

# Komparativna analiza kulture slobodnog vremena adolescenata

---

**Golemac, Andrea**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2018**

*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://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:450335>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-05**



*Repository / Repozitorij:*

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



Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za pedagogiju

**KOMPARATIVNA ANALIZA KULTURE SLOBODNOG  
VREMENA ADOLESCENATA**

Diplomski rad

Andrea Golemac

Mentor: izv. prof. dr. sc. Goran Livazović

Osijek, 2018. god.

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za pedagogiju

**KOMPARATIVNA ANALIZA KULTURE SLOBODNOG  
VREMENA ADOLESCENATA**

Diplomski rad

Andrea Golemac

Društvene znanosti, polje pedagogija, grana socijalna pedagogija

Mentor: izv. prof. dr. sc. Goran Livazović

Osijek, 2018. god.

## **Sažetak**

*Slobodno vrijeme adolescenata je fenomen koji predstavlja temelj njihova razvoja u kompetentne članove društva. U suvremeno doba mladi ljudi imaju pristup velikom broju strukturiranih i nestrukturiranih aktivnosti te ih je nužno osposobiti za svrhovito provođenje slobodnog vremena, kako bi dostigli svoj puni potencijal, a ne se prepustili autodestruktivnim oblicima ponašanja.*

*Ovo istraživanje imalo je za cilj istražiti učestalost i razlike u strukturiranim i nestrukturiranim aktivnostima slobodnog vremena adolescenata. Obuhvaćena su 344 ispitanika, dobi od 18 do 25 godina, primjenom online anketnog upitnika koji se sastojao od 3 dijela: sociodemografskih značajki ispitanika, skale načina provođenja slobodnog vremena i skale zadovoljstva kvalitetom vlastitog slobodnog vremena. Obuhvaćene su razlike s obzirom na spol i mjesto života ispitanika. Rezultati pokazuju da se adolescenti najviše bave nestrukturiranim aktivnostima slobodnog vremena poput pretraživanja Interneta i provođenja vremena na socijalnim mrežama. Muški spol se više bavi sportskim aktivnostima, a ženski se orijentira na kulturne, pasivne i socijalne aktivnosti. Adolescenti koji žive u gradu provode više vremena baveći se strukturiranim sportskim aktivnostima i nestrukturiranim socijalnim aktivnostima od onih koji žive na selu. Muški spol je zadovoljniji kvalitetom provođenja vlastitog slobodnog vremena, a ženski spol je bolji u organizaciji vlastitog slobodnog vremena. Rezultati upućuju na činjenicu da je mlade potrebno uputiti na kvalitetnije načine provođenja slobodnog vremena.*

***Ključne riječi: slobodno vrijeme, adolescencija, nestrukturirane aktivnosti, strukturirane aktivnosti***

# SADRŽAJ

|             |  |           |
|-------------|--|-----------|
| <b>I.</b>   | <b>UVOD.....</b>   | <b>1</b>  |
| <b>II.</b>  | <b>TEORIJSKI OKVIR.....</b>  | <b>2</b>  |
|             | 2.1.Pojmovno definiranje razdoblja adolescencije.....                                    | 2         |
|             | 2.2. Teorijska polazišta o adolescenciji.....  | 3         |
|             | 2.3.Razvojne karakteristike adolescenata.....  | 9         |
|             | 2.4.Definiranje slobodnog vremena.....   | 12        |
|             | 2.5. Interpretacije slobodnog vremena.....   | 14        |
|             | 2.6. Pedagogija i čimbenici organiziranja slobodnog vremena.....                         | 15        |
|             | 2.7. Slobodno vrijeme i mladi.....   | 19        |
| <b>III.</b> | <b>METODOLOGIJA EMPIRIJSKOG ISTRAŽIVANJA.....</b>  | <b>25</b> |
|             | 3.1. Cilj i problem istraživanja.....  | 25        |
|             | 3.2. Hipoteze istraživanja.....  | 25        |
|             | 3.3. Uzorak istraživanja.....  | 25        |
|             | 3.4. Instrument.....   | 25        |
|             | 3.5. Postupak istraživanja.....  | 26        |
| <b>IV.</b>  | <b>REZULTATI I RASPRAVA.....</b>   | <b>27</b> |
|             | 4.1. Deskriptivna analiza aktivnosti u slobodnom vremenu.....                            | 27        |
|             | 4.2. T-test s obzirom na spol ispitanika o aktivnostima slobodnog vremena.....           | 29        |
|             | 4.3. T-test s obzirom na mjesto života za aktivnosti slobodnog vremena.....              | 33        |
|             | 4.4. Deskriptivna analiza o zadovoljstvu vlastitim aktivnostima u slobodnom vremenu...36 |           |
|             | 4.5. T-test s obzirom na spol o zadovoljstvu slobodnim vremenom.....                     | 37        |
| <b>V.</b>   | <b>ZAKLJUČAK.....</b>  | <b>40</b> |
| <b>VI.</b>  | <b>LITERATURA.....</b>   | <b>42</b> |
| <b>VII.</b> | <b>PRILOZI.....</b>  | <b>49</b> |



## I. UVOD

Slobodno vrijeme kao društveni fenomen postoji od početka ljudske civilizacije, ali se intenzivnije počeo istraživati s pojavom industrijske revolucije. Primjena strojeva u proizvodnji je smanjila radno vrijeme ljudi, što je povećalo opseg slobodnog vremena kojega su oni mogli iskoristiti sukladno njihovim željama. Slobodno vrijeme je definirano kao vrijeme izvan rada, obiteljskih, školskih i društvenih obaveza u kojemu se pojedinac može slobodno posvetiti aktivnostima koje su u skladu s njegovim interesima i željama. S povećanjem slobodnog vremena raste i potreba za obrazovanjem ljudi za njegovo svrhovito korištenje kako bi u potpunosti ostvarili svoje potencijale. To je posebice bitno za adolescente koji su u životnom razdoblju ispunjenom brojnim tjelesnim, psihičkim, moralnim, emocionalnim i socijalnim promjenama. Adolescencija je razdoblje između 11. i 25. godine života koje je prijelaz iz djetinjstva u odraslu dob te tijekom kojeg pojedinac oblikuje svoj identitet i formira se kao osoba. On filtrira utjecaje iz okoline birajući ono što njemu odgovara, pa je adolescente potrebno osposobiti za kritičko vrednovanje tih utjecaja kako bi diferencirali između pozitivnih i negativnih. U suvremenom svijetu mladi su na udaru velikog broja informacija i sadržaja, te tako može doći do prezasićenosti i biranja pasivnih aktivnosti slobodnog vremena koje nemaju razvojnu vrijednost. Tu se najviše očituju mediji i tehnologija koji dominiraju slobodnim vremenom adolescenata i ponekad ih svode na pasivne primatelje koji samo upijaju ponuđene sadržaje i tako grade nestabilan identitet. Aktivnosti slobodnog vremena mogu biti strukturirane i nestrukturirane; strukturirane su obilježene organizacijom, vođenjem i sistematičnošću, a nestrukturirane fleksibilnošću i nesustavnošću. Obje vrste aktivnosti mogu imati pozitivne i negativne utjecaje na razvoj adolescenta, pa ovisno o osobnom izboru mlada osoba ili može aktivno raditi na razvoju različitih vještina i navika koje ih pripremaju za sudjelovanje u društvu i vode samoaktualizaciji ili razviti autodestruktivne tendencije koje vode do nastanka devijantnih oblika ponašanja. Sve upućuje na činjenicu da je mlade potrebno kroz obrazovanje osposobiti za i pružiti im mogućnosti kvalitetnog oblikovanja slobodnog vremena kako bi se formirali u ispunjene i zdrave ličnosti, spremne za izgradnju društva u kojemu žive.

## II. TEORIJSKI OKVIR

### 2.1. Pojmovno definiranje razdoblja adolescencije

Adolescencija je burno razdoblje u životu svakog pojedinca obilježeno brojnim promjenama. Pojam „adolescencija“ je nastao od latinske riječi *adolescere*, što znači „odrastati“. Tako termin „adolescent“ označava „onog koji raste“, nasuprot latinskom pojmu *adultus*, koji označava „onog koji je već odrastao“ (Lutte, 1987: 11). Postoje brojne definicije toga pojma i brojni stručnjaci se ne mogu složiti oko jedinstvene, kao ni oko precizno određenih godina koje ona obuhvaća. Prema Enciklopedijskom rječniku pedagogije (1963: 15), adolescencija je „razdoblje ljudskog života koje počinje pubertetom, a završava s dostignućem tjelesne i psihičke zrelosti (oko 21. godine). Adolescencija je doba emocionalnog i socijalnog prilagođavanja, izgrađivanja stavova, stabilnih interesa i vlastitog pogleda na svijet; doba u kojem se dječji stavovi i ponašanje zamjenjuju stavovima i ponašanjem odrasle osobe“. Prema Pedagoškoj enciklopediji I (1989: 11) adolescencija je vrijeme prelaska iz djetinjstva u odraslo doba i počinje s pubertetom oko 12. godine života, dok su mišljenja o njenom završetku podijeljena; neki smatraju da završava sa postizanjem psihičke zrelosti, dok drugi smatraju da završava sa prestankom rasta kostiju, dakle između 17. i 23. godine života. Psihologijski rječnik (2005: 9) adolescenciju definira kao „doba čovjekova psihičkog i tjelesnog razvoja koje nastupa nakon završenog puberteta i traje do početka zrelosti (u ranim dvadesetim godinama života“. Petz (2005: 9) pod pojmom adolescencije podrazumijeva životno razdoblje pojedinca između 14. i 17-19. godine života, između djetinjstva i odrasle dobe. Za razliku od njega, neki autori poput Laufera (1999: 15) smatraju da je adolescencija razdoblje od puberteta, tj. tjelesnih manifestacija seksualnog sazrijevanja, do 21. godine života pojedinca, a navodi da postoje i autori koji adolescenciju dijele na „kritično doba“ od 14. do 18. godine života te „doba procvata“ od 19/22. do 25./28. godine života. Danas, najšira dobna granica adolescencije je od 11 do 25 godina, a neki autori (Livazović, 2011; Adams, Berzonsky, 2003) govore i o produljenoj adolescenciji koja traje do 30. godine života. Različitost stajališta u određivanju samog razdoblja je posljedica postojanja velikog broja kultura koje imaju svoje socijalizacijske osobitosti. Pritom treba uzeti u obzir maturacijske procese, značenja koje ti procesi imaju za pojedinca i socijalno-kulturne standarde i očekivanja. Neke kulture visoko vrednuju individualizam, kritičko mišljenje i samoaktualizaciju, pa je kod njih razdoblje adolescencije određeno u širim granicama. Druge kulture vrednuju poslušnost, pasivnost i slijepo pokoravanje autoritetu te imaju uže definirane granice adolescencije (Lacković-Grgin, 2006: 25-26). Iz ovoga se



vidi da pojam adolescencije ne podrazumijeva samo kronološko doba, nego i duhovno i tjelesno sazrijevanje te osobitosti koje je čine specifičnom u odnosu na ostala razdoblja čovjekovog života. Svi autori se slažu u jednome, da je adolescencija razdoblje koje priprema osobu za preuzimanje odrasle uloge; ona je tranzicijsko razdoblje ovisno o kulturi određenoga društva, a uključuje stjecanje formalnog, neformalnog i informalnog obrazovanja, socijalizaciju i trening za preuzimanje određenih uloga, pripremu za zvanje koje pojedinac odabire i prilagodbu na različite životne uvjete (Kapur, 2015: 265). Potrebno je razlikovati pubertet i adolescenciju, gdje se pubertet odnosi razdoblje u kojem se tjelesne i spolne promjene događaju i transformiraju dijete u fiziološki zreo organizam koji ima sposobnost reprodukcije. Adolescencija se odnosi na sve socijalne, psihičke i tjelesne promjene u životu pojedinca od djetinjstva do odrasle dobe (Everaerd, Hindley, Bot, 1983: 11). Vezano uz to adolescencija se dijeli na ranu, srednju i kasnu adolescenciju, a svaka od njih je obilježena brojnim promjenama kod pojedinca. Taj proces počinje s fizičkim promjenama, koje se zatim odražavaju na različite razine socijalnog funkcioniranja osobe poput interesa i ponašanja. Rana adolescencija traje između 10. i 14. godine života, srednja adolescencija između 14. i 18. godine te kasna adolescencija počinje u 18. godini, a ne postoji dogovor o tome kada završava; neki autori tvrde da završava kada osoba navršši 21. godinu, a drugi kada osoba navršši 25. godinu života. Te faze su više određene razvojnim obilježjima, a manje stvarnom kronološkom dobi, koja više predstavlja mjeru. Adolescencija, sa svim svojim značajkama, je razdoblje kada se pojedinac odmiče od ponašanja karakterističnog za djetinjstvo kada je ovisio o roditeljima i bio vođen egom te vlastitim potrebama. Mladi ljudi grade vlastiti identitet pripremajući se za odraslu dob i sve više razmišljaju o dobrobiti drugih ljudi, kao i načinima na koje oni mogu pridonijeti društvu kroz uloge koje će preuzeti nakon završetka adolescencije.

## **2.2. Teorijska polazišta o adolescenciji**

Prema Adamsu i Berzonskom (2008: 11) teorije koje se bave adolescencijom mogu se podijeliti na: biološke, kulturološke, psihoanalitičke, psihosocijalne i kognitivne.

