

# Romantični odnosi u adolescenciji

---

Goretić, Ivana

Undergraduate thesis / Završni rad

2017

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:142:062163>

Rights / Prava: [In copyright](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2020-12-02**



Repository / Repozitorij:

[FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek](#)



Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Ivana Goretić

## **Romantični odnosi u adolescenciji**

Završni rad

Mentorica: doc.dr.sc. Ana Kurtović

Sumentorica: dr.sc. Gabrijela Vrdoljak

Osijek, 2017. godina

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Preddiplomski studij psihologije

Ivana Goretić

## **Romantični odnosi u adolescenciji**

Završni rad

Društvene znanosti, polje psihologija, grana razvojna psihologija

Mentorica: doc.dr.sc. Ana Kurtović

Sumentorica: dr.sc. Gabrijela Vrdoljak

Osijek, 2017

## Contents

Sažetak .....	4
1. Uvod .....	1
2. Fizički razvoj u adolescenciji .....	2
3. Psihički razvoj u adolescenciji.....	3
4. Romantični odnosi u adolescenciji .....	5
4.1. Romantični odnosi i razvoj identiteta .....	7
4.2. Utjecaj sramežljivosti na romantične odnose .....	9
4.3. Seksualni identitet.....	10
4.4. Homoseksualnost .....	11
5. Utjecaj romantičnih odnosa na život adolescenata .....	12
5.1. Transformacija obiteljskih i prijateljskih odnosa.....	13
5.2. Planiranje karijere i školski uspjeh .....	13
6. Romantični odnosi i Internet.....	14
6.1. Zavođenje i veze preko Interneta.....	15
6.2. Ponašanje na društvenim mrežama i romantični odnosi.....	16
6.3. Prekidi i društvene mreže.....	16
7. Negativne strane romantičnih odnosa.....	17
7.1. Usamljenost i prekidi.....	18
7.2. Neželjena trudnoća i spolne bolesti .....	18
7.3. Nasilje u romantičnim odnosima.....	19
8. Zaključak.....	20
9. Literatura.....	21

# Romantični odnosi u adolescenciji

## Sažetak

Adolescencija je razvojno razdoblje prijelaza iz djetinjstva u odraslu dob te obuhvaća vremensko razdoblje približno između 10. i 22. godine života. U tom razdoblju dijete doživljava brojne tjelesne, emocionalne i kognitivne promjene koje su mu potrebne kako bi uspješno moglo obavljati zadatke odrasle dobi. Emocionalne promjene u adolescenciji uključuju transformaciju obiteljskih odnosa, pridavanje sve veće važnosti uspostavljanju bliskih prijateljstava te započinjanje prvih romantičnih odnosa. U psihologiji su dosta zanemarivana istraživanja o utjecaju romantičnih odnosa na život adolescenata. Nedostatak bavljenja tom temom stručnjaci objašnjavaju tako da su veze u adolescenciji manje intenzivne i kratkotrajnije. Neki od problema istraživanja takvih odnosa su da nerijetko i sami mladi nisu u potpunosti sigurni kada su u prisnim romantičnim odnosima. Važno je govoriti o romantičnim odnosima jer oni utječu na brojne aspekte adolescentskog života i razvoja. Oni utječu na razvoj vlastitog identiteta, seksualni razvoj, obiteljske odnose i odnose s prijateljima te školski uspjeh i razvoj karijere. Iz tog razloga važno je baviti se temom romantičnih odnosa jer oni daju preokret promjenama u adolescenciji te mijenjaju njihov smjer. Romantični odnosi mogu dovesti mnoge pozitivne posljedice za razvoj adolescenta, no ako nisu zadovoljavajuće, mogu dovesti i do negativnih posljedica. U ovom radu objasnit će se kakve su romantične veze u adolescenciji, kako se razvijaju, koliko traju, kakve posljedice imaju.

**KLJUČNE RIJEČI:** adolescenti, razvoj u adolescenciji, romantični odnosi

# 1. Uvod

Adolescencija se najčešće opisuje kao razvojno razdoblje "bure i stresa". To označava buran razvoj od djetinjstva do odrasle dobi. Mnogi autori to nazivaju burnim zbog naglih promjena s kojima se adolescenti suočavaju (Lacković-Grgin, 2005). Normalan prolaz kroz adolescenciju uključuje izvjesnu mjeru poremećaja, kako osjećaja i stavova unutar samoga sebe, tako i u odnosu prema drugima (Batašić, 1995). Mladi ljudi stječu nove fizičke osobine, nove kognitivne i emocionalne sposobnosti te na taj način polako stječu ulaznicu u svijet odraslih. No, da bi se nju dobilo, treba proći i ovo razdoblje velikih promjena koje se naziva adolescencija.

Adolescencija je razvojna faza koja obuhvaća vremensko razdoblje od 10. do 22. godine. Najčešće se dijeli u tri faze. Prva od njih je rana faza adolescencije, a počinje pubertetom i obuhvaća dob između 10. i 14. godine. Srednja adolescencija obuhvaća dob između 15. i 18. godine. Kasna adolescencija je podfaza, čiji je kraj osobito teško procijeniti, a smješta se u razdoblje između 19. i 22. godine (Batašić, 1995).

Za adolescente je važan fizički razvoj jer on omogućava neke od zadataka odrasle dobi, poput reprodukcije. No, još važniji je emocionalni razvoj. U tom razdoblju doživljava se transformacija obiteljskih odnosa, prijatelji imaju sve važniju ulogu u životu tinejdžera te se oni polako počinju zanimati i za suprotni spol. Tako započinju prvi romantični odnosi koji su temelj za kasnije zrele i ozbiljne partnerske veze u odrasloj dobi te brak. Vrlo je važno opisati razvoj romantičnih veza u adolescenciji te njihov utjecaj na život adolescenta jer je on vrlo širok. Romantični odnosi vrlo brzo postaju glavna preokupacija adolescenta te mu određuju mnoge aspekte života, kako obitelj i prijatelje, tako i školu te planiranje karijere. Sve to, naposljetku, određuje smjer u kojem će se kretati život osobe. Zbog toga je važno iznijeti činjenice te raspraviti o romantičnim odnosima u adolescenciji, njihovom tijeku i važnosti.

## 2. Fizički razvoj u adolescenciji

Važno je najprije spomenuti kroz kakve tjelesne promjene prolaze adolescenti. One su prve, oku vidljive, promjene koje otvaraju vrata mnogim emocionalnim i socijalnim promjenama. Adolescenti postaju sve više svjesni svoga tijela i svoje seksualnosti.

Adolescenti se, dakle, najprije susreću s tjelesnim promjenama. Ubrzani rast u visinu uzima se kao indikator tipičnih tjelesnih promjena pri prijelazu iz djetinjstva u adolescenciju. Početak tog rasta je u dobi od 8. do 10. godine za djevojčice te od 10. do 12. godine za dječake. Djevojčice brže rastu od dječaka te im se i tjelesna težina povećava ranije nego u dječaka. Osim što se promjene u dječaka i djevojčica razlikuju u vremenskom razdoblju, razlikuju se i u kvaliteti te slijedu. Djevojčice ulaze u pubertet ranije te im se oko 11. godine počinju vidjeti promjene na tijelu. Najprije im rastu grudi te naglo rastu u visinu. Prvu menstruaciju dobiju u vremenskom razdoblju od 11 do 13 godina, a za neke djevojčice i do 15. godine. Rast grudi prati i rast stidnih dlačica te dlačica ispod ruku, a menstruaciju prate hormonalne promjene (Ausfelder, 2008). Djevojčice koje su rano sazrele, odnosno ušle u pubertet ranije od svojih vršnjakinja, prati veći rizik od problematičnih ponašanja te one mogu biti izolirane od vršnjakinja i ranije započeti romantične i seksualne odnose. Kasno sazrele djevojčice su povučenije, sramežljivije, izostavljaju ih se pri organiziranju zajedničkih druženja te nisu popularne u društvu. Zbog toga što su odbačene od strane svojih vršnjakinja, one se češće druže s muškim vršnjacima prosječnog spolnog razvoja jer su oni tada na sličnijem stupnju razvoja (Ausfelder, 2008).

