

# Povezanost stila privrženosti sa samopoštovanjem, ljubomorom i perfekcionizmom u romantičnim vezama

---

Unić, Nina

Master's thesis / Diplomski rad

2024

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:948664>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-04-02**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA

Nina Unić

**POVEZANOST STILA PRIVRŽENOSTI SA  
SAMOPOŠTOVANJEM, LJUBOMOROM I  
PERFEKCIJOM U ROMANTIČNIM  
VEZAMA**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2024. godina





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA  
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

Nina Unić

**POVEZANOST STILA PRIVRŽENOSTI SA  
SAMOPOŠTOVANJEM, LJUBOMOROM I  
PERFEKCIONIZMOM U ROMANTIČNIM  
VEZAMA**

DIPLOMSKI RAD

Mentorica: izv. prof. dr. sc. Zrinka Greblo Jurakić

Zagreb, 2024. godina

## **ZAHVALA:**

Ovim se putem želim posebno zahvaliti svom uji na kontinuiranoj podršci tokom cijelog života - a posebno ovu zadnju godinu, ne samo u pogledu faksa, nego i za sve ostalo. Ne bih mogla poželjeti boljeg ujaka.

Zahvaljujem se svojim roditeljima, koji su uvijek vjerovali u mene i bez kojih ne bi bila to što jesam.

Zahvaljujem se i svojoj mentorici na pomoći oko pisanja ovog rada i na trudu koji je uložila.

## SAŽETAK

Privrženost se odnosi na blisku i trajnu emocionalnu vezu sa značajnom osobom. Formira se u ranom djetinjstvu te određuje način na koji će osoba doživljavati i formirati romantične odnose kasnije u životu (Ajduković i sur., 2007). Osobe koje su sigurno privržene svom partneru imaju pozitivno viđenje sebe i partnera, osjećaju se voljeno i poštovano i traže zajedničko rješenje kada dođe do problema u vezi (Hazan i Shaver, 1987). Isti autori navode kako se nesiguran stil privrženosti dijeli na izbjegavajući, zaokupljeni i plašljivi stil. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati obilježja povezanosti različitih stilova privrženosti u romantičnim vezama sa samopoštovanjem, ljubomorom i perfekcionističkim težnjama. Uzorak se sastoji od 211 studentica prosječne dobi 23 ( $M=22,71$ ,  $SD=3,76$ ) koje su ispunile Inventar iskustva u bliskim vezama (Brennan i sur., 1998), Rosenbergovu skalu samopoštovanja (Rosenberg, 1979), Multidimenzionalnu skalu ljubomora (Pfeiffer i Wong, 1989) i Ljestvicu pozitivnog i negativnog perfekcionizma (Terry-Short i sur., 1995). Utvrđeno je da više od 77% sudionica ima siguran stil privrženosti. Svi podtipovi ljubomora (kognitivna, emocionalna i bihevioralna ljubomora) su u umjerenoj pozitivnoj korelaciji s dimenzijom anksiozne privrženosti, dok je samo kognitivna ljubomora u umjerenoj pozitivnoj korelaciji s dimenzijom izbjegavajuće privrženosti. Dimenzija anksiozne privrženosti je pozitivno povezana s negativnim perfekcionizmom, socijalnim perfekcionizmom i perfekcionizmom usmjerenim na osobu, dok je dimenzija izbjegavajuće privrženosti pozitivno povezana samo s negativnim perfekcionizmom. Sudionice su naknadno podijeljene u dvije grupe, točnije, u grupe sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti. Analizirale su se razlike između te dvije grupe u stupnju ljubomora i u stupnju izraženosti negativnog perfekcionizma. Utvrđene su statistički značajne razlike između grupa. Rezultati istraživanja su većinski u skladu s prethodnim istraživanjima. Rezultati istraživanja se mogu iskoristiti u bračnoj i obiteljskoj terapiji s ciljem poticanja obrazaca sigurnog stila privrženosti i poboljšanja odnosa između partnera.

**Ključne riječi:** privrženost, privrženost u romantičnim vezama, samopoštovanje, ljubomora, perfekcionizam

## ABSTRACT

Attachment refers to a close and lasting emotional bond with a significant person. It is formed in early childhood and it determines the way a person will experience and form romantic relationships later in life (Ajduković et al., 2007). People who are securely attached to their partner have a positive view of themselves and their partner, they feel loved and respected, and they look for a solution that benefits both of them when problems arise in the relationship (Hazan and Shaver, 1987). Insecure attachment style is divided into avoidant, preoccupied and fearful. The aim of this research was to examine the characteristics of the connection between different attachment styles in romantic relationships with self-esteem, jealousy and perfectionistic aspirations. The sample consists of 211 female students with the average age of 23 ( $M=22,71$ ,  $SD=3,76$ ) who completed the Inventory of Experiences in Close Relationships (Brennan et al., 1998), the Rosenberg Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1979), the Multidimensional Jealousy Scale (Pfeiffer and Wong, 1989), and the Positive and Negative Perfectionism Scale (Terry-Short et al., 1995).. More than 77% of the participants were found to have a secure attachment style. All subtypes of jealousy (cognitive, emotional and behavioral jealousy) have a medium positive correlation with the dimension of anxious attachment, while only cognitive jealousy has a medium positive correlation with avoidant attachment. Anxious attachment is positively related to negative perfectionism, social perfectionism, and person-oriented perfectionism, while avoidant attachment is positively associated only with negative perfectionism. The participants were subsequently divided into two groups, more precisely, into groups with secure and insecure attachment styles. The differences between the two groups in the degree of jealousy and in the degree of expression of negative perfectionism were analyzed. Statistically significant differences between groups were obtained. The results of this research are mostly in line with findings from previous research. The knowledge gained with this research can be used in marriage counseling and family therapy with the aim of encouraging secure attachment style patterns and improving relationships between partners.

**Key words:** attachment, attachment in romantic relationships, self-esteem, jealousy, perfectionism

## **SADRŽAJ**

<b>UVOD</b> .....	1
<i>Teorija rane privrženosti</i> .....	1
<i>Privrženost u romantičnim vezama</i> .....	2
<i>Samopoštovanje</i> .....	4
<i>Odnos između privrženosti i samopoštovanja</i> .....	5
<i>Odnos između samopoštovanja i ljubomore</i> .....	7
<i>Definicija ljubomore</i> .....	7
<i>Odnos između privrženosti i ljubomore</i> .....	9
<i>Definicija perfekcionizma</i> .....	10
<i>Odnos između privrženosti i perfekcionizma</i> .....	11
<b>CILJ I PROBLEMI</b> .....	13
<b>METODA</b> .....	14
<i>Sudionici</i> .....	14
<i>Instrumenti</i> .....	14
<i>Postupak</i> .....	17
<b>REZULTATI</b> .....	18
<b>RASPRAVA</b> .....	28
<i>Ograničenja istraživanja</i> .....	33
<i>Korištenje nalaza istraživanja u praksi</i> .....	34
<b>ZAKLJUČAK</b> .....	36
<b>LITERATURA</b> .....	37



## UVOD

### *Teorija rane privrženosti*

Privrženost je pojam koji nosi veliki značaj u životima svih ljudi. Važnost privrženosti može se opravdati činjenicom da ista definira odnos roditelja i djeteta od samog početka djetetovog razvoja (Buljan Flander, 2022). Isto tako, stil privrženosti koji se razvije u obiteljskom odnosu će značajno utjecati na stil privrženosti koji će odrasla osoba kasnije razviti u budućim vezama i odnosima s ljudima, bili oni prijateljskog ili romantičnog tipa. Poznata je činjenica da je čovjek socijalno biće i da je kvaliteta odnosa koji se stvaraju tokom života jedan od najvažnijih čimbenika zdravog čovjekovog funkcioniranja, u ovom će se radu detaljnije analizirati ovaj fenomen. Uz analizu privrženosti, ispitat će se i konstrukti samopoštovanja, ljubomore i perfekcionizma te način na koji su oni povezani sa različitim stilovima privrženosti.

Teorija privrženosti je pojam koji je prvi put u područje psihologije uveo John Bowlby u drugoj polovici 20. stoljeća. Ova teorija govori o važnosti stvaranja čvrstih i kvalitetnih veza između novorođenčeta i njegovog primarnog skrbnika (najčešće se radi o majci). Pojam privrženosti je dodatno razvila i Mary Ainsworth, koja je provela istraživanje na majkama i njihovoj djeci te je sukladno rezultatima definirala tri osnovna obrasca privrženosti (sigurnu, nesigurnu i nedefiniranu privrženost) (Ainsworth i sur., 1978).

Privrženost se definira kao trajna psihološka povezanost između dvije osobe koja je obilježena snažnom emocionalnom vezom i trudom da se taj odnos nastavi odvijati (Delaney, 1998, prema Ajduković i sur., 2007). Veze koje se stvaraju u najranijem periodu života su temelj za razvoj osobe i njegovih odnosa s drugim ljudima. Upravo je iz tog razloga bitno da dojenče ima uza sebe pouzdanu osobu, točnije „sigurnu bazu“ na koju se može osloniti i koja će biti uz dijete kada se ono osjeća nesigurno ili ugroženo. Kada se dijete osjeća voljeno i zbrinuto, s vremenom razvija sigurni stil privrženosti. No, ukoliko se djetetove potrebe opetovano zanemaruju i ukoliko dijete vidi svog primarnog skrbnika kao nezainteresiranog i odbijajućeg, razvija se nesiguran stil privrženosti (Ajduković i sur., 2007).

Prema Ercegovac (2016), sam proces razvoja privrženosti počinje *fazom orijentacije bez diskriminacije specifične osobe* koja traje maksimalno do 12. tjedna života, a odnosi se na djetetovo

neraspoznavanje ljudi u svojoj okolini. Dijete ne usmjerava pažnju na jednu osobu specifično, već na bilo koga tko mu je u blizini. *Faza diskriminativnih socijalnih reakcija* traje do sedmog mjeseca života i obilježena je većem usmjeravanju djeteta na primarnog skrbnika. Dijete se više smješka skrbniku, traži ga pogledom, vokalizira i gestikulira prema njemu te češće traži utjehu nego kod ostalih ljudi u blizini. Snažna i stabilna privrženost se javlja u trećoj fazi koja traje do kraja druge godine, a naziva se *fazom usmjerene privrženosti*. Dijete je posve privrženo i orijentirano jednom skrbniku te mu njegova blizina u situacijama stresa i straha umanjuje anksioznost. Konačna faza u ranijim stadijima života je *faza recipročnog partnerskog odnosa*, u kojoj se djetetove kognitivne sposobnosti razvijaju što mu omogućuje da shvati povremeno odvajanje od skrbnika. Dok je u prijašnjim fazama odvajanje od skrbnika bilo popraćeno izrazitim strahom i nelagodnom, sada to više nije tako jer dijete shvaća da je to samo privremeno stanje. Do ovog stadija dijete dođe u četvrtoj godini života (Ercegovac, 2016).

Brojna su se istraživanja bavila tematikom tko je točno primarni skrbnik djeteta. Tradicionalna uvjerenja su nalagala da je to uvijek majka, no novija istraživanja kažu da to nije uvijek slučaj. Najvažniji je čimbenik tko osigurava djetetu fizičku i emocionalnu brigu te je li skrbnik konzistentno uključen u brigu djeteta. Dakle, kvaliteta provedenog vremena i velike količine istoga igraju veću ulogu u razvoju privrženosti od samoga spola skrbnika (Ajduković i sur., 2006). Dakle, primarni skrbnik ne mora biti majka, već to može biti i otac, ili čak u nekim slučajevima i pripadnici uže obitelji (primjerice, baka i djed).

### *Privrženost u romantičnim vezama*

Privrženost koju dijete razvije sa svojim primarnim skrbnikom u ranom djetinjstvu služi kao obrazac prema kojemu će ono reagirati na okolinu i stvarati odnose s drugim ljudima izvan vlastite obitelji (Cassidy, 2000). U adolescenciji i ranoj odrasloj dobi mladi ljudi počinju formirati bliske emocionalne odnose s partnerom kako bi zadovoljili potrebu za ljubavlju i pripadanjem. Temeljem ranijih iskustava, osoba formira individualne stavove i vjerovanja kako će romantična veza s partnerom funkcionirati, kako se u vezi treba ponašati, što može očekivati u vezi i slično. Sukladno tome, stvaraju se razlike u stilovima privrženosti kod ljudi (Crowell i sur., 1999, prema Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009).