Biološke teorije imaju svoj početak u Granvillu Stanley Hallu koji je napisao mnoga djela na temu adolescencije i promijenio dotadašnji pogled na ljudski razvoj. Razvoj pojedinca se odvija zahvaljujući psihološkim faktorima koji su genetski određeni; unutarne sile kontroliraju i određuju smjer razvoja, rast i ponašanje. Hall je faze razvoja čovjeka podijelio na: rano djetinjstvo, srednje

djetinjstvo, mladenaštvo i adolescenciju. Adolescencija je period od puberteta i traje sve dok se ne stekne status odrasle osobe, negdje između 22. i 25. godine života (Muuss, 1974: 32-35). Ona je po Hallu označavala „preporod“; ljudi su rođeni kao pripadnici životinjske vrste, vođeni sebičnim nagonima, potrebama i borbom za opstankom. Tijekom adolescencije oni doživljavaju preporod kao članovi civiliziranog društva koji vode brigu o socijalnoj odgovornosti i pravima drugih, nerijetko žrtvujući vlastite potrebe i želje. Hall u djelu *Adolescencija* tu unutarnju borbu između vlastitih interesa i brige za društveno dobro naziva razdobljem „bure i oluje“. Normalan adolescent se u tom razdoblju nosi sa stresom, emocionalnim nemirima i promjenama raspoloženja, koje se protežu od sreće, euforije i entuzijazma do melankolije, letargije i pasivnosti (Adams, Berzonsky, 2008: 12). Hall je smatrao da su egoizam i taština jednako karakteristike ovog perioda kao i poniznost i stidljivost. Tek u kasnoj adolescenciji pojedinac ulazi u fazu koja je istovjetna počeku moderne civilizacije i on postiže zrelost. Hall predstavlja početak razmišljanja iz kuta bioloških teorija, prema kojima su geni primarno odgovorni za ljudski razvoj: „Osnovno u biološkim pristupima jest da se adolescencija određuje kao vrijeme ubrzanog tjelesnog i spolnog sazrijevanja koje ima niz psiholoških i socijalnih posljedica.“ (Lacković-Grgin, 2006: 30). U adolescenciji je posebno bitan seksualni nagon i treba ga znati integrirati u cjelinu razvoja osobe. Naime, seksualni nagon stvara konflikte za mladu osobu jer je on suprotan vrijednostima na koje društvo stavlja naglasak. Prema biološkim teorijama, ljudski je razvoj univerzalan te fizički razvoj utječe na ponašanje pojedinca i na njegovu psihu. Biološke promjene predstavljaju prvi korak prema zrelosti osobe koja prolazi kroz razdoblje obilježeno i brojnim psihičkim promjenama. Sve to oblikuje osobu kao cjelinu, a njen odgovor na te promjene je individualan i uvelike određuje karakter i ponašanje same osobe.

Psihoanaliza je mnogo više od objašnjenja razvoja pojedinca u adolescenciji; ona je sveobuhvatni okvir u kojem se pokušavaju objasniti svi aspekti ljudske osobnosti i ponašanja. Klasična psihoanalitička teorija naglašava utjecaj iskustava iz djetinjstva na osobnost odrasle osobe. Otac psihoanalize je austrijski neurolog Sigmund Freud koji je djelovao u 19. stoljeću i objavio poznato djelo *Interpretacija snova* (Adams, Berzonsky, 2008: 14). Prema psihoanalitičkim teorijama, faze psihoseksualnog razvoja su genetski određene i relativno su nezavisne o okolini osobe. Spolna zrelost se odnosi na tjelesne promjene povezane sa sazrijevanjem reproduktivnih organa i funkcija te je univerzalna pojava. Te tjelesne promjene povezane su s emocionalnim promjenama, pogotovo s negativnim emocijama poput anksioznosti, napetosti i naglih promjena raspoloženja koje su česte u adolescenciji. Spolna zrelost ne utječe samo na seksualnost nego i emocije koje se javljaju zbog

izrazite žudnje i neznanjem kako je se riješiti. Budući da je žudnja koju pojedinac osjeća u adolescenciji u suprotnosti sa osjećajem stabilnosti, biološke promjene za posljedice imaju i promjene u ponašanju, kao i teškoće sa prilagođavanjem. Seksualnost je u suprotnosti sa savješću jer ona postoji od rođenja, dok se savjest stječe kroz socijalnu interakciju. Tako je razvojni proces pojedinca, posebice u doba latentnosti i spolnog sazrijevanja, borba između snaga „ida”, izvora svega primitivnog u čovjeku, i „superega”, njegove savjesti. Između njih nalazi se „ego” i odnosi se na kontrolu, racionalne inhibitore koji su dio osobnosti. On je posrednik između instinkta i okoline, koji uz pomoć *principa realiteta* stvara plan djelovanja kako bi pojedinac zadovoljio svoje potrebe. Freudova je teorija deterministička, ponašanje čovjeka određeno je iracionalnim silama, nesvjesnim, biološkim nagonima koji se razvijaju u djetinjstvu. Prema psihoanalitičarima, glavni zadatak adolescencije je postizanje genitalne zrelosti kao zadnjeg stupnja razvoja i pronalazak objekta žudnje koji pojedinca oslobađa od konfliktnih osjećaja prema roditeljima (Corey, 2012: 68). Teorija psihoanalize je pružila pogled na adolescenciju kao razdoblje obilježeno seksualnim promjenama i nemirima kao konfliktima između same primitivne prirode čovjeka i društvenih normi i vrijednosti. Na adolescentima je da pronađu ravnotežu i razviju mehanizme nužne za preživljavanje i funkcioniranje u odraslom svijetu.

Psihosocijalne teorije su nastale kao odgovor na biološke i psihoanalitičke. Jedan od najznačajnijih autora je Kurt Lewin, koji je otac moderne socijalne psihologije. Njegova teorija polja objašnjava i opisuje dinamiku ponašanja pojedinog adolescenta, bez generaliziranja o adolescentima kao o grupi. Teorija polja definira adolescenciju kao razdoblje prijelaza iz djetinjstva u odraslu dob, a pokušava predvidjeti ponašanje adolescenta u specifičnoj situaciji. Lewin je tvrdio kako su se psihološki koncepti i zakoni razvili na temelju učestalosti neke pojave i tu se stvara dilema, jer su ti zakoni valjani samo na temelju vjerojatnosti da se nešto desi. Jedan od Lewinovih temeljnih koncepata je da je ponašanje funkcija osobe i njene okoline, a osoba i okolina su u ovom slučaju međusobno ovisne varijable. Kako dijete doživljava okolinu ovisi o njegovoj osobnosti, o stadiju njegovog razvoja i njegovom znanju o svijetu. Sveukupnost okolinskih i osobnih faktora se zove životni ili psihološki prostor, on je zbroj psiholoških faktora koji određuju ponašanje, poput osobnih želja i motiva. Psihološki prostor uključuje pojedinca, sa svim njegovim biološkim i psihološkim osobitostima te okolinu sa svim socijalnim odnosima i fizičkim objektima (Muuss, 1974: 124-127). Lewin razlikuje dječje, odrasle i adolescentske grupe te navodi kako adolescentske grupe obilježavaju brze promjene u strukturi životnog prostora. Postoje razlike u životnom polju svakog pojedinca, a neki od faktora

koji utječu na to su inteligencija i dob. Tako se kod adolescenta životni prostor povećava i uvelike razlikuje od životnog prostora djece, koja ovise o roditeljima, dok adolescent se sve više oslanja sam na sebe. Tu je veoma važna sloboda adolescenta da istražuje i proširuje svoj životni prostor s novim iskustvima. Lewin je gledao na adolescenciju kao razdoblje prijelaza kada adolescent mijenja grupu kojoj pripada. Dok dijete i odrasla osoba imaju točan koncept o tome kojoj grupi pripadaju, adolescent dijelom pripada dječjoj, a dijelom odrasloj grupi; određena djetinja ponašanja više nisu prihvatljiva, a određena odrasla nisu dopuštena. Adolescent je u nestrukturiranom socijalnom i psihološkom polju; pojedinac ne razumije u potpunosti svoj novi status i dužnosti, pa se to očituje u njegovom ponašanju. Njegovo životno polje se brzinski mijenja i tako nepoznate situacije dovode do krize koja se odražava u pretjeranoj osjetljivosti, povlačenju u sebe kao i u agresivnosti i radikalizmu. Osim individualnih razlika, Lewin (1935: 66-114) navodi i kulturološke, koje su još veće, poput ideologija, vrijednosti, morala, kao i načina na koje se neke aktivnosti vide kao međusobno povezane ili nepovezane. Kada se govori o adolescenciji, postoje razlike od kulture do kulture ovisno o razdoblju njenog trajanja, slobodi adolescenata i njihovim ograničenjima. Sve to uvelike utječe na razvoj njihove nezavisnosti i osobnosti te objašnjava individualne razlike. Psihosocijalne teorije su nastojale izbjeći generaliziranje i usmjerile se na pojedinačne osobe, uzimajući u obzir individualizam i posebnost svake osobe, ali i utjecaj okoline na razvoj adolescenta.

Teorije socijalnog učenja se primarno bave djecom, ali su neki teoretičari, poput Alberta Bandure, usmjerili dio na socijalno učenje adolescenata (Lacković-Grgin, 2006: 35). Njegova teorija socijalnog učenja se temelji na tome da se učenje odvija kao imitacija modela i svih njegovih značajki, postupaka i vrijednosti, a učenje se definira kao “aktivnost procesiranja informacija u kojoj se informacija o strukturi ponašanja i okolinskih događaja transformira u simboličke reprezentacije koje služe za usmjeravanje ponašanja” (Bandura, 1986: 51). Postoje dvije vrste učenja: iskustveno i vikarijsko učenje. Iskustveno učenje je odnosi na djelovanje i promatranje posljedica tog djelovanja, a vikarijsko se odnosi na promatranje modela i posljedica njihovog ponašanja. Kada govorimo o njegovoj socijalno-kognitivnoj teoriji, Bandura (1986: 52) ističe kako je svako ponašanje pojedinca rezultat interakcije stavova pojedinca i stavova okoline. Prema tome, iako su stavovi pojedinca stabilni, njegovo ponašanje se može mijenjati ovisno o okruženju i situaciji u kojoj se nalazi. Kada govori o adolescentima, Bandura ističe da i oni uče po modelu, ponajviše oponašanjem svojih vršnjaka, a sve to kako bi se uklopili u društvo (Lacković-Grgin, 2006: 35). Adolescenti promatraju svoje vršnjake i vide njihovo ponašanje kao društveno poželjno, a istovremeno ih i vodi potreba za prihvaćanjem od

strane tih istih vršnjaka, pa se oni konformiraju i prilagođavaju vlastite stavove i djelovanje u skladu sa socijalnim krugom u kojem se nalaze. Vidljivo je da su pobornici teorija učenja uvažili međusoban utjecaj pojedinca i okoline, gdje su istaknuli ponašanje pojedinca kao odgovor na zahtjeve okoline. Pojedinaac sam određuje u danom trenutku što će postići sa određenim ponašanjem i sukladno tome reagira, nakon čega dobiva povratne informacije iz okoline o vlastitom ponašanju i postoji li potreba za njegovom promjenom.

Razvojno-kognitivne teorije proučavaju razvoj kognitivnih procesa u adolescenciji i djetinjstvu. Jedan od najpoznatijih teoretičara je švicarski biolog i psiholog Jean Piaget, kojega nisu toliko zanimali psihometrijski i statistički aspekti testa inteligencije, koliko kognitivni procesi i operacije koje su se odvijale kod djece kada su rješavala test. Piaget navodi tri varijable koje su odgovorne za ukupan razvoj pojedinca i za formiranje mentalnih funkcija, a to su: sazrijevanje živčanog sustava, iskustva tijekom interakcije sa fizičkom okolinom i utjecaj socijalne okoline (Muuss, 1974: 232-233). On je smatrao da su kognicija i intelektualna aktivnost načini na koje se pojedinci prilagođavaju svakodnevnom životu. Piagetova teorija razvoja se u početku bavila samo ranim i srednjim djetinjstvom, ali odnedavno uključuje i adolescenciju. Posljednja je faza formalnih operacija koja traje od 12. godine nadalje, tj. počinje tijekom adolescencije. Adolescenti su u mogućnosti opisati ne samo kako se nešto dogodilo, nego i zašto te vidu razliku između stvarnosti i mogućnosti dok u ranijoj fazi djeca to vide kao jednu te istu stvar. Adolescenti su u mogućnosti postavljati hipoteze i razmišljati apstraktno; upuštaju se u deduktivno razmišljanje kako bi testirali i potvrdili rješenja koja osmisle na neki problem. Još jedna značajka ove faze je razvoj metakognicije, tj. adolescenti razmišljaju o vlastitom kognitivnom procesu, ali se tu javlja konceptualni egocentrizam. Budući da su adolescenti u stanju razmišljati o vlastitom misaonom procesu i prolaze kroz socijalne, fizičke i druge promjene, oni misle da drugi ljudi razmišljaju o njima koliko oni o sami sebi. Tako se stvara „zamišljena publika” koja prati svaki njihov pokret i manu te adolescenti stvaraju priču o vlastitoj važnosti i jedinstvenosti (Adams, Berzonsky, 2008: 22-25). To utječe na njihovu sliku o samima sebi, ovisno o tome koliko su samokritični. Sve ovo omogućuje adolescentima kritičku procjenu socijalnog i fizičkog svijeta oko sebe te planiranje budućnosti. Sve to adolescente priprema za odraslu dob kada će postati nositelji promjena i biti zreli članovi društva koji su u mogućnosti ispraviti nepravdu i pomoći onima koji su u nevolji. Piaget je istaknuo adolescenciju kao razdoblje u kojemu pojedinac traži samoga sebe, promišlja o sebi i drugima te donosi odluke na temelju dobivenih informacija.

