување (тепачки, удирање и сл.), пред сè од причина што таквото однесување вклучува ризик што може да ја оштети нивната репродуктивна вредност. Директната агресија носи превисока цена за жените, но може да се постави прашањето дали има ситуации во кои примената на директни форми на агресивно однесување би била профитабилна опција? Имено, понекогаш жените се подеднакво склони кон насилство како и мажите, што е потврдено со податоците за поврзаноста помеѓу машкото и женското насилство во одредени култури (коефициентите на корелација генерално се движат од 0,80 до 0,99) (Campbell, Muncer, Bibel, 2001; според Griskevicius, et al., 2009).

Она што е карактеристично за овие култури е високата стапка на невработеност, зависноста од социјална помош, ниските примања итн. Затоа, научниците претпоставуваа дека ограничените ресурси би можеле да ги поттикнат жените да користат директни мерки на агресивно однесување. Кога жената ќе се соочи со недостиг на ресурси, директното агресивно однесување сепак ќе биде многу ризично, но потенцијалната добивка во овој случај ќе биде многу поголема, што ќе го направи преземањето ризик потенцијално попрофитабилно. Се претпоставува дека жените кои не се во брак и немаат деца би биле поподготвени да практикуваат директно агресивно однесување во средина со ограничени ресурси, бидејќи во тој случај немаат многу да изгубат. Од друга страна, мажените жени со деца ќе бидат помалку подготвени да ризикуваат, поради што се претпоставува дека во помала мера ќе претпочитаат директни агресивни однесувања. Грискевичиус и соработниците ги тестирале овие хипотези во друг експериментален дизајн. Овој пат тие вклучија нови елементи, така

што кај учесниците беше индуцирана една од трите состојби: конкурентна, конкурентна со ниски ресурси без семејство и конкурентна со ниски ресурси со семејството (овие состојби беа возбудени кај учесниците со читање на приказните и тие се обидоа да замислат самите во една од тие три ситуации). Мажите повторно покажаа јасна предност за директно агресивно однесување, но овој пат и жените повеќе ја претпочитаа директната агресија во натпреварувачки услови без семејство.

Присуството на семејството имаше инхибиторен ефект врз машката и женската директна агресија, што ја потврди хипотезата дека мажите и жените се помалку подготвени да ризикуваат кога имаат потомство. Присуството на семејство, исто така, ги инхибираше индиректните форми на агресија кај жените, додека кај мажите ниту една од овие ситуации не ја зголеми индиректната агресија во споредба со контролната група. Ова истражување произведе важни резултати кои покажуваат како ограничените ресурси навистина можат да ја зголемат директната агресија кај жените. Гледано од еволутивна перспектива, жените кои имаа ограничен пристап до ресурсите можеа потешко да се грижат за своето потомство, а со тоа беше загрозено преносот и зачувувањето на гените. Во овој случај, примената на директно агресивно однесување станува попрофитабилно, исто како што таквото однесување е поисплатливо за мажите кога се натпреваруваат за потенцијална партнерка.

Се смета дека мора да се истакнат и потенцијалните недостатоци на ова истражување. Пред сè, фактот што ова истражување е спроведено на студентска популација ја намалува можноста за генерализирање на резултатите. На пример, прашање е дали би се добиле еквивалентни резултати кај постарите учесници. Сомнителен метод е и употребата на приказни со кои учесниците требаше да се поистоветат, особено ако се земе предвид фактот дека учесниците, од студентската популација, требаше да се замислат себеси во ситуација кога имаат деца, дека таму е недостаток на ресурси итн. Па така, ваквите ситуации се премногу вештачки, поради што би било пожелно овие резултати да се надополнат со истражување со корелација. На пример, можно е да се проучи поврзаноста помеѓу директните мерки на агресивното однесување на жените (на пр. користење на податоци за лични агресивни дејствија) и нивниот социо-економски и брачен статус.

3.3.4. Агресија кај мажите

Убиството може да се дефинира како екстремен чин на агресија, а веќе е наведено дека мнозинството убијци, но и жртвите се мажи. Постојат неколку фактори кои можат да придонесат за повисока стапка на убиства кај мажите. Веќе беше наведено претходно дека интрасексуалната конкуренција може да предизвика агресија или убиство во поекстремни случаи. Интересно е тоа што убијците и жртвите често се слични по одредени карактеристики.

Авторите Вилсон и Дејли (1985; според Buss, Shackelford, 1997) ги анализирале податоците за убиства во Детроит во 1982 година и откриле дека 43% од жртвите и 41% од убијците биле невработени, иако во тоа време невработеноста кај возрасните мажи била само 11%. Понатаму, 73% од убијците и 69% од жртвите биле неженети мажи. Така, недостатокот на ресурси и неможноста да се инвестира во долгорочни врски се фактори кои несомнено се поврзани со повисока стапка на убиства кај мажите. Можно е мажите со понизок социо-економски статус да се поподготвени да ризикуваат бидејќи немаат многу што да изгубат, а агресијата почесто е насочена кон слободните мажи, бидејќи тие се конкуренција за освојување на потенцијална партнерка. Меѓутоа, бидејќи се работи за корелациона студија, резултатите треба внимателно да се толкуваат. Се верува дека во овој случај постои можност одредени посредници, како што се интелигенцијата или особините на личноста, да придонесат за објаснување на оваа поврзаност.

Исто така, според претпоставките на теоријата за интрасексуална конкуренција, можно е мажите значително почесто да ја насочуваат својата агресија кон оженетите мажи, бидејќи на тој начин би можеле да обезбедат пристап до посакуваните партнери, иако моментално се зафатени (од еволутивна перспектива). Очигледно е дека постојат некои други фактори зад агресивното однесување кај мажите.

Еден од мотивите што може да предизвика агресивно однесување кај мажите може да биде потребата да се брани статусот или честа во заедницата. На пример, има бројни случаи кога убиството се случило од навидум банални причини како навреди или кавги со непознати. Сепак, од еволутивна перспектива, статусот, моќта и честа се карактеристики кои се далеку од тривијални. Бидејќи нашите предци живееле во помали групи, губењето на статусот можело да има критични последици за способноста на поединецот да преживее и да се репродуцира. Силната чувствителност

на губење на статусот и моќта е веројатно неприлагодлив механизам денес, како и потребата за консумирање висококалорична храна.

Сексуалната љубомора може да биде уште една причина зошто мажите имаат поголема веројатност да бидат агресивни. Во една студија во која стапката на убиства во т.н „љубовни триаголници“, беше откриено дека 92% од убиствата биле извршени од мажи (Wilson, Daly, 1988; според Buss, Shackelford, 1997). Конфликтите меѓу мажите околу нивните партнерки не мора секогаш да бидат смртоносни. Бус (1988) спроведе студија во која се покажа дека мажите би биле поподготвени да иницираат физичка пресметка со личност која покажува интерес за нивната партнерка. Можно е поединецот кој е поразен во физичка пресметка да биде помалку пожелен за другите жени. Затоа, во овој случај, агресијата може да претставува адаптивен механизам кој го решава проблемот со задржување на партнерот.

4. Осврт на агресивното однесување кај адолесцентите

Адолесцентната агресија е истакнат социјален проблем денес. Различни студии покажуваат високо ниво на агресија и нејзините последици, кои можат да бидат многу сериозни. Агресивното однесување значително влијае на развојот на децата и е поврзано со негативни исходи во подоцнежна возраст како што се деликвенција или социјални проблеми. Големите општествени промени (воени и повоени околности, неконзистентен правен систем, раслојување на богати и сиромашни, невработеност, миграција, слаби социјални врски меѓу луѓето) ги нарушуваат традиционалните форми на однесување и моралните норми и системот на вредности како целина, што се одразува на семејството, а со тоа и на развојот и однесувањето на адолесцентите. Многу е важно детето во семејството да стекне чувство на сигурност и заштита, да чувствува дека е сакано и дека има некој што се грижи за него, бидејќи на тој начин ќе воспостави правилен однос со себе, со другите луѓе. и опкружувањето воопшто, со што се избегнува чувството на агресивност и страв и очај. Според некои истражувања, растечкиот број на разводи влијае на однесувањето на адолесцентите и нивниот успех на училиште.

4.1. Училишното опкружување и агресијата кај адолесцентите

Училишната средина, покрај семејната средина, е една од највлијателните елементи во развојот на агресивното однесување кај децата и младите. Со својата динамичност, многубројните и разновидни општествени односи и педагошко-психолошката работа, училиштето се наведува како институција во која е можно да се детектираат различни форми на агресивно однесување и да се делува на нив преку превентивна или интервентна воспитно-образовна работа, но и како институција каде што е можна ескалација на ова однесување и развој на нови нарушувања во однесувањето (Singer, 2000).

Во која насока ќе оди потенцијалното агресивно однесување на учениците зависи од различни фактори карактеристични за училиштето: воспитно-образовната работа на училиштето, наставниците, врсниците, развојот на ставовите на учениците кон (не)успехот, отвореноста на училиштето за соработка (со родителите, поширокаата општествена заедница), воннаставни активности. Еден од најчестите е односот и однесувањето на наставникот кон ученикот, а особено кон агресивното однесување на ученикот. Веќе во текот на шеесеттите години на 20 век, беше нагласено дека „наставникот кој се спротивставува на агресивноста на учениците со доминација или казнување, ја поттикнува наместо да ја потиснува агресивноста“, така што малку може да се постигне со авторитетен став и однесување во училницата.

Наставниците се советуваат да развијат образовен однос со своите ученици врз основа на взаемна доверба и почит. Се прават напори за демократизација на воспитно-образовниот процес (без разлика на концептот на воспитно-образовна работа што го претставуваат институциите на одредено општество или начинот на работа), како и за ревитализација и зајакнување на воспитно-образовната работа со учениците, која почна да го губи неговото значење и да ѝ отстапи доминантно место на воспитно-образовната работа на училиштето. Но, во пракса, колку и да се трудат наставниците да формираат и развијат демократска атмосфера во училницата, агресивното однесување на учениците не престанува, особено во урбаните средини.

Споредувајќи ги извештаите од пред неколку децении со сликата за малолетничката деликвенција што ја имаме денес, гледаме дека деликвентното однесување е значително различно и по квалитет и по квантитет, со тоа што грабежите и сличните кривични дела се случуваат пред сè во училишните дворови или блиските улици каде

што малолетните деликвенти со закани, тепања и ножеви крадат тениски чевли или јакни од престижни светски брендови од поискусни врсници.

Причините за ваквата состојба во нашите училишта не можеме да ги бараме исклучиво во работата на училиштата. Политичките, економските и социјалните кризи на нашето општество се најдобар доказ за влијанието на макроопкружувањето врз значајните фактори, особено семејството, врсниците, училиштето и агресивното однесување на младите. Покрај горенаведеното, младите генерации постојано се „бомбардираат“ со агресивни модели на однесување, особено преку масовните медиуми. Истовремено, наглото осиромашување на семејствата, невработеноста, незадоволството, слабите социјални врски меѓу луѓето, влијаат и на стабилните семејства во кои постои фрустрација и со тоа нарушување на стабилноста на семејството како основна институција на општеството, што резултира со осиромашување на воспитно-образовните активности на семејството. Мора да се напомене и дека зголемувањето на агресивното однесување е една од најочекуваните последици од војната врз децата. Во нашето општество (во нашиот регион) има миграција на населението, голем број на жртви и ранети кои имаат физички и психички последици од минатото (Keresteš, 2002). Попустливиот однос на општеството кон агресијата и нејзината позитивна евалуација, изложеноста на агресивни модели, бројните извори на фрустрации и закани и зголемената тенденција да се припишуваат лоши намери на однесувањето на другите луѓе се некои од механизмите со кои војната постигнува такво влијание. Таквото зголемување на агресивноста обично се поврзува со намалување на просоцијалното однесување. Овој непожелен ефект на војната врз развојот на агресивното и просоцијалното однесување не го засега само детето и неговата непосредна околина, туку се одразува многу пошироко и долгорочно, бидејќи агресивното однесување во детството е поврзано со подоцнежна деликвенција и криминал, и има и податоци кои укажуваат на меѓугенерациска стабилност и пренос на агресивност. Затоа, повеќето општества посветуваат големо внимание на ваквите облици на однесување.

Важно е да се истакне дека целокупната слика за поврзаноста помеѓу војната и детското агресивно и просоцијално однесување е доста сложена и дека постојат бројни фактори кои зависат од тоа дали децата и младите изложени на воени стресори и трауми ќе доживеат зголемување на агресивноста. и намалување на просоцијалното однесување. Познавањето на таквите заштитни фактори (кои ја намалуваат веројатноста за зголемување на агресивното и намалувањето на просоцијалното

однесување кај децата и младите изложени на војна) од една страна, како и дополнителни фактори на ризик (кои го зголемуваат негативниот ефект на војната врз таквите форми на однесување) на од друга страна, не само што ни овозможува подобро да го разбереме начинот на кој растењето во војна и повоени времиња влијае на развојот на агресивноста кај децата и младите и просоцијалното однесување, туку и поефикасно планирање на програмите за превенција и интервенција (Keresteš, 2002). Наведените причини доведуваат до зголемена тензија во сите сегменти на општеството, до (релативно) чести патолошки промени во функционирањето на сите општествени институции, вклучително и училиштата и семејствата.

Од друга страна, дури и во општества кои не беа соочени со горенаведените проблеми, беше регистриран пораст на агресивното однесување на младите, особено кога станува збор за популацијата на студенти од големите градови и многу урбаните средини. Резултатите од истражувањето на работата на демократски ориентираните наставници укажуваат на можни посложени, а со тоа и потешко да се идентификуваат причините за оваа појава. Од добиените податоци може да се види дека многу наставници не се чувствуваат доволно компетентни да се соочат со однесувањето на агресивен ученик - полесно воспоставуваат контакт со учениците кои се жртви на агресија и нивните родители отколку со учениците и родителите на учениците кои се однесуваат агресивно. Понатаму, повеќето од интервјуираните наставници несвесно ги оценуваат своите ученици. Оние ученици од кои наставниците очекуваат да бидат неуспешни или агресивни во училиштето, најчесто се такви, па се поставува прашањето за невербална и вербална комуникација и можниот „водечки“ однос на наставникот кон однесувањето на учениците. На глобално ниво, донесени се заклучоци дека демократијата на училиштето, а особено на наставниците кои се во директен контакт со учениците, е неопходна, иако не единствен услов да се застане на патот на агресивното однесување на учениците, како и дека ова на проблемот не може да се пристапи лаички, туку потребно е да се истражат спецификите на агресивното однесување на учениците од одредена култура , во согласност со добиените резултати, дополнително да се развијат професионална интервенција и превентивни програми за агресивно однесување на учениците, што треба да се имплементира во секојдневната работа на училиштето.

Иако училиштето, како институција на општествениот систем, не е независно, напротив - често претставува одредени општествени заедници, иако за агресивното

однесување на младите се одговорни бројни фактори, иако за да се излезе од овој проблем потребно е училиштето што повеќе да соработува со родителите и поширокаата општествена заедница, одговорноста за воспитно-образовната работа и однесувањето на учениците во училиштето е на училиштето, а наставниот кадар мора да биде едуциран за да може да преземе одговорност за однесувањето на учениците во нивните училишта и професионално и одлучно да се справува со агресивното однесување на своите ученици. Овде може да се слушнат различни мислења на наставниците за причините за агресивното однесување на учениците во нашите училишта. Голем дел од наставниците се склони да ја „обвинат“ состојбата на општата криза во општеството, а нешто помал дел кај родителите на агресивните ученици и програмата што ја емитуваат медиумите. Но, има и наставници кои се свесни за влијанието на училиштето врз однесувањето на учениците, подготвени да преземат лична одговорност за што очекуваат стручна помош за успешно да се соочат со проблемот со агресивното однесување на нивните ученици.

Образованието е, пред сè, свесна активност, а поголемиот дел од наставниците не се свесни за фактот дека училишните ситуации што ги создаваат на часот често претставуваат извори на агресивно однесување на учениците. Поради механизмот за поместување, агресивното однесување на ученикот се движи од предизвикувачот, кој е општествено неприфатлив објект на напад, кон општествено поприфатливи објекти (врсници, училишен имот) и се прикажува во училишниот двор за време на одмор или пред и по часот преку вербално и физичко агресивно однесување.

Затоа е важно да се отфрли раширеното верување на наставниците кои имаат став: „Со мене учениците не се однесуваат агресивно на часот, а како се однесуваат надвор од часот не е поврзано со мојот начин на работа, затоа тоа не е мој проблем, туку туѓ проблем (најчесто на родителите).“ Првиот едукативен чекор е, според тоа, да се освестат наставниците за неодржливоста на таквите тврдења. Понатаму, воспитувањето е многу важно кога се работи за дете со агресивно однесување (кое е жртва на одредени фактори во воспитниот процес). Неговото однесување можеме да го измениме само со промени во тој процес, односно со свесна, систематска и организирана работа. За да може воспитно-образовниот процес да биде успешен, за успешно да се делува на потенцијално агресивното однесување на ученикот, ученикот

мора многу добро да се познава и да се разбере себеси (структурата на неговата личност, начини на функционирање и сл.), затоа неопходни се знаењата од областа на психологијата. Гледано од агол на педагогијата, различноста на карактерот на учениците и наставниците мора да ја прифатиме како факт.

Околу 20% од нашите студенти имаат висок резултат на скалата на агресивност, што е блиску до резултатите од слични истражувања направени низ целиот свет. Овие ученици секако не можеме да ги отстраниме од редовниот наставен процес; како и нивните врсници, и тие имаат право на корекција, организирана воспитно-образовна работа. Од друга страна, тешко е да се замисли организирана индивидуална работа со толку голем број на ученици. Сепак, во рамките на редовната настава, има доволно простор за систематско дејствување на агресивното однесување на учениците, при што мора добро да се знае целиот опсег на околности во кои се јавува таквото однесување.

5. Агресивно однесување кај возрасните

Агресивното однесување на возрасните кон децата е многу сериозен проблем, особено ако се земе предвид фактот дека децата се релативно беспомошни во споредба со возрасните.

Еволутивните психолози неодамна се заинтересираа за овој проблем и изјавија дека оваа форма на агресивно однесување може да има и еволутивна основа. Имено, познато е дека постојат мислења дека децата често немаат добри односи со своите небиолошки родители. На пример, самиот збор маќеа има многу негативна конотација во општеството, но и во литературата за деца (на пр. во книгата„ Пепелашка“). Постои претпоставка дека, од еволутивна перспектива, не е во интерес на возрасните да одгледуваат генетски неповрзани деца, бидејќи на тој начин тие вложуваат ресурси, време и енергија во одгледување на дете кое не ги носи нивните гени.

Авторите Дејли и Вилсон (1988) откриј дека генетски неповрзаните деца се со поголема веројатност да бидат жртви на убиства и злоупотреба од страна на нивните небиолошки родители во споредба со генетски поврзани деца. Децата од предучилишна возраст кои живеат со еден биолошки и еден небиолошки родител имаат 40 пати поголема веројатност да бидат злоупотребени од децата кои живеат со двајцата биолошки родители (Wilson, Daly, 1985; според Buss, Shackelford, 1997).

Контролирајќи ги променливите на социо-економскиот статус и големината на семејството, овие резултати остануваат непроменети, а слични резултати се добиени во меѓукултурните истражувања (Wilson, Daly, 1996; според Buss, Shackelford, 1997).

Глава 4. Истражување за врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување

1. Вовед во истражувањето

Научната цел на овој труд е практична, научна и теоретска дескрипција. Исто така, научната цел на трудот е и да се направи анализа на детерминантите кои се однесуваат на чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување.

Општествената цел на овој труд е тоа што тој може да биде од корист при одредени практични промени, односно овој труд може да даде одредени и неопходни информации, но и некои нови сознанија за оние кои имаат посебен интерес за научната област „Психологија“, или оние кои имаат желба да бидат во тек со понови засновани факти на темата поврзана со врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и возрасните

Главна цел на истражувањето е да се одговори на прашањето "*дали постои поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолецентните и кај возрасните"*.

Предмет на истражување на овој магистерски труд се возрасните и адолесцентите, како и чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај истите. Генерално, предметот на истражување во трудот е да се идентификуваат и да се анализираат основните детерминанти преку кои се определува врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување.

Во ова истражување се формулирани следниве истражувачки проблеми:

1. Дали постојат разлики во чувството на осаменост, агресивното однесување и социјалната анксиозност помеѓу адолесценти и возрасни?
2. Дали постои поврзаност помеѓу чувството на осаменост, агресивното однесување и социјалната анксиозност кај адолесценти и возрасни?

За да може во целост да се споредат нашите резултати кои ќе бидат добиени од анализата на истражувањето, во продолжение се прикажани повеќе релевантни истражувања кои се поврзани со темата која е предмет на истражување.

2. Релеванти истражувања

Во претходните, досегашни истражувања, утврдена е позитивна поврзаност помеѓу различните мерки на осаменоста со срамежливоста (Lackovic-Grgin, 1998b; Jackson, et al., 2000; Jackson, et al., 2002), перфекционизмот (Ivanov, et al., 1998), песимизмот (Ivanov, et al., 1998), самотијата (Penezic, 1999), депресијата (Levin & Stokes, 1986),

невротизмот (Levin & Stokes, 1986), социјалната вознемиреност (Neto & Barros, 2000) и алкохолизмот (Medora & Woodward, 1990).