Kod dječaka vidljive promjene nastupaju godinu do dvije kasnije nego kod djevojčica. Njima raste spolni organ, što prati rast stidnih dlaka i dlačica ispod pazuha te na kraju dlačica na licu. Prva produkcija spermija odvija se u vremenskom razdoblju od 12. do 14. godine. Nagli rast u visinu se također odvija do dvije godine nakon djevojčica (Biddulph, 2005). Rano sazreli dječaci su snažniji od kronoloških vršnjaka, imaju razvijenije mišiće, bolje su koordinirani pri sportskim aktivnostima te ih iz tih razloga preferiraju vršnjakinje. Iz toga slijedi da oni ranije stupaju u romantične odnose te ranije stupaju i u spolne odnose. Kasno sazreli dječaci su još više socijalno odbačeni od kasno sazrelih djevojčica. Takvi dječaci nemaju tjelesne attribute kakvima se u toj dobi teži. Oni su stoga odbačeni i od strane vršnjaka, ali i od strane vršnjakinja jer su i vršnjaci i vršnjakinje zreliji od njih (Biddulph, 2005).

Zaključno se može reći da najveću ulogu u romantičnim odnosima adolescenata, kada govorimo o tjelesnom razvoju, ima brzina sazrijevanja. Ranije sazreli dječaci i djevojčice su

izgledniji da ranije uđu u prve romantične donose. Kasno sazrele djevojčice imaju nešto manje izgleda za rano stupanje u romantične odnose, no one u njih ulaze u prosječno vremensko razdoblje za stvaranje prvih veza, što je u većini literature od 15 do 17 godina (Furman, 2002).. One više vremena provode u društvu vršnjaka, jer oni kasnije ulaze u pubertet te su, po stupnju razvoja, usklađeni s kasno sazrelim djevojčicama. Najkasnije u romantične odnose ulaze kasno sazreli dječaci. Zbog svog nedovoljno muževnog izgleda i sramežljivosti, oni stupaju u romantične odnose nešto kasnije od prosjeka.

### **3. Psihički razvoj u adolescenciji**

Značajke psihičkog razvoja nisu oku vidljive poput onih fizičkog razvoja, no one postoje i jako su važne za cjelokupan razvoj adolescenta. Možemo ih podijeliti u tri skupine promjena koje se događaju, a to su kognitivne, emocionalne i socijalne promjene.

Kognitivne promjene očituju se u tome da adolescenti različito promatraju svijet oko sebe u odnosu na djetinjstvo. Ideje, koncepti i apstraktno mišljenje postaju razumljivi u adolescenciji. Postepeno se javlja logičko apstraktno mišljenje što je zadnja operacija u Piagetovom opisu kognitivnog razvoja (Lacković-Grgin, 2005). Takvo rezoniranje koriste odrasle osobe. To omogućava adolescentima da mogu misliti o procesu mišljenja, razvijati pretpostavke i razmišljati o budućnosti. Adolescenti razvijaju teorije o tome kakav bi svijet trebao biti, gdje je njihovo mjesto u svijetu te razmatraju svoje mogućnosti. Dakle, dolazi do promjene s dječjeg konkretnog oblika mišljenja na adolescentsko, formalno mišljenje. Adolescenti počinju reflektivno misliti o sebi te prosuđuju da je mjesto spoznavanja u njima. Procjene sebe postaju sve više generalne i apstraktne te su u njima prisutna i prošla stanja, što je razlika od dječje dobi. U kasnoj adolescenciji percepcija i mišljenje o sebi se integriraju te doživljaj sebe kao cjeline raste i različiti dijelovi se sistematično povezuju (Lebdina-Manzoni, Lotar, 2011). Kognitivne promjene pridonose povećanom osjećaju autonomije u adolescenata. Adolescenti jasnije sagledavaju svoj unutarnji i vanjski svijet te uviđaju njihove složenosti. Za razliku od dječjeg razmišljanja oni prihvaćaju dvosmislenost i nedorečenost. U drugačijem svijetlu počinju vidjeti sebe, ali i roditelje. Prestaju ih vidjeti kao idole te uviđaju njihove mane i slabosti. Zbog toga se adolescenti mogu osjećati razočaranima. To nas dovodi do emocionalnog razvoja u adolescenciji.

Zbog fizičkih promjena dolazi i do promjena u emocionalnom funkcioniranju adolescenta. Mijenja se hormonalna aktivnost što prouzrokuje burne emocije. Također, kognitivno sazrijevanje adolescenta pruža bazu za doživljavanje intenzivnijih emocija i promjena u emocionalnom



funkcioniranju. Adolescenti žele biti što sličniji svojim prijateljima, žele biti što popularniji, ualze u češće sukobe s roditeljima te žele biti neovisni od roditelja. U središtu mnogih emocija kao uzrok stoje prijatelji te popularnost u društvu i (ne)slaganje s roditeljima. Javlja se bijes i agresija čemu je uzrok roditeljsko neodobravanje ili roditeljska ograničenja te podsmijeh. Sve češće se javlja ljubomora i tuga. Uzrok ljubomore postaje sve veća popularnost prijatelja i uspješnost vršnjaka. Tugu i dalje najčešće uzrokuje gubitak ili odvajanje od voljene osobe. Sreća i veselje uzorkovani su prihvaćenošću u grupi prijatelja, popularnošću, pažnjom suprotnog spola, započinjanjem novih romantičnih odnosa (Sheffield Morris, Steinberg, 2001). Ovi uzroci emocija postaju važni u adolescenciji i znatno djeluju na emocionalno funkcioniranje osobe. Također, adolescenti se uče reguliranju emocija i samokontroli, dok je za djecu to nepoznat pojam.

Socijalni razvoj u adolescenciji je osobito važan za ovu temu jer uključuje i romantične odnose. U adolescenciji se mijenjaju obiteljski i prijateljski odnosi. U odnosima s roditeljima javljaju se nove napetosti koje nisu karakteristične za djetinjstvo. Budući da mladi sve više teže neovisnosti, a roditelji smatraju da oni još nisu dovoljno zreli za to, bilo da se radi o izlascima ili novim privilegijama i odgovornostima, javlja se konflikt između roditelja i adolescenata. Roditeljska toplina, podrška i prihvaćanje u kombinaciji s čvrstim nadzorom adolescenta rezultiraju najboljim ishodom, odnosno povezani su s visokim samopoštovanjem, samopouzdanjem, akademskim uspjehom i kompetentnošću adolescenta (Sheffield Morris, Steinberg, 2001). Sukobi s roditeljima slabe kako se adolescent približava odrasloj dobi te raste međusobno poštovanje i podrška. Zanimljivi preokreti u odnosima događaju se i s vršnjacima. Adolescenti sve manje vremena provode s obitelji te sve više s vršnjacima, stoga oni imaju sve važniju ulogu u životu adolescenta. Broj najboljih prijatelja opada s 4 do 6 u djetinjstvu na 2 do 3 u kasnoj adolescenciji i ranoj odrasloj dobi. Bliska prijateljstva odišu bliskošću i podrškom te su posebno važna za adolescenta jer pružaju priliku za istraživanjem vlastitoga identiteta i pružaju temelje za kasnije intimne odnose. Osim bliskih prijateljstava, adolescenti se grupiraju i u vršnjačke grupe koje postaju sve organiziranije. Tijekom rane adolescencije postoje klike, male grupe od 5 do 7 članova koji su međusobno slični po obiteljskom porijeklu, stavovima i vrijednostima (Lacković-Grgin, 2005). Isprva su klike ograničene na članove istoga spola, no u srednjoj adolescenciji postaju mješovitog spola. Nekoliko manjih skupina, klika, često se organiziraju u veće, manje povezane, fleksibilnije grupe, klape. Klape nisu toliko intimna skupina kao klike, njihovo članstvo utemeljeno je na reputaciji i stereotipima (Lacković-Grgin, 2005). Do kasne adolescencije klape i klike postaju sve manje važne, prijateljstva se sužavaju na nekoliko bliskih prijatelja. Tada sve veću važnost preuzimaju osobe suprotnog spola s kojima adolescenti stupaju u romantične odnose.