Američki psiholog Urie Bronfenbrenner je razvio teoriju ekoloških sustava prema kojoj je potrebno razumjeti međusobno djelovanje pojedinca i njegove okoline kako bi se razumio njegov razvoj. On je razvio teorijski koncept ekologije ljudskog razvoja i definirao ga kao znanstvenu studiju o uzajamnom usklađivanju aktivnog ljudskog bića i promjenjivih karakteristika neposredne okoline u kojoj pojedinac živi. Osoba u razvoju se ne vidi samo kao „tabula rasa” na koju okolina djeluje, nego kao dinamična osoba koja restrukturira okolinu u kojoj živi i djeluje (Bronfenbrenner, 1979: 21-22). Okolina se sastoji od povezanih struktura koje značajno utječu na razvoj pojedinca, a svaki sustav se nalazi unutar drugog, većeg sustava. U središtu sustava se nalazi dijete, a oko njega u koncentričnim krugovima se šire sustavi koji su u međusobnoj interakciji (Paquette, Ryan, 2001: 2-7). Prvi sustav je mikrosustav koji je najbliži djetetu i u kojem on izravno sudjeluje, a to su obitelj, škola, vrtić i slično. Na djetetov razvoj utječu odnosi sa bliskim ljudima iz mikrosustava, te ono utječe na njega kroz odnose koje razvija. Za sljedeći sustav je potrebno gledati odnose između svih elemenata, jer i oni u velikoj mjeri utječu na razvoj djeteta; npr. djetetova sposobnost da napreduje u školi i zajednici ovisi o prirodi odnosa između škole i ostalih činitelja, poput školskih kolega ili susjeda, a sve je to dio mezosustava. Sljedeći je egzozustav koji se odnosi na socijalna okruženja koja utječu na dijete, ali ono u njima ne sudjeluje neposredno, poput lokalne vlasti, mjesta zaposlenja roditelja i slično. Zadnji se naziva makroustav i uključuje kulturne vrijednosti, običaje i zakone. Ono utječe na dijete kroz interakciju ostalih sustava; neki zakonski akti utječu na obilježja egzozustava, mezosustava i mikroustava koji se odnosi na svakodnevni život, što znači da određuju smjer razvoja pojedinca (Ben-David, Nel, 2013: 410-425). Kada se govori o adolescentima, tu je potrebno istaknuti mikrosustav jer u njemu adolescent doživljava brojne promjene, poput privrženosti obitelji, gdje pojedinac više postaje nezavisan, modificiraju se njegove uloge u društvu, gdje se više ne smatra djetetom, odnosi s prijateljima postaju intimniji te adolescent radi na izgrađivanju svog identiteta (Lacković-Grgin, 2006: 35-37). Taj mikrosustav dobiva novo i šire značenje za adolescenta, koji istražuje odnose sa drugim ljudima i gradi privrženije odnose sa vršnjacima. Oni stječu novi status u socijalnoj grupi kojoj pripadaju te svoje ponašanje usklađuju sa ponašanjem cijele grupe (Peko, Sablić. Livazović, 2006: 18). Iako na njega djeluju i ostali sustavi, mikrosustavu se daje najveće značenje upravo zbog utjecaja grupe na pojedinca.

## **2.2. Razvojne karakteristike adolescenata**

Adolescencija počinje s tjelesnim promjenama, koje same započinju s hormonalnim promjenama, a slijed tih promjena ovisi o spolu adolescenata. Prvo se događaju promjene u težini i visini, a nagli tjelesni rast u visinu se često uzima kao indikator početka procesa ulaska u adolescenciju (Lacković-Grgin, 2006: 53). Što se tiče seksualnog sazrijevanja, tu se ističe razvoj spolnih žlijezda i organa. Sazrijevanje unutarnjih i vanjskih ženskih spolnih organa dovodi do njihove funkcionalne zrelosti, čiji je prvi znak pojava menstruacije, u prosjeku između 12. i 13. godine života. Muške spolne žlijezde, testisi, proizvode spermije i muške spolne hormone, a jedan od njih je testosteron koji potiče razvoj muških spolnih obilježja poput dlakavosti lica, promjene glasa i razvoja spolnih organa (Lacković-Grgin, 2006: 57-59). Cole (1959: 269-281) navodi kako se sekundarne spolne karakteristike, poput promjene u glasu i proširenju ramena ili bokova, razlikuju o stupnju razvitka ovisno o spolu. Muški spol doživljava mutiranje, tj. grkljan se povećava i glas postaje za oktavu dublji. Ženski spol doživljava rast u bokovima i grudima, dok se kod muškog spola šire ramena i povećava gustoća mišića.

Tijekom adolescencije dolazi do naglog razvoja kognitivnih vještina, pa nastavnici u srednjim školama često kod adolescenata bilježe porast u rasuđivanju, razumijevanju i pamćenju. To je dijelom posljedica razvoja živčanog sustava, a dijelom nakupljanja iskustva i znanja u adolescenciji. Događaju se značajne promjene kognitivnog funkcioniranja; razvija se sposobnost apstraktnog i logičkog mišljenja, kapacitet obrade informacija te razumijevanje pojava iz fizičkog i socijalnog okruženja, a to dovodi do razvoja u procesima indukcije, dedukcije, apstrakcije i generalizacija. Induktivno mišljenje se odnosi na sposobnost pojedinca da na temelju konkretnih primjera izvede pravilo, dok se deduktivno mišljenje odnosi na sposobnost da se na osnovi vlastitoga znanja o svijetu predvidi kako će se neke zakonitosti iskazati u određenim situacijama (Cole, 1959: 302-306). Međutim, pod intelektualnim razvojem se ne podrazumijevaju samo promjene u kvantiteti mišljenja, nego i u kvaliteti. Tu se misli na promjene u inteligenciji poput kvocijenta inteligencije i strukture inteligencije. Lacković-Grgin (2006: 207-211) navodi kako se ustanovilo da intelektualne sposobnosti rastu u adolescenciji; ponajviše fluidna inteligencija koja uvelike ovisi o brzini procesiranja informacija i fleksibilnosti mišljenja. Nadalje, kada se govori o općem faktoru inteligencije (g), u adolescenciji se događa intelektualni skok kada se kvocijent inteligencije naglo povećava, a povezan je više sa neurološkim sazrijevanjem nego okolinom u kojoj se pojedinac nalazi. Osim rasta inteligencije, u adolescenciji se pojavljuje bolje primanje informacija koje osoba procesira, tj. mladi postaju selektivniji od djece te bolje uočavaju važne i nevažne informacije, što je posebice značajno za proces

učenja jer je adolescent sposoban izdvojiti bitne informacije i spremati ih te upotrijebiti u određenim situacijama.

Kada govorimo o emocionalnom razvoju, prvo je potrebno obratiti pozornost na ljudske potrebe. Svaki pojedinac nosi u sebi od svog rođenja određene emocije koje se mogu probuditi pod utjecajem podražaja i određene potrebe koje su od tolikog značaja da ih stalno pokušava zadovoljiti. Budući da je čovjek socijalno biće, on želi prijatelje, pohvalu, odanost i vodstvo, a te potrebe su najjače tijekom adolescencije, kada se događa reformacija ega i pojedinac traži svoje mjesto u grupi vršnjaka. Međutim, ne mogu se sve potrebe zadovoljiti i osobe često pronalaze druge načine razrješenja kako bi se oslobodili napetosti. Sve to prate različite emocije, koje se mijenjaju kako se osoba razvija i stječe nova iskustva. Cole (1959: 315-321) je podijelila emocije u 3 skupine na temelju ponašanja kojeg uzrokuju: emocionalna stanja agresivnosti, u koje ulaze ljutnja, neprijateljstvo, bijes, zatim inhibicijska stanja, poput gađenja, srama, brige te radosna stanja u koje spadaju emocije poput uzbuđenja, privrženosti i ljubavi. Uzroci emocionalnih stanja agresivnosti su u adolescenciji najviše povezani sa socijalnim odnosima i školom, npr. pojedinac je ljut jer je izgubio status u društvenoj grupi. Uzroci emocija koja vode do inhibirajućih, obrambenih stanja su vezani uz ono što oni doživljavaju u tim godinama i tako ih je najčešće strah ispita, automobilskih nesreća, budućeg posla, nepopularnosti među vršnjacima i slično. Emocije koje vode do sretnih stanja i ponašanja su kod adolescenata najčešće vezane uz ljubav; adolescent ne osjeća ljubav na isti način kao kad je bio dijete. Dok su objekti ljubavi u djetinjstvu bili uglavnom roditelji, u adolescenciji to postaju osobe suprotnog spola i prijatelji. Tada pojedinac traži sebe i najviše voli osobe koje ga priznaju kao individuu, a to su prijatelji, koje često služe kao prekid povezanosti sa domom u adolescenciji (Livazović, 2017: 186).

Djetinjstvo je razdoblje kada počinje socijalizacija i kada se stječu osnovne socijalne vještine te služi kao temelj potpunijeg razvoja u adolescenciji, kada mladi postaju svjesni socijalnih odnosa i socijalnog pritiska. Jedinica socijalnog života tijekom adolescencije je mala klika pod nazivom „skupina”, koja je sačinjena od mnoštva mladića i djevojaka, obično 6-8 stalnih članova koji žive u blizini, idu u istu školu i dolaze iz približno iste socijalno-ekonomske pozadine. Njihove aktivnosti se mijenjaju ovisno o godišnjem dobu, ali najčešće slušaju glazbu, gledaju televiziju, odlaze u kino, restorane i u noćne klubove zajedno. U tim „skupinama” adolescenti vježbaju svoje socijalne vještine, razvijaju socijalne odnose i odanost skupini, emancipiraju se od doma te stječu osjećaj pripadnosti (Cole, 1959: 367-374). Osim klika, Lacković-Grgin (2006: 145) ističe i postojanje velikih grupa od



15-30 članova koje su posvećene socijalnim aktivnostima poput izleta i plesa, a služe za prijelaz iz istospolnih u heteroseksualne klike. Svaka od struktura služi za ispunjavanje potreba pojedinca na različitim stupnjevima socijalnog razvoja te pri prijelazu iz osnovne u srednju školu, kao i iz srednje škole na fakultet, adolescenti upoznaju mlade iz različitih etničkih zajednica i socioekonomskog statusa te tako obogaćuju svoje iskustvo. Vršnjačka kultura je zbroj svih spontanijih socijalnih interakcija među adolescentima približnih godina starosti i ona je najutjecajnije tijekom srednjih godina adolescencije te najviše utječe na razvoj adolescenta. Odrasloj osobi se socijalne interakcije adolescenata čine luckaste i kao gubitak vremena, ali ih adolescent treba kako bi razvio socijalne vještine potrebne za odrasli svijet, jer je on u toj dobi još uvijek nespretn i nesiguran u socijalnim odnosima (Cole, 1959: 381-382). Adolescent nema potpunu ideju o tome tko je on kao osoba, ali ako se njegova percepcija o tome tko je on u većini toga slaže s time kako ga vidi grupa, njegov razvoj će biti manje ometen potrebom da se obrane od konfliktnih percepcija o tome tko je on. Kod ljubavnih veza u adolescenciji, u većini slučajeva sve počinje od prijateljstava između osoba suprotnog spola u ranoj adolescenciji. Razdoblje u kojem se povećava ljubavni interes za druge osobe je između 13. i 14. te 16. i 17. godine života. Te godinu postaju temelj za izbor stalnog partnera u budućnosti jer služe za stjecanje iskustva i vještina u interakciji sa objektom žudnje (Cole, 1959: 419-425). Mladi se osposobljavaju za uspostavljanje uspješnih odnosa sa osobama suprotnog spola te stječu mnoge vrijedne životne lekcije o partnerstvu sazrijevanjem u adolescenciji. Nadalje, potrebno je spomenuti i delikvencije koje se javljaju u adolescenciji. Termin „mladi delikvent“ se odnosi na „mlađu osobu koja krši važeće zakone nekog društva, zbog čega dolazi u središte pozornosti zakonodavca“ (Lacković-Grgin, 2006: 182). Dok se ranije smatralo da se pojedini ljudi rađaju kao delikventi, u novije vrijeme se pokazalo da najveći utjecaj ima okolina. Emocionalna nesigurnost, emocionalna deformacija, loši primjeri iz okoline, socijalna deprivacija i neprilagođenost su samo jedni od uzroka delikventnog ponašanja. Loši odnosi s roditeljima, nasilje, život u okolini koja im ne pruža nikakvu strukturu ni zaštitu, dovode do toga da se mladi okreću delikvenciji, oni postaju neprijateljski nastrojeni, ozlojeđeni, a nemaju ispušne ventile za svoje frustracije i emocionalne potrebe (Livazović, Jukić, 2017).