Чувството на осаменост е негативно поврзано со самодовербата (Lackovic-Grgin, 1998b), екстраверзијата (Levin & Stokes, 1986), задоволството од животот (Penezic, 1999), социјалната компетентност (Jackson, et al., 2002), мерката за самоефикасност (Ivanov, et al., 1998), перцепцијата за социјална поддршка (Jackson, et al., 2000), научената снаодливост (McWhirter, 1997), емпатијата (McWhirter, 2002) и успехот во училиштето (Demir & Tarhan, 2001).

Кривата на врската помеѓу возраста и чувството на осаменост има форма на буквата „U“ (Andersson, 1998). Ова значи дека највисоките нивоа на чувство на осаменост се наоѓаат кај адолесцентите и кај најстарата возрасна група постара од 75 години.

Многу автори нагласуваат дека чувството на осаменост е особено интензивна за време на адолесценцијата (Brage & Meredith, 1994). Зголемената изразеност на чувството на осаменост за време на адолесценцијата се припишува на влијанието на низата развојни промени што го интензивираат чувството на изолација и потребата за пријателство.

Истражувањата за чувството на осаменоста кај адолесцентите се од голема важност, бидејќи претходните истражувања покажаа дека, истите, се поврзани со злоупотреба на дрога и алкохол, адолесцентска деликвенција и самоубиство (Brage & Meredith, 1994).

Постојат контрадикторни резултати за изразеноста на чувството на осаменост во однос на полот. Додека некои истражувачи наоѓаат дека жените се чувствуваат повеќе осамени од мажите, други не наоѓаат родови разлики во врска со изразеноста на овој вид на чувство (Neto & Barros, 2000).

Авторите Рокач и Брок (Rokach & Brook, 1995, според Penezic, et al., 1999) утврдија постоење на родови разлики во изразеноста на чувството на осаменост, но овие разлики не беа конзистентни, но беа во различни насоки врз различни фактори. Некои други истражувања сугерираат дека мажите и жените различно го доживуваат чувството на осаменост (Schmitt & Kurdek, 1985). Жените пријавуваат чувство на поголема осаменост кога немаат блискост и доверба во меѓучовечките односи (интимна осаменост), додека мажите се чувствуваат повеќе осамени кога немаат група

на пријатели за да се обратат за поддршка (McWhirter, 1997). Ова исто така може да биде објаснување за контрадикторните наоди. Имено, бидејќи различни истражувања користат различни инструменти за мерење на чувството на осаменост, кои влијаат на искуството на ова чувство на различни начини, како последица на тоа, се појавуваат недоследни резултати.

Во неколку студии во нашиот регион, во кои беше користена кратка форма на скалата на чувството на осаменост на UCLA, не беа забележани разлики во половите (Lackovic-Grgin, et al., 1998b; Ivanovc, et al., 1998; Penezic, 1999).

Двата најчесто користени индикатори за социоекономски статус се: образованието и богатството. Истражувањето спроведено на постари учесници (возрасни и стари лица) покажало негативна поврзаност помеѓу образованието и нивото на приход со чувството на осаменост (Pinquart & Sorensen, 2001). Имено, поголемите приходи им овозможуваат на луѓето да се вклучат во разни социјални активности (екскурзии, излети, курсеви), односно им овозможуваат да користат „комерцијални социјални можности“, кои потоа ја намалуваат веројатноста за постоење на чувство на осаменост. Покрај тоа, ниските примања честопати се поврзани со ниска самодоверба (Pinquart, 1998; според Pinquart & Sorensen, 2001), што пак може да ја инхибира потрагата по нови социјални контакти.

Во оваа студија, се претпоставува дека причините што доведуваат до поврзаност на социоекономскиот статус со чувството на осаменост кај повозрасните учесници може да доведат до асоцијација на овие варијабли и кај адолесцентите. На пример, подобрата финансиска состојба му дава на адолесцентот можности (на пр. излегување на подобри места, патувања, подобра облека и слично), кои му отвораат можности за социјални контакти и го зголемуваат неговиот статус во групата и посакуваното дружење.

Покрај тоа, социоекономскиот статус може да влијае на чувството на осаменост кај адолесцентите и индиректно да влијае на квалитетот на семејните односи. Имено, некои истражувања (Lempers, 1997) покажаа дека посиромашните економски услови влијаат и на брачните односи и на односот на родителите кон децата. Ова може да резултира во нивно посиромашно социјално прилагодување и придружно чувство на осаменост.

Иако скоро сите повремено доживуваат чувство на социјална вознемиреност, луѓето се разликуваат во фреквенцијата и изразеноста на нејзината појава. Според повеќедимензионалниот модел на анксиозност на Ендлер (Endler, et al., 2002), нивото на социјална анксиозност што едно лице го доживува во ситуација на социјална евалуација ќе биде повисоко за луѓето кои имаат вродена склоност да доживеат силни симптоми на вознемиреност во такви ситуации. Во екстремни случаи, социјалната вознемиреност може да биде толку изразена што е можна дијагноза на социјална фобија.

Однесувањето на социјално вознемирените луѓе во ситуации на проценка се карактеризира со повлекување. Луѓето кои се многу загрижени дека може да бидат негативно перцепирани и оценувани, почесто избегнуваат ситуации во кои може да се случи такво оценување. Кога се следат во такви ситуации, доколку постои можност да излезат од ситуацијата, тие најчесто ја користат. Дури и ако физичкото повлекување не е можно, тие често се чини дека се повлекуваат психички - тие придонесуваат малку во разговорот, одржуваат недоволен контакт со очите и слично. Општо земено, социјално вознемирените луѓе се повеќе фокусирани на избегнување создавање лош впечаток за себе отколку на активно создавање на позитивен (DePaulo, et al., 1990).

Адолесценцијата е период од животот во кој се случуваат низа промени. Покрај навикнувањето на промени во сопствениот физички изглед, адолесцентите треба да усвојат нови однесувања и нови улоги што ги приближуваат до светот на возрасните. Тие развиваат свест за важноста на впечатоците што им ги остават на другите, па оттука и чувството за самоодговорност за резултатот од интеракциите. Под овие околности, логично постои зголемена грижа за резултатите од различни социјални ситуации, што доведува до поголема веројатност за социјална анксиозност.

Стравот од негативна проценка се однесува на степенот до кој индивидуите доживуваат страв од можноста да бидат негативно оценети од страна на другите. Луѓето со висок страв од негативна проценка се позагрижени за впечатокот што го остават на другите, се чувствуваат полошо кога се оценуваат негативно и се почувствителни на критика. Овие лица, во просек, имаат поголема социјална анксиозност, се повеќе зависни од другите и, најверојатно, ќе добијат одобрување од другите во споредба со лица со помал страв од негативна проценка (DePaulo, et al.,

1990). Лери (Leary, 1980; според Schlenker & Leary, 1982) открил дека луѓето со изразен страв од негативна проценка пријавиле поголеми сомневања за сопствената способност да остават посакуван впечаток кај другите.

Во истражувањето во трудот, Корелатите на осаменост кај средношколците, чија авторка е Козјак (Kozjak, 2005), ја испитува поврзаноста на осаменоста со некои варијабли на социоекономскиот статус (родителско образование, статус на семејство), социјална мрежа (број на роднини, проценка на помош и поддршка на пријатели) и лични карактеристики на адолесцентите (пол, успех во училиште, страв од негативно оценување, самопочитување). Истражувањето е спроведено на примерок од 239 ученици (88 момчиња и 151 девојчиња) од средните училишта во Загреб. Беа применети следниве скали: кратка форма на Скалата за чувство на осаменост на UCLA, скалата за самопочитување на Розенберг и скалата за страв од негативна проценка. Резултатите покажаа негативна поврзаност на чувството на осаменост со проценката на социјалната поддршка, бројот на блиски луѓе и самодовербата. Позитивна асоцијација на чувството на осаменост со страв од негативна проценка се најде само кај учесничките. Негативна асоцијација на чувството на осаменост со мајчиното образование е откриена само кај машки учесници.

Што се однесува до агресијата, односно до агресивното однесување, резултатите од претходните истражувања покажуваат дека реактивната и проактивната агресија се поврзани со различни модели на обработка на социјалните информации. Реактивната агресија е мотивирана од пристрасно припишување на намерите на домаќинските навики на другите, наместо од позитивните очекувања во врска со резултатот од агресивното однесување (Crick & Dodge, 1996; Dodge & Coie, 1987). Перцепцијата на луѓето од околината како злонамерна и заканувачка обично е придружена со интензивно чувство на лутина и неконтролирано однесување, без да се земат предвид последиците од нивните сопствени постапки. Спротивно на тоа, проактивната агресија е примарно поврзана со позитивна проценка на агресивните одговори како ефективни и прифатливи начини да се постигнат сопствените цели (Crick & Dodge, 1996). Соодветно на тоа, се претпоставува дека ставовите кон агресивното однесување исто така играат различни улоги во реактивното и проактивното агресивно однесување. Во случај на реактивна агресија, ставовите кон агресивното однесување влијаат на раните фази на обработка на социјалните информации, односно насочување на вниманието кон релевантни социјални сигнали и толкување на туѓите намери (Huesmann & Guerra,

1997). Во проактивната агресија, влијанието на ставовите кон агресивното однесување е особено изразено во фазата на избор на одговор, за што сведочат и емпириските наоди дека децата кои честопати покажуваат ваков вид на агресивно однесување веруваат дека агресијата не е лоша во морална смисла, ја оценуваат агресијата како најсоодветен одговор на провокациите од врсниците. во однос на резултатот од агресивното однесување, тие очекуваат да се чувствуваат подобро по агресивен одговор и слично (Dodge, 1993).

Теориите за агресивно однесување и резултатите од бројни студии укажуваат на значајна улога на ставовите кон агресијата во генезата на агресивното однесување. Целта на студијата на Павловиќ и соработниците (Pavlovic, 2017) е да се утврди поврзаноста на ставовите кон агресијата со реактивна и проактивна агресија кај адолесценти со лесна интелектуална попреченост. Примерокот се состои од 100 адолесценти со лесна интелектуална попреченост, двата пола, на возраст од 12-18 години.

Прашалникот за ставови кон агресијата (Atitudes Toward Aggression) беше искористен за проценка на ставовите кон агресивното однесување, а прашалникот за реактивно-проактивната агресија (Reactive-Proactive Aggression Questionnaire) беше користен за проценка на агресивното однесување.

Резултатите од истражувањето покажуваат дека адолесцентите со лесна интелектуална попреченост почесто покажуваат реактивна отколку проактивна агресија и дека нема значителни разлики во полот и возраста во агресивното однесување. Не беа откриени значителни разлики во полот и возраста во ставот кон агресијата. Ставот кон агресијата е статистички значително позитивно поврзан со реактивната и проактивната агресија.

Виндер и Рау (Winder & Rau, 1962) утврдиле позитивна корелација помеѓу агресивното оденсување и зависноста на детето, на примерок на предадолесцентски момчиња, користејќи ја социометриската техника на оценување на двете варијабли. Бандура и Валтерс (bandura & Walters, 1967, според Feshbach, 1970) споредувале високо агресивни адолесценти со контролна група во која биле неагресивни адолесценти. Се покажало дека агресивните момчиња се значително помалку зависни од родителите отколку оние од контролната група, додека агресивните момчиња од 6-10 години се

покажале како повеќе зависни од родителите. Разликата во возраста не мора да биде пресуден фактор за таа неусогласеност.

Психоаналитичките модели на однесувањето на децата укажуваат на важноста на развојот на его контролата и нејзината улога во регулирањето на импулсивното изразување.

Ефектите на предадолесцентното агресивно однесување, отфрленост од врсниците и школското функционирање, во истражувањето на Куперсмит и Кои (Kupersmidt & Coie, 1990) се мерени како претскажувачи на адолесцентската деликвенција и училишното (не)прилагодување. Се работи за лонгитудинална студија во која петтоодделенци (деца од 11 години) се следени во текот на 7 години, сè до крајот на средното образование. Отфрлените деца биле повеќе наклонети кон повеќе видови негативни изразувања од просечно популарните или запоставуваните деца. Со испитувањето на влијанието на полот, националноста, агресивното однесувње, честите отсуства од училиште, слабите оцени и отфрлањето, констатирано е дека единствен претскажувач за малолетничка деликвенција е агресивното однесување кон врсниците. Се покажало дека и агресивното однесување кон врсниците и честите отсуствувања од училиштето заедно се значајни претскажувачи на раното училишно повлекување.

Постојат и други научно-истражувачки трудови кои се занимаваат со оваа тема, односно со оваа проблематика, а кои ќе бидат претставени во теоретскиот дел во трудот, односно во прегледот на литературата.

3. Методолошка рамка

Научното објаснување претставува еден сложен процес, кој сам по себе содржи логички и мисловни дејства со кои се дефинираат појавите и врските кои што се предмет на истражување.

За анализа на податоците кои се добиени од истражувањето во овој магистерски труд, употребен е статистичкиот програмски пакет SPSS.

Во методологијата на истражувањето, при докажување на хипотезите во овој магистерски труд беа користени различни методи кои помогнаа при задоволувањето на најважните методолошки барања, како и за тестирањето на поставените истражувачки

хипотези, а тоа се: доверба, систематичност, објективност и општост; како и соодветните методи на статистичка анализа: методите на дескриптивната анализа, тестирање на хипотезите во пропорција на една популација (биномијален тест), непараметарски техники за анализа (Хи-квадрат тестот за независност), методот на корелациона анализа, како и техниките за мултипараметарска анализа како техника за анализа на зависноста со една зависна варијабла (повеќекратна регресиона анализа).

Значи, во овој труд преовладува статистичкиот и хипотетичко- дедуктивниот метод. При прибирањето на потребните податоци и информации за овој труд, беа користени и соодветни техники и методи за оваа цел, како што се: анализа на содржината на документите на веќе спроведените истражувања и емпириско истражување, при што се овозможи валидно научно испитување, односно проверка на поставените хипотези.

Научната цел е практична, научна и теоретска дескрипција, со намера да се направи анализа на детерминантите кои се однесуваат на чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување. Кога станува збор за општествената цел, истата може да биде од корист при одредени практични промени, односно може да даде одредени и неопходни информации, но и некои нови сознанија за оние кои имаат посебен интерес за дадената научна област, односно оние кои имаат желба да бидат во тек со понови засновани факти на темата поврзана со врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и возрасните. Практично, главната цел на истражувањето е да се утврди евентуално постоење на поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолецентните и кај возрасните.

Предмет на истражување се возрасните и адолесцентите, како и чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај истите. Генерално, предметот на истражување е во насока да се идентификуваат и да се анализираат основните детерминанти преку кои се определува врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување.

3.1. Истражувачки хипотези

Од наведените истражувачки цели, предмет и проблеми на истражувањето во магистерскиот труд со наслов „Врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната

анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и возрасните“, произлегуваат следниве хипотези:

Х1. Постои поврзаност помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста.

Х2. Мажите се поагресивни во однос на жените.

Х3. Адолесцентите се поанксиозни од испитаниците кои припаѓаат во средна зрелост.

Х4. Жените се поосамени од мажите.

3.2. Истражувачки варијабили

Варијаблите на кои се фокусира и чиј сооднос го испитува ова истражување се следните:

1. Чувство на осаменост (континуирана варијабла, мерена на интервално ниво);
2. Социјална анксиозност (континуирана варијабла, мерена на ординално ниво);
3. Агресивно однесување (континуирана варијабла, мерена на интервално ниво);
4. Возраст (дисконтинуирана варијабла, мерена на номинално ниво со категории адолесценти и возрасни).

3.3. Инструменти за спроведување на истражувањето

Мерни инструменти, преку кои ќе се испитуваат поставените хипотези, за реализација на целите на магистерскиот труд беа следните валидирани прашалници, кои се дадени и во прилог на овој труд:

Чувството на осаменост беше мерено со инструментот UCLA Loneliness Scale (Russell et al., 1978).

Овој инструмент се состои од 20 тврдења кои се мерени на Ликертова скала од 1 до 5, при што 1 значи никогаш не се чувствувам така до 5 – секогаш се чувствувам така. Реверзибилни тврдења во инструментот се под реден број: 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19 и 20. Повисок скор значи повисоко чувство на осаменост. Метриските карактеристики на

внатрешна конзистентност во претходни истражувања варираат од α =.89 до α=0.94. Тест- ретест релијабилноста по период од една година изнесува r= 0.73. Кронбах алфа коефициентот за ова истражување изнесува α=0.94.

Социјалната анксиозност е мерена со прашалникот Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) (Liebowitz, 1987).

Овој инструмент се состои од 10 тврдења на кои се одговара на скала од 0 до 4, при што 0 значи никогаш, а 4 постојано. Во овој инструмент не се застапени реверзибилни ајтеми. Присуството на социјална анксиозност кај испитаниците се одредува на тој начин што се пресметува просечен добиен резултат на десетте ајтеми. Резултат до 1 укажува дека нема присуство на социјална анксиозност, резултат над 1 укажува на благо присуство, резултат над 2 укажува на умерено присуство, резултат над 3 укажува на тешко присуство на анксиозност. Коефициентот на внатрешна конзистентност Кронбах алфа во претходни истражувања се движи од α=.90 до α=.96. Кронбах алфа коефициентот за ова истражување изнесува α=.93

Агресивното однесување беше мерено со прашалникот Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) (Buss & Perry, 1992).

Инструментот се состои од 29 тврдења мерени на Ликертова сакала од 1 до 5, при што 1 значи мошне некарактеристично за мене, а 5 значи мошне карактеристично за мене. Повисок скор значи и поагресивно однесување. Се состои од 4 супскали: физичка агресија (ајтеми од 1-9), вербална агресија (ајтеми од 10-14), гнев (ајтеми од 15-21) и непријателство (ајтеми од 22-29). Ајтемите под реден број 7 и 18 се реверзибилни. Метриските карактеристики од претходни истражувања за внатрешната конзистентност варираат од α=.84 до α=.85. Тест-ретест релијабилноста во период од една година изнесува α =.71. Кронбах- алфа коефициентот за ова истражување изнесува α=.86.

3.4. Постапка во истражувањето

Информациите за предметот на истражувањето, инструментите кои се користени и упатството за пополнување на секоја од скалите беа пренесени во онлајн апликацијата Google Forms.

Во воведниот текст, на испитаниците им беше објаснето за каква цел ќе бидат користени податоците и им беше гарантирана анонимност и доверливост на истите.

Прашалникот е доставен до испитаниците преку најчесто користените онлајн канали за комуникација: социјалните мрежи (фејсбук, инстаграм, месинџер) и преку е-маил.

Податоците се прибирани преку споделување на повик со линк за анонимно пополнување на онлајн прашалникот до потенцијалните испитаници.

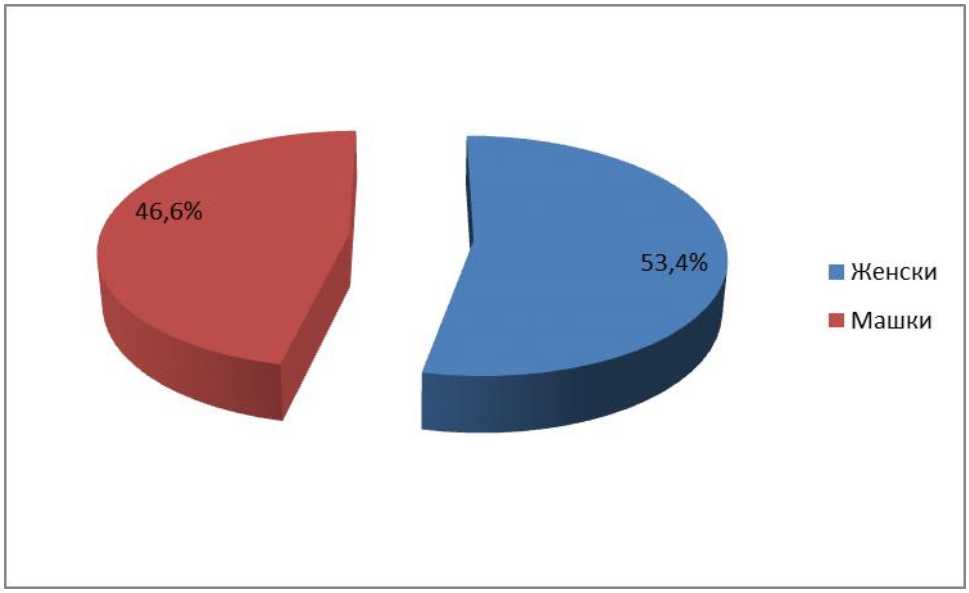
Споделувањето на онлјан прашалникот беше реализирано преку јавни објави на линк од прашалникот на лични профили на социјалните мрежи и преку директни пораки до потенцијални испитаници кои се соодветни за истражувањето.

Фазата на прибирање податоци траеше од 21 ноември до 20 декември 2023 година.