## 4. Romantični odnosi u adolescenciji

Romantični odnosi su tema koja privlači mnoge znatiželjnike, no donedavno se vrlo malo znanstvenih istraživanja bavilo ovom temom. Nedavno se počelo više istraživati o romantičnim odnosima (Collins, 2003). Oni su centralna točka života adolescenta te počinju cvasti u ranoj adolescenciji i postaju sve ozbiljniji tijekom srednje do kasne adolescencije kada počinju prve "ozbiljne" i dugoročnije veze. One mijenjaju i usmjeravaju tok razvoja u adolescenciji te su povezane s odnosima s kolegama, prijateljima i roditeljima.

Heteroseksualni adolescenti započinju svoje romantične veze kontaktima sa suprotnim spolom u društvu, preko spojeva u četvero, pa do osamostaljenja svoje veze s odabranom osobom (Furman, 2002). Interakcije sa suprotnim spolom, pa tako i romantični odnosi, rastu s dobi. Predadolescenti provode oko sat vremena tjedno s osobom suprotnog spola. Do 17. godine dječaci provode prosječno 5 sati tjedno s djevojkama, a djevojke prosječno provedu 10 sati tjedno s dječacima. Također, do 17. godine djevojke i dječaci provedu prosječno 5-8 sati misleći na osobu/e suprotnog spola. Uz to, partneri pružaju izvor podrške za mlade. (Furman, 2002). Ipak, mladi variraju po pitanju godina kada započinju s izlascima na spojeve te iskustvima jednom kada to započnu. Interakcije mladih se, u ranoj adolescenciji, svode na druženje s osobama istoga spola. Nakon toga započinju razmišljati o osobama suprotnog spola i, eventualno, izlaziti s njima. Zatim, nakon nekog vremena, interakcije sa suprotnim spolom prerastaju u zajedničke aktivnosti te, naposljetku, veze.

Emocije vezane za romantične odnose, bilo da se radi o maštanju o partneru, stvarnom odnosu s partnerom ili potencijalnoj vezi, su jake te mogu biti pozitivne (sreća, uzbuđenje) ili negativne (ljubomora, tuga, ljutnja) (Seffge-Krenken, 2003). Negativne emocije vezane za romantične odnose ne mogu biti izbjegnute tako da se ne upušta u romantičan odnos. Adolescenti provode jako puno vremena razmišljajući i razgovarajući o romantičnim odnosima, bilo da se radi o prošlim vezama ili budućim, čak i ako u tom trenutku adolescenti nisu u vezi.

Romantični odnosi pomažu adolescentima da rade na nekim od razvojnih zadataka, poput razvoja emocionalne autonomije, odnosno samostalnosti i neovisnosti te razvoju identiteta. Također, romantični odnosi pomažu adolescentima da razviju neke vještine na koje će se kasnije

moći osloniti te koje im mogu pomoći kasnije u životu. Te vještine su: reguliranje vlastitih emocija, komunikacija i interpersonalne vještine te intimnost (Collins, 2003). Osim prilika za razvoj koje romantični odnosi donose, oni također donose i neke izazove. Jedan od njih je rizik da se izoliramo od prijatelja i svega drugoga što nas okružuje. Popustiti želji da budemo sami dovodi do toga da nas preplave emocije. S druge strane, postoji rizik da postanemo posesivni i da drugoga zatvorimo u svoje granice. Na taj način stvara se iluzija zaljubljenosti u drugoga, dok je zapravo ta zaljubljenost okrenuta prema nama samima. Može se također dogoditi da zavolimo više uzbuđenja koje drugi bude u nama nego li tu osobu i vrijednosti koje ona u sebi donosi. Drugi postane predmet koji se može posjedovati i kojim se upravlja te se takve veze prekidaju kako bi se ostvarila druga iskustva (Boscato, Giordano, Lasconi, 2001). Adolescenti se nalaze pred tim izazovima zbog nekih od slijedećih razloga:

- a) Neiskustvo: adolescenti imaju vrlo malo ili nimalo iskustva u razvoju neke romantične veze. Postoje dokazi da je formiranje prvog romantičnog odnosa osobito stresno. Neiskustvo može donijeti strah od nepoznatog te neznanje o tome što očekivati, što je normalno, a što nije. Adolescent koji nije bio u vezi nikad prije nema iskustva koja su mu potrebna da bi riješio neki problem u vezi. To također može biti problematično kada dolazi do prekida i suočavanja s istim.
- b) Dob i stadij razvitka: u određenoj dobi i stadiju osobnog razvitka adolescenti mogu doživljavati posebno izazovnim i stresnim stupanje u romantične odnose. Na primjer, ako se njihov identitet još razvija oni su još ranjiviji i osjetljiviji na negativna iskustva u romantičnim odnosima i prekide koji mogu uzrokovati negativnu sliku o sebi. Također, ako im se mozak još razvija, adolescenti mogu imati poteškoće sa procesiranjem posljedica svojih postupaka te sa regulacijom svojih emocija, a to su sve vještine koje su potrebne za održavanje romantičnog odnosa.
- c) Učinak koji romantični odnosi mogu imati na druge odnose: ulazak romantičnog partnera u već postojeću grupu prijatelja koju adolescent ima može uzrokovati stres i promjenu. Primjerice, adolescenti mogu prestati provoditi vrijeme s bliskim prijateljima kako bi se više mogli posvetiti partneru što može utjecati negativno na njihov odnos s prijateljima. To može uzrokovati krivnju kod adolescenta koji je u vezi te ljutnju i ljubomoru kod njegovih/njezinih prijatelja. To može utjecati na lošiju kvalitetu prijateljstva te čak može uzrokovati i kraj istoga. Isto se može primijeniti i na obitelj. Adolescenti koji su u vez provode manje vremena s obitelji. Zanemarivanje drugih odnosa (prijateljstvo, obitelj) zbog romantičnog odnosa može dovesti do konflikta u adolescentu, odnosno unutarnjeg sukoba. Roditelji također mogu osjećati konflikt u vezi toga da je njihov

adolescent snažno privržen svom partneru/ici, dok je adolescentima teško pronaći balans da se posveti partneru/ici, a da i dalje ostane privržen roditeljima i poštuje njihove želje i potrebe.

Na kvalitetu romantičnog odnosa značajnog utjecaja ima rano iskustvo adolescenata o njihovim bliskim odnosima, prvenstveno s roditeljima i partnerima, koje se povećava s dobi (Ajduković, Low, Sušac, 2011). U ranoj i srednjoj adolescenciji je ta povezanost mala jer je tada i privrženost u odnosima mala. Obično se u literaturi navode tri stila privrženosti u romantičnim odnosima (Ajduković, Low, Sušac, 2011) :

1. Sigurna privrženost.
2. Anksiozno-izbjegavajuća privrženost.
3. Anksiozno-ambivalentna (preokupirajuća) privrženost.

Sigurna privrženost povezana je s većim zadovoljstvom u romantičnoj ili bračnoj vezi te s većim samopoštovanjem, dok je preokupirajuća privrženost povezana s manjim zadovoljstvom u romantičnoj vezi, s depresivnošću i nižim samopoštovanjem (Smojver-Ažić, Jakočević, 2006).