Prema Hazanu i Shaveru (1987), postoje tri stila privrženosti. Osobe koje su *sigurno privržene* preferiraju zajedničko rješavanje problema, fleksibilni su u odnosu i trude se postići kompromis. Osjećaju se voljeno i sigurno u odnosu i nije im problem tražiti potporu od partnera. Shvaćaju da su konflikti normalan dio svakog odnosa i ne doživljavaju ga kao prijetnju. Ukratko, imaju pozitivno viđenje i sebe i svog partnera. Osobe koje karakterizira *anksiozno-ambivalentni stil privrženosti* su prezaokupljene svojim partnerom i preveliki fokus stavljaju na odnos. Previše se oslanjaju na partnera i nisu samostalni, postavljaju prevelike zahtjeve te su vrlo često nesigurni. S druge strane, osobe s *izbjegavajućim stilom privrženosti* skrivaju svoje osjećaje i boje se intimnosti. Drže se na distanci, ne žele biti percipirani kao da su ranjivi, a u konfliktnim situacijama osjećaju se ugroženo i često „bježe“ od njih, fokusirajući se pritom na druge stvari ili ljude. Osim ovog shvaćanja privrženosti u odrasloj dobi, postoji i unutarnji radni model privrženosti koji definira 4 kategorije (Crowell i sur., 1999, prema Blažeka Kokorić i Gabrić, 2009). Ove kategorije se odnose na dva aspekta, a to su načini na koji ljude doživljaju sami sebe te načini na koje doživljavaju druge ljude u svojoj okolini. Prema ovom modelu, osobe sa sigurnom privrženosti imaju pozitivno viđenje sebe i drugih, dok osobe s odbacujućom privrženosti pozitivno vide sebe, a druge negativno. Osobe koje su zaokupljeno privržene sebe vide negativno, a druge pozitivno, dok su plašljivo privržene osobe koje negativno percipiraju i sebe i druge ljude.

Čini se opravdanim pretpostaviti da ljudi koji su nesigurno privrženi pokazuju veću razinu negativnih emocija, koje onda ispoljavaju na svom partneru i češće ulaze u konflikte. Iz tog je razloga moguće da postoji veća vjerojatnost da će se romantični odnosi u kojima su partneri nesigurno privrženi prije okončati nego odnosi u kojem su partneri sigurno privrženi. Pronađeno je da su razine sigurne privrženosti više kod osoba koje su sa svojim partnerom u dugotrajnoj vezi (Fraley i sur., 2011). U istom je istraživanju utvrđeno kako najizraženije znakove izbjegavajuće privrženosti pokazuju samci, posebno ako se radi o ljudima koji su u vrlo mladoj i u starijoj dobnoj skupini. Autori navode kako su mogući razlozi ti da su u ranijoj dobi osobe emocionalno nezrelije i imaju manjak samopouzdanja u vezama zbog nedovoljno iskustva, ili zbog svoje dobi još nisu spremni ući u ozbiljnu vezu s drugom osobom. Druga se krajnost odnosi na osobe starije životne dobi koje pokazuju najviše razine nesigurne privrženosti, potencijalno zbog manjka motivacije za pronalaskom odgovarajućeg partnera i percepcije smanjene mogućnosti za pronalazak istog. Blažeka-Kokorić i Gabrić (2009) su svojim istraživanjem pronašle da studenti sa sigurnim stilom privrženosti češće ostvaruju ljubavne veze, njihove veze u prosjeku traju dulje te pokazuju višu

razinu zadovoljstva u dosadašnjem iskustvu svojih ljubavnih veza i načinima kako su rješavali konfliktne situacije sa svojim partnerima.

### *Samopoštovanje*

Samopoštovanje se generalno definira kao opći dojam koji osoba ima o sebi. Odnosi se na razinu samopouzdanja koju osoba ima vezano uz vlastiti fizički izgled, koliko se smatra romantično atraktivna drugim ljudima te koliko se smatra sposobnom stvoriti i održati bliske odnose s ljudima u vlastitoj okolini (Jerončić Tomić i sur., 2020). Radi se o subjektivnoj procjeni koju osoba ima o samome sebi te o tome koliko se smatra vrijednom i kompetentnom. Ukratko, samopoštovanje možemo definirati kao pozitivan ili negativan stav koji osoba ima o sebi (Bezinović, 1988). Brojni autori navode dvije komponente samopoštovanja, a to su mjera u kojoj se sami sebi „svidamo“ i mjera u kojoj se smatramo kompetentnima za obavljanje različitih zadataka (Tafarodi i Swann, 2001, prema Wilkinson i Parry, 2004). Možemo zaključiti kako je ovaj konstrukt ključan faktor u životu pojedinca. Osoba će se ponašati sukladno mišljenju koje ima o sebi. Ukoliko je ono pozitivno, osoba će se prije upuštati u nove stvari, prihvaćati izazove, opuštenije će ulaziti u prijateljske i romantične odnose. Razlog tome može biti to što osoba smatra da je dovoljno sposobna savladati izazovne situacije i vjeruje da će se svidjeti ljudima, upravo zbog pozitivne slike koju ima o sebi. Zbog pozitivne slike o sebi, prije će pokazati drugima svoje pozitivne strane i zbog toga se svidjeti ljudima, čime će osoba dodatno potvrditi sliku o sebi. S druge strane, može se pretpostaviti da će osoba koja ima nisko samopoštovanje izbjegavati nove situacije i izazove, neovisno o tome radi li se o poslovnim i akademskim prilikama ili interpersonalnim odnosima, Samim time, teže će napredovati u tim životnim sferama, što će dodatno produbiti osjećaj neadekvatnosti i učvrstiti negativnu sliku o sebi (Steele i sur., 1993).

Neka su istraživanja pokazala kako su osobe s visokim samopoštovanjem manje podložne pritisku od okoline (Lebedina-Manzoni i sur., 2008). Razlog može biti taj što takve osobe imaju dovoljno povjerenja u sebe i u vlastitu sposobnost donošenja dobrih odluka, pa ih je teže nagovoriti da naprave nešto što ne žele. Tadić i suradnici (2016) su istraživali samopoštovanje studenata te su utvrdili da veće samopoštovanje imaju studenti koje žive u studentskom domu (za razliku od studenata koji žive s roditeljima), te oni navode veći osjećaj psihičke dobrobiti i bolju percepciju zdravlja. Razlog tome može biti taj što studenti koji žive u zajednici s osobama slične dobne

skupine imaju više prilika razvijati interpersonalne odnose, što je, kao što je prethodno rečeno, bitna komponenta samopoštovanja. Oni također imaju osjećaj veće autonomije i slobode.

O važnosti samopoštovanja govore i rezultati istraživanja koji upućuju na to da osobe s većim samopoštovanjem češće koriste aktivne oblike suočavanja sa stresom i s negativnim životnim situacijama (Moranduzzo i Vulić-Prtorić, 2003). U istom je istraživanju utvrđeno da visoka razina samopoštovanja služi kao efikasni odbojnik stresa, što je posebice vidljivo u situacijama koje su za pojedinca vrlo negativne i prijeteće (primjerice, saznanje da osoba boluje od kronične bolesti). Jedan od potencijalnih razloga u osnovi ovog nalaza je vjerovanje da će osoba i u takvim okolnostima biti sposobna „izaći na kraj“ s lošom životnom situacijom i neće izgubiti pozitivnu sliku o sebi. S druge strane, negativne životne okolnosti dodatno pojačavaju negativan stav koji o sebi ima osoba niskog samopoštovanja. Potencijalno objašnjenje leži u tome da osoba može sebe smatrati djelomičnim krivcem za lošu životnu situaciju u kojoj se nalazi ili se ne smatra dovoljno adekvatnom za rješavanje iste. Time ulazi u „začarani krug“ jer ako se osoba ne smatra kompetentnom riješiti neki problem, od samog će početka odustati bez ulaganja truda. Samim time, problem neće biti riješen što će potvrditi početni stav osobe da ona uistinu nije sposobna te se ni u budućnosti neće truditi (Campbell i Lavalley, 1993).

### *Odnos između privrženosti i samopoštovanja*

Stil privrženosti uvelike određuje način na koji će osoba pristupati ljudima te kako će se odnositi ne samo prema drugima, već i prema sebi (Buljan Flander, 2022). Može se zaključiti da će osoba s većom razinom samopoštovanja biti sigurnija u pogledu vlastitih interpersonalnih odnosa, vjerovat će da je ljudi cijene i poštuju te će i sebe i druge smatrati vrijednima. Ova vrsta samopoštovanja se naziva relacijskim samopoštovanjem, a odnosi se na procjenu kompetentnosti za uspostavljanje i održavanje romantičnih odnosa (Vukčević, 2014). Empirijski nalazi pokazuju da je stil privrženosti u odnosu s roditeljima značajan prediktor za agresivno ponašanje, na način da je siguran stil privrženosti negativno povezan s raznim oblicima iskazivanja agresije, i kod mladića i kod djevojaka (Duvnjak i Ručević, 2010). Istim su istraživanjem utvrđene i spolne razlike kod privrženosti i samopoštovanja, pri čemu mladići postižu značajno viši rezultat na skali samopoštovanja od djevojaka, dok je za djevojke utvrđen veći efekt privrženosti. Razlog može biti

kulturološke naravi, jer okolina djevojkama naglašava važnost njegovanja bliskih odnosa više nego mladićima, kod kojih se u većoj mjeri potiču autonomija i individualnost (Bekker i Assen, 2008).

Prethodnim je istraživanjima utvrđeno da samopoštovanje i percepcija privrženosti predviđaju stupanj predanosti romantičnom partneru, što su istraživali i Krnić i suradnici (2022). Njihovim se istraživanjem ustanovilo da mladi koji su trenutno u romantičnoj vezi pokazuju veću razinu relacijskog samopoštovanja i manju depresivnost. Isto tako, mladi koji negativno percipiraju sebe i vlastite romantične odnose, te procjenjuju da su partnerove evaluacije prema njima negativne će pokazati izraženije simptome stresa, anksioznosti i depresivnosti. Taj nalaz ne iznenađuje te dodatno potvrđuje važnost i samopoštovanja i kvalitete romantičnih odnosa za psihološku dobrobit pojedinca. Zanimljivo je što je utvrđeno da mladi koji se trenutno ne nalaze u romantičnom odnosu, a žele biti u njemu, pokazuju najviše problema s mentalnim zdravljem, neovisno o tome imaju li visoko relacijsko samopoštovanje ili ne.

Prema Wilkinskon i Parry (2004) osobe sa sigurnim i izbjegavajućim stilom privrženosti će imati višu razinu samopoštovanja, jer je njihovo mišljenje o samima sebi pretežito pozitivno (razlika leži u tome da osobe sa sigurnim stilom imaju i pozitivno mišljenje o drugim ljudima, dok osobe s odbacujućim stilom privrženosti nemaju u tolikoj mjeri). Dok je ovaj nalaz samorazumljiv za osobe sa sigurnom privrženosti, postavlja se pitanje kakva je povezanost između samopoštovanja i odbacujućeg stila. Moguće je objašnjenje to da osobe s odbacujućim stilom ne stavljaju veliku važnost na odnose s drugima te su zbog toga hladni i na distanci. Preferiraju samostalnost i ne vole se previše „vezati“ za ljude. Sami su sebi dovoljni i nemaju potrebu za drugima. S druge strane, osobe sa zaokupljenim i plašljivim stilom privrženosti će imati niže samopoštovanje jer imaju pretežito negativno mišljenje o sebi. Osobe sa zaokupljenim stilom se jako brinu o odnosima s drugima, stalno su napeti jer se boje gubitka odnosa i zbog toga u odnos ulažu više vremena i truda od ostalih ljudi, zbog čega često takvi odnosi nisu recipročni i ravnopravni. Ljudi s plašljivom privrženosti imaju „ukočen“ stav prema ostalima, boje se ulagati u odnose i stalno su na oprezu. Nepovjerljivi su i teško se otvaraju drugim ljudima. Imaju negativan stav i prema drugima i prema sebi, tako da se može pretpostaviti da će osobe s ovim stilom privrženosti imati najmanju razinu samopoštovanja od svih ostalih stilova (Wilkinskon i Parry, 2004).

### *Odnos između samopoštovanja i ljubomore*

Kao što je prethodno navedeno, osobe s većim stupnjem samopoštovanja su sigurnije u odnosima s drugim ljudima jer se osjećaju kompetentnima za održavanje istih te smatraju da zaslužuju da se partner prema njima odnosi dobro. Isto tako, može se zaključiti da će ljudi s nižim samopoštovanjem teže podnijeti potencijalno odvajanje od partnera (jer bi time dodatno potvrdili negativnu sliku o sebi), zbog čega mogu pokazivati više znakova ljubomore. Adams (2012) je u svom radu utvrdila da postoje spolne razlike u odnosu samopoštovanja i ljubomore. U spomenutom istraživanju, utvrđena je negativna korelacija između samopoštovanja i ljubomore samo kod žena, dok kod muškaraca nije utvrđena značajna korelacija. Autorica navodi kako su mogući razlozi ti da su žene tradicionalno više orijentirane ka međuljudskim odnosima i da stavljaju veći naglasak na obiteljski život. Dakle, njihovo globalno samopoštovanje je više povezano s kvalitetom odnosa s romantičnim partnerom nego što je to slučaj s muškarcima (Adams, 2012).