3.5. Опис на примерокот

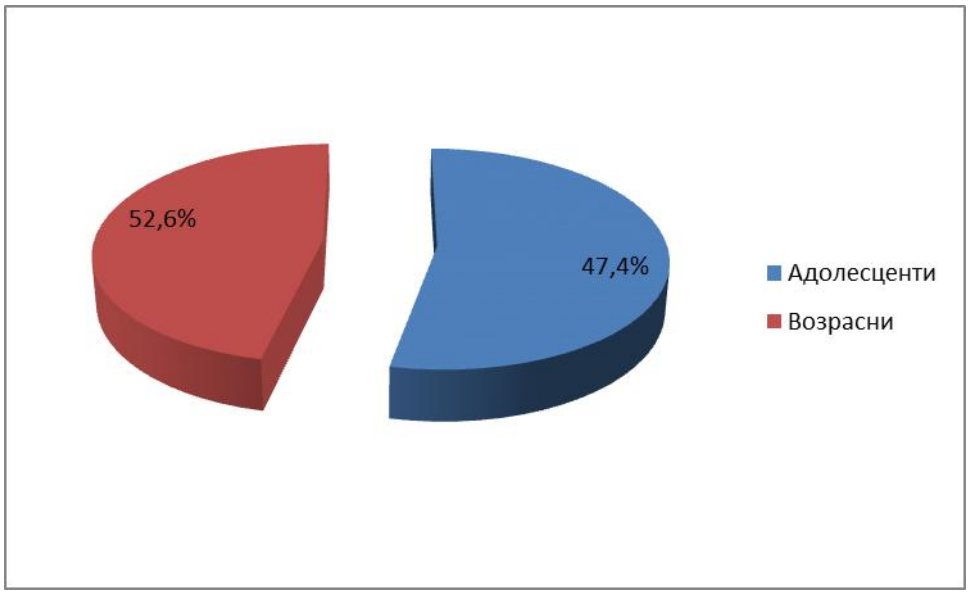
Во ова истражување беше користен пригоден примерок кој го сочинуваа 116 испитаници кои се на возраст меѓу 16 и 50 години.

Од нив 62 (53.4%) се од женски пол, додека 54 (46.6%) се од машки пол. Просечната возраст на испитаниците изнесува M = 28.72 (SD = 9.36).



Графикон 1. Пол на испитаниците

Вкупно 55 (47.4%) од испитаниците се адолесценти (18-24 години), останатите 61 (52.6%) се возрасни (25-49 години).



Графикон 2. Возраст на испитаниците

4. Резултати од емпириската анализа

4.1. Анализа на поврзаноста помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста

Во *Табела 1.* ќе бидат презентирани дескриптивните статистици за варијаблите опфатени во истражувањето.

Варијабли	N	M	SD
Социјална нксиозност	116	1.5966	1.02167
Осаменост	116	2.2095	.64683
Агресивност	116	2.9135	.62369

Табела 1. Дескриптивни статистици за варијаблите опфатени во истражувањето

Во продолжение за тестирање на првата хипотеза во истражувањето која гласи „*Постои поврзаност помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста“,* ќе биде искористена постапката Пирсонова линеарна корелација.

		Соц. Анксиозност	Осаменост	Агресивност
Социјална Анксиозност	Пирсонова корелација	1	.622**	.299**
	Значајност		.000	.001
	N	116	116	116

Табела 2. Корелација помеѓу предикторските варијабли социјална анксиозност и осаменост со критериумската варијабла агресивност.

Резултатите од *табела 3* сугерираат дека првата хипотеза се прифаќа. Поврзаноста помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста е статистички значајна *N=116, p<.01.*

Со зголемувањето на социјалната анксиозност се зголемува и осаменоста. Се забележува позитивна линеарна корелација со средна вредност *(r=.62).*

Исто така, со зголемувањето на социјалната анксиозност се зголемува и агресивноста. Повторно се работи за позитивна линеарна корелација, но во овој случај таа е на граница помеѓу средна и мала вредност *(r=.29).*

4.2. Анализа на агресивноста во однос на полот

Понатаму, за тестирање на втората хипотеза која гласеше „*Мажите се поагресивни во однос на жените“,* ќе биде употребена постапката Т-тест за независни примероци.

Критериумска варијабла	Пол	N	M	SD	Std. Error Mean
Агресивност	Женски пол	62	2.8465	.59627	.07573
	Машки пол	54	2.9904	.65081	.08856

Табела 3. Дескриптивни статистици за предикторската варијабла пол и критериумската варијабла агресивност.

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Агресивност	Претпоставено еднакви варијанси	1.111	.294	-1.243	114	.217	-.14393	.11582	-.37336	.08551
	Претпоставено нееднакви варијанси			-1.235	108.457	.219	-.14393	.11652	-.37489	.08704

Табела 4. Т-тест за независни примероци.

Еден од предусловите за да се продолжи со обработката на податоци со Т-тест е статистикот Левин (Levens test of equality of variance) да не биде статистички значаен.

Во овој случај статистикот Левин не е статистички значаен $F(2, 114) = 1.11$; $p > .05$. Хомогеноста на варијансите низ групите е еднаква, може да се продолжи со интерпретација.

Резултатите од табела 3 укажуваат дека спроведениот Т-тест кој ги има полот како предикторска варијабла и агресивноста како критериумска варијабла не е статистички значаен $t=-1.24$, $p>.05$. Не постои статистички значајна разлика помеѓу мажите и жените во поглед на агресивноста. Втората хипотеза која гласеше „*Мажите се поагресивни во однос на жените“,* не се потврди.

4.3. Анализа на анксиозноста во однос на возраста

За тестирање на третата хипотеза која гласи „*Адолесцентите се поанксиозни од испитаниците кои припаѓаат во средна зрелост“,* ќе биде искористена постапката Т-тест за независни примероци.

Критериумска варијабла	Возраст	N	M	SD	Std. Error Mean
Анксиозност	Адолесценција	64	1.8797	.96596	.12074
	Средна зрелост	52	1.2481	.98826	.13705

Табела 5. Дескриптивни статистици за предикторската варијабла возрасен период и критериумската варијабла анксиозност.

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Анксиозност	Претпоставено еднакви варијанси	.142	.707	3.466	114	.001	.63161	.18222	.27064	.99258
	Претпоставено нееднакви варијанси			3.458	108.152	.001	.63161	.18265	.26957	.99365

Табела 6. Т-тест за независни примероци

Предусловот да се продолжи со обработка на податоци со Т-тест и во овој случај е исполнет. Статистикот Левин (Levens test of equality of variance) и во овој случај не е статистички значаен $F(2,114) = .14;\ p>.05$. Хомогеноста на варијансите низ групите е еднаква, може да се продолжи со интерпретација.

Резултатите од *табела 5* сугерираат дека спроведениот Т-тест кој ги има возрасниот период како предикторска варијабла и анксиозноста како критериумска варијабла е статистички значаен $t=3.46,\ p>.05$. Односно, постои статистички значајна разлика меѓу

адолесцентите и испитаниците кои припаѓаат на возрасниот период- средна зрелост, со тоа што адолесцентите се значајно поанксиозни од испитаниците од средниот период. Третата хипотеза која гласеше „*Адолесцентите се поанксиозни од испитаниците кои припаѓаат во средна зрелост“,* се потврди.

4.4. Анализа на осаменоста во однос на полот

Конечно, за тестирање на четвртата хипотеза која гласеше „*Жените се поосамени од мажите“,* ќе биде користена постапката Т-тест за независни примероци.

Критериумска варијабла	Пол	N	M	SD	Std. Error Mean
Осаменост	Женски пол	62	2.3427	.66732	.08475
	Машки пол	54	2.0565	.59217	.08058

Табела 7. Дескриптивни статистици за предикторската варијабла пол и критериумската варијабла осаменост.

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Осаменост	Претпоставено еднакви варијанси	1.293	.258	2.428	114	.017	.28626	.11792	.05267	.51985

	Претпоставено нееднакви варијанси			2.448	113.955	.016	.28626	.11695	.05459	.51793

Табела 8. Т-тест за независни примероци.

Статистикот Левин (Levens test of equality of variance) и во овој случај не е статистички значаен *F(2,114) = 1.29; p>.05*. Хомогеноста на варијансите низ групите е еднаква, може да се продолжи со интерпретација.

Повикувајќи се на резултатите од *табела 8* се заклучува дека спроведениот Т-тест кој ги има полот како предикторска варијабла и осаменоста како критериумска варијабла е статистички значаен *t=2.43, p<.05.*

Се заклучува дека постои статистички значајна разлика меѓу мажите и жените во поглед на осаменоста, т.е жените се значајно поосамени од мажите. Четвртата хипотеза која гласеше „*Жените се поосамени од мажите“,* се потврди.

5. Дискусија

Луѓето се социјални битија. Релациите и односите со другите луѓе, откога знаеме за човековата историја, имаат функција од: преживување, заштита и одржување на видот, социјална размена, до длабока поврзаност и размена на најинтимните чувства и лични содржини. Релевантни истражувања, одамна покажуваат дека постои значајна поврзаност меѓу задоволството од животот и квалитетот на односите кои ги имаме.

Чувството на осаменост и социјалната изолација се две различни, сепак неретко поврзани појави. Чувството на осаменост е чувство да се биде сам и да се биде лишен од значајна конекција. Социјалната изолација пак, е недостаток на социјални контакти. Социјалната изолација може да води кон чувство на осаменост кај некои луѓе, додека други може да се чувствуваат осамено и тогаш кога не се социјално изолирани.

Многу проблеми кои се поврзани со здравјето, вклучувајќи го и менталното здравје, се поврзани со осаменоста. Такви се состојбите на: социјална анксиозност, агресивно однесување, но и состојбите на депресија, кардиоваскуларни болести, гојазност,

когнитивни нарушувања и други. Спротивно на ова, за луѓето кои се задоволни од квалитетот на односите во својот живот, односно кои не се чусвтвуваат осамени, истражувањата покажуваат нивна поврзаност со повисоко ниво на чувство на смисла, одржување на позитивни расположенија, долговечност, подобри когнитивни функции и др.

Тестирајќи ги поставените хипотези во дипломската работа со наслов „Поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјална анксиозност и агресивно однесување кај адолесценти и возрасни“, можеше да се забележи дека првата поставена хипотеза која се однесуваше на поврзаноста помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста се потврдува, односно се дојде до наодот дека самата поврзаност помеѓу социјалната анксиозност, осаменоста и агресивноста е статистички значајна (*N=116, p<.01.*). Практично, тоа би значело дела со зголемувањето на социјалната анксиозност се зголемува и осаменоста што соодветствува и со претходните кај кои утврдена е позитивна поврзаност помеѓу осаменоста со осаменоста (Penezic, 1999) и социјалната анксиозност (Neto & Barros, 2000).

Понатаму, со помош на Т-тест, беше тестирана и втората хипотеза, при што, се покажа дека полот како предикторска варијабла и агресивноста како критериумска варијабла не е статистички значаен (*t=-1.24, p>.05*). Попрецизно, се констатира дека не постои статистички значајна разлика помеѓу мажите и жените во поглед на агресивноста, со што втората хипотеза не беше потврдена. Понатаму, имајќи ја возраста, односно возрасниот период како предикторска варијабла и анксиозноста како критериумска варијабла се покажа како статистички значајна, или попрецизно постои статистички значајна разлика меѓу адолесцентите и испитаниците кои се повозрасни, при тоа имајќи предвид дека адолесцентите се поанксиозни од испитаниците од средниот период (*t=3.46, p>.05*) со што и оваа трета хипотеза се потврди, со што резултатот е во корелација со истражувањето на Павловиќ и сор. (2017), во кое се утврди поврзаност на ставовите кон агресијата со реактивна и проактивна агресија кај адолесценти со лесна интелектуална попреченост.

На крај, во врска со четвртата хипотеза, се покажа дека полот како предикторска варијабла и осаменоста како критериумска варијабла е статистички значаен (*t=2.43, p<.05)*, односно се дојде до констатцијата дека жените се значајно поосамени од мажите, со што се потврди и оваа хипотеза. Последните резултати, добиени во однос

на последната хипотеза, може да се каже дека кореспондираат со оние на Козјак (2005), која забележа дека позитивна асоцијација на осаменоста беше постои само кај испитаниците од женскиот пол.

ЗАКЛУЧОК

Магистерскиот труд, со наслов „Врската помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолесцентите и возрасните“, беше концепиран од: вовед, четири глави и заклучок. Во воведниот дел е претставена методолошката рамка на изработка на магистерскиот труд која ги опфаќа: предметот на истражување, целите на истражувањето, истражувачките хипотези, како и техниките и методите за реализација на истражувањето.

Во трудот, целта беше да се одговори на прашањето: „Дали постои поврзаност помеѓу чувството на осаменост, социјалната анксиозност и агресивното однесување кај адолецентните и кај возрасните”. Истражувањето е спроведено на 116 испитаници на возраст помеѓу 16 и 50 години. За мерење на чувството на осаменост е користен инструментот „UCLA Loneliness Scale“, агресивното однесување е мерено со прашалникот „Buss-Perry Aggression Questionnaire“ и социјалната анксиозност е мерена со прашалникот „Liebowitz Social Anxiety Scale“. Така, тестирајќи ги поставените хипотези, резултатите и наодите укажаа на тоа дека адолесцентите се поанксиозни од возрасните, односно се дојде до наодот дека постои статистички значајна разлика меѓу

адолесцентите и испитаниците кои припаѓаат на возрасната доба, со тоа што адолесцентите се значајно поанксиозни од возрасните (t=3.46, p>.05). Се покажа дека не постои статистички значајна разлика меѓу адолесцентите и возрасните во поглед на агресивноста (t=.03, p>.05), како и дека постои статистички значајна разлика меѓу адолесцентите и испитаниците кои се повозрасни, при тоа имајќи предвид дека адолесцентите се поосамени од возрасните испитаници (t=2.05, p>.05).

Имено, *осаменоста* е вид на разделба предизвикана од индивидуално чувство на отфрлање од други луѓе, намалено чувство на припадност кон одредена, или посакувана, социјална група. Социјалната осаменост, како и емоционалната, е болно и непријатно чувство кое човекот го чувствува кога потребите за социјализација и субјективна приврзаност не се задоволени со луѓе со кои личноста би сакала да биде блиска и да оствари подлабок контакт.

Најпознатата поделба на осаменоста меѓу авторите е онаа на Вајс, кој ја дели осаменоста на две групи: социјална и емоционална осаменост. Решението кое Вајс го наоѓа во однос на емоционалната осаменост, која според авторот настанува кога нема блискост во врската, односно врската, е реинтеграција на веќе постоечка врска или воспоставување нова врска со нова личност. Социјалната осаменост се јавува кога има исклучување од социјалната мрежа, неможност да се споделат интереси и активности со другите.

Манифестациите на осаменост во адолесценцијата се разновидни и ги делиме во неколку групи: афективни, мотивациони и когнитивни, бихејвиорални и социјални и медицински проблеми. Најчести афективни манифестации кај адолесцентите се според истражувањата и изјавите на учениците, анксиозност, немир и напнатост.

Кај адолесцентите се појавуваат неколку видови мотивациони манифестации. Во еден случај, адолесцентите може да почувствуваат потреба за меѓучовечки контакт, што може да ја намали нивната мотивација за извршување на други задачи. Прекумерното фокусирање на социјалната и емоционалната осаменост кај адолесцентите може да се манифестира на начин на кој тие не ја користат ефикасно својата енергија за решавање на проблемите, што може да се поврзе со потенцијални проблеми со концентрацијата, што исто така доведува до проблеми во други сфери од животот на младиот човек. Исто така, важно е да се забележи дека во некои случаи адолесцентите наоѓаат свој начин да го ублажат личното искуство на осаменост.

Во некои случаи, многу е тешко да се направи разлика помеѓу моделите на однесување кои доведоа до состојба на осаменост кај адолесцентите и однесувањето и состојбите кои се резултат на осаменоста, и на крајот стратегиите на однесување кои се потребни за справување со осаменоста. И покрај претпоставките дека осаменоста е одговорна за состојбите на депресија и анксиозност, постојат докази кои сугерираат дека во тој случај осамените поединци во секој случај би покажале модели на однесување кои се карактеристични за овие состојби. Како една од манифестациите на осаменост се наведува и недостатокот на самоувереност во социјалните ситуации. Во однос на социјалното функционирање, адолесцентите за кои се наведува дека се осамени најчесто се опишуваат како рамнодушна група, која покажува ниско ниво на социјална анксиозност и дополнително, ниско ниво на социјално однесување. Како последна бихејвиорална манифестација, се наведува дека осамените адолесценти имаат проблеми со споделување на нивните чувства поврзани со осаменоста со други луѓе, било да е тоа значаен друг или некој понизок од нивната социјална скала.

Социјалните проблеми кои се јавуваат во текот на развојот на осаменоста во адолесценцијата се опфатени и прикажани во истражувањето на американските адолесценти, при што е заклучено дека осаменоста кај младите е поврзана со деликвентно однесување, како што се кражби, коцкање и вандализам, слаби резултати во училиште, исклучување од училиште, а во некои случаи и со бегство од дома. Како социјални проблеми на младите може да се спомене и несоодветната употреба на социјалните вештини. Младите негативно ги доживуваат своите односи со врсниците и се незадоволни од нив, што резултира со полошо прифаќање или отфрлање од врсниците. Ова е многу комплициран маѓепсан круг во кој адолесцентите негативно се перцепираат себеси и другите од причина што првично се помалку популарни или отфрлени од нивната група врсници, а со тоа дополнително ја поткопуваат нивната способност да воспостават задоволителни односи со своите врсници.

Понатаму, како што беше наведено и во магистерскиот труд, кога станува збор за *адолесценцијата*, таа претставува период од животот кој е пропратен со висок стрес и чувствителност поврзана со промени, физички, когнитивни и психосоцијални. Стресовите поврзани со социјализација со врсниците во адолесценцијата не се нужно поврзани со внатрешни фактори, туку се поврзани и со надворешни фактори или стресори, кои може да се доживеат секојдневно во форма на иритации и нервози.

Важноста на социјалната мрежа е нагласена како корелат на осаменоста кај сите возрасни групи. Неговата важност лежи во покажувањето на разликата во квалитетот и квантитетот на односите на осамените и неосамените луѓе со блиските луѓе. Се покажа дека осамените адолесценти имаат намален број на блиски врски од оние кои не се осамени, а нивните постоечки односи субјективно не се со задоволителен квалитет или не постои реципроцитет во блискоста меѓу луѓето.

Во медицинската, односно клиничката пракса, исклучително важни се последиците што се појавуваат во истражувањето и на возрасните и на адолесцентите поврзани со социјалната и емоционалната осаменост. Последиците од зголемената осаменост може да се манифестираат како психолошки тешкотии кои јасно се гледаат кај пријавените симптоми на пациентите. Осаменоста во овој случај има многу негативен ефект врз перцепцијата на адолесцентот за сопствената здравствена состојба. Симптомите што ги изразуваат и чувствуваат се резултат на нивната интроспективност, која може да има покани и негативни страни. Многу е добро да размислувате за себе и за вашите мисли и тело, но од друга страна, има зголемен број на пријавени симптоми.

Многу е важно да се напомене дека осаменоста вклучува тешкотии во однесувањето и психолошките проблеми и дека тоа не е само когнитивен проблем. Поради оваа причина, многу е важно кога ја третирате осаменоста да се фокусирате на елиминирање на сите видови проблеми и тешкотии.

Понатаму, анализирајќи ја *социјалната анксиозност*, истата е универзална човечка особина со посебна адаптивна вредност. Во социјални контексти во кои е присутна евалуацијата од другите, како што е интервју за работа или презентација на час, искуството на анксиозност може да биде потсетник да се однесуваме претпазливо или може да биде поттик за човекот да даде сè од себе. Дополнително, во ситуации кога оставањето добар впечаток изгледа неверојатен исход, сепак е можно да се избегнат социјалните закани (критики, отфрлање итн.). Тоа се постигнува на неколку начини - преку намалување (избегнување) на интеракциите со другите или преку интензивна подготовка за претстојниот настап (интеракција). Затоа, социјалната анксиозност е особина на личноста која им помага на луѓето да ја спречат или намалат „штетата“ на позитивната слика за себе, како и значајните меѓучовечки односи. Меѓутоа, за некои луѓе, социјалната анксиозност е исцрпувачко искуство што ги нарушува односите со другите, го нарушува училишното и деловното функционирање и негативно влијае на

менталното здравје на една личност. Во такви случаи, социјалната анксиозност претставува дисфункционална карактеристика на личноста, па дури и социјално-анксиозно растројство, што значително го намалува квалитетот на животот на една личност.

Имајќи ги предвид значајните импликации на социјалната анксиозност (општо за животите на луѓето), овој феномен, како што можеше да се забележи и од презентираното во трудот, сè уште е предмет на бројни истражувања. На крајот на 20 век, имаше брзо проширување на студиите кои се занимаваа со проучување на социјалната анксиозност, но најмногу од клиничка перспектива. Тоа време ги донесе највлијателните теории и модели на социјална анксиозност и социјална фобија (социјално анксиозно растројство - САР). Интересот за истражување на социјалната анксиозност продолжува и денес, а има богато истражување на оваа тема. Меѓутоа, ваквата состојба е присутна во туѓи клими, додека овде е сосема поинаква слика. Со разгледување на достапната литература од нашите простори, може да се види недостатокот на публикации со основни информации за теоретски и методолошки насоки за проучување на социјалната анксиозност, како и оскуден број емпириски трудови. Со други зборови, проучувањето на социјалната анксиозност секако е неоправдано маргинализирано кај нас.