Osim što romantični odnosi adolescenata ovise o ranijim odnosima s roditeljima, oni su također pod utjecajem roditeljskih zahtjeva i očekivanja koji su kulturalno zasnovani. Također, adolescenti se razlikuju u vremenu stupanja u romantične odnose s obzirom na to jesu li sa sela, iz manjih ili iz većih gradova. Važno je napomenuti da u romantičnim odnosima mladi nerijetko razvijaju stil odnosa kakav imaju u prijateljskim vezama. Za razliku od prijateljskog odnosa romantični se postupno transformira u smislu sve veće predanosti i kreiranja uvjeta za sve veću bliskost.

#### **4.1. Romantični odnosi i razvoj identiteta**

Prema Ericksonu (1968), ključni razvojni zadatak je razvoj identiteta. On pruža temelj za zdrave romantične, ali i obiteljske i prijateljske veze u odrasloj dobi (Furman, Bradford Brown, Feiring, 1999). Tijekom rane adolescencije mladi stvaraju sliku o sebi pomoću toga kako ih vide značajni drugi (odnosno majke, očevi, prijatelji, romantični partneri i drugi). Ponekad različita

mišljenja značajnih drugih interferiraju te se adolescent nađe u situaciji kada je njegova slika o sebi konfliktna. U srednjoj adolescenciji mladi počnu uviđati takve kontradiktorne slike o sebi te počinju razrješavati konflikte o vlastitom identitetu, što općenito naprave do kasne adolescencije (Lebdina-Manzoni, Lotar, 2011). Tada su sposobni stvoriti koherentnu sliku o tome tko su te stvore integriranu ličnost.

Romantični odnosi mogu djelovati na stvaranje vlastitog identiteta adolescenta na dva načina (Furman, Bradford Brown, Feiring, 1999). Prvo, adolescenti stvaraju zasebnu percepciju sebe u romantičnom okruženju. Oni imaju različite slike o sebi i sheme o sebi kada su sa svojim bliskim prijateljima i romantičnim partnerima. To možemo nazvati romantičnim načinom samopoimanja. Ono je povezano s time ima li adolescent romantičnu vezu i kakvom je doživljava. Ukoliko je adolescent u romantičnom odnosu i doživljava ga zadovoljavajuće i ispunjavajuće, on će tada sebe percipirati pozitivno u romantičnoj domeni te izgraditi pozitivnu sliku o sebi. S druge strane, oni koji su imali loša iskustva u vezama, mogu imati nisko samopouzdanje u svoju sposobnost privlačenja osobe suprotnog spola te se mogu osjećati manje privlačnima i poželjnima. Drugo, romantična iskustva i romantičan način samopoimanja može utjecati na cjelovito samopoštovanje. Pokazano je da je romantično samopoimanje povezano sa samopoimanjem u drugim domenama. Primjerice, ukoliko mladi dožive nasilje u vezama, to može utjecati na njih negativno, tako da nemaju samopoštovanja i imaju osjećaj kao da ne vrijede ništa (Furman, Bradford Brown, Feiring, 1999).

Razvoj identiteta rezultira postavljanjem religioznih i moralnih vrijednosti, političke ideologije, stavova o karijeri i slično. Romantični odnosi mogu obuhvatiti sve navedeno. Erickson (1968.) smatra da je adolescentska ljubav način da mladi projiciraju svoj identitet na partnera te refleksijom uvide svoj identitet preko druge osobe (Collins, 2003). S druge strane, ponekad romantični odnosi mogu sakriti razvoj identiteta i staviti ga u drugi plan. Primjerice, roditeljstvo (što može biti posljedica romantičnih odnosa) ima veliki utjecaj na identitet osobe zbog nametanja novih odgovornosti i obaveza koje sa sobom donosi. Ne postoji mnogo empirijskih podataka o tome na koji način romantični odnosi utječu na samopoštovanje osobe, no navedene su neke spekulacije koje treba dodatno empirijski istražiti. Preporučljivo je i ispitati ulogu spola u formiranju identiteta te kako romantični odnosi interferiraju sa spolom u formiranju identiteta adolescenta.

## 4.2. Utjecaj sramežljivosti na romantične odnose

Sramežljivost je u prvom redu uzrokovana velikom kompetitivnošću društva. Relativno su dobro poznati i utvrđeni okolinski i genetski utjecaji na razvoj sramežljivosti. Takozvana prva sramežljivost javlja se između treće i četvrte godine s razvojem samosvijesti (Zarevski, 1992). Ona potencijalno raste u ranoj adolescenciji. Naime, to je pojava kada se iz grupa pretežno istog spola treba "ohrabriti" i pokušati zakazati sastanak s osobom suprotnog spola. Takvo ostvarivanje kontakta s osobom suprotnog spola zahvaća niz različitih aktivnosti koje uključuju izlaske pa sve do ostvarivanja dužih romantičnih veza, preko izbora spolnog partnera pa sve do izbora bračnog partnera.

Izlasci s osobama suprotnog spola su od velikog značaja za adolescente. Oni utječu na normalan razvoj adolescenta, kao i na kasniji uravnotežen i ispunjen život. Usprkos želji i potrebi za ostvarivanjem takvog kontakta, postoje osobe koje usprkos naporima to ne uspijevaju ostvariti. Jedan od psiholoških razloga, koji je broj jedan, je sramežljivost (Zarevski, 1992). Znanstvenici su utvrdili poseban izraz za sramežljivost koja je tolikog intenziteta da onemogućava ljudima čak i zakazivanje samog izlaska i prilazak osobi suprotnog spola, a to je "dating anxiety" (Zarevski, 1992). Ta vrsta anksioznosti blokira normalno komuniciranje s osobom suprotnog spola ako i dođe do sastanka, što zatim čini tu vrstu tjeskobne sramežljivosti još većom. Zbog takvog utjecaja sramežljivosti na socijalan život adolescenta, mnogi istraživači su se bavili upravo tom temom. Pronašli su negativnu povezanost između sramežljivosti broja partnera, prijatelja, frekvencije sastanka i zadovoljstvo njima. Također je pronađena veća negativnost kod muškaraca nego kod žena (Zarevski, 1992). To se objašnjava tako što je inhibitorni efekt sramežljivosti na uspostavljanje socijalnih kontakata veći kod muškaraca. Naime, od njih se većinom očekuje da prvi istupe i pokažu svoje namjere za izlascima prema osobi suprotnog spola, odnosno ženi. Uz to, velik broj istraživača ukazuje na povezanost između sramežljivosti i usamljenosti. No, utvrđeno je da je veći negativni učinak sramežljivosti na uspostavljanje poznanstva i prijateljskih veza nego na romantični i obiteljski život (Zarevski, 1992). To objašnjavaju činjenicom da i sramežljivi kad-tad uđu u romantičnu vezu te iz nje izlaze rjeđe, odnosno nastoje ju sačuvati kako opet ne bi morali proći kroz potragu za partnerom.

Trend razvoja sramežljivosti je sličan kod oba spola, odnosno ne razlikuje se značajno s obzirom na spol. Ona je osobito jaka u ranoj adolescenciji što se povezuje s razvojem samosvijesti

i identiteta adolescenata. No, ako se sramežljivost pojavljuje u kasnoj adolescenciji, (studenti) ona predstavlja prepreku za ostvarivanje emocionalnih odnosa s osobama.