Davis i suradnici (2003) su istraživali kako ljudi reagiraju na negativne aspekte romantičnih odnosa s obzirom na stil privrženosti. Utvrđeno je da osobe s izbjegavajućim stilom pokazuju manje emocija, ne traže u velikoj mjeri utjehu od prijatelja, trude se izbjeći partnera koliko god mogu (ne žele fizički biti u partnerovoj blizini te izbjegavaju sve što ih podsjeća na njih). Trude se usmjeriti na druge stvari (na posao, primjerice) kako bi si odvratili pažnju od neugodnih emocija koje proživljavaju u romantičnoj vezi. Ljudi s anksioznom privrženosti vrlo teško podnose neugodne situacije u vezi jer one aktiviraju strah od gubitka koji je u njima dosta izražen. Iz tog razloga oni koriste različite metode kako bi zadržali partnera, koje mogu uključivati široki spektar reakcija, od emocionalnih do agresivnih ispada. Ljubomoru i ostale negativne osjećaje u vezi najbolje podnose ljudi sa sigurnom privrženosti (Davis, 2003). Oni jasno i otvoreno iskazuju svoje osjećaje i trude se shvatiti i partnerovu perspektivu. Žele konstruktivno razriješiti konflikte, a utjehu traže u obitelji i prijateljima (Justo-Núñez i sur., 2022).

### *Definicija ljubomore*

Ljubomora se definira kao emocionalno stanje koje je uzrokovano percipiranom prijetnjom romantičnoj vezi (Daly, Wilson i Weghorst, 1982, prema Pavela i sur., 2013). Radi se o

kompleksnom toku misli, emocijama i ponašanju do kojih dolazi jer je osobi ili ugroženo samopoštovanje ili odnos s bliskom osobom (Martinez-Leon i sur., 2017). Ljubomora potiče ostale negativne emocije, kao što su tuga, bijes, strah/anksioznost i usamljenost. Postoje različite vrste ljubomore u romantičnim vezama te se dijele na *reaktivnu ljubomoru* (koja nastaje zbog bliskog kontakta partnera i treće osobe), *anksioznu ljubomoru* (koja se javlja kao intenzivan strah i snažnu usmjerenost na ideju da je partner u bliskom odnosu s nekim drugim) i *preventivnu ljubomoru* (koja se odnosi na sprječavanje partnera da uopće dođe u situaciju potencijalne prevare) (Buunk, 1997, prema Martinez-Leon i sur., 2017). Prema Pfeifferu i Wongu (1989), ljubomora se može podijeliti na emocionalnu ljubomoru, koja se javlja kao reakcija na percipiranu prijetnju, kognitivnu ljubomoru koja se odnosi na opsesivno razmišljanje i brigu o partnerovoj potencijalnoj nevjeri, te ponašajnu ljubomoru, koja se iskazuje u obliku kontrolirajućeg ponašanja prema partneru, primjerice, praćenje partnera, zabranjivanje partneru da bude u kontaktu s ljudima koji su percipirani kao prijetnja odnosu i slično.

Korijeni nastanka ljubomore kao sekundarne emocije čovjeka se mogu povezati s evolucijom. Ljubomora se, prema mišljenjima brojnih evolucijskih psihologa, stvorila kao adaptivni mehanizam s ciljem zadržavanja partnera i otklanjanja opasnosti da će nas partner napustiti (Buss i Haselton, 2005). Prema ovoj teoriji, muškarce najviše brine problem očinstva, što je rezultat seksualne prevare partnerice. S druge strane, kod žena se može javiti problem gubitka partnerovih resursa, uslijed čega će one morati bez potpore prehraniti i odgojiti potomstvo. U skladu s navedenim, empirijski nalazi pokazuju da seksualna nevjera u većoj mjeri smeta muškarcima, a emocionalna nevjera ženama (Buss i sur., 1992). U istraživanju u kojem je korištena metoda prisilnog izbora utvrđeno je da će muškarci prije oprostiti emocionalnu nevjeru svoje partnerice, dok će im seksualna nevjera u većoj mjeri smetati i izazvati veći stupanj ljubomore. Za žene su dobiveni suprotni nalazi, točnije, utvrđeno je da će ženama više smetati emocionalna nevjera i teže će je oprostiti od seksualne nevjere. Sukladno tome, žene su više fokusirane na prepoznavanje znakova emocionalne prevare (Harris i Christenfeld, 1996). U istom je istraživanju utvrđeno da stavovi o prevari ovise i o stavu o međuzavisnosti prevare. Točnije, ukoliko osoba procijeni da formiranje emocionalne veze ujedno znači i uspostava spolnog odnosa, prije će oprostiti seksualnu nevjeru (jer ona barem ne uključuje zaljublivanje i dublji emotivni kontakt).



Neka su istraživanja uvela pojam restriktivne i nerestriktivne socioseksualne orijentacije, koje definiraju različite reproduktivne strategije (Gangestad i Simpson, 2000, prema Pavela, 2013). Ljudi koji su skloniji dugoročnim vezama zahtijevaju više bliskosti i predanosti od partnera kako bi se osjetili spremnima za stupanje u spolni odnos, te su oni restriktivne socioseksualne orijentacije. S druge strane, ljudi s nerestriktivnom socioseksualnom orijentacijom su skloniji većem broju partnera, preferiraju kratkoročne veze te manje ulažu u odnose jer su manje predani partneru. U istraživanjima u kojima se ispitala i ova varijabla, utvrđeno je da su restriktivni muškarci osjetljiviji na seksualnu nevjeru, dok su nerestriktivni podjednako ljubomorni na obje vrste nevjere. S druge strane, kod žena je utvrđeno da su više ljubomorne na emocionalnu nevjeru, neovisno o reproduktivnoj strategiji (Pavela, 2013).

#### *Odnos između privrženosti i ljubomore*

Ispitivanjem odnosa između ljubomore i stila privrženosti utvrđeno je da najveću razinu ljubomore pokazuju osobe sa anksiozno-ambivalentnim stilom (Krapanić, 2018). Manje su ljubomorni oni sa izbjegavajućim stilom privrženosti, dok su sigurno privržene osobe najmanje ljubomorne (Buunk, 1997, prema Krapanić, 2018). Zanimljiv je nalaz da osobe s izbjegavajućim stilom osjećaju više ljubomore od sigurno privrženih. To se potencijalno može objasniti time da se oni samo izvana ponašaju hladno i distancirano prema partneru, a u sebi jesu na neki način ovisni o njemu, samo se boje te osjećaje pokazati zbog straha od odbijanja. Iako se drugim ljudima žele prikazati kao da su posve neovisni i izbjegavaju intimnost, ipak nisu ravnodušni kada se javi prijetnja njihovom partnerskom odnosu (Carvallo i Gabriel, 2006). Prema Levy i Kelly (2010), ljudi s izbjegavajućim stilom privrženosti veću važnost daju seksualnom aspektu odnosa, skloni su promiskuitetu i održavanju emocionalne distance. Na taj način održavaju svoju neovisnost i minimaliziraju emocionalnu uključenost. U situacijama kada se osjećaju ljubomornima, orijentirani su prema trećoj strani, točnije, prema osobi na koju su ljubomori i koju percipiraju kao prijetnju odnosu. Najčešća emocija koju tada osjećaju jest ljutnja.

S druge strane, anksiozno-ambivalentni stil privrženosti se veže uz snažan osjećaj ovisnosti o partneru i konstantnu brigu vezanu uz odnos. Ljudi s ovim stilom privrženosti imaju izražen strah da će ih partner napustiti, loše podnose odvojenost od partnera i zbog toga ne iznenađuje nalaz da upravo oni osjećaju i iskazuju najviše ljubomore u romantičnom odnosu. Prema Krapanić (2018),

u navedenim situacijama takve su osobe više orijentirane na sebe nego na partnera i treću stranu. Karakterizira ih jaki osjećaj inferiornosti i tuge, kao i strah od gubitka partnera.

Sigurno privrženi pojedinci su oni koji se u situacijama kada osjećaju ljubomoru fokusiraju na konstruktivno rješavanje problema zajedno s partnerom (Krapanić, 2018). Svoje negativne osjećaje usmjeravaju na partnera (a ne na drugu osobu ili na sebe), te žele održati vezu. Utvrđeno je i da ih značajno više pogađa emocionalna nevjera i da su na nju ljubomorniji nego na seksualnu nevjeru (Marazziti i sur., 2010). Mogući je razlog taj što razvijaju duboku povezanost s partnerom i ulažu puno truda u komunikaciju i zdrav odnos s partnerom, pa ih više povrijedi kada partner ne uzvрати trud i traži emocionalnu bliskost s nekom drugom osobom.

### *Definicija perfekcionizma*

Perfekcionizam je pojam čija se konceptualizacija mijenjala nekoliko puta tokom povijesti. Prvotno se na perfekcionizam gledalo kao na jednodimenzionalni konstrukt koji predstavlja faktor ranjivosti za razvoj psihičkih poremećaja, te se stoga smatrao neadaptivnom osobinom (Greblo, 2012). Neke od karakteristika perfekcionizma po ranijim shvaćanjima su disfunkcionalni stavovi i iracionalna vjerovanja koje prate nerealno visoko postavljeni standardi, snažan osjećaj neuspjeha i generalizacija na ostale situacije te velika samokritičnost (Hewitt i Flett, 1991, prema Greblo, 2012). Dakle, ranija shvaćanja perfekcionizma su se fokusirala na pretjeranu usmjerenost na neuspjeh, te pripisivanje tog neuspjeha osobnoj neadekvatnosti koja može dovesti do negativnih psihičkih stanja, pa čak i poremećaja. Empirijski nalazi pokazuju da su anksiozni ljudi skloniji negativnom perfekcionizmu, imaju nisku toleranciju na neizvjesnost te su skloniji ruminaciji o potencijalnim negativnim ishodima (Mamić i Nekić, 2018).

No, kasnija istraživanja su pokazala da perfekcionizam može biti i adaptivna osobina koja je usmjerena na osobni rast i razvoj osobe. Adler je među prvima opisao perfekcionizam kao težnju za ostvarenjem visokih standarda postignuća i važnim preduvjetom samoaktualizacije (Adler, 1956, prema Greblo, 2012). Također, Mill je jedan od autora koji je zagovarao tezu da je individualni perfekcionizam povezan s većom razinom osobne sreće, što zapravo predstavlja utilitarističku interpretaciju perfekcionizma (Mill, 1980, prema Donatelli, 2006). Isti autor navodi

kako je upravo sreća krajnji cilj samoaktualizacije te je perfekcionizam (kojim se dolazi do sreće) ideal kojemu uvijek treba težiti, makar zanemarili time ostale vrline.

Danas se na perfekcionizam gleda kao na višedimenzionalnu osobinu koja može biti i adaptivna i neadaptivna (Greblo, 2012). Adaptivni perfekcionizam se odnosi na zdravu težnju za postizanjem ciljeva koji su visoki, ali i realni i dostižni, te čije ostvarenje povećava samopoštovanje osobe. Adaptivan perfekcionizam je usmjeren na pozitivno potkrepljenje, točnije, misli osobe su fokusirane na ostvarenje uspjeha, a ne na izbjegavanje neuspjeha. Dakle, glavne osobine adaptivnih perfekcionista su postavljanje visokih ciljeva, vrednovanje reda i organizacije te nastojanje da se izbjegnu pogreške u radu (Sutlović i Raboteg-Šarić, 2015). Neadaptivni perfekcionizam karakterizira postavljanje visokih, ali nedostižnih ciljeva te paničan strah od neuspjeha ili ostvarivanja bilo kojeg rezultata koji nije savršen (Kurtović, 2013). Isti znanstveni rad navodi i nekoliko dimenzija neadaptivnog perfekcionizma, a neke od njih su jaka zabrinutost oko pogrešaka i vjerovanje da će osoba izgubiti poštovanje drugih ako pogriješi, visoka roditeljska očekivanja i roditeljska prigovaranja, dvojbe i pretjerana usmjerenost na strogu organiziranost i rad.

Prema Hewittu i Flettu (1991), razlikujemo nekoliko vrsti perfekcionizma, a to su sebi-usmjereni perfekcionizam (kojeg karakterizira težnja osobe da postigne visoke standarde koje je sam sebi zadao), drugima-usmjereni perfekcionizam (koji se odnosi na postavljanje visokih kriterija drugim ljudima) i društveno propisani perfekcionizam (koji se definira kao mišljenje da osobi drugi ljudi nameću standarde koji su nerealno visoki i nedostižni). Upravo je interpersonalni aspekt perfekcionizma taj koji je potaknuo razmišljanje u smjeru višedimenzionalnosti tog konstrukta. Taj se aspekt odnosi na činjenicu da osobama s izraženijom crtom perfekcionizma nije samo bitno jesu li oni ispunili vlastite visoke kriterije, već i koliko okolina smatra da su oni postigli i koliko su prihvaćeni od strane drugih. Oni smatraju da drugi imaju perfekcionistička očekivanja od njih samih, te i oni stoga traže od drugih da ostvaruju visoke ciljeve.

### *Odnos između privrženosti i perfekcionizma*

Okolina predstavlja bitan čimbenik kod razvoja perfekcionizma ljudi, posebice u kontekstu odnosa s roditeljima. Ustanovljeno je da neadaptivni perfekcionista pokazuju veću razinu zabrinutosti zbog vlastitih pogrešaka te često sumnjaju u svoju izvedbu, upravo iz razloga jer su

im roditelji postavili izrazito visoka očekivanja te su bili skloni kritikama u slučaju neuspjeha (Sutlović i Raboteg-Šarić, 2016). Istim se istraživanjem ustanovilo da će adolescenti koji su u manjoj mjeri privrženi roditeljima češće razviti neadaptivan perfekcionizam, dok će adaptivne aspekte perfekcionizma usvojiti adolescenti koji su sigurno privrženi vlastitim roditeljima. Bilo bi logično pretpostaviti da je razlog tome činjenica da roditelji koji svoju djecu odgajaju u sigurnom i toplom okruženju češće koriste pohvale te bodre i osnažuju svoju djecu, motiviraju ih da se iskušaju u raznim izazovima i umjesto kriticizma naglašavaju razvojni aspekt pogrešaka. Prema Limke i Lowell (2009), česte roditeljske kritike i perfekcionizam su prediktori izbjegavajućeg stila privrženosti, dok su visoka očekivanja i kritike od roditelja prediktori anksioznog stila privrženosti.