Утврдено е дека *агресијата* не е единствен феномен, туку збир на стратегии кои се изразени во високо специфични контекстуални услови и кои овозможуваат решавање на цела низа специфични адаптивни проблеми. Овој труд презентираше седум типа на придобивки што ги имале нашите предци од агресивното однесување: присвојување на ресурсите на другите луѓе, одбрана од напади, наметнување трошоци на истополовите ривали, воспоставување статус и хиерархија на моќ, одвраќање на ривалите од идна агресија, одвраќање на долгорочните партнери од сексуално неверство и елиминација на генетски неповрзани потомци. Беа опишани и половите разлики и беше утврдено дека мажите постојано, во сите култури во светот, покажуваат значително поагресивно однесување од жените, вклучително и коалициските војни. Разлики беа забележани и во однос на директната и индиректната агресија, каде што мажите се подготвени да преземаат ризици и почесто избираат директни форми на агресивно однесување како тепачки, убиства итн. Кај жените, беше утврдено дека ограничените ресурси можат да поттикнат директна агресија, а и публиката може да биде фактор кој влијае на формата на изразување на агресивно однесување. Силувањето е уште еден пример за агресивно

однесување кое не е специфично за човечкиот вид, а некои автори (McKibbin et al., 2008), предлагаат разграничување на пет различни типови на силувачи: мажи во неповолна положба, специјализирани силувачи, мажи кои силуваат опортунистички, упорни силувачи и мажи кои силуваат партнери и на тој начин ја зголемуваат конкуренцијата на спермата. Опишани се и фактори како што се брачниот и социо-економскиот статус, кои можат да влијаат на агресијата кај мажите, а се претставени и можните причини за агресија насочена кон децата. Посебно зголемување на агресијата беше забележано во тинејџерските години, а беше претставена теорија за објаснување на овој феномен кај тинејџерките. Сите споменати истражувања кои се вклучени во овој труд се само дел од широк спектар на теми од областа на еволутивната психологија. Како што агресијата постоела пред десетици илјади години кај неандерталците, таа постои и денес и е сеприсутна во општеството и во секојдневниот живот. Нереално е да се очекува дека агресијата може да се искорени, но не е оправдано ниту да се очекува, бидејќи како што веќе беше опишано, агресијата не мора да биде нужно лоша. Сепак, подобро разбирање на агресивното однесување е неопходно за да се разбере зошто тоа воопшто постои, и поради тоа, овие наоди се вреден извор на информации за идните истражувања кои можат да дадат одговори на некои, сè уште неодговорени, идни, еволутивни прашања.

Ограничување на истражувањето и препораки за идни истражувања

Според претходно наведеното, може да се заклучи дека во магистерскиот труд беа детално анализирани дефинициите за чувството на осаменост, агресивното однесување и социјална анксиозност. Во делот на социјалната анксиозност беа разработени разликата на социјалната анксиозност од сродните конструкти (социјално анксиозно растројство, избегнувачко растројство на личноста, срамежливост, склоност кон доживување срам); критериумите за поделба на социјалната анксиозност и нејзините форми (социјална анксиозност во интеракциите, опсервациска социјална анксиозност и/или анксиозност за социјални перформанси – страв од јавно говорење); теориите и моделите на социјалната анксиозност (социјално-анксиозно растројство) – еволутивни теории, интерперсонални теории и модел заснован на ревидираната теорија на чувствителност на засилување; како и инструментите за мерење на социјалната анксиозност (мерки за самооценување). Во целост каде што беше анализирано чувството на осаменост, се елаборираа повеќе аспекти на осаменоста, претпочитаната осаменост, како и теоретските сфаќања и пристапи кон осаменоста и теоретската

анализа и пристапите кон осаменоста. Агресивното однесување беше дискутирано од аспект на неговиот развој, видови и карактеристики. По дефинирањете на агресивното однесување, беше даден и краток преглед на развојот и корелатите на агресивноста и беше направена анализа на видовите на агресивност и на агресивното однесување кај адолесцентите и агресивното однесување кај возрасните.

Бидејќи социјалната анксиозност, како и чувството на осаменост и агресивноста се мошне сложени феномени, во некои идни понатамошни истражувања, неопходно е да се пристапи кон нивно проучување мултидисциплинарно, односно од перспектива на различни психолошки дисциплини, посебно имајќи предид дека овој труд, е напишан претежно од перспектива на психологијата на личноста, но одредени аспекти од клиничката и социјалната психологија неизбежно се испреплетени. Исто така, делумно беа допрени и теми од развојната психологија, но и од психолошките дисциплини кои се посветени на изградбата и кроскултурната адаптација на мерните инструменти. Затоа, како истражувач, останувам со надежта дека овој мој труд и мојата заложба, ќе ги обедини идните студенти и психолози од различни дисциплини со цел интегрирање на знаењата за социјалната анксиозност, но неминовно овде припаѓаат и чувството на осаменост и агресивното однесување.

БИБЛИОГРАФИЈА

Aderka, I. M., Weisman, O., Shahar, G., & Gilboa-Schechtman, E. (2009). The roles of the social rank and attachment systems in social anxiety. *Personality and Individual Differences, 47*, 284–288.

Alinčić, M. (2013). Osobine ličnosti i asertivnost kao prediktori samopoštovanja i socijalne anksioznosti [Personality traits and assertiveness as predictors of self-esteem and social anxiety]. *Primenjena psihologija, 6*(2), 139–154.

Arkin, R. M., & Appelman, A. J. (1983). Social anxiety and receptivity to interpersonal evaluation. *Motivation and Emotion, 7*, 11–18.

Aron, E. (1999). High sensitivity as one source of fearfulness and shyness. In J. Schulkin & L. A. Schmidt (Eds.), *Extreme fear, shyness, and social phobia* (pp. 251–272). New York: Oxford University Press.

Aron, E., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 345–368.

Aron, E. N., Aron, A., & Davies, K. M. (2005). Adult shyness: The interaction of temperamental sensitivity and an adverse childhood environment. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*(2), 181–97.

Asendorpf, J. B. (1990). Beyond social withdrawal: Shyness, unsociability, and peer avoidance. *Human Development, 33*, 250–259.

American Psychiatric Association (2003). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV-TR (4th ed.)*. Washington DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Association.

Alink, L.R., Mesman, J., van Zeijl, J., Stolk, M.N., Juffer, F., Koot, H.M., Bakermans-Kranenburg, M.J. i van Ijzendoorn, M.H. (2006). The early childhood aggression curve: Development of physical aggression in 10- to 50-month-old children. *Child Development, 77*, 954-966.

Arsenio, W.F., Cooperman, S. i Lover, A. (2000). Affective predictors of preschoolers' aggression and peer acceptance: Direct and indirect effects. *Developmental Psychology*, *36*(4), 438-448.

Ashiabi, G.S. (2000). Promoting the emotional development of preschoolers. *Early Childhood Education Journal, 2*(2), 79-84.

Austin, E.J. (2005). Emotional intelligence and emotional information processing. *Personality and Individual Differences, 39*, 403-414.

Archer, J. (2004). Sex Differences in Aggression in Real-World Settings: A Meta-Analytic Review. *Review of General Psychology*, 8, (4), 291-322.

Buss, D.M. (2012). *Evolucijska psihologija - nova znanost o umu*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Buss, D.M. (1988). From Vigilance to Violence-Tactics of Mate Retention in American Undergraduates. *Ethology and Sociobiology*, 9, 291-317.

Buss, D.M. i Shackelford, T.K. (1997). Human Aggression in Evolutionary Psychological Perspective. *Clinical Psyhology Review*, 17, (6), 605-619.

Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs. NJ: Prenlice-Hall.

Bandura, A., Ross, D. i Ross, S.A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 63*, 575-582.

Barker, E.D., Boivin, M., Brendgen, M., Fontaine, N., Arseneault, L., Vitaro, F., Bissonnette, C. i Tremblay, R.E. (2008). Predictive validity and early predictors of peer-victimization trajectories in preschool. *Archives of General Psychiatry*, *65*, 1185-1192.

Batool, S.S. (2013). Lack of adequate parenting: A potential risk factor for aggression among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research, 28*(2), 217-238.

Beer, J.S., Knight, R.T. i D'Esposito, M. (2006). Controlling the integration of emotion and cognition: The role of frontal cortex in distinguishing helpful from hurtful emotional information. *Psychological Science, 17*(5), 448-453.

Björkqvist, K. i Österman, K. (1992). Parental influence on children's self-estimated aggressiveness. *Aggressive Behavior, 18*, 411-423.

Bohnert, A.M., Crnic, K.A. i Lim, K.G. (2003). Emotional competence and aggressive behavior in school-age children. *Journal of Abnormal Child Psychology, 31*(1), 79-91.

Bongers, I.L., Koot, H.M., van der Ende, J. i Verhulst, F.C. (2003). The normative development of child and adolescent problem behavior. *Journal of Abnormal Psychology, 112*(2), 179-192.

Boyatzis, C.J., Chazan, E. i Ting, C.Z. (1993). Preschoolers children's decoding of facial emotions. *Journal of Genetic Psychology, 154*, 375-382.

Brame, B., Nagin, D.S. i Tremblay, R.E. (2001). Developmental trajectories of physical aggression from school entry to late adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 42*(4), 503-512.

Brebić, Z. (2008). Neke komponente emocionalne inteligencije, školski uspjeh, prosocijalno i agresivno ponašanje učenika u primarnom obrazovanju. *Napredak*, *149*(3), 296-311.

Bridges, L.J. i Grolnick, W.S. (1995). The development of emotional self-regulation in infancy and early childhood. U: N. Eisenberg (Ur.), *Social development* (str. 185-211). Thousand Oaks: Sage Publications.

Bronson, M.B. (2000). *Self-regulation in early childhood: Nature and nurture*. New York: Guilford Press.

Bruce, V., Campbell, R.N., Doherty- Sneddon, G., Import, A., Langton, S. i McAuley, S. (2000). Testing face processing skills in children. *British Journal of Developmental Psychology, 18*, 319-333.

Burnett, S., Thompson, S., Bird, G. i Blakemore, S.J. (2010). Pubertal development of the understanding of social emotions: Implications for education. *Learning end Individual Differences, 21*(6), 681-689.

Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist, 37*, 122–147.

Baron-Cohen, S. (1997). How to build a baby who can read minds: Cognitive mechanism in mindreading. In S. Baron-Cohen (Ed.), *The maladapted mind: Classic readings in evolutionary psychopathology* (pp. 207–239). Hove, Sussex: Psychology Press.

Baron-Cohen, S., Jolliffe, T., Mortimore, C., & Robertson, M. (1997). Another advanced test of theory of mind: Evidence from very high functioning adults with autism or Asperger syndrome. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 38*(7), 813–822.

Barrett, L. F., & Russell, J. A. (1998). Independence and bipolarity in the structure of current affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(4), 967–984.

Bartholomay, E. M., & Houlihan, D. D. (2016). Public Speaking Anxiety Scale: Preliminary psychometric data and scale validation. *Personality and Individual Differences, 94*, 211–2015.

Baumeister, R. F. (1982). A self-presentational view of social phenomena. *Psychological Bulletin, 91*, 3–26.

Baumeister, R. F., & Tice, D. M. (1990). Anxiety and social exclusion. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*, 165–195.

Bear, G. G., Uribe-Zarain, X., Manning, M. A., & Shiomi, K. (2009). Shame, guilt, blaming, and anger: Differences between children in Japan and the US. *Motivation and Emotion, 33*(3), 229–238.

Beck, A. T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias*: A cognitive perspective. New York: Basic Books.

Bienvenu, O. J., Hettema, J. M., Neale, M. C., Prescott, C. A., & Kendler, K. S. (2007). Low extraversion and high neuroticism as indices of genetic and environmental risk for social phobia, agoraphobia, and animal phobia. *American Journal of Psychiatry, 164*, 1714–1721.

Bienvenu, O. J., Samuels, J. F., Costa, P. T., Reti, I. M., Eaton, W. W., & Nestadt, G. (2004). Anxiety and depressive disorders and the five-factor model of personality: A higher and lower-order personality trait investigation in a community sample. *Depression and Anxiety, 20*, 92–97.

Blanchard, R. J., Flannelly, K. J., & Blanchard, D. C. (1986). Defensive behavior of laboratory and wild rattus norvegicus. *Journal of Comparative Psychology, 100*(2), 101–107.

Bodroža, B., Jovanović, S., i Popov, B. (2008). Latentna struktura ponašanja u virtuelnim društvenim zajednicama i njegove relacije sa socijalnom anksioznošću. *Primenjena psihologija, 1*(1-2), 19–35.

Boehm, C. (2011). Retaliatory violence in human prehistory. *British Journal of Criminology, 51*, 518–534.

Bögels, S. M., Alden, L., Beidel, D. C., Clark, L. A., Pine, D. S., Stein, M. B., & Voncken, M. (2010). Social anxiety disorder: Questions and answers for the DSM-V. *Depression and Anxiety, 27*, 168–189.

Breen, W. E., & Kashdan, T. B. (2011). Anger suppression after imagined rejection among individuals with social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 25*, 879–887.

Briggs, S. R. (1988). Shyness: Introversion or Neuroticism? *Journal of Research in Personality, 22*, 290–307.

Brook, C. A., & Willoughby, T. (2019). Shyness and Social Anxiety Assessed Through Self-Report: What Are We Measuring? *Journal of Personality Assessment, 101*(1), 54–63.

Brosnan, S. F., Tone, E. B., & Williams, L. (2017). The evolution of social anxiety. In T. K. Shackelford, & V. Zeigler-Hill (Eds*.), The evolution of psychopathology, evolutionary psychology* (pp. 93–116). Springer International Publishing AG.

Brown, E. J., Heimberg, R. G., & Juster, H. R. (1995). Social phobia subtype and avoidant personality disorder: Effect on severity of social phobia, impairment, and outcome of cognitive behavioral treatment. *Behavior Therapy, 26*(3), 467–486.

Brüne, M. (2005). "Theory of mind" in schizophrenia: A review of the literature. *Schizophrenia Bulletin, 31*(1), 21–42.

Burstein, M., Ameli-Grillon, L., & Merikangas, K. R. (2011). Shyness versus social phobia in U.S. youth. *Pediatrics, 128*, 917–925.

Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: W. H. Freeman & Co.

Buss, A. H. (1985). A theory of shyness. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp. 39–46). New York: Plenum.

Buss, A. H. (1986a). A Theory of Shyness. In: Jones W. H., Cheek J. M., Briggs S. R. (Eds.) *Shyness. Emotions, Personality, and Psychotherapy* (pp. 39–46). Springer, Boston, MA.

Buss, A. H. (1986b). Two kinds of shyness. In R. Schwarzer (Ed.), *Self-related cognition in anxiety and motivation* (pp. 65–75). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Buttemore, R. N. (2009). *The evolved function of social anxiety: Detecting high stakes social interactions*. Dissertation theses. Michigan: The University of Michigan.

Björkqvist, K. i sur. 1992. Do girls manipulate and boys fight? Developmental trends regarding direct and indirect aggression. *Aggressive Behavior*, 18, 117-127.

Britvić, D. 2012. Agresivnost neuron.mefst.hr/docs/katedre/psihološka-med/Agresivnost ppt (posjećeno 26. travnja 2021.).

Bulut, A. 2006. *Agresivnost i privrženost u prijateljskom odnosu srednjoškolaca*. dИНЈomski rad. https://zir.nsk.hr/islandora/object/ffst:2965/datastream/PDF/view (posjećeno 26. travnja 2021.)

Barry, C. M., Madsen, S. D., Nelson, L. J., Carroll, J. S. i Badger, S. (2009). Friendship and romantic relationship qualities in emerging adulthood: differential associations with identity development and achieved adulthood criteria. *Journal of Adult Development, 16,* 209-222.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Social and Personal Relationships, 7,* 147-178.

Baumeister, R.F. i Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, *117,* 487-529.

Bijelić, L. i Macuka, I. (2018). Smisao života: Uloga religioznosti i stavova prema smrti. *Psihologijske teme, 27*(2), 159-176.

Borys, S. i Perlman, D. (1985). Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11,* 63-74.

Burger, P. M. (1995.). Individual differences in preference for solitude. *Journal of Research in Personality*, 29, 85-108.

Buyuksahin, A. (2001). Comparison of university students with and without close relationships in terms of some psychological factors. Ankara University, Institute of Social Sciences.

Cutrona, C. E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy.* (pp. 291–309). New York: Wiley Interscience.

Ćubela Adorić, V. (2006): Prisni odnosi u odrasloj i starijoj dobi, 161-219, U: K. Lacković-Grgin i V. Ćubela Adorić (Ur): *Odabrane teme iz psihologije odraslih,* Jastrebarsko: Naklada Slap.

Ćubela Adorić,V. (2004). Skala socijalne i emocionalne usamljenosti. U: A. Proroković, K. Lacković-Grgin, V. Ćubela Adorić, Z. Penezić (ur), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika,* Sv. 2, 52-61. Zadar: Sveučilište u Zadru.

Cairns, R.B., Cairns, B.D., Neckerman, H.J., Ferguson, L.L. i Gariépy, J. (1989). Growth and aggression: Childhood to early adolescence. *Developmental Psychology, 25*(2), 320-330.

Cakić, L. i Velki, T. (2014). Agresivnost i prihvaćenost u skupini djece predškolske dobi. *Život i škola, 32*(2), 15-25.

Camras, L.A. i Allison, K. (1985). Childrens' understanding of emotional facial expressions and verbal labels. *Journal of Nonverbal Behavior, 9*, 84-94.

Card, N.A., Stucky, B.D., Sawalani, G.M. i Little, T.D. (2008). Direct and indirect aggression during childhood and adolescence: A meta-analytic review of gender differences, intercorrelations, and relations to maladjustment. *Child Development*, *79*(5), 1185-1229.

Choie, J.D. i Dodge, K.A. (1997). Aggression and antisocial behavior. U: P. Mussen, W. Damon i N. Eisenberg (Ur.), *Handbook of child psychology (5th ed.): Social, emotional and personality development* (Vol. 3, str. 779-862). New York: Wiley.

Cole, P.M., Michel, M.K. i Teti, L.O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 73-100.

Crick, N.R., Casas, J.F. i Mosher, M. (1997). Relational and overt aggression in preschool. *Developmental Psychology, 33*(4), 579-588.

Crick, N.R., Werner, N.E., Casas, J.F., O'Brien, K.M., Nelson, D.A., Grotpeter, J.K. i Markon, K. (1999). Childhood aggression and gender: A new look at an old problem. U: D. Bernstein (Ur.), *Gender and motivation* (str. 75-141). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.

Campbell, A. (1995). A few good men: Evolutionary Psychology and Female Adolescent Aggression. *Ethology and Sociobiology*, 16, 99-123.

Cain, N. M., Pincus, A. L., & Grosse Holtforth, M. (2010). Interpersonal subtypes in social phobia: Diagnostic and treatment implications. *Journal of Personality Assessment*, *92*(6), 514–527.

Carleton, R. N., Collimore, K. C., & Asmundson, G. J. G. (2007). Social anxiety and fear of negative evaluation: Construct validity of the BFNE-II. *Journal of Anxiety Disorders, 21*, 131–141.

Carletona, R. N., Collimorea, K. C., McCabe, R. E., & Antony, M. M. (2011). Addressing revisions to the Brief Fear of Negative Evaluation Scale: Measuring fear of negative evaluation across anxiety and mood disorders. *Journal of Anxiety Disorders, 25*, 822–828.

Carleton, R. N., McCreary, D. R., Norton, P. J., & Asmundson, G. J. G. (2006). Brief fear of negative evaluation scale-revised. *Depression and Anxiety, 23*, 297–303.

Cândea, D. M., & Szentágotai-Tătar, A. (2017). Shame as a predictor of post-event rumination in social anxiety. *Cognition and Emotion, 31*(8), 1684–1691.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1985). Aspects of self, and the control of behavior. In B. R. Schlenker (Ed.), *The self and social life* (pp. 146–174). New York: McGraw-Hill

Catalino, L. I., Furr, M. R., & Bellis, F. A. (2012). A multilevel analysis of the self-presentation theory of social anxiety: Contextualized, dispositional, and interactive perspectives. *Journal of Research in Personality, 46*(4), 361–373.

Cheek, J. M., & Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, *41*, 330–339.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment* (pp. 69–93). New York: Guilford Press.

Coles, M. E., Gibb, B. E., & Heimberg, R. G. (2001). A psychometric evaluation of the Beck Depression Inventory in adults with social anxiety disorder. *Depression and Anxiety*, *14*, 145–148.

Coplan, R. J., & Weeks, M. (2010). Unsociability in childhood. In K. H. Rubin, & R. J. Coplan (Eds.), *The development of shyness and social withdrawal* (pp. 64–83). New York: Guilford.