Kada govorimo o moralnom razvoju, on se odnosi na sveukupnost stavova, navika, ideala i vrijednosti nekog adolescenta. Adolescenti često poprimaju iste stavove koji imaju vršnjaci na koje se ugledaju i ako su ti stavovi negativni i puni mržnje prema drugim osobama, oni postaju nasilni te traže načine na koje bi izbacili sve svoje frustracije. Dok se djeca se često identificiraju sa nekom

osobom koju gledaju kao heroja, poput roditelja i učitelja, u ranoj adolescenciji idealizirana osoba je fizički privlačna, bogata i poznata. Oba spola se često identificiraju i sa svojim vršnjacima kojima se dive, pogotovo sa popularnom djecom (Cole, 1959: 421-422). Kada govorimo o religiji, djeca prisvajaju religijska vjerovanja svojih roditelja, no kako prilaze adolescenciji, počinju preispitivati sve vrste uvjerenja i autoriteta, pa nekada znaju i odbaciti crkvu te vjerovanja svoje obitelji (Cole, 1959: 435-437). Vrijednosni sustav je apstraktan i služi rješavanju konflikata između potreba, želja i ciljeva pojedinca koji se moraju modificirati kako bi bili u skladu sa sustavom te se postigla dosljednost ponašanja pojedinca. Taj vrijednosni sustav ima i afektivni značaj za pojedinca, pozitivan ili negativan, ovisno koliko je usklađen sa okolnostima u kojima se odvija neka aktivnost. Nadalje, kod adolescenata se razvija prosocijalno ponašanje, a ono se odnosi na „postupke koji se smatraju društveno poželjnima. To je svako namjerno ponašanje koje ima pozitivne posljedice za druge kao što su različiti oblici fizičke ili psihološke podrške u nevolji, pomaganje u obavljanju nekog radnog zadatka, dijeljenje dobara i sl.” (Lacković-Grgin, 2005: 218). Prosocijalno ponašanje je u izravnoj vezi sa orijentacijom na pravdu u moralnom rasuđivanju i moralnost je u adolescenciji bitan regulator socijalnih interakcija, a sve to djeluje na razvoj samopoimanja.

## 2.4. Definiranje slobodnog vremena

Slobodno vrijeme je staro koliko i čovječanstvo, ali se način provođenja slobodnog vremena mijenjao kroz povijest. Brightbill (1960: 13) navodi kako je sami pojam nastao od latinske riječi *licere*, što znači „dopušteno”, a u modernom vremenu se definira kao „sloboda od obaveza i posla”. U stručnoj literaturi ne postoji općeprihvaćena definicija, neki čak i tvrde da pojam slobodnog vremena uključuje toliko implikacija i značenja da ga nije moguće jednoznačno definirati, čak ni raspravljati o njemu, osim u smislu vrijednosti, normi i kulturalnih orijentacija u odnosu na ponašanje određene socijalno-ekonomske klase, etničke i regionalne grupe ljudi. Kelly (1996: 25) navodi da kada bi se slobodno vrijeme usko definiralo kao slobodno odabrana aktivnost zbog zadovoljstva koje pruža pojedincu, raznolikost aktivnosti koje se mogu uvrstiti u slobodno vrijeme može biti zapanjujuća. Ne postoji lista aktivnosti koje bi se svrstavale u slobodno vrijeme i može biti da ne postoji mjesto i vrijeme u kojem aktivnosti slobodnog vremena nisu moguće; slobodno vrijeme može biti bilo koja aktivnost, bilo kada i na bilo kojem mjestu. Aktivnost je dio slobodnog vremena kada je odabrana; dimenzija slobode je primarna. Nadalje, dio je slobodnog vremena kada doprinosi pojedincu na neki način; kvaliteta iskustva, a ne sama aktivnost, je bitan čimbenik. Pedagoška enciklopedija II (1989:

353) navodi da slobodno vrijeme „označava vrijeme koje pojedinac ispunjava i oblikuje prema vlastitim željama, bez bilo koje vrste obaveze ili nužde. To je dio života svakog čovjeka koji postoji svakog dana i u svakoj sredini, ali je različito s obzirom na dob, spol, zanimanje, mjesto boravka, razvijenost sredine, stupanj interesa, ciljeve društvenog poretka i njegove mogućnosti. Slobodno vrijeme je sastavni dio čovjekove aktivnosti, vrijeme izvan profesionalnih, obiteljskih i društvenih obaveza, u kojem pojedinac po svojoj volji odabire oblike i sadržaje odmora, razonode i stvaralaštva. Previšić (2000: 406) pod slobodnim vremenom smatra „vrijeme aktivnog odmora, razonode, pozitivna razvoja, socijalizacije, humanizacije i stvaralačkog potvrđivanja ličnosti”. Enciklopedijski rječnik pedagogije (1963: 918) navodi da je slobodno vrijeme „ono vrijeme kada mlad čovjek slobodan od škole i školskih obaveza, slobodan od eventualnih drugih obaveza koje od njega traže roditelji, npr. u vezi s kućanskim ili kakvim drugim zaduženjima, kada nije okupiran poslovima koje od njega traži društvo, a koje nije preuzeo potpuno dobrovoljno”. Jedna od najprihvaćenijih definicija je ona prema Dumazeideru, koji definira slobodno vrijeme kao „skup aktivnosti kojima se pojedinac po svojoj volji može potpuno predati, bilo da se odmara ili zabavlja, bilo da razvije svoje spoznaje ili svoje bezinteresno formiranje, svoje dobrovoljno društveno angažiranje ili svoju slobodnu stvaralačku sposobnost nakon što se oslobodio svojih profesionalnih, obiteljskih i društvenih obaveza” (Janković, 1973: 34). Uz slobodno vrijeme se vežu pojmovi besposlice i dokolice, koji nisu istovjetni sa slobodnim vremenom, ali ulaze u njegov okvir. Milan i Rajka Polić (2009: 260) su taj odnos objasnili „kao vrijeme slobode od rada, slobodno je vrijeme besposlica, a tek kao vrijeme slobode za samodjelatnost, za samoostvarenje, slobodno je vrijeme dokolica”. Tako je svaka dokolica dio slobodnog vremena, ali ne vrijedi obrnuto, ona je vrijeme u kojem pojedinac kvalitativno djeluje, samopotvrđuje se i samoostvaruje, nije prisiljen na djelovanje, nego je ono njegov vlastiti izbor. Martinić (1977: VI) ističe kako je slobodno vrijeme slobodno upravo od organiziranog rada, a uključuje odmor, raznovrsne obaveze vezane uz obitelj i zajednicu, kao i bilo kakav dodatan rad. Dok slobodno vrijeme nije u potpunosti oslobođeno obaveza, dokolica se odnosi na vrijeme koje u potpunosti ovisi o slobodnom izboru i volji pojedinca. Nasuprot tome, stoji besposlica kao vrijeme koje je također bez ikakve prisile i nije dio rada, ali također nije ni kvalitetno osmišljeno, nego je prazno; pojedinac ne čini ništa čime bi se potvrdio kao osoba (Polić, M. , Polić, R. , 2009: 259-260). Iz svega navedenoga, možemo vidjeti kako je slobodno vrijeme prostor samoostvarenja i razvoja pojedinca, u kojem on može biti u potpunosti svoj i predati se stvarima koje mu donose zadovoljstvo.

## 2.5. Interpretacije slobodnog vremena

S razvojem tehnologije i znanosti, razvija se i slobodno vrijeme kao fenomen suvremenog društva. Usporedno tome, razni teoretičari iznose svoja viđenja slobodnog vremena i značenja koje ono ima za pojedinca. U sociologiji slobodnog vremena 20. stoljeća ono se tretiralo kao produkt modernizacije rada; dugoročno povećanje slobodnog vremena je vezano uz smanjenje radnog vremena. Od industrijske revolucije radno vrijeme se smanjilo sa 12 na 8 sati dnevno, a vikend se produžio sa jednog na dva dana. Tako Butler ističe razloge koji su doveli do većeg zanimanja za slobodno vrijeme, a nekih od njih su urbanizacija, promjene u obitelji, tehnički razvoj i povećanje životnog standarda. On slobodno vrijeme poistovjećuje sa rekreacijom koju gleda kao antitezu radu, a nasuprot nje nalazi se relaksacija: „Relaksacija je za Butlera pasivna i opuštajuća aktivnost asocijalnog i besmislenog sadržaja, dok je rekreacija društveno i osobno vrijedna jer gradi ličnost, moralno je ispravna i zajednička svim ljudima“ (Livazović, 2018: 166). Dakle, Butler na slobodno vrijeme gleda kao na odgojno sredstvo koje doprinosi socijalizaciji pojedinca kroz internalizaciju vrijednosti koje su zajedničke svim kulturama.

Nash (1953: 13-20) ističe kako se u postindustrijskom društvu na rad gleda kao rutinu i nužnost, a slobodno vrijeme postaje sve važnije kako bi pojedinac mogao zadovoljiti svoje potrebe te tako kultura modernog društva postaje karakterizirana načinom na koji ljudi koriste svoje slobodno vrijeme. Slobodno vrijeme se ne gleda kao suprotno radu, nego njegova nadopuna; nakon napornog dana provedenog na poslu pojedinac se okreće aktivnostima koje smatra vrijednima svoga vremena i kroz koje se ostvaruje te tako ostvaruje ravnotežu između automatizacije radnog vremena i kreativnosti slobodnoga vremena (Livazović, 2018: 166). Nadalje, slobodno vrijeme omogućuje pojedincu da se kreativno izrazi, kao i da se socijalizira kroz dijeljenje interesa sa drugim ljudima za određene aktivnosti. Kada govorimo o kreativnosti, Nash (1953: 110) smatra da svi ljudi imaju snažne psihološke nagone i težnje koji su glavni izvor njihove energije i zahtijevaju da ih se izrazi, pogotovo težnja za kreativnim stvaranjem. Mnogi ljudi to ne ostvare zbog preopterećenosti s poslom, ograničenih prilika ili jednostavno zbog nedostatka financija. Slobodno vrijeme nudi mnogo prilika za kreativnost gdje pojedinac može iskazati svoje misli i svoju osobnost te tako ostvariti cjelokupnost svoga bića. Također, slobodno vrijeme nudi mogućnost pripadanja; u grupama koje se stvaraju u slobodnom vremenu, ljudi se osjećaju potrebnima i poželjnima.

Francuski sociolog Dumazeider navodi 4 karakteristike slobodnog vremena: ono je slobodno od svake obaveze, od svakog vanjskog interesa i dobitka, uključuje zadovoljstvo i osobno je, tj. cilj je ostvarenje vlastitih potencijala (Stebbins, 2016: 155). On gleda na slobodno vrijeme kao na izvor vrijednosti, u smislu da ljudi biraju i rade aktivnosti koje im donose unutrašnje zadovoljstvo, te je očekivao da će se te vrijednosti prenijeti na ostale domene ljudskog života, poput obitelji i posla (Roberts, 2013: 8). Ako je osoba zadovoljna načinom na koji provodi slobodno vrijeme i pronalazi se u njemu, to kod nje stvara osjećaj ispunjenosti i sreće, te se to očituje na svim poljima djelovanja te osobe, pa ona postaje motiviranija za poboljšanje ostalih sfera svoga života. Dumazeider (1974: 34-47) navodi kako slobodno vrijeme ima tri funkcije: odmor, razonodu i razvoj ličnosti. Pod odmorom se podrazumijeva oporavak od pritisaka svakodnevnice, pod razonodom bijeg od dosade, a razvoj ličnosti podrazumijeva širenje znanja i socijalnu uključenost. Sama vrijednost i upotreba slobodnog vremena je pod socijalnim utjecajima; najvažniji su tehnološki razvoj, tradicija i socio-ekonomske prilike. Reakcija na te utjecaje se pojavljuje u slobodnom vremenu kroz razvoj aktivnih stavova koji se ispoljavaju kroz kreativnost i individualnost. Potraga za načinom na koji ljudi vode svoj život omogućuje razvoj urođenih kvaliteta do najvišeg nivoa dok se istovremeno zadržava cjelovitost ljudskog bića; to je pokušaj organiziranja slobodnog vremena na temelju izabranog hobija i interesa. Međutim, slobodno vrijeme nije samo vrijeme oslobođeno za ljudski razvoj: „kulturno slobodno vrijeme mora omogućiti cjeloživotno učenje i stvaralački potencijal, odnosno bujanje ličnosti presudno za narodnu kulturu“ (Livazović, 2018:175). Dakle, pojedinac kroz osobni razvoj doprinosi razvoju čitave kulture jer njegove aktivnosti obilježene kreativnošću i radom na samoaktualizaciji doprinose društvu, te se tako stvara sredina ispunjena ljudima koji slobodno vrijeme vide kao priliku za poboljšanje i izgradnju svijeta u kojemu žive.