Pronađena je i značajna povezanost između perfekcionizma i stila privrženosti u romantičnim odnosima. Utvrđeno je da je siguran stil privrženosti pozitivno povezan s adaptivnim perfekcionizmom i negativno povezan s neadaptivnim perfekcionizmom, dok suprotno vrijedi za anksiozni i izbjegavajući stil (Ali Besharat i Pisha, 2011). Najviši stupanj povezanosti je pronađen između neadaptivnog perfekcionizma i anksioznog stila privrženosti, na način da ljudi s anksioznim stilom postavljaju previsoke standarde, jako su fokusirani na vlastite neuspjehe i strogi su prema sebi ukoliko ne uspiju ostvariti ono što su zamislili (Limke i Lowell, 2009). Jako su osjetljivi na mišljenja drugih ljudi i trude se biti najbolji što mogu, upravo zbog izraženog straha da će biti napušteni i da će ih ostali osuđivati. Što se tiče osoba s izbjegavajućim stilom, moguće je da njima neadaptivan perfekcionizam služi kao neka vrsta obrambenog mehanizma, na način da žele pod svaku cijenu izbjeći osjećaj inferiornosti i ovisnosti o drugima tako da si postavljaju visoke ciljeve koje žele ispuniti savršeno, bez tuđe pomoći.

Pregledom literature utvrđeno je da su u ranijim istraživanjima navedeni konstrukti izučavani odvojeno. Iz tog razloga nije bilo moguće ispitati međuodnos varijabli koje doprinose boljem razumijevanju odrednica različitih stilova privrženosti.

## CILJ I PROBLEMI

Cilj istraživanja bio je spitati obilježja povezanosti različitih stilova privrženosti u romantičnim vezama sa samopoštovanjem, ljubomorom i perfekcionističkim težnjama. Sukladno cilju istraživanja definirani su sljedeći istraživački problemi i hipoteze:

*Problem 1:* Ispitati koji je stil privrženosti najzastupljeniji među sudionicama.

*Hipoteza 1:* Očekuje se da će sigurna privrženost biti najviše zastupljena među sudionicama.

*Problem 2:* Ispitati povezanost dimenzija privrženosti i stupnja ljubomore.

*Hipoteza 2:* Očekuje se da će viši stupanj ljubomore biti pozitivno povezan s anksioznom i izbjegavajućom privrženosti.

*Problem 3:* Ispitati povezanost dimenzija privrženosti i perfekcionizma.

*Hipoteza 3:* Očekuje se da će negativni perfekcionizam biti pozitivno povezan s anksioznom i izbjegavajućom privrženosti.

*Problem 4:* Ispitati razlike u stupnju ljubomore između sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti.

*Hipoteza 4:* Očekuje se da će postojati statistički značajna razlika u stupnju ljubomore ovisno o vrsti privrženosti, na način da će sigurno privržene sudionice pokazati manju razinu ljubomore od sudionica s nesigurnim stilom privrženosti.

*Problem 5:* Ispitati razlike u negativnom perfekcionizmu između sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti.

*Hipoteza 5:* Očekuje se da će postojati statistički značajna razlika u razini negativnog perfekcionizma ovisno o vrsti privrženosti, na način da će sigurno privržene sudionice imati manje izražen negativni perfekcionizam od sudionica s nesigurnim stilom privrženosti.

## **METODA**

### *Sudionici*

U istraživanju je sudjelovalo 268 sudionika, od kojih je 82,1% žena, a 17,9% muškaraca. S obzirom da je broj žena koje su ispunile upitnik značajno veći te omjer žena i muškaraca nije usklađen (čak i nakon ponovnog slanja upitnika s molbom koja se odnosila na potražnju muških sudionika), iz analize su izostavljeni muškarci. Također, u analizu su uvršteni samo sudionici koji se trenutno nalaze u romantičnoj vezi, ili koji su barem jednom u životu bili u vezi koja je trajala 6 mjeseci ili duže. Uzorak se, dakle, sastojao od 211 studentica, prosječne dobi 23 ( $M=22,71$ ,  $SD=3,76$ ) koje se trenutno nalaze, ili su jednom u životu bile u romantičnoj vezi koja je trajala minimalno 6 mjeseci. Većina studentica je navela kako im se područje studiranja odnosi na društvene i humanističke znanosti. Prosječno trajanje romantičnih veza studentica su 2 godine i 8 mjeseci ( $M=32,14$ ,  $SD=23,06$ ).

### *Instrumenti*

#### *Sociodemografski podaci*

Za potrebe istraživanja konstruiran je kratki upitnik sociodemografskih podataka u kojem su se ispitali spol, dob i status romantične veze sudionika (točnije, nalazi li se sudionik trenutno ili je li sudionik ikada bio u romantičnoj vezi koja je trajala minimalno 6 mjeseci). Ukoliko je sudionik trenutno u romantičnoj vezi, traženo je da se navede duljina trajanja veze. Od sudionika se također tražilo da navedu kojem području pripada njihov studij (npr. društvene znanosti, prirodne znanosti, biomedicina i zdravstvo, umjetničko područje i ostalo).

#### *Inventar iskustva u bliskim vezama (Brennan i sur., 1998)*

Za potrebe ispitivanja privrženosti u romantičnim vezama korištena je modificirana verzija Brennanovog Inventara iskustva u bliskim vezama (IIBV, eng. *Experiences in Close Relationship*

*Inventory*; Brennan i sur., 1998; prema Kamenov i Jelić, 2003). Ova skala mjeri dvije dimenzije privrženosti, dimenziju Anksioznosti te dimenziju Izbjegavanja. Sastoji se od sveukupno 18 čestica, od kojih 9 mjeri dimenziju Anksioznosti, a ostalih 9 mjeri dimenziju Izbjegavanja. Primjer tvrdnji koje se odnose na anksioznost glase: “*Jako se brinem da ću izgubiti partnera.*” i “*Moja želja za bliskošću ponekad uplaši i otjera ljude.*”. S druge strane, primjeri tvrdnji koje opisuju dimenziju izbjegavanja su: “*Pokušavam izbjeći preveliko zbližavanje s partnerom.*” i “*Radije ne pokazujem partner svoje prave osjećaje.*”. Zadatak sudionika jest zaokružiti broj kod svake čestice za koji smatra da se najviše odnosi na njega, na ljestvici od 1 do 7 (1- uopće se ne slažem, 4- niti se slažem niti se ne slažem, 7- potpuno se slažem). Rezultat se dobije tako da se čestice pod rednim brojem 9,13 i 17 rekodiraju, a zatim se zbroje zasebno parne i zasebno neparne čestice. Zbrajanjem parnih čestica dobije se rezultat na dimenziji anksioznosti, a zbrajanjem neparnih čestica rezultat na dimenziji izbjegavanja. Iz ove dvije dimenzije se mogu dobiti četiri tipa privrženosti, na način da rezultat na obje dimenzije koji je manji od 36 ukazuje na sigurnu privrženost, a rezultat na obje dimenzije koji je veći od 36 ukazuje na plašljivu privrženost. Rezultat viši od 36 samo na dimenziji anksioznosti ukazuje na zaokupljenu privrženost, a onaj viši od 36 samo na dimenziji izbjegavanja upućuje na odbijajuću privrženost. Pouzdanost skale je zadovoljavajuća te ona iznosi između 0.80 i 0.88 za skalu izbjegavanja, te između 0.80 i 0.83 za skalu anksioznosti (Banić, 2022). Pouzdanosti dobivene u ovom istraživanju iznose 0.86 za skalu izbjegavanja te 0.83 za skalu anksioznosti.

#### *Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1979)*

*Rosenbergova skala samopoštovanja* (RSS, eng. Rosenberg Self-Esteem Scale) se sastoji od 10 čestica koje mjere razinu samopoštovanja. Primjeri čestica su: “*Osjećam da imam poprilično dobrih osobina.*”, “*Doista se ponekad osjećam beskorisno.*” i “*Prema sebi zauzimam pozitivan stav.*”. Zadatak sudionika jest procijeniti koliko se pojedina čestica odnosi na njih, na Likertovoj skali od 5 stupnjeva (0- niti malo se ne odnosi na mene, 4- u potpunosti se odnosi na mene). Rezultat se određuje zbrajanjem svih čestica te viši rezultat ukazuje na višu razinu samopoštovanja. Pouzdanost skale je zadovoljavajuća te ona iznosi 0.842 (Reibli, 2015). Pouzdanost dobivena u ovom istraživanju za skalu samopoštovanja nije nimalo zadovoljavajuća. Iz tog je razloga skala samopoštovanja potpuno izostavljena iz analize rezultata.

### *Multidimenzionalna skala ljubomore (Pfeiffer i Wong, 1989)*

Za mjerenje razine ljubomore korištena je *Multidimenzionalna skala ljubomore* (MJS, eng. Multidimensional jealousy scale; Pfeiffer i Wong, 1989; validirana na hrvatski jezik od strane Kalebić i sur., 2000). Skala se sastoji od 24 čestice koje su raspoređene na 3 različite subskale, od kojih se svaka sastoji od 8 čestoca. Te tri subskale mjere različite vrste ljubomore, a to su kognitivna, emocionalna i ponašajna/bihevioralna ljubomora. Primjer čestice koja mjeri kognitivnu ljubomoru jest: “*Sumnjam da se tajno viđa s nekom drugom osobom.*”, primjer čestice koja mjeri emocionalnu ljubomoru jest: “*Koliko biste bili ljubomorni u situacijama kada se ta osoba smije na jako prijateljski način drugom muškarcu/ženi?*”, a primjer čestice kojom se ispituje ponašajna ljubomora je: “*Nenajavljeno nazivam da provjerim gdje je.*”. Zadatak sudionika je za svaku česticu procijeniti koliko se odnosi na njega, na skali od 1 do 7 (1- nikad/nimalo, 7- uvijek/izrazito). Sukladno tome, teoretski raspon iznosi od 24 do 120 za ukupnu skalu, pri čemu je veći rezultat indikator veće razine ljubomore. Pouzdanost svih subskala je zadovoljavajuća, te ona iznosi 0.82 za kognitivnu, 0.92 za emocionalnu te 0.86 za bihevioralnu subskalu (Parčina, 2019). Pouzdanosti dobivene u ovom istraživanju iznose 0.90 za kognitivnu, 0.90 za emocionalnu i 0.80 za bihevioralnu subskalu.

### *Ljestvica pozitivnog i negativnog perfekcionizma (Terry-Short, Owens, Slade i Dewey, 1995)*

Za mjerenje perfekcionizma je korištena *Ljestvica pozitivnog i negativnog perfekcionizma* (PNPS, eng. Positive and Negative Perfectionism Scale; Terry-Short i sur., 1995). Ljestvica se sastoji od 40 čestica koje su podijeljene na 20 čestica koje mjere pozitivan perfekcionizam i 20 čestica koje mjere negativan perfekcionizam. Primjer čestice koja opisuje pozitivan perfekcionizam jest: “*Ponosan/na sam što sam pedantan/na u izvršavanju zadataka.*”, a primjer čestice za negativan perfekcionizam: “*Sebi postavljam nerealno visoke kriterije.*”. Zadatak sudionika je izraziti u kojem se stupnju slaže s određenom izjavom, na Likertovoj skali od 1 do 5 (1- uopće se ne slažem, 5- u potpunosti se slažem). Moguće je dobiti sveukupno 4 subkategorije od kojih svaka sadržava 10 čestica, a one su: pozitivan perfekcionizam orijentiran na sebe (SEP), društveno uvjetovani pozitivan perfekcionizam (SOP), negativan perfekcionizam orijentiran na sebe (SEN) te društveno uvjetovani negativan perfekcionizam (SON). Ukupna razina pozitivnog perfekcionizma dobiva se zbrajanjem SEP-a i SOP-a, a negativnog zbrajanjem SEN-a i SON-a. Sukladno tome, teorijski



raspon se za ukupnu skalu kreće od 20 do 100. a. Pouzdanost skale je zadovoljavajuća te ona iznosi 0.82 za ljestvicu pozitivnog perfekcionizma i 0.87 za ljestvicu negativnog perfekcionizma (Knežević, 2019). Pouzdanosti dobivene u ovom istraživanju iznose 0.82 za pozitivni perfekcionizam, 0.90 za negativni perfekcionizam, 0.82 za socijalnu dimenziju perfekcionizma i 0.77 za perfekcionizam usmjeren na osobu.