Corr, P. J. (2002). J. A. Gray's reinforcement sensitivity theory and frustrative nonreward: A theoretical note on expectancies in reactions to rewarding stimuli. *Personality and Individual Differences, 32*, 1247–1253.

Corr, P. J. (2009). The Reinforcement Sensitivity Theory of personality. In P. J. Corr, & G. Matthews, (Eds.). *The Cambridge handbook of personality psychology* (pp. 347–376). Cambridge University Press.

Corr, P. J. (2011). Anxiety: Splitting the phenomenological atom. *Personality and Individual Differences, 50*(7), 889–897.

Corr, P. J., & Cooper, A. (2016). The reinforcement sensitivity theory personality scales (RST-PQ): Development and validation. *Psychological Assessment, 28*(11), 1427–1440.

Corr, P. J., & McNaughton, N. (2012). Neuroscience and approach/avoidance personality traits: A two stage (valuation-motivation) approach. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 36*(10), 2339–2354.

Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *NEO PI-R professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Cox, B. J., Clara, I. P., Sareen, J., & Stein, M. B. (2008). The structure of feared social situations among individuals with a lifetime diagnosis of social anxiety disorder in two independent nationally representative mental health surveys. *Behaviour Research and Therapy, 46*, 477–486.

Cox, B. J., MacPherson, P. S. R., & Enns, M. W. (2005). Psychiatric correlates of childhood shyness in a nationally representative sample. *Behaviour Research and Therapy, 43*, 1019–1027.149

Cox, B. J., Pagura, J., Stein, M. B., & Sareen, J. (2009). The relationship between generalized social phobia and avoidant personality disorder in a national mental health survey. *Depression and Anxiety, 26*(4), 354–362.

Crisan, L. G., Vulturar, R., Miclea, M., & Miu, A. C. (2016). Reactivity to social stress in subclinical social anxiety: Emotional experience, cognitive appraisals, behavior, and psysiology. *Frontiers in Psychiatry, 7*, 1–10.

Crozier, W. R. (1995). Shyness and self-esteem in middle childhood. *The British Journal of Educational Psychology, 65*, 85–95.

Curran, J. P. (1977). Skills training as an approach to the treatment of heterosexual-social anxiety. *Psychological Bulletin, 84*, 140–157.

David, D., & Cramer, D. (2010). Rational and Irrational Beliefs in Human Feelings and Psychophysiology. In D. David, S.J. Lynn & A. Ellis (Eds.), *Rational and Irrational Beliefs. Research, Theory, and Clinical Practice* (pp. 96–112). New York: Oxford University Press.

David, A., Ghinea, C., Macavei, B., & Kallay, E. (2005). A search for ‘‘hot’’ cognitions in a clinical and non-clinical context: Appraisal, attributions, core relational themes, irrational beliefs, and their relations to emotion. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies, 5*(1), 1–42.

David, D., Schnur, J., & Belloiu, A. (2002). Another search for the ‘‘hot’’ cognition: Appraisal irrational beliefs, attribution, and their relation to emotion. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 20*, 93–131.

Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences, 22*(03), 491–517.

Dimoski, S. (2015). Socijalna anksioznost kod dece i odraslih koji mucaju. *Vojnosanitetski pregled, 21*(1), 75–96.

Daly i Wilson (1990). Killing the Competition: Female/Female and Male/Male Homicide. *Human Nature*, 1, (1), 81-107.

Damar, M., Gülay, H. i Seven, S. (2011). Assessing the relationship between television programme choices and aggression tendencies in children going through early adolescence. *International Journal of Academic Research*, *3*(4), 257-262.

Demetriou, A. (2000). Organization and development of self-understanding and self-regulation. U: M. Zeidner (Ur.), *Handbook of self-regulation* (str. 209-251). San Diego: CA: Academic.

Denham, S.A. (1998). *Emotional development in young children*. New York London: The Guilford Press.

Denham, S.A. i Couchoud, E.A. (1990). Young preschoolers' understanding of emotion. *Child Study Journal, 20*, 171-192.

Dennissen, J.J.A., Asendorpf, J.B. i van Aken, M.A.G. (2008). Trajectories of shyness and agressiveness in the context of demographic transitions in emerging adulthooh. *Journal of Personality*, *76*(1), 67-99.

Dodge, K.A., Coie, J.D. i Lynam, D. (2007). Aggression and antisocial behavior in youth. U: W. Damon i R.M. Lerner (Ur.), *Handbook of child psychology, Vol. 3: Social, emotional, and personality development* (str. 719-788). New York: Wiley.

Dodge, K.A., Lochman, J.E., Harnish, J.D., Bates, J.E. i Pettit, G.S. (1997). Reactive and proactive aggression in school children and psychiatrically impaired chronically assaultive youth. *Journal of Abnormal Psychology*, *106,* 37-51.

Dunn, J., Brown, J.R. i Beardsall, L. (1991). Family talk about feeling states and children's later understanding of others'emotions. *Developmental Psychology, 27*, 448-455.

Durand, K., Gallay, M., Seigneuric, A., Robichon, F. i Baudouin, J. (2007). The development of facial emotion recognition: The role of configural information. *Journal of Experimental Child Psychology, 97*, 14-27.

Dutt, D., Pandey, G.K., Pal, D., Hazra, S. i Dey, T.K. (2013). Aggressive behaviour among school children in a rural area of West Bengal. *Indian Journal of Community Medicine*, *38*(2), 109-113.

Đuranović, M. i Opić, S. (2013). Social aggression among pupils in primary school. *Croatian Journal of Education, 15*(3), 777-799.

Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life.*Journal of Humanistic Psychology*, 39, 30–57.

Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 397–404.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., i Smith, H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin,* 125(2), 276–302.

DiTomasso, E. i Spinner, B. (1993). The developmet and initial validation of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA). *Personality and Individual Differences, 14,* 127-134.

Elliot, D.S., Huizinga, D.i Morse, B. (1987). Self-Reported Violent Offending - A Descriptive Analysis of Juvenile Violent Offenders and Their Offending Careers. *Journal of interpersonal violence*, 1, (4), 472-514.

Extremera, N. i Fernandez-Berrocal, P. (2006). Emotional intelligence as predictor of mental, social and physical health in university students. *The Spanish Journal of Psychology, 9*(1)*,* 45-51.

Ellis, A., & Harper, R. A. (1975). *A new guide to rational living*. North Hollywood, CA: Wilshire Book Company.

Endler, N. S. (1983). Interactionism: A personality model but not yet a theory. In M. M. Page (Ed.), *Personality – current theory and research* (pp. 155–200). Lincoln: University of Nebraska Press.

Endler, N. S., Edwards, J. M., & Vitelli, R. (1991). *Endler multidimensional anxiety scales: Manual*. Los Angeles, CA: Western Psychological Services.

Endler, N. S., Edwards, J. M., Vitelli, R., & Parker, J. D. A. (1989). Assessment of state and trait anxiety: Multidimensional Anxiety Scale. *Anxiety Research, 2*(1), 1–14.

Endler, N. S., Hunt, J. McV., & Rosenstein, A. J. (1962). An S-R Inventory of Anxiousness. *Psychological Monographs, 76*, 1–33.

Endler, N. S., & Okada, M. (1975). A multidimensional measure of trait anxiety: The S-R Inventory of General Trait Anxiousness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43*, 319–329.

Endler, N. S., Parker, J. D. A., Bagbi, R. M., & Cox, B. J. (1991). Multidimensionality of state and trait anxiety: Factor structure of the Endler Multidimensional Anxiety Scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(6), 919–926.

Erwin, B., Heimberg, R. G., Schneier, F., & Liebowitz, M. R. (2003). Anger experience and expression in social anxiety disorder: Pretreatment profile and predictors of attrition and response to cognitive-behavioral treatment. *Behavior Therapy, 34*, 331–350.

Etkin, A., & Wager, T. D. (2007). Functional neuroimaging of anxiety: A meta-analysis of emotional processing in PTSD, social anxiety disorder, and specific phobia. *American Journal of Psychiatry, 164*(10), 1476–1488.

Fehm, L., Pelissolo, A., Furmark, T., & Wittchen, H. U. (2005). Size and burden of social phobia in Europe. *European Neuropsychopharmacology, 15*(4), 453–62.

Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., Gier-Lonsway, S. L., & Kim, H.-S. (2012). Short forms of the Social Interaction Anxiety Scale and the Social Phobia Scale. *Journal of Personality Assessment, 94*(3), 310–320.

Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., & Jencius, S. (2010). Shame and guilt-proneness: Relationships with anxiety disorder symptoms in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders, 24*(8), 811–815.

Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., Stephenson, K., Gier, S., & Jencius, S. (2009). The fear of positive evaluation scale: Psychometric properties in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders, 23*, 1177–1183.

Fleet, C., & Stein, M. B. (2004). Self-criticism and social phobia in the US National Comorbidity Survey. *Journal of Affect Disorders, 82*(2), 227–234.

Fournier, M. A., Moskowitz, D. S., & Zuroff, D. C. (2002). Social rank strategies in hierarchical relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 83*(2), 425–433.

Friborg, O., Martinussen, M., Kaiser, S., Overgard, K. T., & Rosenvinge, J. H. (2013). Comorbidity of personality disorders in anxiety disorders: A meta-analysis of 30 years of research. *Journal of Affective Disorders, 145*(2), 143–55.

Fu, X., Taber-Thomas, B. C., & Pérez-Edgar, K. (2017). Frontolimbic functioning during threat-related attention: Relations to early behavioral inhibition and anxiety in children. *Biological Psychology*, *122*, 98–109.

Fehr, B. i sur. 1999. Anger in Close. Relationships: An Interpersonal Script Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25/3, 299-312.

Fan, H., Jackson, T., Yang, X., Tang, W. i Zhang, J. (2010). The factor structure of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligece Test V 2.0 (MSCEIT): A meta-analytic structural equation modeling approach. *Personality and Individual Differences, 48*(7), 781-785.

Feldman, R. (2007). On the origins of background emotions: From affect synchrony to symbolic expression. *Emotion, 7*(3), 601-611.

Field, T.M. i Walden, T.A. (1982). Production and discrimination of facial expressions by preschool children. *Child Development, 53*, 1299-1311.

Flanagan, C., Schulenberg, J. i Fuligni, A. (1993). Residential setting and parent-adolescent relationships during the college years. *Journal of Youth and Adolescence, 22*(2), 171-189.

Fraley, R. i Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study of adult attachment dynamics in separating couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 291-322.

Frankl, V. E. (2010). *Čovjekovo traganje za smislom*. Zagreb: Planetopija.

Frankl, V. E. (1997). *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju.* Zagreb: Provincijalat franjevaca trećoredaca.

Furman, W. i Collins, W.A. (2007). Adolescent Romantic Relationships and Experiences. U: K. H. Rubin, W. Bukowski, i B. Laursen (Ur.*). Peer interactions, relationships, and groups.* New York: Guilford Press.

Garcia-Alandete, J., Lozano, B. S., Nohales, S. P. i Martinez, E. R. (2013). Predictive role of meaning in life on psychological well-being and gender specific differences. *Acta Colombiana de Psicologia*, 16, 75-82.

Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development.* Cambridge, MA: Harvard University Press.

Gilligan, C. (1979). *Woman's place in man's life cycle.* Harvard Educational Review, 49, 431– 446.

Goossens, L., Lasgaard, M., Luyckx, K., Vanhalst, J., Mathias, S., Masy, E., (2009), Loneliness and solitude in adolescence: A confirmatory factor analysis of alternative models, Department od Psychology, Catholic University of Leuven.

Gangestad, S.W., Thornhill, R. i Yeo, R.A. (1994). Facial Attractivness, Developmental Stability, and Fluctuating Asymmetry. *Ethology and Sociobiology*, 15, 73-85.

Goetz, A.T. i Shackelford, T.K. (2006). Sexual Coercion and Forced In-pair Copulation as Anti- cuckoldry Tactics in Humans. *Female Infidelity and Parenity Uncertainty*, 82-99.

Griskevicius, V., Tybur, J.M., Gangestad, S.W., Perea, E.F. i Shapiro, J.R. (2009). Aggress to Impress: Hostility as an Evolved Context-Dependent Strategy. *Journal of Personality and Social Psychology*. 96, (5), 980-994.

Gleason, K.A., Jensen-Campbell, L.A. i Richardson, D.S. (2004). Agreeableness as s predictor of aggression in adolescence. *Aggressive Behavior*, *30*, 43-61.

Gosselin, P. (1995). Le dévelopment de la reconnaissance des expressions faciales des émotions chez l'enfant (The development of the recognition of facial expressions of emotion in children). *Canadian Journal of Behavioral Sciences, 27*, 107-119.

Grgić, N., Babić Čikeš, A. i Ručević, S. (2014). Sposobnosti emocionalne inteligencije kao prediktori prosocijalnog i agresivnog ponašanja učenika rane adolescentne dobi. *Život i škola: Časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja, 60*(32), 43-60.

Grolnick, W.S., Bridges, L.J. i Connell, J.P. (1996). Emotion regulation in two year olds: Strategies and emotional expression in four contexts. *Child Development, 67*, 928-941.

Grossmann, T. (2010). The development of emotion perception in face and voice during infancy. *Restorative Neurology and Neuroscience, 28*, 219-236.

Gullone, E., Hughes, E., Neville, J. i Tonge, B. (2010). The normative development of emotion regulation strategy use in children and adolescents: A 2-year follow-up study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 51*, 567-574.

Greblo, Z. 2004. *Religioznost, obiteljski čimbenici i zloupotreba droga kod adolescenata*. https://hrcak.srce.hr/2016(posjećeno 26. travnja 2021.)

Gilbert, P. (1989). *Human Nature and Suffering*. Hove: Lawrence Erlbaum Associates.

Gilbert, P. (2000a). Varieties of submissive behaviour: Their evolution and role in depression. In L. Sloman & P. Gilbert (Eds.), *Subordination and defeat. An evolutionary approach to mood disorders* (pp. 3–46). Hillsadale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Gilbert, P. (2000b). The relationship of shame, social anxiety and depression: The role of the evaluation of social rank. *Clinical Psycholgy and Psychotherapy, 7*, 174–189.

Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *Psychiatric Clinics of North America, 24*, 723–751.

Gilbert, P. (2007). The evolution of shame as a marker for relationship security: A biopsychosocial approach. In J. L. Tracy, R. W. Robins, & J. P. Tangney (Eds.), *The self-conscious emotions: Theory and research* (pp. 283–309). New York, NY: Guilford Press.

Gilbert, P. (2014). Evolutionary models: Practical and conceptual utility for the treatment and study of social anxiety disorder. In J. W. Weeks (Ed.), *The Wiley-Blackwell handbook of social anxiety disorders* (1st ed. pp. 24–52). Chichester, England: Wiley

Gilbert, P., & Trower, P. (2001). Evolution and process in social anxiety. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (pp. 259–279). John Wiley & Sons Ltd: England.

Gilboa-Schechtman, E., Shachar, I., & Helpman, L. (2014). Evolutionary perspectives on social anxiety. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (3rd ed.) (pp. 599–625). San Diego, CA: Elsevier.

Gomez, R., & Watson, S. D. (2017). Confirmatory factor analysis of the Combined Social Phobia Scale and Social Interaction Anxiety Scale: Support for a bifactor model. *Frontiers in Psychology, 8*, 70.

Goss, K., Gilbert, P., & Allan, S. (1994). An exploration of shame measures: The Other As Shamer Scale. *Personality and Individual Differences, 17*, 713–717.

Gray, E., Beierl, E. T., & Clark, D. M. (2019). Sub-types of safety behaviours and their effects on social anxiety disorder. *Plos One, 14*(10): e0223165.

Gray, J. A., & McNaughton, N. (2000). *The neuropsychology of anxiety: An enquiry into the functions of the septo-hippocampal system (2nd ed.)*. New York: Oxford University Press.152

Gunnar, M. R. (1994). Psychoendocrine studies of temperament and stress in early childhood: Expanding current models. In J. E. Bates & T. D. Wachs (Eds.), *Temperament: Individual differences at the interface of biology and behavior* (pp. 175–198). Washington, DC: American Psychological Association.

Harris, S., Davies, M. F., & Dryden, W. (2006). An experimental test of a core REBT hypothesis: Evidence that irrational beliefs lead to physiological as well as psychological arousal. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 24*(2), 101–111.

Hedman, E., Ström, P., Stünkel, A., & Mörtberg, E. (2013). Shame and guilt in social anxiety disorder: Effects of cognitive behavior therapy and association with social anxiety and depressive symptoms. *PloS One, 8*(4), 162–188.

Heeren, A., Dricot, L., Billieux, J., Philippot, P., Grynberg, D., de Timary, P., & Maurage, P. (2017). Correlates of social exclusion in social anxiety disorder: An fMRI study. *Scientific Reports, 7,* 260.

Heimberg, R. G., Klosko, J. S., Dodge, C. S., Shadick, R., Becker, R. E., & Barlow, D. H. (1989). Anxiety disorders, depression, and attributional style: A further test of the specificity of depressive attributions. *Cognitive Therapy Research, 13*, 21–36.

Heiser, N. A., Turner, S. M., & Beidel, D. C. (2003). Shyness: Relationship to social phobia and other psychiatric disorders. *Behaviour Research and Therapy, 41*(2), 209–221.

Heiser, N. A., Turner, S. M., & Beidel, D. C., & Roberson-Nay, R. (2009). Differentiating social phobia from shyness. *Journal of Anxiety Disorders, 23*, 469–476.

Henderson, L., & Zimbardo, P. G. (1998). Shyness. In H. S. Friedman, R. Schwartzer, R. Cohen Silver, & D. Spiegel (Eds.), *Encyclopedia of mental health* (pp. 497–509). San Diego, CA: Academic Press.

Herbert, J. D., Brandsma, L. L., & Fischer, L. (2014). Assessment of social anxiety and its clinical expressions. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (pp. 45–94). Third Edition. Academic Press, Elsevier.

Hezel, D. M., & McNally, R. J. (2014). Theory of mind impairments in social anxiety disorder. *Behavior Therapy, 45*(4), 530–540.

Hirsch, C. R., Meynen, T., & Clark, D. M. (2004). Negative self-imagery in social anxiety contaminates social interactions. *Memory*, *12*(4), 496–506.

Hogan, R., & Briggs, S. R. (1986). A socioanalytic interpretation of the public and the private selves. In R. F. Baumeister (Ed.), *Public self and private life* (pp. 179–188). New York: Springer-Verlag.

Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy, 36*, 193–209.

Holt, C. S., Heimberg, R. G., Hope, D. A., & Liebowitz, M. R. (1992). Situational domains of social phobia. *Journal of Anxiety Disorders, 6*, 63–77.

Huppert, J. D., Foa, E. B., Furr, J. M., Filip, J. C., & Mathews, A. (2003). Interpretation bias in social anxiety: A dimensional perspective. *Cognitive Therapy and Research, 27*(5), 569–577.

Hartup, W.W. (1974). Aggression in childhood: Developmental perspectives. *American Psychologist, 29*, 336-341.

Herba, C.M., Landau, S., Russell, T., Ecker, C. i Phillips, M.L. (2006). The development of emotion-processing in children: Effects of age, emotion, and intensity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 47*(11), 1098-1106.

Horton, P. (2011). School bullying and social and moral orders. *Children & Society, 25*, 268-277.

Hubbard, J.A., McAuliffe, M.D., Morrow, M.T. i Romano, L.J. (2010). Reactive and proactive aggression in childhood and adolescence: Precursosr, outcomes, processes, experiences, and measurement. *Journal of Personality, 78*(1), 95-118.

Hampel, P., i Peterman, F. (2006). Perceived stress, coping, and adjustment in adolescents. *Journal of Adolescent Health,* 38, 409–415

Hannson, R.O. (1986). Relational Competence, relationships, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology, 50,*1050-1058.

Hawkley, L. C., Masi, C. M., Berry, J. D. i Cacioppo, J. T. (2006). Loneliness is a unique predictor of age-related differences in systolic blood pressure. *Psychology and Aging, 21*(1), 152–164.

Hechanova-Alampay, R., Beehr, T. A., Christiansen, N. D. i Van Horn, R. K. (2002). Adjustment and Strain among Domestic and International Student Sojourners: A Longitudinal Study. *School Psychology International, 23,* 458-474.

Hoffman, J., i Weiss, B. (1987). Family dynamics and presenting problems in college students. *Journal of Counseling Psychology,* 34, 157– 163.

Inderbitzen, H. M., Walters, K. G., & Bukowski, A. L. (1997). The role of social anxiety in adolescent peer relations: Differences among sociometric status groups and rejected subgroups. *Journal of Clinical Child Psychology, 26*(4), 338–348.

Jackson, C. J. (2009). Jackson-5 scales of revised Reinforcement Sensitivity Theory (r-RST) and their application to dysfunctional real world outcomes. *Journal of Research in Personality, 43*, 556–569.

Jamieson, J. P., Nock, M. K., & Mendes, W. B. (2013). Changing the conceptualization of stress in social anxiety disorder: Affective and physiological consequences. *Clinical Psychological Science, 1*(4), 363–374.