### **4.3. Seksualni identitet**

Važan dio cjelokupna čovjekova identiteta je i seksualni identitet – svijest o osnovnoj biološkoj prirodi i prihvaćanje te svijesti (Conger, 1986). Budući da je biološki spol nešto što čovjek ne može promijeniti, konflikt seksualnog identiteta lako može izazvati znatne probleme u razvoju pouzdanog i sigurnog ukupnog identiteta. Na početku, bitno je razlikovati seksualni identitet i seksualno ponašanje. Prikladno se ponašati kao muškarac ili žena ne znači kruto pridržavanje stereotipa. Nema nikakvog biološkog i stvarnog razloga da i muškarac i žena ne bi mogli biti nezavisni, ali i nježni i osjetljivi. Dapače, androgenost muškaraca i žena se povezuje sa većim zadovoljstvom u životu i ostvarenim vezama. Nadalje, spol se određuje rođenjem, a nakon rođenja, u interakciji s okolinom, razvijaju se psihološke karakteristike i spolno ponašanje. U pubertetu i adolescenciji cijela priča sa spolnim identitetom se zaokružuje i završava. Bit će razmotrena psihoanalitička teorija seksualnog razvoja te roditeljska uloga u razvoju seksualnog identiteta adolescenta.

Na pitanje kako roditelji utječu u formiranju spolnog identiteta svoje djece mnogi su pokušali naći odgovor. Utvrđeno je da očevi više pridonose spolnom identitetu od majki jer se drugačije ponašaju prema djevojčicama, a drugačije prema dječacima (Batašić, 1995). Zbog toga je prisutnost oca ključna. Djevojčici je otac prvi muškarac u životu koji svojim ponašanjem prema njoj i majci potiče ženstvenost, a ponašanjem prema sinu muškost. Utjecaj majke manje je jasan jer je njezin odnos s djecom puno dublji i složeniji. Otac potiče individuaciju i odvajanje od majke i na taj način potiče osamostaljenje djece (Batašić, 1995). Koliko god je važno očevo ponašanje prema kćeri, toliko je kćeri važno i majčino ponašanje, odnosno koliko je ona zadovoljna svojim mužem, djevojčinim ocem. Važan je, dakle, očev pozitivan odnos prema majci. Tako otac višestruko utječe na kćerinu ženstvenost i identitet. Kćeri koje su imale dobar odnos s očevima zrelije su u kasnijem spolnom životu. Odnos u kojem je majka dominantna, a otac pasivan, nema ulogu u kćerinu životu, ali može utjecati na sinov život i razvoj njegove muške identifikacije. S druge strane, djevojke koje su odrastale bez oca imaju teškoće pri uklapanju u društvo i u odnosima s muškarcima. Smatra se da nježan odnos s ocem sprječava kćerino agresivno i odbijajuće

ponašanje u odrasloj dobi. Topli očevi osjećaji koji nagrađuju kćerinu ženstvenost potiču njezino socijaliziranje i stjecanje vještina nužnih za osjećajne odnose s muškarcima kasnije u životu. Zato je također važno kako majka prikazuje odsutnog oca; idealizira li ga, demonizira ili realno prikazuje. Za dječake je također važna prisutnost oca jer njegova odsutnost može otežati spolnu identifikaciju – posebno to vrijedi za dječake u predadolescenciji i osobito ako se separacija od oca dogodila prije 5. godine života dječaka. Među djecom čiji su očevi poginuli u ratu javlja se slika ratnika u mašti s kojom se djeca poistovjećuju. Također nije svejedno je li otac umro ili su se roditelji razveli. Djevojke čiji su očevi umrli sklonije su djevojačkim društvima, a one čiji su se roditelji razveli sklonije su druženju s mladićima. Uz to, češći su problemi u ponašanju djece razvedenih roditelja (Conger, 1986).

Kada govorimo o razlikama među spolovima, iz još nedovoljno determiniranih razloga, mladići su puno svjesniji seksualnih nagona od djevojaka te im je puno teže suspregnuti ih (Conolly, Craig, Goldberg, Pepler, 2004). Spolni je nagon u djevojaka obično raspršeniji i slojevitiji, isprepleten s drugim potrebama poput potrebe za ljubavlju, samopoštovanjem, odobravanjem i naklonošću. Mnogim mlađim adolescenticama je puno lakše poricati i suspregnuti spolni nagon nego adolescentima (Conolly, Craig, Goldberg, Pepler, 2004). Dakako, postoje i iznimke. Postoje djevojke koje su jednako, ako ne i više, zaokupljene seksom kao i mladići. Za neke djevojke to je prirodna reakcija. U drugim slučajevima, ono što na prvi pogled izgleda kao žestoka seksualna aktivnost, zapravo je traganje za ljubavlju, priznanjem, odobravanjem ili je pak izraz pobune i ogorčenja (Batašić, 1995).

#### **4.4. Homoseksualnost**

O romantičnim odnosima osoba homoseksualne i biseksualne orijentacije ne zna se puno, ali pretpostavlja se da su ponešto drugačiji te da se razvijaju na drugačiji način od heteroseksualnih veza. Neodobravanje od strane društva, roditelja ili heteroseksualnih kolega i prijatelja može snositi negativne posljedice na mlade homoseksualne i biseksualne orijentacije. Takvi mladi najčešće u početku, zbog problema s društvom i neprihvatanja, hodaju s osobama suprotnog spola



poput heteroseksualnih osoba. Takve veze, naime, mogu biti i korisne tako da osobe postanu sigurne u svoju seksualnu orijentaciju te ju priznaju i objave drugima.

Poznati istraživač seksualnog ponašanja Kinsey (1969.) ističe da se seksualna orijentacija treba promatrati kao kontinuum od isključive heteroseksualnosti preko biseksualnosti do isključive homoseksualnosti (Lacković-Grgin, 2005). Pri tome homoseksualnost znači trajnu preferenciju intimnosti i bliske veze s osobama istoga spola, ali i jedan od stupnjeva spolnog sazrijevanja. Promotrit će se dvije najznačajnije teorije u objašnjavanju homoseksualnosti, a to su psihoanalitička i biološka.

Psihoanalitička teorija naglašava da je homoseksualnost rezultat fiksacije na ranije stadije razvoja u smislu usmjerenosti seksualnih želja prema neprikladnom objektu, odnosno osobi istoga spola (Lacković-Grgin, 2005). Ta nezrelost je posljedica loših odnosa s roditeljima. Zbog toga što primarna naklonost djeteta osobi istoga spola može biti neodobravana ili kažnjavana, dijete će se identificirati s osobom istoga spola i tako razviti trajnu homoseksualnu orijentaciju. Malo je empirijskih dokaza ove teorije, no neke osobe homoseksualne orijentacije tvrde da su ih istospolne osobe u djetinjstvu traumatizirale, što se može navesti kao dokaz ovoj teoriji.

Biološka teorija homoseksualnost objašnjava u terminima genetskih faktora, prenatalnih faktora i endokrinih faktora (Lacković-Grgin, 2005). Prethodna istraživanja usmjerila su se na prenatalnu njegu i brigu kao uzrok homoseksualnosti, no nisu urodila plodom. Novija istraživanja usmjerena su na anatomiju i funkciju mozga. Pronađeno je da se neke stanice anteriornog dijela hipotalamusa značajno razlikuju kod osoba heteroseksualne i homoseksualne orijentacije. Biološka istraživanja se, uz navedeno, oslanjaju i na hormonalnu ravnotežu. Ona upućuju na eventualne razlike u razinama testosterona homoseksualnih i heteroseksualnih muškaraca i žena.

Obje teorije imaju mnoge nedostatke i nedorečenosti. Treba naglasiti da ulogu ima i učenje te rana iskustva kako nalaže i psihoanalitička teorija. Nemoguće je homoseksualnost objasniti jednoznačnom teorijom, bar ne prema dosadašnjim istraživanjima.

## **5. Utjecaj romantičnih odnosa na život adolescenata**

Do srednje i kasne adolescencije adolescenti provode sve više vremena sa svojim partnerima, oni postaju sve važniji te se tako polako probijaju na prvo mjesto ispred obitelji i prijatelja. Iz toga razloga adolescenti za obitelj i prijatelje odvajaju manje vremena i pažnje. Stoga, kada adolescenti započnu svoje romantične odnose, dolazi do transformacije obiteljskih i prijateljskih odnosa.