### *Postupak*

Istraživanje je provedeno *online* pomoću upitnika koji su uvršteni u *Google forms* obrazac. U obrazac su uvršteni prethodno navedeni upitnici te nekoliko sociodemografskih pitanja (ispitani su spol, dob, romantični status i dužina trajanja romantične veze, te područje studija). Sudionicima je u uvodnom dijelu objašnjena svrha provedbe istraživanja, zagantirana im je anonimnost te je navedena *e-mail* adresa na koju se mogu javiti ukoliko imaju dodatnih pitanja ili ih zanimaju rezultati istraživanja. Upitnik se slao putem društvenih mreža (studentske Facebook grupe i Instagram) te putem poznanika koji su prosljedili upitnik svojim poznicima i kolegama s fakulteta (najčešće su to bili studenti Pravnog fakulteta i Fakulteta elektrotehnike i računarstva). Dakle, djelomično je korištena i tehnika snježne grude. Proces prikupljanja sudionika je trajao oko 2 tjedna. S obzirom da su se pozivu na sudjelovanje u istraživanju dominantno odazvale žene, anketa je poslana ponovno sa zamolbom usmjerenom na mušku populaciju. No, kako se omjer muškaraca i žena nije značajno promijenio ni nakon ponovnog slanja upita, odlučeno je da će u istraživanje biti uključene samo studentice.

## REZULTATI

S ciljem odgovora na prethodno postavljene istraživačke probleme, u ovom će se dijelu istraživanja prikazati rezultati dobiveni na uzorku studentica.

Za potrebe istraživanja sudionice su s obzirom na stil privrženosti raspoređene u 4 skupine sukladno uputama autora skala. Pet studentica nije pripadalo niti jednoj grupi, pa su one označene zasebno.

*Tablica 1. Raspodjela sudionica prema stilu privrženosti (n=211)*

	Broj sudionica	Postotak
Sigurni	160	75,8
Zaokupljeni	35	16,6
Izbjegavajući	7	3,3
Plaćljivi	4	1,9
Nesvrstani	5	2,4

Prvi istraživački problem je bio ispitati koji je stil privrženosti najzastupljeniji među studenticama. Grupiranjem studentica koje su sudjelovale u istraživanju se prva hipoteza pokazala ispravnom, s obzirom da najveći broj studentica pripada grupi sigurnog stila privrženosti.

U tablici 2. sudionice istraživanja su prema obilježjima privrženosti podijeljene u dvije skupine – u skupinu koju obilježava sigurni i u skupinu koju obilježava nesigurni stil privrženosti.

*Tablica 2. Raspodjela sudionica u dvije grupe ovisno o stilu privrženosti (n=206)*

	Broj sudionica	Postotak
Sigurni	160	77,7
Nesigurni	46	22,3

Prije same obrade podataka provjerena je normalnost distribucije varijabli, i to na način da se koristio Kolmogorov – Smirnovljevi test te mjere asimetrije i spljoštenosti. S obzirom da distribucija rezultata na svim varijablama osim na dimenziji Ljubomore i Pozitivnog perfekcionizma značajno odstupa od normalne raspodjele ( $p < 0.05$ ), analizirali su se indeksi asimetrije i spljoštenosti. Kline (2005) navodi kako su prihvatljivi indeksi asimetričnosti u rasponu od -3 do +3 te indeksi spljoštenosti u rasponu od -10 do +10, a pošto dobiveni indeksi većinski variraju oko +/- 1, zadovoljeni su preduvjeti za provedbu parametrijskih testova. Isto tako, prema teoremu centralne granice, ako je uzorak dovoljno velik, može se pretpostaviti teorijska normalnost raspodjele rezultata. Sve varijable osim jedne pokazuju blagu pozitivnu asimetričnost, dakle sudionice imaju malo niže izraženu dimenziju Anksiozne privrženosti, Izbjegavajuće privrženosti, Samopoštovanja, Ljubomore i Negativnog perfekcionizma. Jedina varijabla koja pokazuje negativnu asimetričnost je Pozitivni perfekcionizam, što znači da su sudionice malo više sklone pozitivnim perfekcionističkim težnjama.

Tablica 3. Prikaz deskriptivnih podataka (n=211)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Indeks</i> <i>asimetrije</i>	<i>Indeks</i> <i>spljoštenosti</i>
Anksiozna privrženost	25,87	10,49	9	55	0,56	-0,20
Izbjegavajuća privrženost	18,28	8,69	9	50	1,31	1,27
Kognitivna ljubomora	14,65	7,86	8	56	2,08	5,34
Emocionalna ljubomora	33,95	11,76	8	56	-0,49	-0,55
Bihevioralna ljubomora	13,74	6,13	8	46	1,96	4,87
Ukupna ljubomora	62,34	20,35	24	138	0,61	0,97
Pozitivni perfekcionizam	75,70	10,02	44	98	-0,06	0,01
Negativni perfekcionizam	58,41	15,25	26	93	0,09	-0,77
Sebi-orijentirani perfekcionizam	68,79	9,63	47	92	0,20	-0,50
Socijalni perfekcionizam	65,32	11,41	33	97	-0,02	-0,28

Prema Kamenov i Jelić (2003), kako bi se uzorak mogao rasporediti po različitim tipovima privrženosti, proučit će se medijan rezultata na varijablama Anksiozne privrženosti i Izbjegavajuće privrženosti. S obzirom da dobiveni rezultati pokazuju da je  $C < 36$  (kao i aritmetičke sredine varijabli), može se zaključiti da većina sudionica ima siguran stil privrženosti i nisko izražene crte anksiozne i izbjegavajuće privrženosti u romantičnim vezama.

Za pozitivnu/adaptivnu subskalu perfekcionizma su dobiveni viši rezultati ( $M=75,70$ ,  $SD=10,02$ ), dok su za podskalu negativnog/neadaptivnog perfekcionizma dobiveni niži rezultati ( $M=58,41$ ,  $SD=15,25$ ), u odnosu na teorijski prosjek skale. Dakle, utvrđeno je da sudionice pokazuju više znakova pozitivnog perfekcionizma, što znači da postavljaju realne i dostižne ciljeve za koje vjeruju da ih mogu ostvariti te su više usmjerene na uspješno rješavanje ciljeva, a ne na izbjegavanje neuspjeha. Također, kao što je i prethodno već navedeno, jedina varijabla koja je pokazala blagu negativnu asimetričnost jest varijabla Pozitivnog perfekcionizma, što dodatno potvrđuje da sudionice imaju izraženiju ovu osobinu. Dobivene su slične prosječne vrijednosti za socijalni perfekcionizam i sebi-usmjereni perfekcionizam, dakle sudionice imaju slično stajalište o tome koliko očekuju od sebe i koliko smatraju da drugi ljudi očekuju od njih.

Nakon provjere normalnosti distribucije, zaključeno je kako je moguće provesti parametrijske testove te je povezanost između varijabli analizirana Pearsonovim koeficijentom korelacije.

Tablica 4. Prikaz korelacijske analize varijabli Pearsonovim koeficijentom (n=211)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1. Anksiozna privrženost	1	,34**	-,01	,58*	,40**	,38**	,57**	-,01	,49**	,32**	,38**
2. Izbjegavajuća privrženost		1	,05	,39*	,03	,07	,19**	-	,29**	,15*	,14*
								,14*			
3. Kognitivna ljubomora			1	,39**	,51**	,77**	-,01	,28**	,18**	,21**	
4. Emocionalna ljubomora				1	,39**	,84**	,08	,11	,12	,12	
5. Bihevioralna ljubomora					1	,72**	-,02	,15*	,07	,12	
6. Ukupna ljubomora						1	,03	,22**	,16*	,19**	
7. Pozitivni perfekcionizam							1	,13	,57**	,57**	
8. Negativni perfekcionizam								1	,77**	,80**	
9. Sebi-orijentirani perfekcionizam									1	,69**	
10. Socijalni perfekcionizam											1

Napomena: \*\* $p < 0,01$ , \* $p < 0,05$

Najviša razina povezanosti između različitih konstrukata je utvrđena između varijable anksiozne privrženosti i ukupnog rezultata na ljestvici ljubomore, koje obilježava umjereno visoka pozitivna korelacija. Za kognitivnu ljubomoru utvrđena je najviša povezanost s varijablom anksiozne privrženosti, spomenuti podtip ljubomore je jedini značajno povezan s dimenzijom izbjegavajuće privrženosti. Između podtipova ljubomore je također utvrđena umjerena do visoka korelacija.

Utvrđena je i srednja pozitivna povezanost između dimenzije anksioznosti i negativnog perfekcionizma, socijalnog perfekcionizma i sebi usmjerenog perfekcionizma. Od 4 podtipa, s dimenzijom izbjegavajuće privrženosti je jedino povezan negativni perfekcionizam. Dakle, može

se zaključiti da je dimenzija anksiozne privrženosti više povezana s neadaptivnim osobinama od dimenzije izbjegavanja.

Utvrđeno je i nekoliko niskih, ali statistički značajnih pozitivnih korelacija između neadaptivnih osobina, točnije, između ukupnog rezultata na skali ljubomore i socijalnog perfekcionizma te sebi usmjerenog perfekcionizma, i između kognitivne ljubomore koja je pozitivno povezana sa negativnim, socijalnim i perfekcionizmom orijentiranim na samu osobu.

Druga hipoteza koja se odnosila na pozitivnu korelaciju između dimenzije ljubomore te anksiozne i izbjegavajuće privrženosti je prihvaćena. Potvrđena je i treća hipoteza u kojoj je navedena pretpostavka o pozitivnoj povezanosti negativnog perfekcionizma sa anksioznom i izbjegavajućom privrženosti.

*Tablica 5. Vrijednosti ukupnog rezultata na upitniku ljubomore kod studentica različitog stila privrženosti (n=211)*

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Nesvrstane studentice	5	60	14,47	45	77
Sigurna privrženost	160	58,27	17,34	24	98
Izbjegavajuća privrženost	7	50,14	13,13	36	68
Zaokupljena privrženost	35	79,23	21,83	45	138
Plašljiva privrženost	4	101,50	20,44	77	124

Utvrđeno je da najviše ljubomore osjećaju i pokazuju studentice s plašljivim stilom privrženosti ( $M=101,50$ ,  $SD=20,44$ ), s obzirom da su one dobile rezultat koji vidno „odskake“ od ostalih rezultata. Najveći raspon rezultata na upitniku ljubomore su pokazale studentice sa zaokupljenim stilom privrženosti, a najmanji raspon one sa izbjegavajućom privrženosti.

No, bitno je naglasiti kako broj sudionica u pojedinoj kategoriji nije ravnomjeran, tako da se za daljnju statističku obradu koristila druga grupacija sudionica, u kojoj su one bile podijeljene u grupu sa sigurnim stilom ili u grupu sa nesigurnim stilom privrženosti (koju čini ukupan broj sudionica sa izbjegavajućom, zaokupljenom i plašljivom privrženosti).

Proveden je t-test kako bi se utvrdilo postoji li razlika u razini ljubomore između sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti (Tablica 6).

Tablica 6. Vrijednosti ukupnog rezultata na skali ljubomore kod sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti (n=206)

Privrženost		N	M	SD	Standardna pogreška
Ljubomora	Sigurna	160	58,27	17,34	1,37
	Nesigurna	46	76,74	24,09	3,55

Proveden je Levenov test kako bi se utvrdila homogenost varijanci, te je utvrđeno kako homoscedasticitet nije zadovoljen ( $p < 0,05$ ).

Tablica 7. Levenov test jednakosti varijance i t-test na skali ljubomore (n=206)

	F	p (Levenov test)	t	df	P (t-test)	Razlika u M	Razlika u grešci SD
Pretpostavljene jednake varijance	4,77	0,03	-5,8	204	<,001	-18,47	3,19
Pretpostavljene nejednake varijance			-4,9	59,04	<,001	-18,47	3,81

Kao što je vidljivo iz tablice, dobivena je statistički značajna razlika između grupa ( $p < 0,01$ ), čime je potvrđena četvrta hipoteza koja navodi da postoji statistički značajna razlika u stupnju ljubomore između sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti. S obzirom da homoscedasticitet



nije zadovoljen (kao što je i prethodno navedeno), provedeni su i neparametrijski testovi (točnije, Welch test i Kruskal-Wallis test) te su i oni pokazali statistički značajnu razliku između dvije grupe sudionica.

Nadalje, analizirale su se razlike između studentica i u pogledu negativnog perfekcionizma. Također su dobiveni deskriptivni podaci, te su provedeni Levenov test i t-test. Prvotno su se proučavale studentice po zasebnim tipovima privrženosti, no, s obzirom na prethodno navedeni problem neujednačenosti broja studentica po grupama, za daljnju statističku obradu su se koristile samo dvije grupe (točnije, grupe studentica sa sigurnom i s nesigurnom privrženosti).