## **2.6. Pedagogija i čimbenici organiziranja slobodnog vremena**

Slobodno vrijeme ima odgojno-obrazovni utjecaj na adolescente; aktivnosti koje mladi biraju utječu na razvoj njihovih vještina, stavova i znanja. Taj utjecaj je prepoznat kroz pedagogiju slobodnog vremena kao „granu suvremene pedagogije koja se temelji na zakonitostima i postavkama opće pedagogije, iz njih proizlazi, a pobliže tumači, proučava i istražuje odgojnu problematiku slobodnog vremena u najširem smislu riječi“ (Livazović, 2018: 232). Dakle, pedagogija slobodnog vremena prepoznaje različite utjecaje koje aktivnosti slobodnog vremena imaju na ljude te ih pokušava pobliže razumjeti i objasniti kako bi ih se obrazovalo za kvalitetno provođenje slobodnog

vremena. Tako Janković (1973: 50-53) ističe odgojno-obrazovnu funkciju slobodnog vremena, tj. njegovu ulogu u svestranom razvoju ličnosti. Samo odgojno djelovanje usmjereno je na tri područja čovjekova života: profesionalni rad, samoupravljanje i slobodno vrijeme. Slobodno vrijeme omogućuje pojedincu da djeluje prema svojim interesima i sklonostima na području za koje se opredijeli, te tako kroz njega postaje cjelovita osoba sa odgovarajućim vrijednostima kroz koje djeluje kako bi izgradila zadovoljavajuću budućnost za sebe i društvo. Međutim, kako bi osoba uopće mogla svrhovito koristiti slobodno vrijeme, ona mora biti i odgojena za njegovo kvalitetno provođenje. Tu je važno istaknuti područja na kojima se pojedinac razvija kroz slobodno vrijeme, a koja su bitna za potpun razvoj njega kao osobe; to su: znanstveno-tjelesni, intelektualni, radno-tehnički, estetski, moralni i društveni. Kada govorimo o znanstveno-tjelesnom području, kroz razvoj kondicije i izdržljivosti pojedinac radi na poboljšanju svoga imuniteta i zdravlja te se priprema za radne aktivnosti koje ga čekaju u budućnosti. Tu se u moderno vrijeme najviše govori o borbi protiv uživanja nikotinskih proizvoda, alkohola i opojnih droga koje u velikoj mjeri narušavaju, kako tjelesno, tako i mentalno zdravlje pojedinca. Adolescenti su danas više nego ikada izloženi negativnim utjecajima modernog društva te je nužno posvećivanje tjelesnim aktivnostima i rekreaciji kako bi pronašli ispušni ventil kroz koji bi izbacili negativnu energiju i posvetili se izazovima koji ne djeluju razarajuće na njihovu osobnost, nego ju grade i otvaraju k novim iskustvima. Tessier i drugi (2007: 202-206) su proveli longitudinalno istraživanje o utjecaju aktivnosti u slobodnom vremenu na zdravlje odraslih osoba. Pokazalo se da slobodno vrijeme visoko korelira sa dimenzijama kvalitetnog načina života poput: tjelesnog funkcioniranja, mentalnog zdravlja, vitalnosti za oba spola te posebno socijalnog funkcioniranja kod žena. U adolescenciji je posebice važno raditi na mentalnom zdravlju jer su mladi nesigurni i nalaze se u krizi identiteta dok traže sami sebe, što nekada može dovesti do razvoja različitih psihičkih poteškoća poput anksioznosti. Tu najbolje pomažu različite aktivnosti u slobodnom vremenu jer mladima pružaju priliku za pronalaženje onoga što ih zanima i ispunjava, te im tako pruža stabilnost u burnom razdoblju adolescencije. Kada se govori o intelektualnom području, aktivnosti slobodnog vremena pružaju mogućnost mladima da se dodatno obrazuju ili informiraju o onome što ih zanima, a nemaju mogućnosti to dovoljno istražiti unutar formalnog obrazovanja. Tu se posebno ističe cjeloživotno obrazovanje jer unutar slobodnog vremena osoba uči cijeli život te razvija različite kompetencije i tako postaje spremna za sudjelovanje u društvenom životu. Tako se mlade unutar škole može uključiti u različite izvannastavne aktivnosti poput dramskih skupina i različitih klubova koji im pomažu u razvijanju vještina i navika potrebnih za cjeloživotno obrazovanje i

sudjelovanje u radnim procesima u odrasloj dobi (Janković, 1973: 54-55). Nadalje, aktivnosti slobodnog vremena su povezane i sa školskim postignućem; učenici koji sudjeluju u izvannastavnim aktivnostima često postižu i bolji akademski uspjeh jer učitelji i nastavnici na njih prenose vrijednosti i znanja koja upotpunju ono naučeno kroz samu nastavu te im pružaju potporu i potiču ih da se razvijaju kao osobe (Fawcett, 2007:76). Tako sudjelovanje u aktivnostima slobodnog vremena i akademski uspjeh mladih međusobno utječu jedan na drugog; učenici su sposobniji nositi se sa obrazovnim zahtjevima kroz nadopunjavanje vlastitog znanja i izgradnju osobnosti kojoj je jedna od karakteristika motivacija i želja za boljim uspjehom u obrazovanju. Što se tiče estetskog područja, Janković (1973: 55-56) ističe kako u slobodnom vremenu osobe imaju priliku sudjelovati u različitim aktivnostima i događajima poput literarnih, glazbenih, posjećivanja kazališta, muzeja i sl. Kroz sudjelovanje u njima ljudi postaju sposobni vrednovati estetske sadržaje te ih i sami stvarati. Razvijaju kritičko mišljenje, te tako uspijevaju razlikovati istinski vrijedne estetske sadržaje od onih koje u moderno vrijeme često nudi industrija zabave, a koje osobama ne nude nikakvu mogućnost proširivanja vidika i rada na sebi. Sudjelovanje u kulturnim aktivnostima nije samo ljudsko pravo samo po sebi, nego i čimbenik društvenog i osobnog razvitka koji pridonosi kreativnosti te dobiti ljudskih odnosa. Danas, mnoge institucije usmjeravaju svoju pažnju na razne politike, programe i akcije kako bi stvarale potražnju i razvoj klijenata, gdje je naglasak na obrazovanju kao ključnom elementu kulturnog razvitka. Tako se kulturni dio dovodi u vezu sa kreativnom dimenzijom slobodnog vremena čije je bitna značajka rad na osobnom razvoju koji sadrži upornost, vježbanje i samoaktualizaciju, a ona se postiže tek kada se zacrtani ciljevi i svrha ostvare (Ortega, Eizaguirre, Cuenca, 2012: 7-8). Radni i tehnički odgoj je važna komponenta slobodnog vremena koja pridonosi razvoju karakteristika ličnosti poput odgovornosti, upornosti, marljivosti i sl., a to se ostvaruje kroz hobije i „Uradi sam“ aktivnosti. Tim aktivnostima se ljudi bave vođeni intrinzičnim motivima i one im predstavljaju izvor sreće, a ujedno kroz njih razvijaju različite vještine i osobine (Janković, 1974: 56). U današnje vrijeme je važno imati vještine koje su usvojene izvan radnoga vremena jer mnogi poslodavci više ne traže samo osnovne kompetencije potrebne za obavljanje nekoga posla, nego i neke koje izlaze iz tih okvira, a koje pridonose njegovom uspješnom obavljanju. U 21. stoljeću ljudi imaju više slobodnog vremena, te je u njemu važno obavljati svrhovite aktivnosti kako se ne bi zapalo u rutinu i okrenulo štetnim načinima njegovog provođenja. Nadalje, moralna dimenzija slobodnog vremena se očituje u tome da se sve aktivnosti zasnivaju na etičkim načelima i pružaju osobi priliku da usvoji univerzalne ljudske vrijednosti i pokaže svoju humanost (Janković, 1974: 56-57). Također,

aktivnosti slobodnog vremena pomažu i razvoj prosocijalnog ponašanja kod delikvenata. Sudjelovanje u aktivnostima zajednice ljudima pruža priliku da se pokažu, potiče ih da provode vrijeme u kvalitetnim aktivnostima u kojima se kod njih razvija osjećaj kompetentnosti i svrhe. Oni postaju zaokupljeni tim aktivnostima i tako nemaju vremena izložiti se antisocijalnim utjecajima, a samo prosocijalno ponašanje se potiče ustrajanjem i naglašavanjem veze između društva i pojedinca. Tako se oni vežu uz pojedine grupe i institucije koje im pružaju kontekst ispunjen uzorima na koje se oni ugledaju i oponašaju ih te počinju vjerovati u moralnu legitimnost konvencionalnih društvenih načela i vrijednosti (Walters, 2018: 295). Svi ljudi, posebice mladi, su u riziku upuštanja u antisocijalne aktivnosti tijekom svoga slobodnoga vremena, posebice ako ga ne iskorištavaju na svrhovit način. Tada pokušavaju naći nešto što će ih izvući iz monotonije i dosadi te se često upuštaju u različite ovisnosti koje dovode do posljedica koje su neugodne, kako za pojedinca, tako i za zajednicu. To se može izbjeći upuštanjem u aktivnosti slobodnog vremena koje nudi društvo, tj. grupe ljude okrenuti pozitivnim vrijednostima i općem dobru. Uz ovo područje se usko veže i socijalna dimenzija slobodnog vremena jer se postupci pojedinca često odražavaju i na društvo. Janković (1974: 57-58) ističe kako se osoba kroz aktivnosti slobodnog vremena socijalizira i integrira u društvo jer su upravo te aktivnosti obilježene demokracijom i recipročnim ljudskim odnosima. Osoba se kroz uključivanje u različite grupe i skupine izlaže različitim utjecajima, kako društvenim, tako i odgojnim te se uči pravilnom ophođenju i pomaganju društvu. Čovjek je socijalno biće i kao takvo ima brojne potrebe koje od njega zahtijevaju uspostavljanje pozitivnih ljudskih odnosa koji su obilježeni međusobnim razumijevanjem i pomaganjem. Kroz slobodno vrijeme on se uključuje u društvo i razvija osjećaj pripadanja nekoj skupini u kojoj uči različita ponašanja i vrijednosti te tako oblikuje vlastitu osobnost.

Slobodno vrijeme je društvena pojava i kao takvo u sebi sadrži različite institucije, stilove i aktivnosti za njegovo provođenje, ali „umjesto izravnog organiziranja aktivnosti slobodnog vremena, društvo treba otvarati mogućnost izbora i aktivnog uključivanja pojedinaca u aktivnosti slobodnog vremena kroz sustavno poticanje i organizaciju različitih institucionalnih čimbenika koji mogu pomagati oblikovanje slobodnog vremena pružanjem praktičnih mogućnosti njegova provođenja“ (Livazović, 2018: 243). Dakle, nužno je stvoriti uvjete za provođenje slobodnog vremena unutar društva kako bi pojedinac mogao kritički izabrati one koje njemu odgovaraju i kako se ono ne bi svodilo samo na pasivnost i konzumiranje sadržaja koje nudi popularna kultura. Prvi čimbenik strukturiranja su odgojno-obrazovne ustanove koje se bave odgojem „za“ slobodno vrijeme i



uključuju: ustanove za rani ili predškolski odgoj, škole svih stupnjeva, dječje i omladinske domove te ustanove za obrazovanje andragoške populacije (Livazović, 2018: 243). Za adolescente su značajne škole i u ponekim slučajevima dječji i omladinski domovi. Kada je riječ o školama, one trebaju nuditi izvannastavne aktivnosti koje odgovaraju različitim interesima i potrebama mladih, a u koje se oni uključuju prema vlastitim željama; to su različiti klubovi, sekcije i društva. Uz to, škola treba poticati kulturu provođenja slobodnog vremena i obrazovati mlade za izbor aktivnosti koje će pozitivno utjecati na njihov razvoj. Druga grupa čimbenika su obitelj, dječje, mladenačke i društvene organizacije. U suvremenom svijetu koji obilježava povećanje količine slobodnog vremena nastaju tzv. rekreacione obitelji, koju obilježava okupljanje oko zajedničkih aktivnosti i stvaranje vlastitog stila provođenja slobodnog vremena, kao i zajedničkih vrijednosti (First-Dilić, 1974: 10). Iako u adolescenciji utjecaj obitelji slabi, zajedničke vrijednosti se prenose na pojedinca i služe mu kao vodič u biranju aktivnosti u starijoj dobi. Treća skupina čimbenika strukturiranja i provođenja slobodnog vremena odnosi se na razne objekte i uređaje poput igrališta, kupališta i trgovačkih centara. To su objekti namijenjeni provođenju slobodnoga vremena kroz zajedničke aktivnosti koje okupljaju mlade te im nude zabavu. Četvrtu skupinu čimbenika čine ustanove općekulturnog, prosvjetnog, informativnog i zabavnog karaktera poput kina, kazališta, muzeja i različitih sportskih udruga. Te ustanove pridonose estetskom i tjelesnom razvoju pojedinca kroz sadržaje namijenjene učenju o vlastitoj kulturi, aktivnom provođenju slobodnom vremenu, ali uključuju i odmor i zabavu. U današnje vrijeme koje je obilježeno potrošnjom i velikim izborom mjesta na kojima mladi mogu provoditi vrijeme, dominiraju kafići i klubovi koji nude zabavu i socijalizaciju, ali i uživanje alkohola i opojnih droga. Petu skupinu čine faktori iz područja „funkcionalnog odgoja“ poput javnih priredbi, trgova, parkova i slično. Iako oni djeluju bez posebne namjene, mladi kroz njih upoznaju vlastitu kulturu i tradicije (Livazović, 2018: 248-249). Tako se mladi uče uvjetima i načinima života u svojoj zajednici te ih prisvajaju za uspješno funkcioniranje u društvu.