Jensen-Campbell, L. A., Adams, R., Perry, D. G., Workman, K. A., Furdella, J. Q., & Egan, S. K. (2002). Agreeableness, extraversion, and peer relations in early adolescence: Winning friends and deflecting aggression. *Journal of Research in Personality, 36*, 224–251.

Johnson, A. R., Bank, S. R., Summers, M., Hyett, M. P., Erceg-Hurn, D. M., Kyron, M. J., & McEvoy, P. M. (2020). A longitudinal assessment of the bivalent fear of evaluation model with social interaction anxiety in social anxiety disorder. *Depression and Anxiety, 37*, 1–8.

Jones, E. E., & Pittman, T. S. (1982). Toward a general theory of strategic selfpresentation. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 1, pp. 231–262). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Jaffe, M., Gullone E. i Hughes, E.K. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology, 31*, 47-59.

Johnson, K.J., Waugh, C.E. i Fredrickson, B.L. (2010). Smile to see the forest: Facially expressed positive emotions broaden cognition. *Cognition and Emotion, 24*(2), 299-321.

Johnson, V. K., Gans, S. E., Kerr, S. i LaValle, W. (2010). Managing the transition to college: family functioning, emotion coping, and adjustmentin emerging adulthood. *Journal of College Student Development 51*(6), 607-621.

Jones, W. H., Sansone, C., Helm, B. (1983): Loneliness and interpersonal judgments, *Personality and Social Psychology Bulletin, 9,* 437-441.

Jones, W. H., Hobbs, A. S., i Hockenbury, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of Personality and Social Psychology,* 42, 682– 689.

Kansky, J. (2018). What's love got to do withit?: Romantic relationships and well-being. U: E. Diener, S. Oishi, i L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being. Salt Lake City*, UT: DEF Publishers.

Kline, R.B. (2005). *Princes and practice of structural eqation modeling*. New York: Guilford.

Krause-Parello, C.A., (2008), Loneliness in the School Setting, The Journal of School Nursing, Volume 24, Number 2, April 2008.

Keresteš, G. (2002). *Dječje agresivno i prosocijalno ponašanje u kontekstu rata.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

Keresteš, G. (2006). Mjerenje agresivnoga i prosocijalnoga ponašanja školske djece: Usporedba procjena različitih procjenjivača. *Društvena istraživanja, 1-2*(81-82), 241-264.

Kokko, K., Pulkkinen, L., Huesmann, L.R., Dubow, E.F. i Boxer, P. (2009). Intensity of aggression in childhood as a predictor of different forms of adult aggression: S two-country (Finland and the United States) analysis**.** *Journal of Research on Adolescence*, *19*(1), 9-34.

Kopp, C. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology*, *25*(3)*,* 343-354.

Kardum I. (2003). *Evolucija i ljudsko ponašanje*. Znanost u Džepu: Naklada Jasenski i Turk.

Kruttschnitt, C. (1994). Gender and Interpersonal Violence. *Understanding and preventing Violence*, 3, 293-374.

Karasewich, A. T., & Kuhlmeier, A. V. (2020). Trait social anxiety as a conditional adaptation: A developmental and evolutionary framework. *Developmental Review, 55*, 100886.

Kashdan, T. B. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 27*,348–365.

Kashdan, T. B., & Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research, 28*(1), 119–141.

Kashdan, T. B., & Savostyanova, A. A. (2011). Capturing the biases of socially anxious people by addressing partner effects and situational parameters. *Behavior Therapy, 42*(2), 211–223.

Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2006). Expanding the topography of social anxiety: An experience-sampling assessment of positive emotions, positive events, and emotion suppression. *Psychological Science, 17*, 120–128.

Kassinove, H., Eckhardt, C., & Endes, R. (1993). Assessing the intensity of "appropriate" and "inappropriate" emotions in rational-emotional therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy: International Quaterly, 7*, 227–239.

Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry, 62*, 593–602.

Kessler, R. C., Stang, P., Wittchen, H., Stein, M., & Walters, E. E. (1999). Lifetime comorbidities between social phobia and mood disorders in the U.S. National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine, 29*, 555–567.

Kimbrel, N. A. (2008). A model of the development and maintenance of generalized social phobia. *Clinical Psychology Review, 28*, 592–612.

Kimbrel, N. A., Nelson-Gray, R. O., & Mitchell, J. T. (2012). BIS, BAS, and Bias: The role of personality and cognitive bias in social anxiety. *Personality and Individual Differences, 52*(3), 395–400.

Kimbrel, N. A., Mitchell, J. T., & Nelson-Gray, R. O. (2010). An examination of the relationship between behavioral approach system (BAS) sensitivity and social interaction anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 24*, 372–378.

Kodal, A., Bjelland, I., Gjestad, R., Wergeland, G. J., Havik, O. E., Heiervang, E. R., & Fjermestad, K. (2017). Subtyping social anxiety in youth. *Journal of Anxiety Disorders, 49*, 40–47.

Kolarević, A. i Pucar, S. (2009). Integrativni psihoterapijski – transakciono analitički i psihofarmakološki pristup lečenju socijalne fobije. *Engrami, 31*(1–2), 125–131.

Krupić, D. (2017). *Empirical test of Reinforcement Sensitivity Theory* [Doctoral dissertation, University of Rijeka]. https://dr.nsk.hr/en/islandora/object/ffri%3A1642

Kwiatkowska, M. M., & Rogoza, R. (2019). Shy teens and their peers: Shyness in respect to basic personality traits and social relations. *Journal of Research in Personality, 79*, 130–142.

Lampe, L., & Sunderland, M. (2015). Social phobia and avoidant personality disorder: Similar but different? *Journal of Personality Disorders, 27*, 1–16.

Leary, M. R. (1983a). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment, 47*(1), 66–75.

Leary, M. R. (1983b). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin, 9*(3), 371–376.

Leary, M. R. (1986). The impact of interactional impediments on social anxiety and self-presentation. *Journal of Experimental Social Psychology, 22*(2), 122–135.

Leary, M. R. (1996). *Self-presentation: Impression management and interpersonal behavior*. Oxford: Westview press.

Leary, M. R. (2001a). Social anxiety as an early warning system: A refinement and extension of the self-presentational theory of social anxiety. In S. G. Hofman & P. M. DiBartolo (Eds.), *From social anxiety to social phobia: МултИНЛе perspectives* (pp. 321–334). New York, NY: Allyn & Bacon.

Leary, M. R. (2001b). Shyness and the self: Attentional, motivational, and cognitive self-processes in social anxiety and inhibition. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (pp. 217–234). John Wiley & Sons Ltd: England.

Leary M. R. (2005). Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology, 16*, 75–111.

Leary, M. R. (2010). Social anxiety as an early warning system: A refinement and extension of the self-presentation theory of social anxiety. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (2nd ed., pp. 471–486). New York, NY: Academic Press.

Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. *Advances in Experimental Social Psychology, 33*, 1–62.

Leary, M. R., & Jongman-Sereno, K. P. (2014). Social anxiety as an early warning system: A refinement and extension of the self-presentation theory of social anxiety. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (pp. 579–597). Elsevier Academic Press: Oxford, UK.

Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin, 107*(1), 34–47.

Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). The self-presentational model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.)*, Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 94–112). New York: The Guilford Press.

Leary, M. R., Kowalski, R. M., & Campbell, C. D. (1988). Self-presentational concerns and social anxiety: The role of generalized impression expectancies. *Journal of Research in Personality, 22*(3), 308–321.

Leary, M. R., Nezlek, J. B., Downs, D., Radford-Davenport, J., Martin, J., McMullen, A. (1994). Self-Presentation in everyday interactions: Effects of target familiarity and gender composition. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*(4), 664–673.

Lenton-Brym, A. P., Moscovitch, D. A., Vidovic, V., Nilsen, E., & Friedman, O. (2018). Theory of mind ability in high socially anxious individuals. *Anxiety Stress Coping, 31*(5), 487–499.

Leitenberg, H. (Ed.). (1990). *Handbook of social and evaluation anxiety*. New York: Plenum Press.

Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems in Pharmacopsychiatry, 22*, 141–173.

Larsen, R.J. i Buss, D.M. (2007). *Psihologija ličnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Lee, K.H., Baillargeon, R.H., Vermunt, J.K., Wu, H.X. i Tremblay, R.E. (2007). Age differences in the prevalence of physical aggression among 5-11-year-old Canadian boys and girls. *Aggressive Behavior, 33*, 26-37.

Levine, L.J. i Edelstein, R.S. (2009). Emotion and memory narrowing: A review and goal-relevance approach. *Cognition and Emotion, 23*(5), 833-875.

Lewis, M., Sullivan, M. i Vasen, A. (1987). Making faces: Age and emotion differences in the posing of emotional expressions. *Developmental Psychology, 23*, 690-697.

Liau, A.K., Liau, A.W., Teoh, G.B.S. i Liau, M.T.L. (2003). The case for emotional literacy: The influence of emotional intelligence on problem behaviours in Malaysian secondary school students. *Journal of Moral Education, 32*(1), 51-66.

Little, T.D., Jones, S.M., Henrich, C.C. i Hawley, P.H. (2003). Disentangling the "whys" from "whats" of aggressive behavior. *International Journal of Behavioral Development*, *27*, 122-133.

Lacković-Grgin, K., Nekić, M. i Penezić, Z. (2009). Usamljenost žena odrasle dobi: Uloga percipirane kvalitete bračnog odnosa i samostišavanja. *Suvremena psihologija, 12*(1), 7-22

Lacković-Grgin K. (2008). *Usamljenost: Fenomenologija, teorije i istraživanja.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

Lacković – Grgin, K., (1994), Samopoimanje mladih, Naklada Slap.

Lacković-Grgin, K. i Nekić, M. (2002). Adaptirana skala preferirane samoće. U: K.Lacković-Grgin, A. Proroković, V. Ćubela i Z. Penezić (Ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika* (Vol. 1, str. 23-24). Zadar: Filozofski fakultet u Zadru.

Lacković-Grgin, K., Penezić, Z. i Sorić, I. (1998) Usamljenost i samoća studenata: uloga afilijativne motivacije i nekih osobnih značajki. *Društvena istraživanja, 7*(4-5) (36-37), 543-558.

Lambert, N. M., Sillman, T.F., Hicks, J. A., Kamble, S., Baumeister, R. F. i Fincham, F. D. (2013). To Belong is to matter: Senseof belonging enhances meaning in life. *Personality and Social Psychology Bulletin, 39*(11), 1418-1427.

Lambert, N. M., Stillman, T.F., Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A. i Graham, S. M. (2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *The Journal of Positive Psychology, 5*(5), 367-376.

Larson, R. W., i Richards, M. H. (1991). Daily companionship in late childhood and early adolescence: Changing developmental contexts*. Child Development*, 62, 284–300.

Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review, 10,* 155–183.

Leck, K. (2006). Correlates of minimal dating. *The Journal of Social Psychology,146*(5), 549–567.

Long, C. R. i Averill, J. R. (2003). Solitude: An exploration of benefits of being alone. *Journal for the Theory of Social Behaviour, 33*(1), 21–44.

Marcoen, A., i Goossens, L. (1993). Loneliness, attitude towards aloneness, and solitude: Age differences and developmental significance during adolescence. U: S. Jackson and H. Rodriguez-Tomé (eds), *Adolescence and its social worlds.* Hove, U.K.: Lawrence Erlbaum, pp. 197–225.

Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being.* New York: Van Nostrand.

McCall, G. J., i Simmons, J. L. (1996). *Identities and interactions: An examination of human associations in everyday life*. New York: Free Press.

Medved, A. i Keresteš, G. (2011). Usamljenost u ranoj adolescenciji: spolne i dobne razlike te povezanost sa socijalnim odnosima. *Društvena istraživanja, 20* (2), 457-478.

Moksnes, U. K., Espnes, G. A. i Lillefjell, M. (2012). Sense of coherence and emotional health in adolescents. *Journal of Adolescence, 35*(2),433-441.

Moss, B. F., i Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42, 31-37.

Morningstar, M., Nowland, R., Dirks, M.A., Qualter, P., (23019), Loneliness and the recognition of vocal socioemotional expressions in adolescence, Cognition and Emotion, Online Journal,

Musetti, A., Corsano, P., (2019), Multidimensional self-esteem and secrecy from friends during adolescence: The mediating role of loneliness, Springer Science+Business Media, LLC, part of Springer Nature.

MacCann, C., Fogarty, G.J., Zeidner, M. i Roberts, R.D. (2011). Coping mediates the relationship between emotional intelligence (EI) and academic achievement. *Contemporary Educational Psychology, 36*, 60-70.

Mathes, E.W., Brennan, S.M., Haugen, P.M. i Rice, H.B. (1985). Ratings of Physical Attractivness as a Function of Age. *The Journal of Social Psychology*, 125, (2), 157-168.

McKibbin, F.W., Shackelford, T.K., Goetz, A.T. i Starrat, V.G. (2008). Why Do Men Rape? An Evolutionary Psychological Perspectie. *Review of General Psychology*, 12, 1, 86-97.

Malatesta, C.Z., Culver, C., Tesman, J.R. i Shepard, B. (1989). The development of emotional expression during the first two years of life. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 54*(1-2), 105-136.

Mangelsdorf, S.C., Shapiro, J. i Marzolf, D. (1995). Developmental and temperamental differences in emotion regulation in infancy. *Child Development, 66*, 1817-1828.

Mathersul, D., Palmer, D.M., Gur, R.C., Gur., R.E., Cooper, N., Gordon, E. i Williams, L.M. (2009). Explicit identification and implicit recognition of facial emotions: II. Core domains and relationships with general cognition. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology, 31*(3), 278-291.

Mavroveli, S., Petrides, K.V., Rieffe, C. i Bakker, F. (2007). Trait emotional intelligence, psychological well-being and peer-rated social competence in adolescence. *British Journal of Developmental Psychology*, *25*, 263-275.

Mayer, J.D., Caruso, D.R. i Salovey, P. (2000). Selecting a measure of emotional intelligence: The case for ability scales. U: R. Bar-On i J.D. Parker (Ur.), *Handbook of emotional intelligence* (str. 320-340). New York: Jossey Bass.

Mayer, J.D. i Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence?. U: P. Salovey i D. Sluyter (Ur.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (str. 3-31). New York: Basic Books.

Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D.R. i Sitarenios, G. (2003). Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion, 3*, 97-105.

McCabe, A. i Lopscomb, T.T. (1988). Seks differences in children's verbal aggresion. *Merrill-Palmer Quarterly, 34*, 389-401.

McIntyre, H.H. (2010). Gender differences in the nature and linkage of higher-order personality factors to trait and ability emotional intelligence. *Personality and Individual Differences, 48*, 617-622.

McLaughlin, K.A., Hatzenbuehler, M.L., Mennin, D.S. i Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, *49*, 544-554.

McRae, K., Gross, J.J., Weber, J., Robertson, E.R., Sokol-Hessner, P., Ray, R.D., Gabrieli, J.D.E. i Ochsner, K.N. (2012). The development of emotion regulation: An fMRI study of cognitive reappraisal in children, adolescents and young adults. *SCAN*, *7*, 11-22.

Mohorić, T. (2012). *Razumijevanje emocija kao komponenta emocionalne inteligencije u ranoj adolescenciji.* (Neobjavljena doktorska disertacija). Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet, Zagreb.

Munjas, R. (2007). *Utjecaj emocionalnog opismenjavanja na razvoj emocionalne kompetentnosti u ranoj adolescenciji.* (Neobjavljena magistarska radnja). Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet, Zagreb.

Murphy, B., Eisenberg, N., Fabes, R.A., Shepard, S. i Guthrie, I.K. (1999). Consistency and change in children's emotionality and regulation: A longitudinal study. *Marrill-Palmer Quarterly, 45*, 413-444.

Mackinnon, S. P., Battista, S., Sherry, S. B., & Stewart, S. H. (2014). Perfectionistic self-presentation predicts social anxiety using daily diary methods. *Personality and Individual Differences, 56*, 143–148.

Maddux, J. E., Norton, L. W., & Leary, M. R. (1988). Cognitive components of social anxiety: An investigation of the integration of the self-presentation theory and the self-efficacy theory. *Journal of Social and Clinical Psychology, 6*, 180–190.

Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy 36*(4), 455–470.

Mattick, R. P., Page, A. P., & Lampe, L. (1995). Cognitive and behavioral aspects. In M. B. Stein (Ed.), *Social phobia: Clinical and research perspectives* (pp. 189–227). Washington, DC: American Psychiatric Press.

McManus, F., Clark, D. M., & Hackmann, A. (2000). Specificity of cognitive biases in social phobia and their role in recovery. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 28*(3), 201–209.

McNaughton, N., & Corr, P. J. (2004). A two-dimensional neuropsychology of defense: Fear/anxiety and defensive distance. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 28*, 285–305.

McNeil, D. W., & Randall, C. L. (2014). Conceptualizing and describing social anxiety and its disorders, In S. G. Hofmann and P. M. DiBartolo (Eds.), *Social Anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (pp. 3–26). Third Edition. Academic Press, Elsevier.

Mellings, T. M., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: The effects of self-focus, rumination and anticipatory processing. *Behaviour Research Therapy, 38*(3), 243–257.

Merikangas, K. R., He, J. P., Burstein, M., Swanson, S. A., Avenevoli, S., Cui, L., et al. (2010). Lifetime prevalence of mental disorders in U. S. adolescents: Results from the national comorbidity survey replication–adolescent supplement (NCS-A). *Journal of the American Academy of Child Adolescent Psychiatry, 49*, 980–989.

Mihić, Lj. (2019). *Savremene teorije psihopatologije: anksiozni poremećaji*. Filozofski fakultet, Novi Sad.

Mihić, Lj. i Novović, Z. (2018). *Srpsko izdanje Upitnika an ksioznosti kao stanja i crte ličnosti – STAI.* Beograd: Sinapsa edicije.

Mineka, S., & Tomarken, A. J. (1989). The role of cognitive biases in the origins and maintenance of fear and anxiety disorders. In T. Archer & L.-G. Nilsson (Eds), *Aversion, avoidance and anxiery: Perspectives on aversively motivated behavior* (pp. 195–221). Hillsdale, NJ: Erlbaum

Mörtberga, E., Reuterskiöld, L., Tillfors, M., Furmark, T., & Öst, L.-G. (2017). Factor solutions of the Social Phobia Scale (SPS) and the Social Interaction Anxiety Scale (SIAS) in a Swedish population. *Cognitive Behaviour Therapy, 46*(4), 300–314.

Moscovitch, D. A. (2009). What is the core fear in social phobia? A new model to facilitate individualized case conceptualization and treatment. *Cognitive and Behavioral Practice, 16*, 123–134.

Muller, R. T., Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). The interaction model of anxiety assessed in two public speaking situations. *Personality and Individual Differences, 11*(4), 371–377.

Nachmias, M., Gunnar, M., Mangelsdorf, S., Hornik Parritz, R., & Buss, K. (1996). Behavioral inhibition and stress reactivity: The moderating role of attachment security. *Child Development, 67*, 508–522.

Naragon-Gainey, K., & Watson, D. (2011). Clarifying the dispositional basis of social anxiety: A hierarchical perspective. *Personality and Individual Differences, 50*(7), 926–934.

Naragon-Gainey, K., Watson, D., & Markon, K. E. (2009). Differential relations of depression and social anxiety symptoms to the facets of extraversion/positive emotionality. *Journal of Abnormal Psychology, 118*, 299–310.

Nepon, T., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Molnar, D. S. (2011). Perfectionism, negative social feedback, and interpersonal rumination in depression and social anxiety. *Canadian Journal of Behavioural Science, 43*(4), 297–308.

Nikolić M., Colonnesi, C., de Vente, W., Drummond, P. D., & Bögels, S. M. (2015). Blushing and social anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *22*(2), 177–193.

Nelson, L. (2012). Going it alone: Comparing subtypes of withdrawal on indices of adjustment and maladjustment in emerging adulthood. *Social Development, 22*(3), 522-538.

Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Badger, S., Barry, C. M., Carroll, J. S., i Madsen, S. D. (2008). Associations between shyness and internalizing behaviors, externalizing behaviors, and relationships during emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence, 37*(5), 605–615.

Ozben, S. (2013). Social skills, life satisfaction and loneliness in Turskish univeristy students. *Social Behavior and Personality, 41* (2), 2013-214.

Ozdemir, U. i Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health,* 2:29.

O'Connor, R.M. i Little, I.S. (2003). Revisiting the predictive validity of emotional intelligence: Self-report versus ability-based measures. *Personality and Individual Differences, 35*, 1893-1902.

Ojanen, T., Findley, D. i Fuller, S. (2012). Physical and relational aggression in early adolescence: Associations with narcissism, temperament, and social goals. *Aggressive Behavior*, *38*, 99-107.

Öhman, A. (2008). Fear and anxiety: Overlaps and dissociations. In M. Levis, J. M. Haviland-Jones, & L. Feldman Barret (Eds.), *Hanbook of emotions* (3rd ed.) (pp. 709–729). New York and London: The Guilford Press.