*Tablica 8. Vrijednosti rezultata na skali negativnog perfekcionizma kod studentica različitog stila privrženosti (n=211)*

	N	M	SD	Min.	Max.
Nesvrstane studentice	5	70,80	13,97	57	93
Sigurna privrženost	160	55,83	14,92	26	90
Izbjegavajuća privrženost	7	63,29	12,76	42	82
Zaokupljena privrženost	35	67,06	13,76	40	90
Plašljiva privrženost	4	61,75	13,82	42	74

Dobiveni rezultati pokazuju da su prosječno najmanji rezultat na skali Negativnog perfekcionizma dobile studentice sa sigurnim stilom privrženosti ( $M=55,83$ ,  $SD=14,92$ ). Sudionice s ovim stilom privrženosti su također pokazale najveći raspon rezultata. Prosječno najveći rezultat na istoj skali

su dobile studentice koje ne pripadaju striktno jednom stilu privrženosti, no taj se nalaz treba analizirati s dozom opreza s obzirom na vrlo mali broj sudionica koji pripada toj grupi. Ako bismo zanemarili nesvrstene sudionice, iz tablice se može se vidjeti kako najizraženiji negativni perfekcionizam imaju studentice sa zaokupljenim stilom privrženosti ( $M=67,06$ ,  $SD=13,76$ ). Analizom samo dvije grupe je također dobiven rezultat da su sigurno privržene studentice ostvarile prosječno manji rezultat na skali negativnog perfekcionizma od studentica s nesigurnim stilom privrženosti.

*Tablica 9. Vrijednosti rezultata negativnog perfekcionizma kod sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti (n=206)*

	Privrženost	N	M	SD	Standardna pogreška
Negativni perfekcionizam	Sigurna	160	55,83	14,92	1,17970
	Nesigurna	46	66,02	13,46	1,98387

Proveden je Levenov test i za ovu varijablu kako bi se utvrdila homogenost varijanci, te je ponovno utvrđeno kako homoscedasticitet nije zadovoljen ( $p<0,05$ ).

*Tablica 10. Levenov test jednakosti varijance i t-test na skali negativnog perfekcionizma (n=206)*

	F	p (Levenov test)	t	df	P (t-test)	Razlika u M	Razlika u grešci SD
Pretpostavljene jednake varijance	1,05	,31	-4,17	204	<,001	-10,19	2,44
Pretpostavljene nejednake varijance			-4,42	79,63	<,001	-10,19	2,31

Dobiveni rezultati pokazuju statistički značajnu razliku u razini negativnog perfekcionizma između sudionica sa sigurnim i nesigurnim stilom privrženosti, čime je potvrđena i posljednja, peta hipoteza ovog istraživanja. S obzirom da su dobivene varijance nejednake, proveli su se i neparametrijski testovi koji su također potvrdili nalaz da uistinu postoje razlike između grupa.

## RASPRAVA

Podijelom sudionica istraživanja u 4 skupine, utvrđeno je da je više od  $\frac{3}{4}$  uzorka sigurno privrženo partneru. Taj je nalaz očekivan, pošto je taj stil privrženosti najčešći u populaciji (Keller, 2018). To je podatak koji se može nazvati i „optimističnim“, jer empirijski nalazi pokazuju da ljude s karakteristikama sigurne privrženosti češće obilježava zdravo i normalno funkcioniranje u romantičnoj vezi. Iako siguran stil privrženosti ne može biti garancija da će neki odnos dobro funkcionirati, logično je zaključiti da će sigurno privrženi partneri bolje rješavati međusobne probleme i sukobe, da će biti topli i otvoreni u odnosu te da će bez straha ulaziti u odnos. Sukladno navedenom, dobiveno je da ljudi sa sigurnim stilom privrženosti imaju dulje i kvalitetnije veze (Fralej i sur., 2011). Zanimljiv je nalaz da odnosi u kojima je samo jedna strana sigurno privržena isto mogu odlično funkcionirati jer su sigurno privrženi pojedinci vrlo prilagodljivi, tako da partneru s anksioznim stilom mogu pružiti dodatnu potporu i smirivanje, a onima s izbjegavajućim stilom mogu dati više prostora i vremena za sebe, bez da ih opterećuju (Birch, 2018). Isto je tako bitno naglasiti da ljudi ipak najčešće traže partnera ili partnericu sa istim stilom privrženosti kakav imaju i oni sami, tako da će sigurno privrženi pojedinci nerijetko stupati u veze s drugim sigurno privrženim pojedincem (Owens i sur., 1995).

Naravno, ne smije se zanemariti činjenica da su u ovom istraživanju sudjelovale samo žene, tako da je prisutna homogenost zbog koje potencijalno nisu dobiveni rezultati koji odražavaju stvarno stanje u populaciji. Žene se od djetinjstva uči da se fokusiraju na stvaranje i održavanje međuljudskih odnosa (posebice romantičnih), a to je prisutno i u raznim medijskim sadržajima, kao i u odabiru karijera koje su više usmjerene na pomagačka zanimanja. Žene su kulturološki više uvjetovane da se brinu o međuljudskim odnosima, pa stoga neka istraživanja pokazuju da su žene razvile i veću emocionalnu inteligenciju i empatiju u romantičnim odnosima (Christov-Moore, 2014). Istraživanja su pokazala da više žena nego muškaraca ima siguran stil privrženosti te da su žene sa sigurnom privrženosti često u bračnim odnosima, visoko su educirane i imaju dobar socioekonomski status (Mickelson i sur., 1997).

Oko 17% žena je pokazalo karakteristike zaokupljene privrženosti, što je također u skladu s prošlim istraživanjima. Dokazano je da žene koje imaju nesigurnu privrženost češće pokazuju znakove anksioznosti u vezi i da imaju veći strah od napuštanja, za razliku od nesigurno privrženih muškaraca koji su više hladniji i distancirani, te odbijaju partnericu od sebe i izoliraju se od nje (Giudice, 2011). Odbijajuću ili izbjegavajuću privrženost je pokazalo samo 3% sudionica u ovom istraživanju, što je u skladu s prethodno navedenim nalazima da vrlo mali broj žena ima ovu vrstu nesigurne privrženosti. Žene s ovim stilom privrženosti se često intenzivno fokusiraju na posao i na visokim su pozicijama na svom radnom mjestu, racionalne su i samodostatne te imaju dobre vještine vođenja tima (Prince, 2023). Najmanje učestali tip privrženosti je u ovom istraživanju plašljivi tip, koji karakterizira više od 1% žena. Ovaj stil privrženosti često imaju osobe koje su zanemarivane ili zlostavljane u djetinjstvu, karakteriziraju ga strah od bliskosti i društveno izbjegavanje, te je on češći kod žena nego muškaraca (Iličić i sur., 2013).

Pretpostavljeno je da će dimenzija anksiozne privrženosti u vezi biti pozitivno povezana sa svim podtipovima ljubomore i ta se hipoteza pokazala točnom. Očekivalo se da će velika količina negativnog i paničnog razmišljanja, kao i straha da će osoba izgubiti partnera, potencijalno dovesti i do većeg osjećaja ljubomore prema ljudima s kojima je partner u bliskom kontaktu. U skladu s navedenim, najviša razina povezanosti utvrđena je upravo između dimenzije anksiozne privrženosti i kognitivne ljubomore, više od emocionalne i bihevioralne. Upravo je kontinuirano opsesivno razmišljanje o partneru i intenzivna briga o odnosu i partnerovim osjećajima, temelj za razvoj ljubomornih i posesivnih misli i osjećaja prema partneru. Istraživanja pokazuju da ljudi s anksioznom privrženosti često pomno prate i analiziraju ponašanje svog partnera, u svakom ponašanju vide znakove prijetnje odnosu, katastrofiziraju o budućnosti odnosa i često imaju ruminativne misli o potencijalnim prijetnjama (Shaver i Hazan, 1993, prema Collins, 1996). Ta intenzivna osjetljivost u odnosu dovodi jednog partnera do toga da traži konstantno uvjeravanje od drugog partnera da situacija ipak nije onakva kakvom je zamišljaju, što s vremenom postane zamorno i neproduktivno. Često u tim slučajevima jedna strana odustane od uvjeravanja i smirivanja, što dodatno pobudi sumnje drugoj strani, čime se zapravo partneri stalno nalaze u „začaranom krugu“ (Shorey, 2022).

Što se tiče dimenzije izbjegavajuće privrženosti u vezi, utvrđena je značajna povezanost s kognitivnim podtipom ljubomore. Taj je podatak u skladu s prethodnim istraživanjima, u kojima je dobiveno da je kod izbjegavajućeg tipa privrženosti najizraženija upravo kognitivna ljubomora (Chursina, 2023). Ovaj nalaz i logički gledano ima smisla, pošto se dimenzija izbjegavajuće privrženosti veže uz blago odbacivanje partnera i traženja mira. Iako se možda istinski ne osjećaju tako, ljudi s izbjegavajućim stilom privrženosti ne pokazuju previše emocija partneru i mogu djelovati hladno, tako da ni neće pokazati pretjerano burnu ljubomornu reakciju (Chursina, 2023). Ovim je istraživanjem utvrđeno kako su upravo studentice sa izbjegavajućim stilom privrženosti pokazale najmanju razinu ljubomore, manju čak i od studentica sa sigurnim stilom, tako da je ovaj nalaz u skladu s prethodno provedenim istraživanjima. Iako, bitno je uzeti u obzir činjenicu da se radi o malom broju sudionica u toj grupi, tako da je ipak moguće da ovaj rezultat ne odražava stvarni stanje u populaciji.

Bitno je naglasiti da samo zato što osobe s izraženim izbjegavajućim stilom u vezi neće pokazati pretjerano snažne emocije ili reagirati na potencijalnu prijetnju odnosu, ne znači da neće uopće razmišljati o partneru. Vrlo će se teško nositi s osjećajem ljubomore jer se boje pokazati emocije i više vjeruju svojoj prosudbi odnosa nego partnerovim riječima, pa će na neki način sabotirati odnos i zbog tog razloga njihove veze često završe na loš način (Brian i Shen, nepoznata godina). Isti autori tvrde da postoje i slučajevi kod ljudi koji pokazuju ekstremnu razinu izbjegavajućeg ponašanja u romantičnoj vezi gdje će oni, umjesto da budu ljubomorni, zapravo biti sretni što se netko drugi brine o emocionalnim potrebama njihovog partnera, jer to znači da oni sami onda ne moraju ulagati ikakav trud.

Ponovno je važno imati na umu da su se u ovom istraživanju ispitivale samo žene, a prijašnjim je istraživanjima utvrđeno da žene pokazuju veći intenzitet emocionalne i bihevioralne ljubomore od muškaraca, dok u pogledu kognitivne ljubomore nema spolnih razlika (Elphinston i sur., 2011). Sukladno tom nalazu, može se pretpostaviti da su dobiveni rezultati možda i prenaplašeni te da bi povezanosti između stila privrženosti i emocionalne i bihevioralne ljubomore bile manje kada bi se u uzorak uključio i muški spol.

Ljubomora je vrlo kompleksan konstrukt, koji može varirati od one zdrave i netoksične ljubomore koja je zapravo odraz brige i želje da osoba ne izgubi partnera, do vrlo opasne i destruktivne emocije koja može ozbiljno oštetiti odnos dvije osobe. Ta se ljubomora zove

patološkom ljubomorom te neki autori smatraju da se ona može usporediti s nekom vrstom ovisnosti prema partneru (Zuckerman i sur., 2011). Očekivano je da će osobe s nesigurnim stilom privrženosti češće pokazivati znakove patološke ljubomore od osoba koje su sigurno privržene partneru. Ova vrsta ljubomore pokazuje i duboko ukorijenjene probleme sa samopoštovanjem, jer je racionalna pretpostavka da osoba koja je sigurna u samu sebe neće živjeti sa kontinuiranim i snažnim osjećajem da će joj netko oduzeti partnera. S obzirom da neka istraživanja pokazuju da osobe s anksioznim stilom privrženosti pokazuju manju razinu samopoštovanja od drugih stilova privrženosti, može se zaključiti da će oni češće imati ljubomorne misli o partner, te da će češće nadgledati i pratiti partnera (Inclendon, 2018) Taj je nalaz potvrđen i ovim istraživanjem, s obzirom da je utvrđena pozitivna povezanost između anksiozne privrženosti i bihevioralne ljubomore. Neka su istraživanja pokazala kako razvoj digitalizacije i učestalo korištenje društvenih mreža doprinosi osjećaju ljubomore kod ljudi s anksioznim stilom privrženosti, na način da će oni češće uhoditi partnera na nekoj mreži (primjerice, na Facebook-u) i da će često razviti osjećaj srama, ljutnje i straha od kritike (Miller i sur., 2014).

Što se tiče konstrukta perfekcionizma, očekivani nalazi su bili da će negativni ili neadaptivni perfekcionizam biti pozitivno povezan s dimenzijama anksiozne i izbjegavajuće privrženosti. Taj se nalaz pokazao točnim, posebice kod dimenzije anksiozne privrženosti. Istraživanja su pokazala da je negativni perfekcionizam povezan s nesigurnim stilom privrženosti, dok je pozitivan perfekcionizam povezan sa sigurnim stilom (Pisha i Beshvarat, 2011). Isti autori tvrde da razlog tome može biti to što slušanje konstantnih nekonstruktivnih kritika od strane roditelja u ranom djetinjstvu može dovesti do razvijanja nesigurnog stila privrženosti, čemu ide u prilog i nalaz da je socijalni aspekt negativnog perfekcionizma u pozitivnoj korelaciji s izbjegavajućim stilom privrženosti. Ovaj je nalaz u skladu s prethodno provedenim istraživanjima, pošto su dobiveni skoro pa i identični nalazi na uzorku kineskih studentica (Chan, 2011).