## **2.7. Slobodno vrijeme i mladi**

Aktivnosti slobodnog vremena podrazumijevaju postojanje dva čimbenika: slobode izbora i motivacije. One bi trebali biti društveno-prihvatljive, što podrazumijeva „sve one aktivnosti koje pridonose rekreativno-produktivnom osmišljavanju slobodnog vremena. One su uvijek, pa i onda kada označavaju samo odmor i razonodu, planirane i sadržajno osmišljene, a motivacijski istinski

utemeljene i razvojno usmjerene" (Mlinarević, Miliša, 2007: 84). Adolescenti imaju mnogo više slobodnog vremena u usporedbi sa drugim starosnim grupama poput odraslih koji veliki dio vremena provode na poslu i na druge zadatke vezane uz socijalne uloge koje obnašaju. Tako je istraživanje provedeno u Portugalu pokazalo da adolescenti 36.9% svoga tjednog vremena troše na aktivnosti slobodnog vremena, od čega 16% otpada na socijalizaciju, zatim 29.2 % vremena na produktivne aktivnosti i 15.7% na aktivnosti održavanja. U drugom istraživanju koje su proveli Freire, Lima i Fonte pokazalo se da mladi provedu 31.39% svoga vremena na aktivnosti slobodnog vremena, od čega najviše vremena spada na druženje sa vršnjacima i masovne medije (Freire, 2013: 64-68). Te aktivnosti pozitivno djeluju na osobe jer su „važno sredstvo za osnaživanje mladih, kao i sfera realizacije interesa, aktivnog odmora, razonode, pozitivnog razvoja, socijalizacije, humanizacije i stvaralačkog potvrđivanja ličnosti“ (Livazović, 2018: 316-317). Utjecaji u slobodnom vremenu mogu biti i negativni, pa se mladi vođeni vršnjacima i željom za dokazivanjem u društvu mogu okrenuti aktivnostima koje mogu negativno utjecati na njihov razvoj, tj. koje pozitivno koreliraju sa antisocijalnim ponašanjem poput kriminala, napuštanja škole, uživanja droga i alkohola, itd. Zato je mlade potrebno osposobiti i pružiti im uvjete za kvalitetno i svrhovito provođenje slobodnog vremena. Brojna istraživanja su pokazala da svrhovito provođenje slobodnog vremena u adolescenciji smanjuje mogućnost pojavljivanja antisocijalnog ponašanja te posljedica koje ono donosi. Razlozi za to su brojni, poput strukturiranja slobodnog vremena adolescenata, izgrađivanja postojećih vještina i interesa, kao i stvaranje prilika za mlade da se osjećaju sposobnima i prihvaćenima unutar socijalnog sistema. Slobodno vrijeme sa svim svojim aktivnostima nudi adolescentima mogućnosti razvitka odnosa sa vršnjacima, otkrivanja osobnih potreba i želja te isprobavanje različitih socijalnih uloga (Byrne, Nixon, Mayock, Whyte, 2006: 11-12). Aktivnosti slobodnog vremena se prema brojnim autorima dijele na strukturirane i nestrukturirane, a ova podjela je nastala orijentacijom na 3 aspekta tih aktivnosti: na razinu strukturiranosti, socijalni kontekst i konvencionalnost. Na svaki od ta 3 aspekta se može gledati kao na kontinuirane dimenzije. Aktivnosti slobodnog vremena mladih se protežu od onih koje naizgled nemaju nikakvu strukturu do onih koje su kompleksno strukturirane, od izoliranih aktivnosti u kojima sudjeluje samo jedna osoba do grupnih aktivnosti te od ovisnosti od lokalnih sredstava za potporu pa do šire kulturne jedinice utjecaja. One aktivnosti koje pozitivno utječu na razvoj pojedinca i smanjuju mogućnosti pojavljivanja antisocijalnog ponašanja su visoko strukturirane, izgrađuju vještine u području za koje se pojedinac opredijelio te dovode u dodir osobe iz različitih područja i različitih kompetencija. Slobodno vrijeme koje nema nikakve koristi za

pojedince ili povećava mogućnost antisocijalnog ponašanja uključuje aktivnosti koje su pozicionirane nisko u spomenuta 3 aspekta ili se orijentiraju samo na jedan aspekt (Mahoney, Stattin 2000: 114-115). Ako je osoba prepuštena sama sebi, to nekada može dovesti do izbora aktivnosti i grupa ljudi koji ih usmjeravaju k štetnim načinima provođenja slobodnog vremena i destruktivnom ponašanju. To posebice vrijedi za adolescente, koji još uvijek pokušavaju pronaći sami sebe i pripadati negdje, a nisu još uvijek dovoljno kompetentni za donošenje pravilnih životnih izbora.

Strukturirane aktivnosti slobodnog vremena su razvojno vrijedne za adolescente jer predstavljaju izazov te zahtijevaju trud i koncentraciju od njih. Ove vrste aktivnosti predstavljaju važne prijelazne situacije za adolescente i omogućuju premošćivanje jaza između dječje igre i posla u odrasloj dobi (Shaw, Kleiber, Caldwell, 1995: 245). One imaju nekoliko obilježja, a to su: fiksni uvjeti, redovito sudjelovanje i aktivna uključenost sudionika, postojanje pravila koje sudionici moraju poštovati, supervizija jednog ili više odraslih osoba, naglasak na razvoju određenih vještina te davanje povratnih informacija svim sudionicima o njihovoj efikasnosti. Kako pojedinac postaje vještiji u tim aktivnostima, tako oni paralelno postaju sve zahtjevnije i kompleksnije (Mahoney, Stattin 2000: 115.). One za cilj imaju pružiti priliku adolescentima za stjecanje socijalnih i tjelesnih vještina, kao i za podizanje njihovog samopoštovanja i stvaranja pozitivne slike o sebi (Đuranović, Opić 2016: 14). Strukturirane aktivnosti slobodnog vremena podrazumijevaju različite programe koji se održavaju izvan škole i unutar zajednice te izvannastavne aktivnosti. Neki se od njih fokusiraju na obrazovanje, a drugi na umjetnost, sport, tehnologiju i slično; nudi ih različite organizacije poput školskih distrikta, religioznih ustanova, muzeja i drugo. Prednosti tih strukturiranih aktivnosti slobodnog vremena se očituju u pozitivnim promjenama u školskom uspjehu i stavovima, razvoju različitih vještina poput nezavisnosti, rukovodstva, kao i razvoj socijalnih kompetencija, emocionalne inteligencije te poboljšanje zdravlja (Phillips Swanson, Edwards, 2010: 132). Socijalni kontekst aktivnosti se odnosi na socijalne agente prisutne tijekom izvođenja samih aktivnosti slobodnog vremena i koji utječu na sudjelovanje u aktivnosti. Ključna karakteristika strukturiranih aktivnosti je upravo to vođenje i praćenje od strane odraslih osoba, ali da bi ta uključenost uopće bila korisna za mlade osobe, ona mora nuditi određenu strukturu i organizaciju kako bi ih držala na pravom putu, ali da pri im pri tome omogućuje i dopušta da zadrže vlastitu orijentaciju te istraže svoj identitet i sposobnosti, sama prisutnost odrasle osobe nije dovoljna za poticanje pozitivnog razvoja (Abbot, Barber, 2007: 60). Strukturirane aktivnosti slobodnog vremena su obično visoke socijalne kompleksnosti i mogu uključivati suradnju s vršnjacima, potporu obiteljskih članova i vođenje od strane odraslih osoba.

Istraživanja su naglasila bitnost postojanja socijalne potpore od strane prosocijalnih vršnjaka, obiteljskih članova i drugih odraslih osoba kao mehanizam pomoću kojega te aktivnosti koriste adolescentima koji u njima sudjeluju. Primjerice, strukturirani klubovi i timovi privlače mlade različitih socijalnih i akademskih vještina i tako mladi koji su slabijih kompetencija imaju priliku stvoriti odnose sa kompetentnijim vršnjacima koji bi im mogli pomoći u razvoju tih vještina. Nadalje, strukturirane aktivnosti slobodnog vremena nameću i organizaciju tog vremena koja bi roditeljima poslužila kao informacija o tome gdje se njihovo dijete nalazi, što radi i s kim se nalazi tijekom slobodnog vremena. Tako roditelji postaju više motivirani da sami aktivno sudjeluju ili podržavaju djetetovo sudjelovanje u aktivnostima slobodnog vremena (Mahoney, Stattin 2000: 115). Mnoga istraživanja (Mahoney, Larson, Eccles, Lord, 2005; Kleiber, 1999) su pronašla vezu između strukturiranih aktivnosti slobodnog vremena u kojima adolescenti sudjeluju i pozitivnih rezultata koje ostvaruju, bilo u smislu visokih akademskih postignuća i pozitivnog stava prema obrazovanju, kao i manji postotak adolescenata koji su napustili školu. Neka od njih su se usmjerila na usporedbu između različitih vrsta aktivnosti slobodnog vremena, poput onih koje su više vezane za umjetnost i sportskih aktivnosti. Sudjelovanje u umjetničkim aktivnostima je s jedne strane povezano sa pozitivnim ishodima poput smanjenog rizika od napuštanja srednjoškolskog obrazovanja te sa pozitivnim iskustvima poput rada na razvoju inicijative i identiteta adolescenata, kao i boljim poznavanjem sebe kao osobe. S druge strane je povezano i sa negativnim iskustvima u uspostavljanju odnosa sa drugim ljudima poput timskog rada i razvijanja mreže kontakata sa odraslim osobama. Što se tiče sportskih aktivnosti, i one su povezane sa većim akademskih uspjehom i boljim obrazovnim ishodima adolescenata, manjim postotcima napuštanja škole i smanjivanjem problematičnog ponašanja (Abbot, Barber, 2007: 61). Nadalje, sportske aktivnosti pružaju prilike za postavljanje osobnih ciljeva, rješavanje problema, timski rad, upravljanje vlastitim emocijama i vremenom, tj. adolescenti razvijaju inicijativu (Byrne i suradnici, 2006: 40). One za adolescente predstavljaju psihički i mentalni izazov te razvijaju identitet kroz osjećaj kompetentnosti i identifikacije sa određenom socijalom grupom (Kleiber, Kirnshit u Shaw i sur., 1995: 247). Ali, sportske aktivnosti su također povezane i sa povećanim rizicima poput uživanja alkoholnih pića zbog povećanog stresa te negativnih iskustava u uspostavljanju odnosa sa drugim ljudima, ponajviše sa vršnjacima (Abbot, Barber, 2007: 61). Tome najviše pridonosi kompetitivnost koja je često neizbježni dio sportskih aktivnosti, a na pojedinca stavlja pritisak i on pokušava na trenutke pobjeći od toga svijeta kroz uživanje različitih opijata.

Nestrukturirane aktivnosti slobodnog vremena odlikuje spontanost, tj. u njima ne postoje nikakva pravila, niti su pod nadzorom drugih osoba (Đuranović, Opić, 2016: 15). Budući da se na aktivnosti koje od adolescenata traže trud, koncentraciju i predstavljaju izazov gleda kao na razvojno vrijedne, nestrukturirane aktivnosti se dovode u vezu sa negativnim i delikventnim ponašanjima. Kako nestrukturirane aktivnosti slobodnog vremena ne zahtijevaju previše od adolescenata, negativan odnos između tih aktivnosti i razvoja identiteta je uzrokovan manjkom izazova i primjene njihovih vještina u tim aktivnostima. Ipak, ponekad te aktivnosti mogu biti izvor njihovog rasta i razvoja jer adolescenti imaju priliku strukturirati vlastite aktivnosti te sami razvijati konstruktivne, samousmjeravajuće i nezavisne izvore zabave (Trainor, Delfabbro, Anderson, Winefield, 2010: 179-180). Kada govorimo o negativnim utjecajima nestrukturiranih aktivnosti slobodnog vremena, većina istraživanja ih dovodi u vezi sa devijantnim ponašanjima. Naime, adolescenti pod utjecajem vršnjaka i bez ikakve kontrole odraslih osoba često eksperimentiraju sa različitim supstancama i na taj se način nose sa razvojnim teškoćama i konfliktima. Ako socijalni kontekst same nestrukturirane aktivnosti u kojoj sudjeluje adolescent uključuje veliki broj vršnjaka sa devijantnim ponašanjima, takvo provođenje slobodnog vremena predstavlja plodno tlo za razvijanje i održavanje devijantnog ponašanja i kod njega samoga. Također, često sudjelovanje u nestrukturiranim aktivnostima slobodnog vremena otežava pokušaje roditelja da nadziru vlastito dijete te se tako gubi povjerenje u dijete i izoštravaju odnosi u obitelji (Mahoney, Stattin, 2010: 115). Naime, adolescenti misle kako će ih roditelji osuđivati zbog nekih izbora ili ih kazniti te počinju lagati i skrivati stvari od roditelja, a roditelji to često i primjećuju, pa dolazi do turbulencije u njihovoj komunikaciji i međusobnog nerazumijevanja. Abbot i Barber (2010: 62) navode kako vrsta nestrukturiranih aktivnosti određuje posljedicu koju će ona imati na adolescentov razvoj. Tako aktivnost gledanja televizije nema nikakvu razvojnu vrijednost jer rijetko uključuju izazov i trud. Iako televizija prikazuje uloge koje pojedinci ostvaruju u odrasloj dobi, te su uloge glavnom svedene na stereotipe i nemaju velikog doticaja sa stvarnošću (Livazović, 2014: 73). Gledanje televizije dovodi do mentalne i tjelesne pasivnosti, ne zahtjeva samoregulaciju, ne uključuje sudjelovanje te kao takva negativno utječe na razvoj identiteta kod muškog spola i izaziva nisko samopouzdanje kod ženskog spola (Shaw i suradnici, u Abbot, Barber, 2010: 61-62). Nadalje, aktivnost poput druženja sa vršnjacima se dovodi u vezu sa većim radom na identitetu od umjetničkih i sportskih aktivnosti jer kroz interakcije sa vršnjacima adolescenti razvijaju socijalne vještine. Također, one pružaju mogućnosti za učenje osnova horizontalnih demokratskih odnosa te se pritisak vršnjaka može odraziti i na učenje prosocijalnog ponašanja kada su ti vršnjaci i sami okrenuti njemu.