Ohman, A., & Dimberg, U. (1978). Facial expressions as conditioned stimuli for electrodermal responses: A case of "preparedness"? *Journal of Personality and Social Psychology, 36*(11), 1251–1258.

Okawa, S., Arai, H., Sasagawa, S., Ishikawa, S. Norberg, M. M., Schmidt, N. B., Kwon, J. H., Rapee, R. M., & Shimizu, E. (2021). A cross-cultural comparison of the bivalent fear of evaluation model for social anxiety. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*. Advance online publication. https://doi.org/10.1016/j.jbct.2021.01.003

Opris, D., & Macavei, B. (2005). The distinction between functional and dysfunctional negative emotions: An empirical analysis. *Journal of Cognitive and Bahavioral Psychotherapies, 5*, 181–195.

Park, L. E., & Pinkus, R. T. (2009). Interpersonal effects of appearance-based rejection sensitivity. *Journal of Research in Personality, 43*(4), 602–612.

Perugi, G., Nassini, S., Maremmani, I., Madaro, D., Toni, C., Simonini, E., & Akiskal, H. S. (2001). Putative clinical subtypes of social phobia: A factor-analytical study. *Acta Psychiatrica Scandinavia, 104*, 280–288.

Phan, K. L., Fitzgerald, D. A., Nathan, P. J., & Trancer, M. E. (2006). Association between amygdala hyperactivity to harsh faces and severity of social anxiety in generalized social phobia. *Biological Psychiatry, 59*, 424–429.

Pierce, B. D., & White, R. (1999). The evolution of social structure: Why biology matters. *Academy of Management Review, 24*(4), 843–853.

Plasencia, M. L., Alden, L. E., & Taylor, C. T. (2011). Differential effects of safety behaviour subtypes in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy, 49*(10), 665–675.

Pozo, C., Carver, C. S., Wellens, A. R., & Scheier, M. F. (1991). Social anxiety and social perception: Construing others' reactions to the self. *Personality and Social Psychology Bulletin, 17*, 355–362.

Prior, M., Smart, D., Sanson, A., & Oberklaid, F. (2000). Does shy-inhibited temperament in childhood lead to anxiety problems in adolescence? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 39*(4), 461–468.

Parke, R.D. i Slaby, R.G. (1983). The development of aggression. U: P.H. Mussen i E.M. Hetherington (Ur.), *Handbook of child psychology, Vol. 4: Socialization, personality, and social development* (str. 547-642). New York: Wiley.

Pei, M. (2011). *The relation between parent-child attachment, child-rearing behaviors, and aggression in childhood and adolescence*. (Neobjavljena magistarska radnja). Brandeis University, Department of Psychology, Waltham.

Perron, M., Gosselin, P., Gagnon, M., Beaupré, M., Jomphe, M. i Doucet, M. (2009). The understanding of emotion dissimulation in school-aged children. *Advances in Psychology Research, 59*, 1-16.

Pérusse, D. i Gendreau, P.L. (2005). Genetics and the development of aggression. U: R. Tremblay, W.W. Hartup i J. Archer (Ur.), *Developmental origins of aggression* (str. 223-241). New York: Guilford.

Petrides, K.V., Furnham, A. i Mavroveli, S. (2007). Trait emotional intelligence: Moving forward in the field of EI. U: G. Matthews, M. Zeidner i R. Roberts (Ur.), *Emotional intelligence: Knowns and unknowns (Series in affective science)* (str. 151-166). Oxford: Oxford University Press.

Petrides, K.V., Sangareau, Y., Furnham, A. i Frederickson, N. (2006). Trait emotional intelligence and children's peer relations at school. *Social Development*, *15*, 537-547.

Peplau, L. A., i Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), Loneliness: *A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 183-205). New York: Wiley Interscience.

Perlman, D., i Peplau, L. A. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. U: L. A. Peplau i S. Goldston (Eds.), *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness* (pp. 13-46). Rockville, MD: U.S. Government Printing Office.

Perlman, D., Peplau, L.A., (1981), Toward a Social Psychology of Loneliness, Personal Relatioship in Disorder, London: Academic Press.

Ratelle, C.F., Simard, K. i Guay, F. (2013). University Students' Subjective Well-being: The role of autonomy support from parents, friends, and the romantic partner. *Journal of Happiness Studies, 14* (3), 893-910.

Reker, G. T. i Wong, P. T. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. U: J. E. Birren, i V. L. Bengston (Eds), *Emergent Theories of Aging,* pp. 214-246. New York : Springer.

Rubenstein, C., i Shaver, P. (1982). The experience of loneliness. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theories, research, and therapy* (pp. 206 –223). New York, NY: Wiley.

Rubin, K. H. i Coplan, R. J. (2010). The *Development of Shyness and Social Withdrawal.* New York: Guilford.

Rubin, K. H., Bukowski, W., i Parker, J. (2006). Peerinteractions, relationships, and groups. U: N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology (6th edition): Social, emotional, and personality development* (pp. 571–645). New York: Wiley.

Russell, D. (1982). The measurement of loneliness. U: L. A. Peplau i D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy* (pp. 81–104). New York, NY: Wiley.

Russell, D., Peplau, L. A., i Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology,* 39, 472–480.

Raffaeli, M., Crockett, L.J. i Shen, Y. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *The Journal of Genetic Psychology, 166*(1)*,* 54-75.

Ridgeway, D., Waters, E. i Kuczaj, S.A. (1985). Acquisition of emotion-descriptive language: Receptive and productive vocabulary norms for ages 18 months to 6 years. *Developmental Psychology*, *21*, 901-908.

Roberts, R.D., Zeidner, M. i Matthews, G. (2001). Does emotional intelligence meet traditional standards for an intelligence? Some new data and conclusions. *Emotion, 1*(3), 196-231.

Russell, J.A. (1990). The preschooler's understanding of the causes and consequences of emotion. *Child Development, 61*, 1872-1881.

Ружић, N. (2011). Internet i videoigre: Uzročnici povećane agresivnosti među mladima. *Medijske studije*, *2*(3-4), 16-27.

Ранђелović, K. (2016). *Efekti socijalne pretnje i tipa povratne informacije na kognitivne pristrasnosti i socijalnu anksioznost* (Doktorska disertacija). Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu, Srbija. http://nardus.mpn.gov.rs/handle/123456789/6583

Ранђелović, K. i Ранђелović, D. (2014). Upitnik socijalne verovatnoće i potencijalnih posledica – provera pouzdanosti i validnosti na srpskoj populaciji. *Zbornik radova Filozofskog fakulteta Univerziteta u Prištini, 44*(3), 389–411.

Ранђелović, K., Smederevac, S., Čolović, P., & Corr, P. (2018). Fear and anxiety in social setting: An experimental study. *Journal of Individual Differences, 39*(2), 61–75.

Ранђелović, K., & Stojiljković, S. (2021). Perfectionism in the context of the revised reinforcement sensitivity theory. *Facta Universitatis Series: Philosophy, Sociology, Psychology and History, 20*(1), 39–53.

Ранђелović, K., & Ćirović, N. (2020). Social anxiety and rumination in the context of the revised reinforcement sensitivity theory and the mediation model of social anxiety. *Psihologija*. Advance online publication. doi: https://doi.org/10.2298/PSI200702034R

Ранђелović, M. K., & Želeskov Đorić, D. J. (2017). Fear of negative evaluation and social anxiety in the context of the revised reinforcement sensitivity theory. *Collection of papers of the faculty of philosophy XLVII*(3), University of Priština, Faculty of philosophy, pp. 239–259. ISSN 0354-3293; eISSN 2217-8082; 159.923.072-057.875 616.89-008.441 DOI:10.5937/ZRFFP47-14985

Rappaport, L. M., Moskowitz, D. S., & D'Antono, B. (2014). Naturalistic interpersonal behavior patterns differentiate depression and anxiety symptoms in the community. *Journal of Counseling Psychology*, *61*(2), 253–263.

Rapee, R. M. (1995*).* Descriptive psychopathology of social phobia. Social phobia In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope & F. R. Schneier (Eds.), *Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 41–66). New York, US: Guilford Press.

Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive behavioral model of anxiety in social phobia. *Behavior Therapy and Research, 35*, 741–756.

Rapee, R. M., Schniering, C. A., & Hudson, J. L. (2009). Anxiety disorders during childhood and adolescence: Origins and treatment. In J. L. Hudson (Ed.), *Annual Review of Clinical Psychology: Anxiety disorders during childhood and adolescence: Origins and treatment* (pp. 311–341). New York, NY: Guilford Press.

Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review, 24*, 737–767.

Read, D. L., Clark, G. I., Rock, A. J., & Coventry, W. L. (2018) Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PLoS ONE 13*(12), e0207514.

Rehm, L. P., & Marston, A. R. (1968). Reduction of social anxiety through modification of self-reinforcement. *Journal of Clinical and Consulting Psvchology, 32*, 565–574.

Reichenberger, J., & Blechert, J. (2018). Malaise with praise: A narrative review of 10 years of research on the concept of fear of positive evaluation in social anxiety. *Depression and Anxiety, 35*(12), 1228–1238.

Reichenberger, J., Wiggert, N., Wilhelm, F. H., Liedlgruber, M., Voderholzer, U., Hillert, A., & Blechert, J. (2019). Fear of negative and positive evaluation and reactivity to social-evaluative videos in psychometric evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological Assessment, 17*, 179–190.

Reno, R. R., & Kenny, D. A. (1992). Effects of self-consciousness and social anxiety on self-disclosure among unacquainted individuals: An application of the social relations model. *Journal of Personality, 60*, 79–94.

Reuter, M., Cooper, A. J., Smillie, L. D., Markett, S., & Montag, C. (2015). A new measure for the revised reinforcement sensitivity theory: Psychometric criteria and genetic 68 validation. *Frontiers in Systems Neuroscience, 9*, 1–38.

Revelle, W., & Wilt, J. (2008). Personality is more than reinforcement sensitivity. *European Journal of Personality, 22*(5), 407–409.

Ristić, M. (2016). *Provera teorije o dva aspekta moralnosti na uzorku građana Srbije* (Doktorska disertacija). Filozofski fakultet, Univerzitet u Nišu, Srbija.

Rodebaugh, T. L., Heimberg, R. G., Taylor, K. P., & Lenze, E. J. (2015). Clarifying the behavioral economics of social anxiety disorder effects of interpersonal problems and symptom severity on generosity. *Clinical Psychological Science*, *4*(1), 107–121.

Rodebaugh, T. L., Woods, C. M., Thissen, D. M., Heimberg, R. G., Chambless, D. L., & Rapee, R. M. (2004). More information from fewer questions: The factor structure and item properties of the original and brief fear of negative evaluation scale. *Psychological Assessment, 16*, 169–181.

Roth, D. A., Coles, M. E., & Heimberg, R. G. (2002). The realtionship between memories for childhood teasing and anxiety and depression in adulthood. *Anxiety Disorders, 16*, 149–164.

Ruscio, A. M. (2010). The latent structure of social anxiety disorder: Consequences of shifting to a dimensional diagnosis. *Journal of Abnormal Psychology, 119*, 662–671.

Ruscio, A. M., Brown T. A., Chiu, W. T., Sareen, J., Stein, M. B., & Kessler, R. C. (2008). Social fears and social phobia in the USA: Results from the National Comorbidity Survey Replication. *Psychological Medicine, 38*(1), 15–28.

Russell, J. A., & Carroll, J. M. (1999). On the bipolarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin, 125*(1), 3–30.

Safren, S. A., Turk, C. L., & Heimberg, R. G. (1998). Factor structure of the Social Interaction Anxiety Scale and the Social Phobia Scale. *Behaviour Research and Therapy, 36*(4), 443–453.

Safren, S. A., Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (1999). Factor structure of social fears: The Liebowitz Social Anxiety Scale. *Journal of Anxiety Disorders, 13*(3), 253–270.

Salkovskis, P. M. (1991). The importance of behaviour in the maintenance of anxiety and panic: A cognitive account. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, *19*(1), 6–19.

Segrin, C. (1996). The relationship between social skills deficits and psychosocial problems: A test of a vulnerability model. *Communication Research, 23*, 425–450.

Scaini, S., Belotti, R., & Ogliari, A. (2014). Genetic and environmental contributions to social anxiety across different ages: A meta-analytic approach to twin data. *Journal of Anxiety Disorders, 28*, 650–656.

Schimmack, U., & Grob, A. (2000). Dimensional models of core affect: A quantitative comparison by means of structural equation modeling. *European Journal of Personality, 14*(4), 325–345.

Schlenker, B. R. (1985). Identity and self-identification. In B. R. Schlenker (Ed.), *The self and social life* (pp. 65–99). New York: McGraw-Hill.

Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin, 92*(3), 641–669.

Schlenker, B. R., & Weigold, M. F. (1992). Interpersonal processes involving impression regulation and management. *Annual Review of Psychology, 43*, 133–168.

Schulz, S. M., Alpers, G. W., & Hofmann, S. G. (2008). Negative self-focused cognitions mediate the effect of trait social anxiety on state anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 46*(4), 438–449.

Schwarzer, R. (1986). Self-related cognitions in anxiety and motivation: An introduction. In: R. Schwarzer (ed.), *Self-related cognitions in anxiety and motivation*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Assoc.

Schwartz, C. E., Snidman, N., & Kagan, J. (1999). Adolescent social anxiety as an outcome of inhibited temperament in childhood. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 38*, 1008–1015.

Seligman, M. (1971). Phobias and preparedness. *Behavior Therapy, 2*(3), 307–320.

Shamay-Tsoory, S. G., Tomer, R., Berger, B. D., Goldsher, D., & Aharon-Peretz, J. (2005). Impaired "affective theory of mind" is associated with right ventromedial prefrontal damage. *Cognitive and Behavioral Neurology, 18*(1), 55–67.

Sheffer, C. E., Penn, D. L., & Cassisi, J. E. (2001). The effects of impression management demands on heart rate, self-reported social anxiety, and social competence in undergraduate males. *Journal of Anxiety Disorders, 15*(3), 171–182.

Skinner, N., & Brewer, N. (1999). Temporal characteristics of evaluation anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 13*, 293–314.

Smederevac, S., Mitrović, D., Čolović, P., & Nikolašević, Ž. (2014). Validation of the measure of revised reinforcement sensitivity. *Journal of Individual Differences, 35*(1), 12–21.

Smederevac, S., Čolović, P. i Mitrović, D. (2009). Procena osetljivosti na potkrepljenje. U Biro, M., Smederevac, S. i Novović, Z. (ured.), *Procena psiholoških i pishopatoloških fenomena* (str. 89–100). Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.

Smillie, L. D., Pickering, A. D., & Jackson, C. J. (2006). The new reinforcement sensitivity theory: Implications for personality measurement. *Personality and Social Psychology Review, 10*, 320–335.

Smith, A. K., Rhee, S. H., Corley, R. P., Friedman, N. P., Hewitt, J. K., & Robinson, J. L. (2012). The magnitude of genetic and environmental influences on parental and observational measures of behavioral inhibition and shyness in toddlerhood. *Behavior Genetics, 42*(5), 764–777.

Smith, R. H., Webster, J. M., Parrot, W. G., & Eyre, H. L. (2002). The role of public exposure in moral and nonmoral shame and guilt. *Journal of Personality and Social Psychology, 83*(1), 138–59.

Somers, J. M., Goldner, E. M., Waraich, P., & Hsu, L. (2006). Prevalence and incidence studies of anxiety disorders: A systematic review of the literature. *Canadian Journal of Psychiatry, 51*, 100–113.

Spielberger, C. D. (1966). *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press.

Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form V)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory ("Self-evaluation Questionnaire")*. Palo Alto: California Consulting Psychologists Press.

Spinhoven, P., Elzinga, M. B., van Hemert, M. A., de Rooij, M., & Penninx, W. B. (2014). A longitudinal study of facets of extraversion in depression and social anxiety. *Personality and Individual Differences, 71*, 39–44.

Stansbury, K. (1999). Attachment, temperament, and adrenocortical function in infancy. In L. A. Schmidt & J. Schulkin (Eds.), *Extreme fear, shyness, and social phobia* (pp. 30–46). New York: Oxford University Press.

Shackelford, T.K., Goetz, A.T., McKibbin, W.F. i Starrat, V.G. (2007). Absence Makes the Adaptations Grow Fonder: Propotion of Time Apart From Partner, Male Sexual Psychology, and Sperm Competition in Humans (Homo CAPiens). *Journal of Comparative Psychology*, 121, (2), 214-220.

Saarni, C. (2000). Emotional competence: A developmental perspective. U: R. Bar-On i J.D.A. Parker (Ur.), *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (str. 68-91). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Silk, J.S., Steinberg, L. i Morris, A.S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, *74*, 1869-1880.

Siu, A.F. (2009). Trait emotional intelligence and its relationships with problem behavior in Hong Kong adolescents. *Personality and Individual Differences*, *47*, 553-557.

Sheffield Morris, A., Silk, J.S., Steinberg, L., Myers, S.S. i Robinson, L.R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, *16*(2), 361-388.

Schultz, D., Izard, C.E. i Bear, G. (2004). Children's emotion processing: Relations to emotionality and aggression. *Development and Psychopathology*, *16*, 371-387.

Smith, R.L., Rose, A.J. i Schwartz-Mette, R.A. (2010). Relational and overt aggression in childhood and adolescence: Clarifying mean-level gender differences and associations with peer acceptance. *Social Development*, *19*(2), 243-269.

Storbeck, J. i Clore, G.L. (2007). On the interdependence of cognition and emotion. *Cognition and Emotion, 21*(6)*,* 1212-1237.

Salimi, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia – Social and Behavioral Sciences 29* , 292 – 295.

Santos, M. C.J., Magramo, C., Oguan, F. i Paat, J. (2012). Meaning in life and subjectivewell-being: Is a satisfying life meaningful? *International Refereed Research Journal,* 4(1), 32-40.

Santrock, J. (2002). Psychology. New York: McGraw-Hill, Inc.

Schultz, N. R. i Moore, D. (1986.). The loneliness experience of college students: Sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 111-119.

Slater, P.E. (1963). On Social Regression, *American Sociologist Review, 28*, 3, 339-364.

Sneed, J. R., Johnson, J. G., Cohen, P., Giligan, C., Chen, H., Crawford, T. N. i Kasen, S. (2006). Gender differences in the age-changing relationship between instrumentality and family contact in emerging adulthood. *Developmental Psychology ,42*(5), 787–797.

Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, C. N. i Fincham, F. D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology,45*(4): 686-694.

Taylor, S. E., Peplau, L. A. i Sears, D. O. (2000). *Social psychology*. New Jersey: Prentice Hall.

Teppers, E., Klimstra, T.A., Van Damme, C., Luyckx, K., Vanhalst, J., Goossens, L., (2013), Personality traits, loneliness, and attitudes toward aloneness in adolescence, Journal of Social and Personal Relationships.

Toyoshima, A. i Sato, S. (2017). Examination of the relationship between preference for solitude and emotional well-being after controlling for the effect of loneliness. *Human Sciences,* 3, 171-.183.

Tu, Y. i Zgang, S. (2014). Loneliness and subjective well-being among Chinese undergraduates: The mediating role of self-efficacy. *Social Indicators Research 124*(3):1-18.

Takšić, V., Mohorić, T. i Munjas, R. (2006). Emocionalna inteligencija: Teorija, operacionalizacija, primjena i povezanost s pozitivnom psihologijom. *Društvena istraživanja, 4-5*(84-85), 729-752.

Tapper, K. i Boulton, M.J. (2004). Seks differences in levels of physical, verbal, and indirect aggression amongst primary school children and their associations with beliefs about aggression. *Aggressive Behavior, 30*, 123-145.

TenHouten, W.D. (2012). *Emotion and reason: Mind, brain, and the social domains of work and love.* NY: Routledge.

Tremblay, R.E. (2000). The development of aggressive behaviour during childhood: What have we learned in the past century?. *International Journal of Behavioral Development*, *24*(2), 129-141.

Tremblay, R.E., Japel, C., Pe´russe, D., Boivin, M., Zoccolillo, M., Montplaisir, J. i McDuff, P. (1999). The search for the age of "onset" of physical aggression: Rousseau and Bandura revisited. *Criminal Behavior and Mental Health*, *9*, 8-23.

Tooby, J. i Cosmides, L. (1988). The Evolution of War and its Cognitive Foundations. *Institute for Evolutionary Studies*, Technical Report 88-1.

Townsend, J.M. i Levy, G.D.(1990). Effects of Potential Partners' Physical Attractivness and Socioeconomic Status on Sexuality and Partner Selection. *Archives of Sexual Behavior*, 19, 2, 149-164.

Trinkaus, E. i Zimmerman, M.R. (1982). Trauma among the Shanidar Neandertals. *American Journal of Physical Anthropology*, 57, (1), 61-67.

Trivers, R.L. (1972). Parental Investment and Sexual Selection. *Sexual Selection & the Descent of Man*, Aldine de Gruyter, New York, 136-179.

Tangney, J. P. (1990). Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: Development of the Self-Conscious Affect and Attribution Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 102–111.

Tangney, J. P. (1992). Situational determinants of shame and guilt in young adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin, 18*(2), 199–206.

Tangney, J. P. (1995). Shame and guilt in interpersonal relationships. In J. P. E. Tangney & K. W. Fischer (Eds.) *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 114–139). New York: Guilford Press.

Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, *58*, 345–72.

Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., & Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*(4), 669–675.

Terburg, D., Syal, S., Rosenberger, L. A., Heany, S. J., Stein, D. J., & van Honk, J. (2016). Testosterone abolishes implicit subordination in social anxiety. *Psychoneuroendocrinology*, *72*, 205–211.

Thayer, R. E. (1989). *The origin of everyday moods: Managing energy, tension and stress*. New York: Oxford University Press.

Thorton, B., Audesse, R. J., Ryckman, R. M., & Burckle, M. J. (2006). Playing dumb and knowing it all: Two sides of an impression management coin. *Individual Differences Research, 4*, 37–45.

Tice, D. M., Butler, J. L., Muraven, M. B., & Stillwell, A. M. (1995). When modesty prevails: Differential favorability of self-presentation to friends and strangers. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 1120–1138.

Tone, B. E., Nahmias, E., Bakeman, R., Kvaran, T., Brosnan, F. S., Fani, N., & Schroth, A. E. (2019). Social anxiety and social behavior: A test of predictions from an evolutionary model. *Clinical Psychological Science, 7*(1) 110–126.

Torrubia, R., Avila, C., Molto, J., & Caseras, X. (2001). The Sensitivity to Punishment and Sensitivity to Reward Questionnaire (SPSRQ) as a measure Gray's anxiety and impulsivity dimensions. *Personality and Individual Differences, 31*, 837–862.

Tovilović, S. (2004). Latentna struktura Skale socijalne anksioznosti i relacije između socijalne anksioznosti i iracionalnih uverenja. *Psihologija, 37*(1), 63–88.

Tovilović, S. (2005). Assertiveness training: Effects of treatment, maintenance of change and therapists' contribution in therapy outcome. *Psihologija, 38*(1), 35–54.

Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry, 15*, 103–125.

Trower, P., & Gilbert, P. (1989). New theoretical conceptions of social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review, 9*(1), 19–35.

Trower, P., Sherling, G., Beech, J., Harrop, C., & Gilbert, P. (1998). The socially anxious perspective in face to face interaction: An experimental comparison. *Clinical Psychology and Psychotherapy: An International Journal of Theory and Practice, 5*, 155–166.

Ujedinjeni narodi (1948). *Opća deklaracija o pravima čovjeka*. Preuzeto s http://www.ohchr.org/EN/UDHR/Documents/UDHR_Translations/src2.pdf

Underwood, M.K., Coie, J.D. i Herbsman, C.R. (1992). Display rules for anger and aggression in school-age children. *Child Development*, *63*, 366-380.

Veroff, J., Kulka, R. A. i Douvan. E. (1981). *Mental Health in American: Patterns of Help-Seeking from 1957 to 1976*. New York: Basic Books.

Vulić-Prtorić, A. i Bubalo, J. (2006). Skala smisla života. U: V. Ćubela Adorić, Z. Penezić, A. Proroković, I. Tucak (Ur), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika,* Sv.3, 49-53, Zadar: Sveučilište u Zadru.

Vagos, P., & Pereira, A. (2012). A critical review on the empirical status of cognitive models for social anxiety. In A. M. Columbus (Ed.), *Advances in psychology research. Advances in psychology research* (pp. 1–27). Nova Science Publishers.

Vertue, M. F. (2003). From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder. *Personality and Social Psychology Review, 7*(2), 170–191.

Vukić, D. (2018). Osobine ličnosti kao prediktori socijalne anksioznosti i asertivnosti kod učenika srednjih škola [Personality traits as predictors of social anxiety and assertiveness of the students of secondary schools]. *Godišnjak za psihologiju, 15*, 87–107.

Wallace, S. T., & Alden, L. E. (1997). Social phobia and positive social events: The price of success. *Journal of Abnormal Psychology, 106*, 416–424.

Washburn, D., Wilson, G., Roes, M., Rnic, K., & Harkness, K. L. (2016). Theory of mind in social anxiety disorder, depression, and comorbid conditions. *Journal of Anxiety Disorders, 37*, 71–77.

Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33*, 448–457.

Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin, 98*(2), 219–235.

Weeks, J. W. (2010). The Disqualification of Positive Social Outcomes Scale: A novel assessment of a long-recognized cognitive tendency in social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 24*(8), 856–865.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Heuer, R. (2011). Exploring the role of behavioral submissiveness in social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology, 30*(3), 217–249.

Weeks, J. W., & Howell, A. N. (2012). The bivalent fear of evaluation model of social anxiety: Further integrating findings on fears of positive and negative evaluation. *Cognitive Behaviour Therapy, 41*(2), 83–95.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., Hart, T. A., Turk, C. L., Schneier, F. R., et al. (2005). Empirical validation and psychometric evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological Assessment, 17*, 179–190.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Rodebaugh, T. L. (2008a). The Fear of Positive Evaluation Scale: Assessing a proposed cognitive component of social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 22*(1), 44–55.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Rodebaugh, T. L., Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2012). Psychometric evaluation of the Fear of Positive Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological Assessment, 24*, 301–312.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Rodebaugh, T. L., & Norton, P. J. (2008b). Exploring the relationship between fear of positive evaluation and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 22*(3), 386–400.

Weeks, J. W., Norton, P. J., & Heimberg, R. G. (2009). Exploring the latent structure of two cognitive components of social anxiety: Taxometric analyses of fears of negative and positive evaluation. *Depression and Anxiety, 26*(2), E40–E48.

Weeks, J. W., Rodebaugh, T. L., Heimberg, R. G., Norton, P. E., & Jakatdar, T. A. (2009). ‘‘To avoid evaluation, withdraw“: Fears of evaluation and depressive cognitions lead to social anxiety and submissive withdrawal. *Cognitive Therapy and Research, 33*(4), 375–389.

Weinbrecht, A., Schulze, L., Boettcher, J., & Renneberg, B. (2016). Avoidant personality disorder: A current review. *Current Psychiatry Reports, 18*, 29.

Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder M. (1995). Social phobia: The role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy, 26*, 153–61.

Westenberg, H. G. (1998). The nature of social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychiatry, 59*, 20–26.

Wilson, J. K., & Rapee, R. M. (2005). The interpretation of negative socijal events in social phobia with versus without comorbid mood disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 19*, 245–274.

Wilt, J., Oehlberg, K., & Revelle, W. (2011). Anxiety in personality. *Personality and Individual Differences, 50*(7), 987–993.

World Health Organization. (2018). *International statistical classification of diseases and related health problems* (11th Revision). Retrieved from https://icd.who.int/browse11/l-m/en

Wahl, K. i Metzner, C. (2012). Parental influences on the prevalence and development of child aggressiveness. *Journal of Child and Family Studies*, *21*, 344-355.

Wang, Y., Liu, H. i Su, Y. (2014). Development of preschoolers' emotion and false belief understanding: A longitudinal study. *Social Behavior and Personality*, *42*(4), 645-654.

Widen, S.C. i Russell, J.A. (2008). Children acquire emotion categories gradually. *Cognitive Development, 23*, 291-312.

Williams, C., Daley, D., Burnside, E. i Hammond-Rowley, S. (2010). Can trait emotional intelligence and objective measures of emotional ability predict psychopathology across transition to secondary school?. *Personality and Individual Differences, 48*, 161-165.

Wang, J.M., Rubin, K.H., Laursen, B., Booth-LaForce, C. i Rose-Krasnor, L. (2013). Preference-for-solitude and adjustmen tdifficulties in early and late adolescence. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 42*(6), 834-842.

Weiss, R. (1974). The provision of social relationships. U: Z. Rubin (ed), *Doing unto others: Joining, molding, conforming, helping, loving,* 17-26. New York: Prentice Hall.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation.* Cambridge, MA: MIT Press.

Wong, M. M., i Csikszentmihalyi, M. (1991). Affiliation motivation and daily experience: Some issues on gender differences. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(1), 154–164.

Xie, H., Drabick, D.A.G. i Chen, D. (2011). Developmental trajectories of aggression from late childhood through adolescence: Similarities and differences across gender. *Aggressive Behavior*, *37*, 387-404.

Yarchenski, A., Mahon, N.E., Yarcheski, T.J., (2011), Stress, Hope, and Loneliness in Young Adolescents, Psychological Reports, 108, 3, 919-922

Zika, S. i Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology, 83*, 133-145.

Žulj, A. (2014). *Povezanost romantičnih odnosa i prilagodbe u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi.*Osijek: Odsjek za psihologiju Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku.

Zeman, J. i Shipman, K. (1997). Social-contextual influences on expectancies for managing anger and sadness: The transition from middle childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, *33*, 917-924.

Zimmermann, P. i Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development*, *38*(2), 182-194.

Zimbardo, P. G. (1982). Shyness and the stresses of the human connection. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (pp. 466–481). New York: Free Press.

ПРИЛОГ – Анкетни прашалници

UCLA скала на осаменост

Упатство: Следните тврдења опишуваат како се чувствуваат луѓето понекогаш. За секое тврдење означи колку често се чувствуваш на наведениот начин така што ќе заокружиш еден од понудените броеви кои се наоѓаат покрај секое тврдење. Значењето на броевите е следно: 1 –никогаш; 2 –ретко; 3 –понекогаш и 4 –секогаш.

1. Колку често чувствуваш дека си на иста „бранова должина" со луѓето околу тебе?

1 2 3 4

2. Колку често чувствуваш дека ти недостасува друштво од други?

1 2 3 4

3. Колку често чувствуваш дека немаш никој кому би можел да му се обратиш?

1 2 3 4

4. Колку често се чувствуваш сам/сама?

1 2 3 4

5. Колку често сметаш дека си дел од групата пријатели?

1 2 3 4

6. Колку често чувствуваш дека имаш доволно заедничко со луѓето околу себе?

1 2 3 4

7. Колку често чувствуваш дека веќе не си близок/ска со никого?

1 2 3 4

8. Колку често чувствуваш дека другите не ги споделуваат твоите интереси и идеи?

1 2 3 4

9. Колку често се чувствуваш отворено и пријателски?

1 2 3 4

10. Колку често се чувствуваш близок/ска со луѓето?

1 2 3 4

11. Колку често се чувствуваш запоставено?

1 2 3 4

12. Колку често чувствуваш дека твоите врски со другите немаат смисла?

1 2 3 4

13. Колку често чувствуваш дека тебе всушност никој вистински не те познава?

1 2 3 4

14. Колку често се чувствуваш изолиран/а од другите?

1 2 3 4

15. Колку често чувствуваш дека можеш да најдеш друштво кога ќе посакаш?

1 2 3 4

16. Колку често чувствуваш дека постојат луѓе кои вистински те разбираат?

1 2 3 4

17. Колку често се чувствуваш срамежливо?

1 2 3 4

18. Колку често чувствуваш дека луѓето се околу тебе, но не и со тебе?

1 2 3 4

19. Колку често чувствуваш дека има луѓе со кои можеш да разговараш?

1 2 3 4

20. Колку често чувствуваш дека има луѓе на кои можеш да им се обратиш кога ти е потребно?

1 2 3 4

Автор на инструментот: UCLA скала на осаменост (Russell, 1996)

Опис на инструментот: Инструментот се состои од 20 тврдења на кои се одговара на скала од 1 до 4 (1-никогаш, 2-ретко, 3-понекогаш, 4-секогаш). Конструиран е за студентска популација, а се однесува на осаменоста како еднодимензионален конструкт.

Оценување: Единаесет тврдења се формулирани така што повисок одговор означува поголема осаменост, а 9 тврдења се формулирани во обратна насока (тврдења 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20). Резултатот претставува збир од избраната вредност за секое тврдење, со реверзибилно скорување на посочените тврдења. Интерната релијабилност на инструментот се движи од 89 до 94, а тест-ретест релијабилноста во период од 1 година изнесува 73 (податоците се однесуваат на американска популација). За хрватската популација интерната релијабилност изнесува 90. Повисокиот скор на скалата укажува на ограничена општествена активност и на ограничени социјални врски со другите луѓе.

Мерка за социјална анксиозност (социјална фобија)

Име_____ Возраст_____ Пол_____М/Ж

Инструкции: Следниве прашања се однесуваат на мисли, чувства или однесувања кои можеби сте ги имале во некои социјални ситуации. Вообичаените социјални ситуации вклучуваат: јавно говорење, зборување на состаноци, присуство на социјални настани или забави, запознавање со другите, разговори, давање и примање комплименти, поставување барања на други и јадење и пишување во јавност. Ве молиме одговорете на секоја ставка означувајќи еден број од 0 до 4.

Значењето на броевите е следново:

0– Никогаш

1– Понекогаш

2– Половина од времето

3– Најчесто

4– Постојано

1.Дали имате почувствувано моменти на ненадеен терор, некаков немир или страв во социјални ситуации?

0 1 2 3 4

2. Дали сте се чувствувале вознемирени, загрижени или нервозни заради некои социјални ситуации?

0 1 2 3 4

3. Дали сте имале мисли дека ќе бидете одбиени, понижени, засрамени, исмејувани или навредувани од другите?

0 1 2 3 4

4. Дали сте имале силно срцебиење, испотени дланки, проблеми со дишењето или сте имале несвестица во социјални ситуации?

0 1 2 3 4

5. Дали сте имале чувство на напнатост во мускулите, да се чувствувате како да сте на работ/чувство на немир или проблеми со релаксација/чувство на страв?

0 1 2 3 4

6. Дали некогаш сте избегнувале, не сте сакале да се приближите или да влезете во некоја социјална ситуација?

0 1 2 3 4

7. Дали некогаш веднаш сте напуштиле некоја социјална ситуација или сте учествувале само минимално во неа (пр. сте зборувале малку, сте избегнувале контакт очи во очи)?

0 1 2 3 4

8. Дали сте поминувале многу време подготвувајќи што ќе кажете или како ќе дејствувате во некои социјални ситуации?

0 1 2 3 4

9. Дали некогаш сте си го одвлекувале вниманието сами на себе со нешто за да избегнете да размислувате за некои социјални ситуации?

0 1 2 3 4

10. Дали некогаш ви била потребна помош за справување со некои социјални ситуации (пр. алкохол, лекови, некое суеверие со одредени предмети)?

0 1 2 3 4

Инструкции за истражувачите: Мерката за социјалната анксиозност (социјална фобија) е мерка од 10 ставки со која се оценува сериозноста на симптомите на социјалната анксиозност кај лица на возраст од 18 години и постари. Мерката е дизајнирана да биде комплетирана дијагнозата на индивудата за социјално анксиозно растројство. Секоја ставка се однесува на тоа дали индивидуата има/добива соодветна грижа за проценка на сериозноста на неговото/нејзиното социјално анксиозно растројство.

Бодување и интерпретација: Секоја ставка од мерката е оценета на скала од 5 точки (0-никогаш, 1 – понекогаш, 2 – половина од времето, 3 – најчесто и 4 – постојано). Вкупниот резултат може да се движи од 0 до 40. Колку се повисоки оценките толку укажуваат на поголема сериозност на социјална анксиозност. Од истражувачот се бара да го прегледа резултатот на секоја ставка од мерката и да ја наведе вкупната оценка за секоја ставка во делот предвиден "употреба на истражувачот". Резултатите на десетте ставки треба да се сумираат и да се добие вкупна сирова оценка. Покрај тоа, од истражувачот се бара да ја пресмета и користи просечната вкупна оценка. Просечниот вкупен резултат го намалува вкупниот резултат на скала од 5 поени, што му овозможува на истражувачот да размисли за тежината на социјалното анксиозно растројство кај индивидуата во смисла- воопшто (0), - благо (1), - умерено (2), - тешко (3) или – екстремно (4). Употребата на просечната вкупна оценка се покажа дека е сигурно, лесно за употреба и корисно во тест-испитувањата на ДСМ-5. Просечната вкупна оценка е пресметана со делење на сировиот вкупен резултат по број на ставки во мерката (т.е 10).

Забелешка: Ако 3 или повеќе ставки останат неодговорени, вкупниот резултат на мерката не треба да биде пресметан. Затоа поединецот треба да се погрижи да ги заврши сите ставки на мерката. Ако 1 или 2 ставки останат неодговорени, од истражувачите се бара да пресметаат проценета оценка. Проценетата оценка се пресметува со собирање на резултатите од елементите на кои е одговорено за да се добие делумна сирова оценка. Помножете го делумниот сиров скор со вкупниот број на ставки од мерката за социјална анксиозност (т.е 10) и поделете ја вредноста со бројот на ставки на кои навистина е одговорено (8 или 9). Ако резултатот е дел, да се заокружи најблискиот цел број. Формула за прогресија на делумна сирова оценка во вкупната е:

$$\frac{\textit{(сирова оценка x 10)}}{\text{Број на ставки кои навистина се одговорени.}}$$

Фрекфенција на употреба: За да се следи јачината на употребата на разликите во сериозноста на социјалната анксиозност на индивидуата со текот на времето, мерката може да се заврши во редовни интервали, во зависност од стабилноста на индивидуалните симптоми и статусот на третманот. Постојано високите оценки на одреден домен може да означуваат значителни и проблематични области за индивидуата кои би можеле да гарантираат понатамношно проценување и следење. Вашата проценка треба да ја води вашата одлука.

Прашалник за агресивно однесување (Buss and Perry 1992)

Упатство: Користејќи ја скалата од 5 точки прикажана подолу, означете колку е карактеристична или некарактеристична за вас секоја од следниве изјави. Значењето на петте точки е следново:

1 – мошне некарактеристично за мене

2 – делумно некарактеристично за мене

3 - ниту карактеристично ниту некарактеристино за мене

4 – делумно карактеристично за мене

5 – мошне карактеристично за мене

1. Некои од моите пријатели мислат дека сум лесно избувлив/а.

1 2 3 4 5

2. Ако треба да прибегнам кон насилство за да ги заштитам своите права, ќе го сторам тоа.

1 2 3 4 5

3. Кога луѓето се премногу пријатни кон мене се прашувам што сакаат.

1 2 3 4 5

4. Отворено им кажувам на моите пријатели кога не се согласувам со нив.

1 2 3 4 5

5. Ми се има случено да станам толку лут/а до степен да кршам работи.

1 2 3 4 5

6. Не можам да не се расправам со луѓето кои не се согласуваат со мене.

1 2 3 4 5

7. Се прашувам зошто понекогаш се чувствувам толку горчливо за некои работи.

1 2 3 4 5

8. Понекогаш не можам да ја контролирам желбата да удрам друго лице.

1 2 3 4 5

9. Јас сум смирена личност.

1 2 3 4 5

10. Се сомневам во премногу пријателски расположени непознати лица.

1 2 3 4 5

11. Ми се има случено да им се заканувам на луѓето што ги познавам.

1 2 3 4 5

12. Јас брзо пламнувам, но и брзо го надминувам тоа.

1 2 3 4 5

13. Ако постои доволно ниво на провокација, можам да ударам друго лице.

1 2 3 4 5

14. Кога луѓето ме нервираат можам да им кажам што мислам за нив.

1 2 3 4 5

15. Понекогаш ме „јаде" љубомора.

1 2 3 4 5

16. Не ми треба причина, за некогаш да ударам некоја личност.

1 2 3 4 5

17. На моменти чувствувам дека животот ме казнува.

1 2 3 4 5

18. Имам проблем да го контролирам мојот темперамент.

1 2 3 4 5

19. Кога сум фрустиран/а, дозволувам мојата иритација да се покаже.

1 2 3 4 5

20. Понекогаш чувствувам дека луѓето ми се смеат зад грб.

1 2 3 4 5

21. Честопати се пронаоѓам себеси дека не се согласувам со луѓето.

1 2 3 4 5

22. Ако некој ме удри, јас возвраќам.

1 2 3 4 5

23. Понекогаш се чувствувам како буре барут, подготвен/а да експлодирам.

1 2 3 4 5

24. Ми се чини дека секогаш им е полесно на другите.

1 2 3 4 5

25. Има луѓе што ме предизвикувале толку, што сме доаѓале до физичка пресметка.

1 2 3 4 5

26. Знам дека „пријателите" секогаш зборуваат за мене зад грб.

1 2 3 4 5

27. Моите пријатели велат дека сум донекаде аргументиран/а.

1 2 3 4 5

28. Понекогаш избувнувам без добра причина.

1 2 3 4 5

29. Јас влегувам во расправии малку повеќе од просечна личност.

1 2 3 4 5

Опис и оценување: Прашалникот за агресија (Buss and Perry BPAQ) се состои од 29 самостојно администратирани ставки на 5 –точната скала на Ликерт. BPAQ вклучува 4 потскали: физичка агресија (точки 1-9); вербална агресија (точки 10-14); гнев (точки 15-21); и непријателство (точки 22-29). Резултатот за секоја скала е збир или оценка за нејзините ставки. Двете ставки (7 и 18) формулирани во насока спротивна на агресијата се реверзираат. Вкупниот резулатат за агресија е збир на овие резултати на скалата. Повисоките оценки укажуваат на поголемо агресивно однесување.

Специфични упатства: Авторите (Buss and Perry 1992) им препорачуваат на истражувачите „да ги мешаат предметите така што предметите од кој било фактор да не се натрупуваат".