### **5.1. Transformacija obiteljskih i prijateljskih odnosa**

Kroz adolescenciju događaju se mnoge promjene u odnosima s roditeljima i bližnjima. Konflikti i neslaganja su sve češća. Većina adolescenata će na kraju postati autonomni i njihova obitelj će to prihvatiti, no taj proces ne teče glatko (Furman, 2002). Roditelji i adolescenti imaju drugačija očekivanja jedni od drugih, a ta očekivanja nisu uvijek realna i ispunjiva. Takva razlika može dovesti do promjene odnosa roditelja i adolescenta. Toj transformaciji mogu doprinijeti i romantični odnosi. Oni doprinose na već spomenuti način da adolescenti provode manje vremena s obitelji, a više s partnerom. Također, romantični odnosi mogu biti izvor konflikta. Roditelji mogu ne odobravati izbor partnera adolescenta ili pak mogu smatrati da je prerano da se adolescent upušta u romantične odnose. Također, roditelji žele više kontrole nad izborom romantičnog partnera svog djeteta zbog mnogih rizika koje nezadovoljavajuće veze donose, a to adolescenti ne mogu shvatiti i prihvatiti. Dokazano je da adolescenti koji su u vezi češće stupaju u konflikte s obitelji i prijateljima od onih koji nisu u vezi. Čak i ako romantični odnosi adolescenta nisu uzrok konflikta, oni i dalje mogu donijeti sa sobom pomiješane osjećaje roditelja. Primjerice, oni mogu biti sretni što je njihovo dijete u zadovoljavajućem romantičnom odnosu, ali u isto vrijeme i ljubomorni jer oni više nisu na prvom mjestu u životu svoga djeteta. Isto vrijedi i za prijateljski odnos. To se najčešće riješi kako adolescenti odrastaju te raste međusobno poštovanje i podrška.

### **5.2. Planiranje karijere i školski uspjeh**

U srednjoj adolescenciji mladi najčešće prelaze iz osnovne u srednju školu, dok u kasnoj odlaze na fakultete ili se zapošljavaju. Prijatelji i partneri mogu pozitivno ili negativno utjecati na školski uspjeh, obrazovanje i planiranje karijere. Nije poznato kakav utjecaj imaju specifično romantični odnosi na navedeno te se njihov utjecaj opisuje u okviru grupe vršnjaka i prijatelja.

Rano započinjanje romantičnih odnosa je povezano s lošijim školskim postignućem. Točnije, romantična iskustva i seksualna aktivnost je negativno povezana s akademskim postignućem (Furman, 2002). Jedno od mogućih objašnjenja toga nalaza je da adolescenti koji imaju lošiji školski uspjeh prije ulaze u romantične odnose. S druge strane, neki smatraju da samo uplitanje u romantične odnose smanjuje školski uspjeh. Ta veza nije u potpunosti objašnjena i determinirana. Još jedno od mogućih objašnjenja je da je vrijeme koje adolescent provede s partnerom potrebno uložiti u pisanje zadaće ili učenje. Također, neki romantični partneri mogu biti usmjereni na učenje i imati dobro školsko postignuće te tako poticati adolescenta da i on/ona bude bolji/bolja u školi.

Romantični partneri, također, mogu utjecati i na izbor karijere adolescenta. Njihov utjecaj se može očitovati u izboru studija prema lokaciji. Primjerice, mladi pri odlučivanju na koji će studij poći mogu uzeti u obzir koji studij pohađa njihov partner ili partnerica. Slično tome, neki se mogu vjenčati pa stoga odustati od karijere i započeti raditi kako bi postali financijski neovisni od roditelja i kako bi mogli započeti bračni život s romantičnim partnerom.

Zaključno, iako se u literaturi (Furman, 2002.) mogu naći empirijski podatci da romantični odnosi imaju negativan utjecaj na školski uspjeh i planiranje karijere, to nije nužno tako. U nekim slučajevima romantični partneri mogu poticati adolescenta na rad i bolje školsko postignuće, kao i napredovanje u karijeri.

## **6. Romantični odnosi i Internet**

Mlade generacije iz dana u dan sve više koriste Internet. Današnji adolescenti su odrasli uz Internet te ga vjerojatno intenzivno koristili i u djetinjstvu. Stoga možemo reći da su nove generacije adolescenata cyber generacije. Iz toga razloga, osim korištenja interneta u edukativne i zabavne svrhe, adolescenti koriste Internet i za uspostavljanje raznih kontakata s drugim korisnicima.

U slijedećim poglavljima raspravljat će se nešto više o tome kakav utjecaj uporaba Interneta i društvenih mreža ima na romantične odnose. Kako izgledaju odnosi koji su zasnovani na Internetu te kako se osobe u romantičnom odnosu ponašaju na društvenim mrežama.

## 6.1. Zavodenje i veze preko Interneta

8% američke mladeži je našlo kratkoročnog ili dugoročnog romantičnog partnera preko Interneta (Lenhart, Smith, Anderson, 2015). Upoznavanje je, prema mladima, lakše na Internetu nego "oči u oči". Zbog toga mnogi mladi, ako i sretnu nekoga osobno, učine prvi korak k upoznavanju na Internetu.

Od društvenih mreža koje igraju ulogu u upoznavanju i uspostavljanju kontakta s romantičnim partnerom, Facebook je najznačajniji. Slijede ga Twitter, Kik te ostale stranice koje se upotrebljavaju za igranje igrice ili specifično za online upoznavanje partnera (Lenhart, Smith, Anderson, 2015). Mladi najčešće navode da preko Facebooka ili ostalih spomenutih mreža kontaktiraju osobu koja je prijatelj od zajedničkog prijatelja. Na taj način im je lakše uspostaviti kontakt i otvoreno komunicirati. Većina mladih koja uspostavi kontakt s željenom osobom za koju je zainteresirana da bude u romantičnom odnosu ubrzo uspostavi kontakt i osobno. Mnogi adolescenti koriste društvene mreže kao način da se priđe željenoj osobi i da ju se pita za izlazak.

Mladi, dakle, koriste društvene mreže kako bi tražili romantičnog partnera te kako bi ga kontaktirali. U tome ih privlači anonimnost Interneta, no tu je potrebno biti vrlo oprezan. Mnogi adolescenti koriste internetske sadržaje koji su za njih neprimjereni i to tako da njihovi roditelji ne znaju za to. Prosječna dob adolescenata koji koriste online stranice za upoznavanje je oko 15 godina, što je vrlo alarmantno budući da se radi o maloljetnicima koji bi trebali koristiti Internet isključivo uz roditeljski nadzor (Lacković-Grgin, 2005). Neki od njih uspostavljaju bliske, pa i romantične odnose na internetu. Znatno više djevojčica uspostavlja takve odnose od dječaka (Conolly, Craig, Goldberg, Pepler, 2004)

Naime, pokazalo se da su oni koji imaju bliski online odnos, za razliku od onih koji ga nemaju, znatno više turbulentni, buntovni te da se češće sukobljavaju s roditeljima (Lenhart, Smith, Anderson, 2015). Oni također i manje komuniciraju s roditeljima, a imaju i višu stopu delikventnog ponašanja. Međutim, nije točno reći da su mladi turbulentni, buntovni i delikventniji zbog online bliskih odnosa. Na to, naime, utječu neki drugi faktori poput viktimizacije od strane vršnjaka što utječe i na depresivnost. Zbog toga mladi bježe iz stvarnog svijeta i okreću se online svijetu i u nemogućnosti uspostavljanja zadovoljavajućih odnosa u realitetu, uspostavljaju ih

online. Upravo iz tih razloga su takvi mladi ranjiviji na pokušaje eksploatacije od strane drugih korisnika, oni od online odnosa previše očekuju, skloni su nerealnim procjenama te kada sretnu korisnike s kojima su u online bliskom odnosu "oči u oči" izjavljuju da su oni drugačiji nego su ih zamišljali.