Adolescenti kroz te interakcije pokazuju angažman u obavljanju zadataka, sposobnost upravljanja konfliktima i odnosima, a stvaranje podržavajućih i dobrih prijateljstava je izravno u vezi sa boljim obrazovnim postignućima, kao i sa boljom otpornošću u stresnim situacijama (Larson, Verma, 1999: 715). Nadalje, kada govorimo o druženju sa vršnjacima, kod adolescenata većina vremena je provedena u noćnim izlascima vikendom. Kod tih izlazaka su najvažniji emocionalno iskustvo koje oni izazivaju i ponašanje koje prati te emocije. Noćni izlasci su adolescentima nešto čemu se raduju cijeli tjedan i oni vežu uz njih pozitivne emocije koje im pomažu da se nose sa stresom i obavezama koje od njih iziskuje škola. Adolescenti dobivaju pozitivne povratne informacije od svojih vršnjaka, te se tako stvara krug uzajamnog poštovanja i afirmacije koji „hrani“ njihove osjećaje i potiče ponašanja koja ne moraju biti u skladu sa onim što društvo od njih očekuje, a koja su bitna za njih same. Tako noćni izlasci pridonose smanjivanju stresa, jer te zabavne aktivnosti pridonose njihovom samopotvrđivanju kroz eksperimentiranje sa različitim socijalnim identitetima. Ali, okružje u kojemu adolescenti dobivaju pozitivne povratne informacije ima potencijal i da potiče devijantna ponašanja. Tako adolescenti pretjerano uživaju alkoholna pića, izbijaju tučnjave i dolazi do promiskuitetnog ponašanja kod oba spola. Istraživanja su pokazala da mladi koji više vremena provode na noćne izlaske uživaju opojne droge i alkohol više od adolescenata koji ne izlaze pretjerano (Larson, Seepersad, 2003: 56-59). Samim time što više izlaze, više su i izloženi utjecajima vršnjaka te se povode za njima. Adolescencija je životno razdoblje u kojemu pojedinac ima najveću potrebu pripadanja nekoj grupi ljudi izvan obiteljskog doma te to često dovodi do nepromišljenih postupaka i izbora, a sve kako bi se zadovoljila ta životna potreba.

### **III. METODOLOGIJA EMPIRIJSKOG ISTRAŽIVANJA**

#### **3.1. Cilj i problem istraživanja**

Cilj empirijskog istraživanja je istražiti učestalost i razlike u strukturiranim i nestrukturiranim aktivnostima slobodnog vremena adolescenata.

#### **3.2. Hipoteze istraživanja**

H1- adolescenti u slobodnom vremenu češće sudjeluju u nestrukturiranim aktivnostima

H2- očekuju se razlike u aktivnostima slobodnog vremena adolescenata s obzirom na spol i mjesto života ispitanika

H3- očekuju se razlike u zadovoljstvu aktivnostima slobodnog vremena s obzirom na spol ispitanika

### **3.3. Uzorak istraživanja**

S obzirom na cilj istraživanja, obuhvaćen je uzorak adolescenata do 25 godina starosti u Republici Hrvatskoj. S obzirom na spol, od 344 ispitanika koja su sudjelovala u istraživanju, 45.5% je muškoga spola (N=157), a 54.5% su ženskoga spola (N=187). Dobna struktura ispitanika pokazuje da je najviše ispitanika bilo u dobi od 20 (N=62) i 21. godinu (N=62), njih 36%. Što se tiče naobrazbe njihovih roditelja, najviše ispitanika, 55.1% (N=190), je navelo srednju stručnu spremu, dok je 30.4% (N=105) ispitanika odgovorilo da njihovi roditelji imaju visoku stručnu spremu. Višu stručnu spremu imaju roditelji od 13.3% ispitanika (N=46), a završenu srednju školu imaju roditelji od 0.9% ispitanika (N=3). S obzirom na akademski uspjeh ispitanika, njih 49% (N=169) je završilo prošlu akademsku godinu sa vrlo dobrim uspjehom, 25.5% ispitanika (N=88) sa dobrim uspjehom, 20.3% (N=70) sa odličnim uspjehom, 3.2% (N=11) sa dovoljnim, dok je 1.7% (N=6) ispitanika postiglo nedovoljan uspjeh. Od 344 ispitanika, njih 72.2% (N=249) živi u gradu, a 27.5% (N=95) živi na selu.

### **3.4. Instrument**

U empirijskom istraživanju je primijenjen anketni upitnik koji se sastojao od 3 dijela, a izrađen je putem Google obrasca. Prvi dio sadržavao je pitanja o sociodemografskim značajkama ispitanika: spol, dob, vrsta studija, uspjeh na kraju prošle akademske godine, naobrazba roditelja, mjesto života i materijalni status. Drugi dio upitnika sadržavao je 24 tvrdnje o strukturiranim i nestrukturiranim aktivnostima u slobodnom vremenu. Svaka tvrdnja procjenjuje se na Likertovoj skali s 5 stupnjeva, i to od „1-nikad“ do „5-uvijek“. Treći dio upitnika sastojao se od 7 tvrdnji o općenitom zadovoljstvu kvalitetom slobodnog vremena mladih; svaka od tih tvrdnji procjenjuje se na Likertovoj skali s 5 stupnjeva, od „1-u potpunosti se ne slažem“ do „5- u potpunosti se slažem“.

### **3.5. Postupak istraživanja**

Istraživanje je provedeno u rujnu 2018. godine putem internetske ankete. Ispitanici su rješavali anketu tijekom 5 dana putem mobilnih uređaja ili računala. Ispitanicima je zajamčena anonimnost

prilikom ispunjavanja ankete i analize rezultata. Očekivalo se da će anketu riješiti oko 100 ispitanika, ali na kraju je anketu riješilo 344 ispitanika. Ispitanici su odgovorili na sva pitanja; u početku je anketu rješavalo više ispitanika ženskog spola, ali kasnije se približno uravnotežio taj broj sa ispitanicima muškoga spola. Rezultati ankete su obrađeni primjenom statističkog paketa SPSS, korištenjem deskriptivne analize aktivnosti u slobodnom vremenu i zadovoljstva provođenjem slobodnog vremena adolescenata, te T-testa za nezavisne uzorke s obzirom na spol i mjesto života ispitanika.

## **IV. REZULTATI I RASPRAVA**

### **4.1. Deskriptivna analiza aktivnosti u slobodnom vremenu**

Provedena je deskriptivna analiza aktivnosti u slobodnom vremenu adolescenata. Polazi se od hipoteze **H1** koja pretpostavlja da mladi u slobodnom vremenu češće sudjeluju u nestrukturiranim aktivnostima.

**Tablica 1 Deskriptivna analiza aktivnosti u slobodnom vremenu**

| <b>Varijabla</b>       | <b>N</b> | <b>Min</b> | <b>Max</b> | <b>M</b> | <b>SD</b> |
|------------------------|----------|------------|------------|----------|-----------|
| Gledam televiziju (NS) | 344      | 1          | 5          | 2,58     | 1,06      |



|  |     |   |   |      |      |
|--|-----|---|---|------|------|
| Čitam knjige (NS)                            | 344 | 1 | 5 | 3,13 | 1,14 |
| Slušam glazbu (NS)                           | 344 | 1 | 5 | 4,30 | ,89  |
| Volontiram i bavim se humanitarnim radom (S) | 344 | 1 | 5 | 2,12 | 1,26 |
| Član sekcije kluba ili društva (S)           | 344 | 1 | 5 | 2,32 | 1,55 |
| Treniram sportsku disciplinu (S)             | 344 | 1 | 5 | 2,18 | 1,38 |
| Vježbam sviranje instrumenta (S)             | 344 | 1 | 5 | 1,71 | 1,24 |
| Rekreativno trčim (NS)                       | 344 | 1 | 5 | 2,06 | 1,21 |
| Posjećujem sportske događaje (NS)            | 344 | 1 | 5 | 2,33 | 1,23 |
| Posjećujem muzeje i galerije (S)             | 344 | 1 | 5 | 2,06 | 1,05 |
| Posjećujem kino i kazalište (S)              | 344 | 1 | 5 | 3,05 | 1,02 |
| Posjećujem teretane ili fitness centre (NS)  | 344 | 1 | 5 | 2,10 | 1,32 |
| Provodim vrijeme na društvenim mrežama (NS)  | 344 | 1 | 5 | 4,25 | ,88  |
| Uređujem vrt ili okućnicu (NS)               | 344 | 1 | 5 | 3,79 | ,99  |
| Provodim vrijeme u šetnji ili parku (NS)     | 344 | 1 | 5 | 1,87 | 1,13 |
| Putujem i turistički istražujem (NS)         | 344 | 1 | 5 | 1,93 | 1,26 |
| Odlazim u ribolov (NS)                       | 344 | 1 | 5 | 2,66 | 1,19 |
| Odlazim na skijanje (NS)                     | 344 | 1 | 5 | 1,25 | ,66  |
| Izlazim u kafiće i klubove (NS)              | 343 | 1 | 5 | 1,34 | ,83  |
| Družim se s članovima obitelji (NS)          | 344 | 1 | 5 | 3,57 | 1,06 |
| Družim se s djevojkom ili dečkom (NS)        | 344 | 1 | 5 | 3,58 | 1,09 |
| Družim se s prijateljima (NS)                | 344 | 1 | 5 | 3,19 | 1,70 |
| Pretražujem Internet (NS)                    | 344 | 1 | 5 | 4,24 | ,84  |
| Igram računalne igre (NS)                    | 344 | 1 | 5 | 4,17 | ,92  |

Bilješka: NS- nestrukturirana aktivnost, S-strukturirana aktivnost

Hipoteza 1 pretpostavlja da adolescenti u slobodnom vremenu češće sudjeluju u nestrukturiranim aktivnostima, a potvrđena je izračunavanjem srednjih vrijednosti grupiranih strukturiranih ( $M=2,24$ ) i nestrukturiranih aktivnosti ( $M=2,91$ ). Rezultati našeg istraživanja prikazani u Tablici 1 pokazuju da su najčešće aktivnosti mladih u slobodnom vremenu vezane za tehnologiju i medije. Među njima ističu se: slušanje glazbe ( $M=4,30$ ), provođenje vremena na društvenim mrežama ( $M=4,25$ ), pretraživanje Interneta ( $M=4,24$ ) i igranje računalnih igrica ( $M=4,17$ ). Rezultati istraživanja nisu u skladu sa istraživanjem koje su proveli Mlinarević, Miliša i Proroković 2007. godine, a koji je utvrdio da mladi u slobodno vrijeme najviše vremena provode gledajući televiziju ( $M=3,60$ ) te izlazeći u diskoklubove ( $M=3,35$ ), kafiće i restorane ( $M=3,60$ ), iako prema podacima koje su oni dobili u najvećoj mjeri mladi također slušaju glazbu ( $M=4,42$ ). Vidljivo je da su mladi najviše orijentirani na dokoličarenje, tj. najviše vremena provode na suvremenim medijima, što je značajka suvremenog društva u kojem prevladava *hiperracionalizacija*. Ona se odnosi na „dominaciju vizualnih medija i predodžbi u društvu

u kojem umjesto autentičnih događaja prevladavaju neautentične kopije i reprodukcije“ (Livazović, 2018: 86). Tako ovo istraživanje pokazuje da mladi radije provode na Internetu, poput dopisivanja sa prijateljima na socijalnim mrežama, umjesto druženja i sudjelovanja u zajedničkim aktivnostima, što je vidljivo na količini utrošenog vremena u druženju sa bliskim osobama, a koje se svodi na povremeno. Iako je u adolescenciji socijalizacija važna za razvoj identiteta i osjećaj pripadanja, naši rezultati stavljaju te aktivnosti u drugi plan, dok mediji postaju najdominantniji u slobodnom vremenu. Upravo ti mediji utječu na oblikovanje adolescenata kao pasivnih potrošača zaokupljenih samima sobom i svojim imidžom kojega vide drugi mladi, te se tu gubi sva dubina i obrazovni potencijal slobodnog vremena. Razonoda i zabava važan su dio slobodnog vremena koji pojedincu omogućuje bijeg od ubrzanog načina života i prezasićenja različitim informacijama (Livazović, 2018: 234), ali je i u toj sferi života potrebno održati ravnotežu i ne dopustiti da se adolescenti striktno bave određenom grupom aktivnosti pored velikog broja mogućnosti u koje je moguće uključiti i druge ljude, a koje su ujedno svrhovite i pridonose razvoju ličnosti. Rezultati istraživanja pokazuju da mladi najmanje vremena provode vježbajući sviranje instrumenata (M=1,71), u šetnji ili parku (M=1,87), odlasku na skijanje (M=1,25) i izlascima u kafiće i klubove (M=1,34). Prema istraživanju kojeg su proveli Singh i Misra 2015. godine mladi najmanje vremena provode u kulturno-obrazovnim aktivnostima poput čitanja, posjećivanja muzeja, galerija i kazališta, kao i u sportskim aktivnostima poput nogometa, plivanja i golfa. U našem istraživanju srednje vrijednosti za te kulturno-obrazovne aktivnosti su također niske, npr. posjećivanje muzeja i galerije je rijetko (M=2,06), ali je i socijalna aktivnost odlaska u kafiće i klubove niska, što je iznenađujuće s obzirom na činjenicu da je dio kulture socijalizacija uz kavu i druženje vikendom u različitim kafićima. Nadalje, naše vrijednosti za sportske aktivnosti, strukturirane i nestrukturirane, su niske kao i u Singhovom i Misrinom istraživanju, što upućuje na nastajanje *couch-potato*-generacije koja nakon svakodnevnih obaveza samo želi odmoriti i pasivno primiti informacije, bez većeg naprezanja i osobnog zalaganja. Dok Lacković-Grgin (2006: 174-175) ističe kako mladi sve više teže za individualizacijom i povlačenjem u vlastite “rezervate”, tj. noćne klubove i kafiće u kojima konzumiraju alkohol i drogu, ovo istraživanje pokazuje kako je to rjeđe u današnje vrijeme. Međutim, ovakvi rezultati bi se mogli objasniti činjenicom da se studentska populacija na neki način zasitila izlazaka, dok srednjoškolci, koji nisu obuhvaćeni istraživanjem, tek počinju otkrivati taj svijet i više vremena provode u njemu.