Ovim su istraživanjem utvrđene statistički značajne razlike u negativnom perfekcionizmu između studentica sa sigurnim i nesigurnim privrženosti. Može se pretpostaviti da će ljudi koji imaju izraženu dimenziju anksiozne privrženosti u vezi biti više fokusirani na način na koji ih ljudi doživljavaju i htjeti će udovoljiti tuđim očekivanjima. Očekivano je da će si postavljati stroge kriterije i da će biti osjetljiviji na kritike drugih ljudi, posebice ako su međusobno u bliskim

odnosima. Ispunjavanje tuđih zadataka i očekivanja može biti način da pridobiju pažnju i ljubav bliske osobe, što potvrđuje nalaz da je dimenzija anksiozne privrženosti pozitivno povezana sa socijalnim aspektom perfekcionizma i sa sebi-usmjerenim perfekcionizmom. Isto tako, ukoliko postoji diskrepancija između čovjekovih perfekcionistačkih težnji i realne situacije u kojoj se osoba nalazi, osobe s nesigurnim stilom privrženosti su podložnije razvitku nekih psihičkih poremećaja, kao što su anksioznost i depresija (Fitzsimons, 2011). Pronađena je i pozitivna povezanost neadaptivnih dijelova perfekcionizma i nesigurnih stilova privrženosti kod djece čiji su se roditelji teško poistovjećivali sa vlastitom roditeljskom ulogom i koji su često pokazivali znakove neke vrste žaljenja za tim što su uopće postali roditelji (Piotrowski, 2020). Ovaj nalaz dokazuje ne samo povezanost perfekcionizma i stila privrženosti, već i ukazuje na važnost koju ranija iskustva u djetinjstvu imaju na formiranje perfekcionizma i privrženosti u budućem razvoju.

Iako je perfekcionizam osobina koja može uvelike pomoći osobi da ostvari svoje snove i da teži napretku, ne smije se zanemariti i neadaptivan dio ovog konstrukta. Utvrđeno je da čak postoji pozitivna korelacija između perfekcionizma i pokušaja suicida, jer ova crta ličnosti stvara određenu vulnerabilnost kod osobe, posebice kod adolescenata koji su već sami po sebi u vrlo osjetljivom životnom stadiju (Flamenbaum i Holden, 2007). Navedenim je istraživanjem utvrđeno da je među adolescentima koji su počinili suicid puno njih opisano od strane bližnjih kao jako samokritične osobe s visokim perfekcionistačkim težnjama. Ova se stavka potencijalno može poistovjetiti sa društvenim aspektom perfekcionizma i s anksioznom privrženosti. Ovim je istraživanjem dobivena pozitivna umjereno visoka korelacija između konstrukata, što se potencijalno može objasniti time da osoba smatra da mora udovoljiti društveno propisanim standardima o tome kako bi romantična veza trebala funkcionirati, a ukoliko smatra da ti standardi nisu ispunjeni, biti će nezadovoljna i nesretna u tom odnosu. U tom slučaju osoba može početi tražiti od partnera da se promijeni u nekim aspektima, može tražiti više pažnje i brige, što partnera može “uplašiti” i udaljiti. Bitno je napomenuti da se ovo istraživanje provelo na mladim studenticama, koje su većinski u ranim dvadesetima. Te su godine i dalje vrlo osjetljive i mladi ljudi veliku važnost stavljaju na mišljenje okoline, bitno im je uklopiti se i biti prihvaćeni od strane zajednice, pogotovo od strane ostalih mladih ljudi (Ginsburg, 2023).



## *Ograničenja istraživanja*

Primarno i vrlo jasno ograničenje ovog istraživanja jest činjenica da je ono provedeno samo na ženkom uzorku. Iako je cilj bio ispitati oba spola, puno je veći odaziv bio od strane žena, čak i nakon što je poziv za sudjelovanje u istraživanju poslan fakultetima s primarno muškim studentima. Potencijalni razlog leži u tome što su generalno žene te koje češće rješavaju upitnike i sudjeluju u znanstvenim istraživanjima, a u ovoj je situaciji bitan faktor i sama tema istraživanja koja se dominantno odnosi na međuljudske odnose. Kao što je prethodno navedeno, žene su te koje su više orijentirane na odnose s ljudima i nije neobično da je takva tema privukla više ženskih sudionica. Uzorak koji se sastoji i od muških sudionika bi pružio vjerodostojnije i opsežnije rezultate. Bilo bi dobro ispitati razlike između muškaraca i žena i ovisno o stilu privrženosti i s obzirom na samopoštovanje, ljubomoru i perfekcionizam. Posebice bi bilo zanimljivo ispitati razlike u ljubomori s obzirom na spol, te postoji li razlika u emocionalnoj ljubomori. Brojna su istraživanja, kao što je prethodno navedeno, potvrdila kako postoje značajne razlike u tome što više smeta muškarcima, a što ženama u romantičnim odnosima. Provođenjem analize razlika u spolu glede kognitivne, emocionalne i bihevioralne ljubomore bi se utvrdilo pokazuju li žene više znakova emocionalne ljubomore, te bi li im smetalo da njihov partner stvori emocionalnu konekciju s drugom osobom više nego što bi to smetalo muškarce.

Trebalo bi dodatno analizirati i stil privrženosti sudionika s obzirom na duljinu veze, te istražiti imaju li sigurno privrženi sudionici veze koje traju dulje (kao što je potvrđeno prethodnim istraživanjima). U tom se pogledu moglo ispitati i koliko prosječno traju veze ljudi s obzirom na njihov stil privrženosti, točnije, koje su veze najduljoročnije, a koje su najkraće. Bilo bi zanimljivo ispitati i stil privrženosti drugog partnera, kako bi se dobio nalaz koje su kombinacije najčešće, točnije, kakve partnere najčešće traže ljudi s određenim stilom privrženosti. Kako bi se dobio takav nalaz, bilo bi potrebno temeljito birati uzorak i tražiti baš specifično romantične parove, a provođenje *online* upitnika nije najzahvalnije rješenje za tako nešto. Bilo bi korisno provesti fokus grupe s manjim brojem sudionika, intervju, ili neku drugu kvalitativnu metodu istraživanja.

Još jedno bitno ograničenje ovog istraživanja jest homogenost uzorka ne samo u pogledu spola, već i u pogledu dobi sudionica. Istraživanje je provedeno na studenticama koje su većinom imale

od 18 do 25 godina, što je vrlo ograničen uzorak. Trebalo bi empirijski provjeriti razlikuju li se žene i muškarci u pogledu stila privrženosti s obzirom na njihovu dob, te bi se u takvom istraživanju trebali ispitati sudionici različitih dobnih skupina. Moglo bi se zaključiti da će ljudi koji su u srednjoj ili starijoj životnoj dobi imati više iskustva, zrelosti i mudrosti te će efikasnije rješavati probleme u vezama i imati sigurniji stil privrženosti od mladih koji tek počinju razvijati intimnije veze s ljudima i nemaju toliko znanja i iskustva o tome kako održavati zdrav odnos. Uzevši u obzir sve navedeno, potrebno je naglasiti još i kako bi i samo povećanje broja sudionika uvelike doprinijelo statističkoj snazi ovog istraživanja. Očigledan nedostatak istraživanja (koji je već i ranije naveden) se odnosi na mali broj sudionika u pojedinoj kategoriji privrženosti. Da je dobiven barem približno podjednak broj sudionika za svaku kategoriju, točnije, da su se sudionice rasporedile na drugačiji način, bilo bi moguće napraviti analizu razlika između sva 4 stila privrženosti. Takva bi analiza više doprinijela boljem razumijevanju ovog konstrukta te bi omogućila detaljniji uvid u isti.

Neočekivani nedostatak ovog istraživanja je i činjenica da se pouzdanost skale samopoštovanja pokazala nezadovoljavajućom. Sukladno tome, nije bilo moguće provesti ikakve daljnje analize, koje bi zasigurno obogatile ovaj rad pruživši dodatna saznanja. U budućnosti bi bilo dobro ponoviti istraživanje i ispitati obilježja povezanosti izučavanih konstrukata sa samopoštovanjem. Nejasno je zašto su dobiveni nelogični rezultati pouzdanosti skale samopoštovanja te je potrebno detaljnije ispitati taj neočekivani problem.

### *Korištenje nalaza istraživanja u praksi*

Jedan od ciljeva provedbe znanstvenih istraživanja jest dublje razumijevanje pojmova te primjenjivanje dobivenih nalaza u praksi i korištenje istih kako bi se unaprijedili životi ljudi (Milas, 2009). Nalazi ovog istraživanja bi se mogli iskoristiti primarno kod unaprjeđivanja obiteljske i bračne terapije. Razumijevanje korijena otkud potječe stil privrženosti osobe, koji sve stilovi postoje i kakve se misli, emocije i ponašanje vežu uz određeni stil može uvelike pomoći ljudima da bolje shvate i sami sebe, i svog partnera ili partnericu. Samo definiranje i razumijevanje nečega

je prvi korak u modifikaciji ponašanja. Dakle, osobama s nesigurnim stilom privrženosti može pomoći razumijevanje činjenice da se stil privrženosti formira u djetinjstvu i da ovisi o odnosu roditelja i djeteta. Terapije koje se koriste za poboljšanje odnosa s partnerom se u velikoj mjeri fokusiraju na rano djetinjstvo osobe te prate dinamiku obitelji kroz nekoliko generacija (Štalekar, 2010). Uz reflektiranje o prošlim događajima i otvoren razgovor o potencijalnim traumama iz djetinjstva, osoba može bolje shvatiti zašto se ponaša na određeni način u sadašnjoj romantičnoj vezi. Osobe s nesigurnim stilom privrženosti se mogu susretati sa strahom od ulaska u ozbiljnu vezu i strahom od otvaranja partneru ili partnerici. Neki od njih se boje da će biti ostavljeni i imaju manjak samopoštovanja, češće napuštaju vezu rano da ne budu oni ti koji će biti ostavljeni i nerijetko prakticiraju izlaženje s više ljudi bez perioda samoće, jer im nije ugodno ne biti u romantičnom odnosu (Turner i sur., 2019). Razumijevanje kako rani obiteljski odnosi utječu na buduće romantične odnose, te kako se formiraju obrasci ponašanja i kako se oni mogu mijenjati može uvelike pomoći poboljšanju romantičnih odnosa te je time važan alat za korištenje u bračnim terapijama. S obzirom da je zadnjih nekoliko godina identificiranje stila privrženosti postao „trend“ te se taj pojam popularizirao u medijima, sve više ljudi otkriva važnost i značaj koji on ima u međuljudskim odnosima. Već sada postoje psihoterapeuti koji se primarno fokusiraju na stilove privrženosti, a neke od metoda koje se koriste su Imago, Gottman metoda, bračna terapija usmjerena na emocije i ostalo (McMahon, 2024). Dakle, jasno je da daljnje istraživanje ovog konstrukta može značajno doprinijeti poboljšanju obiteljske i bračne terapije i sukladno tome unaprijediti živote ljudi. Pored navedenog, sa znanstvenog aspekta, identifikacija činitelja povezanih s različitim oblicima privrženosti doprinosi boljem razumijevanju ovog složenog konstrukta.

## ZAKLJUČAK

Cilj ovog rada je bio ispitati povezanost različitih stilova privrženosti sa samopoštovanjem, ljubomorom i perfekcionističkim težnjama te utvrditi jesu li karakteristike nesigurne privrženosti uistinu povezane s neadaptivnim verzijama navedenih konstrukata. Utvrđene su statistički značajne razlike između studentica s različitim stilom privrženosti s obzirom na razinu ljubomore te s obzirom na iskazivanje negativnog perfekcionizma, što je nalaz koji je u skladu s prethodnim istraživanjima. Dimenzija anksiozne privrženosti u romantičnim vezama se pokazala kao varijabla s najvećim koeficijentom korelacije sa svakim podtipom ljubomore te s negativnim i socijalnim perfekcionizmom. Konstrukst samopoštovanja se nije mogao analizirati s obzirom na dobivenu nezadovoljavajuću pouzdanost skale. Potencijalni razlozi za ovaj problem u istraživanju se mogu odnositi na manjkavost same skale. U budućim istraživanjima bi bilo korisno ispitati heterogeniji uzorak te uzeti u obzir metodološke probleme ovog istraživanja. Dodatnim radom na ovoj temi bi se moglo doći do otkrića koji bi značajno doprinijeli razvoju obiteljske, a posebice bračne terapije.