S obzirom na rasteći broj mladih koji koriste Internet te sve više upoznaju njegove blagodati, može se očekivati da će trend uspostavljanja bliskih odnosa putem Interneta porasti.

## **6.2. Ponašanje na društvenim mrežama i romantični odnosi**

Slijedeća zanimljiva tema o kojoj valja govoriti kada spominjemo romantične odnose adolescenata i Internet je kako adolescenti uklapaju društvene mreže u svoj romantični odnos. U jednom američkom istraživanju pronađeno je da mladi sa svojim romantičnim partnerom najčešće kontaktiraju preko poruka i poziva, a tek nakon toga slijedi osobni kontakt. Uz to, pronađeno je da 70% vremena provedu postavljajući intimne informacije i slike o svojoj vezi na Internet, odnosno društvene mreže (Lenhart, Smith, Anderson, 2015). Još jedan od načina provođenja zajedničkog vremena s romantičnim partnerom je i igranje video igrice.

Stariji adolescenti provode ipak nešto više vremena sa svojim romantičnim partnerom osobno, odnosno izlazeći na spojeve i organizirajući zajedničke aktivnosti, nego na društvenim mrežama, iako društvene mreže i dalje igraju veliku ulogu u romantičnom odnosu. One predstavljaju lakši način komuniciranja kada osobe nisu zajedno. Postavljanje zajedničkih fotografija i sličnih sadržaja na društvene mreže također opada s dobi adolescenta, no ono i dalje postoji.

Kada govorimo o razlikama u spolu, i muškarci i žene na slične načine provode vrijeme sa svojim romantičnim partnerom. Drugačije rečeno, ne postoji statistički značajna razlika u spolu (Conolly, Craig, Goldberg, Pepler, 2004).

## **6.3. Prekidi i društvene mreže**

Neki mladi koriste društvene mreže za nadziranje romantičnog partnera (Lenhart, Smith, Anderson, 2015). Oni traže lozinke za društvene mreže svojeg partnera te provjeravaju, van znanja partnera, tko s njima razgovara. To može biti razarajuće za vezu te može dovesti do prekida iste. Dakle, u ovom dijelu teksta govorit će se o tome što se događa na društvenim mrežama nakon što adolescenti prekinu romantičan odnos.

Kada govorimo o načinu prekida, većina mladih se i dalje slaže da je najprihvatljiviji način prekida veze osobno, a da prekid preko poziva i poruke nije idealno rješenje te izjavljuju da to ne prakticiraju (Lenhart, Smith, Anderson, 2015). Nakon što se veza prekine, društvene mreže mogu otežati prekid osobama koje su svoju vezu objavljivale preko Interneta, postavljale zajedničke fotografije i slično. Većina izjavljuje da izbrišu sve objave koje imaju veze s njihovim bivšim romantičnim partnerom. Mnogi se slažu u tome i smatraju to prihvatljivim. Također, djevojke češće brišu dokaze postojanja veze na društvenim mrežama od mladića. To je jedan od ljepših načina završavanje online priče s romantičnim partnerom. Neki mogu objaviti neprimjerene sadržaje o svom bivšem romantičnom partneru te mu/joj na taj način naštetiti.

U svakom slučaju, treba biti oprezan kada i kako javno objavljivati romantičan odnos na društvenim mrežama, a to bolje polazi za rukom starijim no mlađim adolescentima.

## **7. Negativne strane romantičnih odnosa**

Ne može se generalizirati jesu li romantični odnosi dobri ili loši za adolescenta. Postoje mnoge koristi, ali i rizici upuštanja u romantične odnose koji se često pojavljuju zajedno. Pozitivne strane romantičnog odnosa su: razvoj samostalnosti, identiteta, komunikacije, interpersonalnih vještina, regulacije emocija i slično; dok negativni učinci uključuju anksioznost, socijalnu neprilagođenost, patnju zbog prekida, zlostavljanje u odnosu, upotrebu supstanci, neželjene trudnoće te mnoge zarazne spolne bolesti.

U ovom dijelu rada razmotrit će se slijedeće negativne strane romantičnih odnosa: usamljenost i prekidi, neželjene trudnoće i spolne bolesti te nasilje u vezama.

## **7.1. Usamljenost i prekidi**

Jedan od negativnih učinaka romantičnih odnosa je usamljenost (Collins, 2003). Ona se najčešće definira kao neugodno emocionalno i motivacijsko stanje koje proizlazi iz nemogućnosti zadovoljenja potrebe za intimnošću, ljubavi i pripadanjem (Lacković-Grgin, 2005). Usamljenost nije sinonim za socijalnu izolaciju, jer osoba može biti sama, ali ne i usamljena i obrnuto. Često je socijalna izolacija čimbenik koji utječe na osjećaj usamljenosti. Usamljenost je univerzalno ljudsko iskustvo, no najčešće se pojavljuje, suprotno vjerovanjima da se pojavljuje u kasnoj odrasloj dobi, u adolescenciji i ranoj odrasloj dobi. Postoje mnogi modeli po kojima se ispituje usamljenost. Višedimenzionalni uključuju kognitivne, ponašajne, emocionalne i socijalne aspekte, od kojih je u adolescenciji pronađeno najviše socijalnih, kognitivnih i ponašajnih aspekata usamljenosti (Lacković-Grgin, 2005). Prema jednodimenzionalnim modelima pronađeno je da je usamljenost najviše povezana sa samopoštovanjem i to negativno (Lacković-Grgin, 2005). Također je, prema jednodimenzionalnom modelu, suprotno očekivanjima, pronađeno da su mladići usamljeniji od djevojaka. Prekidi i izostanak romantičnih odnosa uzrokuju osjećaj odbačenosti i usamljenosti, pogotovo ako je druga osoba ta koja želi kraj romantičnog odnosa.

Naposljetku, može se reći da se uzroci usamljenosti grupiraju u tri klastera varijabli, a to su: deficit interpersonalnih veza, stresni događaji i osobne varijable. Pod osobnim varijablama navode se: emocionalna i socijalna neadekvatnost, strah od intimnosti, nisko samopoštovanje, deficit socijalnih vještina i tjelesni nedostaci (Collins, 2003).

## **7.2. Neželjena trudnoća i spolne bolesti**

Neodgovorno spolno ponašanje u adolescenciji može imati neposredne i dugoročne posljedice. Najčešće neposredne posljedice su neželjena trudnoća i spolno prenosive infekcije, a dugoročne kronične upalne bolesti, teškoće zanošenja te zloćudne i za život opasne bolesti (Kuzman, 2009). Rizični čimbenici koji mogu pridonositi razvoju posljedica i komplikacija jesu rano započinjanje seksualnog života, veći broj partnera te neuporaba kondoma.

Spolno ponašanje u adolescenciji je pod utjecajem, ne samo spola, već i društvenog okruženja koje uključuje socioekonomske odrednice te općenite značajke i odnose u društvenoj zajednici.