## LITERATURA

- Adams, S. (2012). Jealousy in romantic relationships, self-esteem and ego defenses. [https://vuir.vu.edu.au/21445/1/Sabrina\\_Adams.pdf](https://vuir.vu.edu.au/21445/1/Sabrina_Adams.pdf)
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E. i Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Psychology Press. DOI: <https://psycnet.apa.org/record/1980-50809-000>
- Ajduković M., Kregar Orešković K. i Laklija M. (2007). Teorija privrženosti i savremeni socijalni rad. *Ljetopis socijalnog rada*, 14(1), 59-91.
- Banić, E. (2022). *Povezanost emocionalne kompetencije i kvalitete bliskih odnosa studenata*. <https://repositorij.ufzg.unizg.hr/islandora/object/ufzg%3A3342/datastream/PDF/view>
- Bekker, M.H. i Van Assen, M.A. (2008). Autonomy-connectedness and gender. *Sex roles*, 59, 532-544.
- Besharat, M.A. i Pishva, N. (2011). Relationship attachment styles with positive and negative perfectionism. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 402-406.
- Bezinović, P. (1988). *Samopercepcija osobne kompetentnosti kao dimenzija vrednovanja vlastitog ja*. <https://morepress.unizd.hr/journals/index.php/radovifpsp/article/view/2633>
- Birch, J. (2018). *Knowing your "attachment style" could make you a smarter dater*. The Washington Post. <https://www.washingtonpost.com/news/soloish/wp/2018/08/16/knowning-your-attachment-style-could-make-you-a-smarter-dater>
- Blažeka Kokorić, S. i Gabrić, M. (2009). Razlike u ljubavnim vezama studenata sa sigurnim i nesigurnim stilovima privrženosti. *Ljetopis socijalnog rada*, 16(3), 551-572.
- Brian, P.R. i Shen, R. (nepoznata godina). *Dismissive avoidant attachment: what it is and 7 obvious signs*. <https://ncrw.org/dismissive-avoidant-attachment/>
- Buljan Flander, G. (2022). *Predavanje „Privrženost, trauma i neurobiologija“ na Psihošpanciru 2022*. <https://gordana-buljan-flander.com/predavanje-privrzenost-trauma-i-neurobiologija-na-psihospanciru-2022/>
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D. i Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological science*, 3(4), 251-256. DOI: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1111/j.1467-9280.1992.tb00038.x>
- Buss, D. M. i Haselton, M. (2005). The evolution of jealousy. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(11), 506-506.
- Campbell, J.D. i Lavalley, L.F. (1993). Who am I? The role of self-concept confusion in understanding the behavior of people with low self-esteem. *Plenum Press*, 3-20. DOI: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4684-8956-9\\_1](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4684-8956-9_1)

- Carvalho, M. I Gabriel, S. (2006). No man is an island: The need to belong and dismissing avoidant attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(5), 697-709.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: a developmental perspective on individual differences. *Review of General Psychology*, 4(2), 111-131.
- Chan, D.W. (2011). Perfectionism among Chinese gifted and nongifted students in Hong Kong: the use of the revised almost perfect scale. *Journal for the Education of the Gifted* 34(1), 68-98.
- Christov-Moore, L., Simpson, E.A., Coudé, G., Grigaityte, K, Iacoboni, M. i Ferrari, P.F. (2014). Empathy: gender effects in brain and behavior. *Neurosci Biobehav Rev*. 46(4), 604-627.
- Chursina, A. V. (2023). The impact of romantic attachment styles on jealousy in young adults. *Psychology in Russia: State of the art*, 16(3), 222-232.
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810–832. DOI: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8888604/>
- Davis, K.E. i Shuk-Nga Lau, J. (2003). Perpetration and stalking and psychological abuse: gender, anger-jealousy, and personality factors. *Violence and Victims*, 18, 163-168.
- Donatelli, P. (2006). Bringing truth home: Mill, Wittgenstein, Cavell, and moral perfectionism. *The Claim to Community: Essays on Stanley Cavell and Political Philosophy*, 38-57.
- Elphinston, R. A., Feeney, J. A. i Noller, P. (2011). Measuring romantic jealousy: Validation of the Multidimensional Jealousy Scale in Australian samples. *Australian Journal of Psychology*, 63(4), 243–251.
- Ercegovac, I. (2016). Doživljeno vršnjačko nasilje: relacije s dobi, spolom, razrednim ozračjem i školskim uspjehom. *Školski vjesnik*, 65 (2), 251-271.
- Flamenbaum, R. i Holden, R.R. (2007). Psychache as a mediator in the relationship between perfectionism and suicidality. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 51-61.
- Iličić, Z., Antičević, V. i Britvić, D. (2013). Rodne osobitosti u stilovima privrženosti ljubavnim partnerima. *Socijalna psihijatrija*, 41 (2), 133-139.
- Incedon, N. (2018). *How low self-esteem affects relationships*. Peaceful Mind. <https://peacefulmind.com.au/2018/04/11/how-low-self-esteem-affects-relationships/>
- Fitzsimons, K. (2011). *Perfectionism, attachment and anxiety and depression*. <https://e-space.mmu.ac.uk/576742/>
- Fraley, R.C., Heffernan, M.E., Vicary, A.M. i Brumbaugh, C.C. (2011). The experiences in close relationships – Relationship structures questionnaire: a method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615-625.
- Ginsburg, K. (2024). *Fitting in. What is normal?* Center for Parent and Teen Communication. <https://parentandteen.com/what-is-normal-how-to-guide-teens-trying-to-fit-in/>
- Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: A meta-analysis. *Personality and social psychology bulletin*, 37(2), 193-214.

- Greblo, Z. (2012). Što se skriva iza pojma "perfekcionizam"? Povijest proučavanja i pregled različitih konceptualizacija perfekcionizma. *Psihologijske teme*, 21(1), 195-212.
- Harris, C. R. i Christenfeld, N. (1996). Gender, jealousy, and reason. *Psychological Science*, 7(6), 364-366. DOI: <https://psycnet.apa.org/record/1996-06714-008>
- Hazan, C. i Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. DOI: <https://www2.psych.ubc.ca/~schaller/Psyc591Readings/HazanShaver1987.pdf>
- Hewitt, P. L. i Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of personality and social psychology*, 60(3), 456. DOI: [https://www.researchgate.net/publication/21129091\\_Perfectionism\\_in\\_the\\_Self\\_and\\_Social\\_Contexts\\_Conceptualization\\_Assessment\\_and\\_Association\\_With\\_Psychopathology](https://www.researchgate.net/publication/21129091_Perfectionism_in_the_Self_and_Social_Contexts_Conceptualization_Assessment_and_Association_With_Psychopathology)
- Jerončić Tomić, I., Mulić, R. i Milišić Jadrić, A. (2020). Utjecaj društvenih mreža na samopoštovanje i mentalno zdravlje mladih. *In medias res*, 9(17), 2649-2654.
- Justo-Núñez, M., Morris, L. i Berry, K. (2022). Self-report measures of secure attachment in adulthood: A systematic review. *Clinical psychology and psychotherapy*, 29(6), 1812-1842.
- Kamenov, Ž. i Jelić, M. (2005). Stability of attachment styles across students' romantic relationships, friendships and family relations. *Review of psychology*, 12(2), 115-123.
- Keller, H. (2018). Universality claim of attachment theory: Children's socioemotional development across cultures. *National Center for Biotechnology Information*, 115(45), 11414-11419.
- Kline, R. B. (2005). Principles and practice of structural equation modeling. New York: The Guilford press.
- Knežević, K. (2019). *Odnos negativnog perfekcionizma, emocionalne kompetentnosti, potiskivanja emocionalnog doživljaja i psihološke uznemirenosti kod hrvatskih studenata*. <https://repozitorij.ffzg.unizg.hr/islandora/object/ffzg%3A300/datastream/PDF/view>
- Krapanić, L. (2018). Ljubomora u partnerskim odnosima: pregled osobnih i situacijskih prediktora. *Psychē: Časopis studenata psihologije*, 1(1), 85-91.
- Kurtović, A. (2013). Odnos perfekcionizma i socijalne podrške s anksioznošću i depresivnošću kod studenata. *Medica Jadertina*, 43(4), 189-200.
- Lebedina-Manzoni, M., Lotar, M. i Ricijaš, N. (2008). Podložnost vršnjačkom pritisku i samopoštovanje kod studenata. *Hrvatska Revija za Rehabilitacijska istraživanja*, 44(1), 77.
- Levy, K. N. i Kelly, K. M. (2010). Sex differences in jealousy: A contribution from attachment theory. *Psychological Science*, 21(2), 168-173.
- Lowell, S. i Limke, A. (2009). Adult romantic attachment and types of perfectionism. *Journal of Scientific Psychology*, 7, 18-23.
- Mamić, S. i Nekić, M. (2018). Odnos usredotočene svjesnosti i psihičkog zdravlja studenata: posredujuća uloga netolerancije neizvjesnosti. 21. *Dani psihologije u Zadru* (pp. 130-130).

- Marazziti, D., Consoli, G., Albanese, F., Laquidara, E., Baroni, S. I Dell'Osso, M. C. (2010). Romantic attachment and subtypes/dimensions of jealousy. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 6, 53.
- Martínez-León, N. C., Peña, J. J., Salazar, H., García, A. I Sierra, J. C. (2017). A systematic review of romantic jealousy in relationships. *Terapia psicológica*, 35(2), 195-204.
- McMahon, K. (2024). *Attachment-based couples therapy and attachment theory*. <https://www.couplestherapyinc.com/attachment-theory/>
- Mickelson, K. D., Kessler, R. C. i Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1092–1106. DOI: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9364763/>
- Milas, G. (2009). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
- Miller, M.J., Denes, A., Diaz, B. i Buck, R. (2014). Attachment style predicts jealous reactions to viewing touch between a romantic partner and close friend: Implications for Internet social communication. *Journal of Nonverbal Behaviour*, 38(4), 451-476.
- Moranduzzo, I. i Vulić-Prtorić, A. (2002). Strategije suočavanja, samopoštovanje i anksioznost kod djece s astmom. *Radovi Filozofskofakulteta u Zadru*, 41, 143-159.
- Owens, G., Crowell, J. A., Pan, H., Treboux, D., O'Connor, E. i Waters, E. (1995). The Prototype Hypothesis and the Origins of Attachment Working Models: Adult Relationships with Parents and Romantic Partners. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 60(2/3), 216–233 DOI: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8559157/>
- Pavela, I., Banai, B. i Šimić, N. (2013). Reproduktivne strategije i ljubomora muškaraca i žena. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 22(3), 517-535.
- Piotrowski, K. (2020). How good it would be to turn back time: Adult attachment and perfectionism in mothers and their relationships with the processes of parental identity formation. *Psychologica Belgica*, 60(1), 55.
- Steele, C.M., Spencer, M., Michael, S.J.L. (1993). Self-image resilience and dissonance: The role of affirmational resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 885-896. DOI: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8326471/>
- Sutlović, D. i Raboteg-Šarić, Z. (2016). Povezanost kvalitete privrženosti roditeljima s različitim aspektima perfekcionizma kod adolescenata. *Napredak: Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju*, 157(4), 413-435.
- Tadić, T., Bevanda, D., Babić, D., Vasilj, I. i Martinac, M. (2016). Kvaliteta života i samopoštovanje studenata Sveučilišta u Mostaru smještenih u Studentski dom Mostar. *Zdravstveni glasnik*, 2(1), 17-25.
- Vukčević, B. (2014). *Razvoj i promene u afektivnoj vezanosti u adolescenciji*. <https://phaidrani.ni.ac.rs/open/o:858>
- Wilkinson, R.B. i Parry, M.M. (2004). *Attachment styles, quality of attachment relationships, and components of self-esteem in adolescence*.



<https://www.semanticscholar.org/paper/Attachment-Styles%2C-Quality-of-Attachment-and-of-in-Wilkinson-Parry/7e3d339c679fdb8528543e2745dab35b40902f33>

- Reibli, K. (2015). *Povezanost samopoštovanja, samoučinkovitosti i akademskog uspjeha s pristupima učenju*. <https://zir.nsk.hr/islandora/object/ffos:1322/preview>
- Parčina, M. (2019). *Ljubomora i zadovoljstvo romantičnom vezom u odnosu na neke sociodemografske pokazatelje*. file:///C:/Users/Korisnik/Downloads/mia\_parcina\_-\_zavrzni\_rad\_-\_2019.pdf
- Prince, C. (2023). *An attachment theory guide for the workaholic women who need space.. and love*. <https://www.linkedin.com/pulse/attachment-theory-guide-workaholic-women-who-need-space-carrie-prince/>
- Ručević, S. i Duvnjak, I. (2010). Povezanost reaktivne i proaktivne agresije, privrženosti i samopoštovanja adolescenata. *Psihologijske teme*, 19(1), 103-121.
- Shorey, H. (2022). Attachment, jealousy, and excessive reassurance seeking. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-freedom-change/202207/attachment-jealousy-and-excessive-reassurance-seeking>
- Turner, M., Beckwith, H. i Duschinsky, R. (2019). Attachment difficulties and disorders. *InnovAiT*, 12(4), 173-179.
- Štalekar, V. (2010). Dinamika obitelji i prvi teorijski koncepti. *Medicina Fluminensis*, 46 (3), 242-246.
- Šutić, L., Jelić, M. i Krnić, A. (2022). Is dating dead? Modern dating among emerging adults in Croatia. *Revija za sociologiju*, 52(3), 359-386.
- Zuckerman, Z., Butorac, K. i Ojdanić, M. (2011). Ovisnost o drugoj osobi: Didaktički i psihopatološki prikaz ovisničkog ponašanja prema drugim osobama. *Magistra Iadertina*, 6(1).