Postoje trendovi k sve ranijem započinjanju seksualnog života, ali i sve kasnijem stupanju u brak što povećava predbračne spolne odnose, čime može doći do neželjenih trudnoća tinejdžera. U gotovo svim zemljama svijeta seksualna aktivnost i za muškarce i za žene počinje u razdoblju od 15 do 19 godina, odnosno kasnim tinejdžerskim godinama (Kuzman, 2009). Vršnjačke skupine imaju veliku ulogu u kreiranju normi ponašanja adolescenata pa tako imaju utjecaj i na seksualno ponašanje. Različita istraživanja su pokazala da rano seksualno iskustvo u adolescenciji nije izoliran događaj te je povezan s ostalim rizičnim ponašanjima koja za posljedicu imaju neposredne i dugoročne posljedice. Dokazano je da za mlade koji su skloni zlouporabi alkohola i drugih psihoaktivnih supstanci postoji veći rizik za upuštanje u rane seksualne odnose (Kuzman, 2009). Prethodna istraživanja su analizirala i druge čimbenike koji utječu na rano stupanje u spolne odnose. Za djevojčice ona su: nezadovoljstvo vlastitim zdravljem i životom te učestalost psihosomatskih simptoma (glavobolja, razdražljivost, bezvoljnost, potištenost, teškoće s usnivanjem, bol u trbuhu i leđima te vrtoglavica), dok za dječake ti čimbenici nisu imali utjecaja. Za djevojčice također postoji povezanost ranog stupanja u spolne odnose i loše komunikacije i odnosa s roditeljima (Kuzman, 2009). Popularnost među vršnjacima je, naime, prediktor i za djevojčice i za dječake. Postoji još jedan važan prediktor za rano stupanje u spolne odnose za djevojke, a to je rano sazrijevanje. Prerani pubertet u djevojaka još više ističe nerazmjer između tjelesne, psihičke, emocionalne i socijalne zrelosti te čini djevojke ranjivima i podložnima nepotrebnom samodokazivanju. Za takve djevojke koje prerano sazriju nije povećana samo vjerojatnost ranog stupanja u spolne odnose, već i rizik od drugih rizičnih ponašanja (Ausfelder, 2008).

Pri stupanju u spolne odnose važno je imati na umu informacije o zaštiti od spolnih bolesti i neželjenih trudnoća. Upotreba kontracepcijskih sredstava i zaštite za prenosive bolesti uvelike ovisi o informiranosti mladih te je potrebno to uzeti u obzir pri sastavljanju preventivnih programa.

### **7.3. Nasilje u romantičnim odnosima**

Problem nasilja u vezama raširen je, kako kod odraslih osoba, tako i kod adolescenata. Nasilje u vezi povezano je sa zadovoljstvom vezom, ali i s mentalnim zdravljem mladića i djevojaka (Dodaj, Sesar, 2014). Osobe koje u adolescenciji dožive nasilje s partnerom imaju znatno veći rizik da budu viktimizirane i u odrasloj dobi i kasnijim vezama. Postoje tri vrste nasilja u vezama koje će biti ukratko opisane: psihičko, fizičko i seksualno zlostavljanje (Dodaj, Sesar, 2014).



Psihičko zlostavljanje uključuje vrijeđanje, ponižavanje, kritiziranje, zastrašivanje prekidom veze ili stvaranje osjećaja krivnje, namjerno uzrujavanje partnera, verbalne i emocionalne prijetnje, izolaciju od prijatelja i obitelji, nazivanje različitim pogrđnim imenima i govorenje uvredljivih riječi te kontroliranje odijevanja, ponašanja i kretanja (Ajduković, Ručević, 2009). Ono također uključuje postupke koji narušavaju samopoštovanje osobe te postupke zbog kojih žrtva misli loše o sebi i osjeća se krivom ili ludom. Često se kao sinonim može naći i emocionalno zlostavljanje zbog emocionalne boli koju žrtva osjeća zbog takvog ponašanja. Uz navedeno, psihičko zlostavljanje se pokazalo kao faktor rizika za pojavljivanje fizičkog zlostavljanja.

Fizičko zlostavljanje odnosi se na postupke koji uzrokuju fizičku bol i ozljedu. Ono uključuje različite oblike ponašanja poput pljuskanja, grubog guranja, udaranje rukama, nogama i predmetima, bacanje predmeta na partnera/icu, čupanje kose i ugriza. Oko 12% mladih je iskusilo, a 10% mladih pokazalo ovaj oblik zlostavljanja (Ajduković, Ručević, 2009).

Seksualno zlostavljanje podrazumijeva neželjena i neugodna ponašanja seksualne prirode. Ovaj oblik nasilja je najmanje korišten (Ajduković, Ručević, 2009).

Potrebno je mlade informirati o nasilju u vezama te im pružiti mogućnost jednostavnijeg izlaza iz takvih razarajućih i nasiljem nabijenih veza. Stoga je potrebno osmisliti preventivne programe i baviti se ovim pitanjem kako bi se smanjilo nasilje u vezama adolescenata.

## **8. Zaključak**

Ako romantični odnosi ne započnu prerano, oni nadopunjavaju blagotvorno djelovanje koje imaju adolescentska prijateljstva. Romantični odnosi ne pružaju samo zabavu i ugodu, već pružaju priliku za rast i razvoj adolescenta. Oni mu pomažu izgraditi identitet, naučiti kontrolirati svoje emocije, komunicirati s drugima te potiču osjetljivost i empatiju jer adolescenti ulaze u odnos s osobama čije su potrebe također važne i različite od njihovih.

Uz pozitivne učinke romantičnih odnosa postoje i negativni koji mogu imati dublji temelj u životu osobe. Neki smatraju da loši odnosi s roditeljima pružaju temelj za loše romantične odnose. Ne može se generalizirati i odrediti što je uzrok negativnih učinaka romantičnih odnosa, no važno je to na vrijeme primijetiti te intervenirati kako to ne bi odredilo život osobe.

## 9. Literatura

Ajduković, M., Ručević, S. (2009). Nasilje u vezama mladih. *Medicus*, 18(2), 217-225.

Ausfelder, T. (2008). *Sve što djevojke trebaju znati*. Mozaik knjiga, Zagreb.

Batašić, Z. (1995). *Pubertet i adolescencija*. Školska knjiga, Zagreb.

Biddulph, S. (2005). *Odgoj dječaka*. Školska knjiga, Zagreb.

Collins WA. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *J Res Adolescence*. 13(1):1-24.

Conger, J. (1986). *Mladenaštvo: život pod pritiskom*. Globus, Zagreb.

Conolly, J., Craig, W., Goldberg, A., Pepler, D. (2004). Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence. *Journal of research on adolescence*, 14, 185-207.

Dodaj, A., Sesar, K. (2014). Čimbenici rizika za nasilje u partnerskim vezama. *Socijalna psihijatrija*, 42, 162-171.

- Furman, W., (2002). *The emerging field of adolescent romantic relationships*. Department of Psychology, University of Denver, Denver, Colorado, 5(11), 177-180.
- Furman, W., Bradford Brown, B., Feiring, C. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Cambridge university press.
- Giordano, J. (2001). *Zaljubljeno srce: adolescenti i ljubav*. Katehetski salezijanski centar.
- Kuzman, M. (2009). Adolescencija, adolescenti i zaštita zdravlja. *Medicus*, 15(2), 155-172.
- Lacković-Grgin, K. (2005). *Psihologija adolescencije*. Naklada slap, Jastrebarsko.
- Lebedina- Manzoni, M., Lotar, M. (2011). Percepcija sebe kod adolescenata u Hrvatskoj. *Kriminologija i socijalna integracija*, 19 (1), 39- 50.
- Lenhart, A., Smith, A., and Anderson, M. *“Teens, Technology and Romantic Relationships*. “Pew Research Center, October 2015.
- Seiffge-Krenke, I. (2003). Testing theories of romantic development from adolescence to young adulthood: evidence of a developmental sequence. *International journal of behavioral development*, 27, 519-531.
- Sheffield Morris, A., Steinberg, L. (2001). Adolescent development. *Annual Reviews*, 52, 83-110.
- Smojver-Ažić, S., Jakovčević, I. (2006). Percepcija prošlih odnosa i privrženost adolescenata i njihovih majki. *Psihologijske teme*, 15(1), 59-80.
- Zarevski, P. (1992). Sramežljivost i romantične veze: usporedba hrvatskih srednjoškolaca i studenata. *Revija za psihologiju*, 23, 171-177.