Ovi rezultati upućuju na potrebu djelovanja pedagoga u smislu obrazovanja mladih za kritički odnos prema vlastitom korištenju slobodnog vremena kako se on ne bi sveo na puku pasivnost i

konzumiranje onoga što im nude mediji, bez ikakvog razmišljanja o štetnostima takvog načina života. Potrebno je kod mladih razviti strategije korištenja medija u slobodnom vremenu i uputiti ih na razne sportske i kulturne sadržaje koji mogu biti jednako zabavni, a u isto vrijeme pridonositi razvoju različitih kompetencija i poboljšanju njihovog zdravlja i tjelesne spremnosti.

## 4.2. T-test s obzirom na spol ispitanika o aktivnostima slobodnog vremena

Proveden je T-test za nezavisne uzorke s obzirom na spol ispitanika kako bi se ispitala hipoteza **H2** da se očekuju razlike u aktivnostima slobodnog vremena adolescenata s obzirom na spol ispitanika.

**Tablica 2 T-test za nezavisne uzorke s obzirom na spol ispitanika**

| Varijabla                                | Spol   | N   | M    | SD   | t               |
|--|--------|-----|------|------|-----------------|
| Gledam televiziju                        | muško  | 157 | 2,33 | 1,03 | <b>-4,15***</b> |
|  | žensko | 187 | 2,80 | 1,04 |                 |
| Čitam knjige                             | muško  | 157 | 2,60 | ,99  | <b>-8,87***</b> |
|  | žensko | 187 | 3,58 | 1,06 |                 |
| Slušam glazbu                            | muško  | 157 | 4,35 | ,91  | ,98             |
|  | žensko | 187 | 4,26 | ,87  |                 |
| Volontiram i bavim se humanitarnim radom | muško  | 157 | 1,85 | 1,13 | <b>-3,64***</b> |
|  | žensko | 187 | 2,34 | 1,32 |                 |
| Član sekcije kluba ili društva           | muško  | 157 | 2,48 | 1,54 | 1,78            |
|  | žensko | 187 | 2,19 | 1,54 |                 |
| Treniram sportsku disciplinu             | muško  | 157 | 2,28 | 1,48 | 1,23            |
|  | žensko | 187 | 2,10 | 1,28 |                 |
| Vježbam sviranje instrumenta             | muško  | 157 | 1,92 | 1,33 | <b>2,85**</b>   |
|  | žensko | 187 | 1,54 | 1,13 |                 |
| Rekreativno trčim                        | muško  | 157 | 2,29 | 1,26 | <b>3,13**</b>   |
|  | žensko | 187 | 1,87 | 1,13 |                 |
| Posjećujem sportske događaje             | muško  | 157 | 2,60 | 1,26 | <b>3,75***</b>  |
|  | žensko | 187 | 2,11 | 1,17 |                 |
| Posjećujem muzeje i galerije             | muško  | 157 | 1,85 | ,93  | <b>-3,48**</b>  |
|  | žensko | 187 | 2,24 | 1,10 |                 |
| Posjećujem kino i kazalište              | muško  | 157 | 2,73 | 1,01 | <b>-5,44***</b> |
|  | žensko | 187 | 3,31 | ,96  |                 |
| Posjećujem teretane ili fitness_centre   | muško  | 157 | 2,29 | 1,38 | <b>2,39*</b>    |
|  | žensko | 187 | 1,95 | 1,25 |                 |
| Provodim vrijeme na društvenim_mrežama   | muško  | 157 | 4,24 | ,94  | -,22            |

|                                     |        |     |      |      |                 |
|-------------------------------------|--------|-----|------|------|-----------------|
|                                     | žensko | 187 | 4,26 | ,83  |                 |
|                                     | muško  | 157 | 3,64 | ,99  | <b>-2,59*</b>   |
| Uređujem vrt ili okućnicu           | žensko | 187 | 3,92 | ,98  |                 |
|                                     | muško  | 157 | 1,64 | 1,02 | <b>-3,51**</b>  |
| Provodim vrijeme u šetnji ili parku | žensko | 187 | 2,06 | 1,18 |                 |
|                                     | muško  | 157 | 1,92 | 1,25 | -,13            |
| Putujem i turistički istražujem     | žensko | 187 | 1,94 | 1,27 |                 |
|                                     | muško  | 157 | 2,42 | 1,05 | <b>-3,48**</b>  |
| Odlazim u ribolov                   | žensko | 187 | 2,86 | 1,27 |                 |
|                                     | muško  | 157 | 1,41 | ,83  | <b>4,40***</b>  |
| Odlazim na skijanje                 | žensko | 187 | 1,11 | ,44  |                 |
|                                     | muško  | 157 | 1,42 | ,87  | 1,75            |
| Izlazim u kafiće i klubove          | žensko | 186 | 1,26 | ,79  |                 |
|                                     | muško  | 157 | 3,57 | 1,03 | ,10             |
| Družim se s članovima obitelji      | žensko | 187 | 3,56 | 1,08 |                 |
|                                     | muško  | 157 | 3,11 | ,96  | <b>-8,01***</b> |
| Družim se s djevojkom ili dečkom    | žensko | 187 | 3,98 | 1,03 |                 |
|                                     | muško  | 157 | 2,90 | 1,74 | <b>-2,84**</b>  |
| Družim se s prijateljima            | žensko | 187 | 3,42 | 1,64 |                 |
|                                     | muško  | 157 | 4,20 | ,77  | -,64            |
| Pretražujem Internet                | žensko | 187 | 4,26 | ,90  |                 |
|                                     | muško  | 157 | 4,30 | ,89  | <b>2,49*</b>    |
| Igram računalne igre                | žensko | 187 | 4,05 | ,93  |                 |

Bilješka:  $p < .05^*$ ;  $p < .01^{**}$ ;  $p < .001^{***}$

Dobivene su spolne razlike na mjerama strukturiranih i nestrukturiranih aktivnosti. Istraživanje je pokazalo da ženski spol statistički više vremena provodi u opuštajućim aktivnostima poput gledanja televizije, čitanja knjiga te odlaska u šetnje i parkove. Nadalje, ženski spol statistički više vremena provodi u kulturnim aktivnostima poput posjećivanja muzeja, galerija, kina i kazališta od muškoga spola te statistički više vremena provodi volontirajući. Rezultati ovoga istraživanja su u skladu sa istraživanjem kojeg je provela Fawcett 2007. godine o aktivnostima slobodnog vremena ženskog spola, a prema kojemu su one više sudjelovale u kulturnim i kreativnim aktivnostima od muškoga spola, ali su i češće gledale televiziju te su više sudjelovale u socijalnim aktivnostima slobodnog vremena, poput druženja sa prijateljima i partnerima. Od sportskih aktivnosti, ženski spol statistički više vremena provodi u ribolovu od muškoga spola, ali muški spol statistički više vremena provodi u sportskim aktivnostima poput posjećivanja teretana i fitness centara, rekreativnog trčanja,

skijanja te posjećivanja sportskih događaja i utakmica. Također, muški spol statistički više vremena provodi vježbajući sviranje instrumenta od ženskoga spola. Ženski spol statistički više vremena provodi uređujući vrt ili okućnicu od muškoga spola dok muški spol statistički više vremena provodi igrajući računalne igre. Rezultati našeg istraživanja djelomično su u skladu s onim koje je provela Fawcett 2007. godine kada je riječ o muškom spolu, prema kojemu su oni više uključeni u strukturirane i nestrukturirane sportske aktivnosti poput trčanja, pecanja, plivanja i borilačkih vještina, ali manje sviraju instrumente u odnosu na ženski spol. Ovi rezultati govore o podjeli spolnih uloga koje su izražene i u suvremenom dobu; odabir aktivnosti s obzirom na spol i dalje je vođen nepisanim socijalnim konvencijama koje određuju odabir prostora za korištenje slobodnog vremena (Fawcett, 2007: 77; prema James, 2001; Prosser, 1995). Tradicionalna uloga muškarca kao sposobnog i snažnog, a žene kao osobe koja se brine o kućanstvu i bližnjima utječu na sve sfere života, pa tako i slobodno vrijeme. Nadalje, ženski spol je više okrenut prema umjetničkim aktivnostima te osobnom rastu i razvoju, pa tako i biraju aktivnosti koje ispunjavaju te potrebe. Ženski spol je više privržen prijateljima, što je u vezi sa većim utjecajem vršnjaka na njihove odluke, te one biraju sportske aktivnosti u najvećoj mjeri ako imaju podršku ili su nagovorene od strane tih istih prijatelja (Mota, Esculcas, 2002: 118). To objašnjava činjenicu da manje sudjeluju u sportskim aktivnostima, često se osjećajući nesigurno da se same upuste u takve poduhvate, ali to nije jedini čimbenik. Naime, sport integrira „muške“ elemente poput dominacije, nasilja i snage te kao takav kod ženskoga spola izaziva dvojbu oko bavljenja takvim aktivnostima jer su rastrgane između osjećaja da moraju preuzeti te elemente, ali u isto vrijeme ostati ženstvene jer je to ono što se očekuje od njih (Lissitsa, Galily, Chachashvili-Bololotin, 2010: 33-34). Vidljiv je utjecaj spolnih uloga, koje na neki način ograničavaju adolescente u njihovom slobodnom vremenu, stavljajući pred njih uzak izbor aktivnosti. Muški spol, s druge strane, veže muževnost sa sportskim aktivnostima te im ujedno omogućuje da izbace višak energije koji je posebice karakterističan za adolescenciju. Nadalje, glavni motiv koji navodi muški spol za bavljenje sportskim aktivnostima, strukturiranim i nestrukturiranim, je potreba za postignućem i građenjem statusa među vršnjacima (Mota, Esculas, 2002: 118). Naime, muški spol svoj identitet uvelike veže uz životne uspjehe jer njihova socijalna uloga pred njih postavlja zahtjev da se istaknu i dokažu svoju dominantnost, a to se najbolje postiže upravo kroz sportske aktivnosti. Također, zanimljiv je podatak iz našeg istraživanja da ženski spol više vremena provodi u ribolovu od muškoga spola. Kako nijedno drugo istraživanje nije dobilo isti rezultat, moguće objašnjenje da se naš uzorak sastojao od ženskoga spola koji se bavi ribolovom. Svakako je potreban veći uzorak i daljnje

istraživanje da bi se potvrdila valjanost tog podatka. Kada je riječ o socijalnim aktivnostima, ženski spol svoj identitet usko veže uz bliske osobe, pa nije ni iznenađujući podatak da veliki dio slobodnog vremena provode družeći se s obitelji i prijateljima (Fawcett, 2007: 143). Naime, ženski spol ima izraženu potrebu za pripadanjem koja se zadovoljava kroz izgradnju odnosa s drugim ljudima, a zbog mnogih obaveza koje imaju tijekom dana, slobodno vrijeme je prilika za održavanje tih odnosa. Kada je riječ o računalnim igricama, veća učestalost igranja istih od strane muškoga spola vezana je uz nasilne sadržaje koji se u njima nalaze. Muški spol je više zainteresiran za te sadržaje od ženskoga spola, koji često zazire od konflikata i njihovog rješavanja koristeći nasilje. One se više zanimaju za druge nenasilne sadržaje, poput gledanja ljubavnih filmova i komedija, što ujedno objašnjava i zašto žene češće gledaju televiziju od muškoga spola. Osim toga, razlog manjeg interesa za računalne igrice je i manjak socijalne interakcije u njima. Ženski spol cijeni programe koji sadrže smislen dijalog i interakciju između likova, a u računalnim igricama naglasak je više na događanjima. Nadalje, dok muški spol privlači natjecateljsko obilježje igara i zadovoljava njihovu potrebu za dokazivanjem, ženski spol nije zainteresiran za natjecateljske aktivnosti u istoj mjeri (Hartmann, Klimmt, 2006: 913-914). Spolne razlike u interesima vezanih za slobodno vrijeme uvelike utječu na odabir sadržaja i objašnjavaju zašto su neke aktivnosti dominantne kod određenog spola.

### 4.3. T-test s obzirom na mjesto života za aktivnosti slobodnog vremena

Proveden je T-test za nezavisne uzorke s obzirom na mjesto života ispitanika kako bi se provjerila hipoteza da se očekuju razlike u aktivnostima slobodnog vremena adolescenata s obzirom na mjesto života ispitanika. U Tablici 3 su prikazane aritmetičke sredine, broj ispitanika koji živi u gradu ili na selu te standardne devijacije radi boljeg razumijevanja rezultata.

Tablica 3 T-test za nezavisne uzorke s obzirom na mjesto života

| Varijabla         | Mjesto života | N   | M    | SD   | t   |
|-------------------|---------------|-----|------|------|-----|
| Gledam televiziju | grad          | 249 | 2,55 | 1,05 | ,99 |
|                   | selo          | 95  | 2,66 | 1,08 |     |
| Čitam knjige      | grad          | 249 | 3,17 | 1,15 | ,93 |
|                   | selo          | 95  | 3,04 | 1,09 |     |
| Slušam glazbu     | grad          | 249 | 4,33 | ,87  | ,86 |

|  |      |     |      |      |                 |
|--|------|-----|------|------|-----------------|
|  | selo | 95  | 4,23 | ,94  |                 |
| Volontiram i bavim se humanitarnim radom | grad | 249 | 2,20 | 1,31 | <b>2,08*</b>    |
|  | selo | 95  | 1,89 | 1,11 |                 |
| Član sekcije kluba ili društva           | grad | 249 | 2,37 | 1,57 | ,83             |
|  | selo | 95  | 2,21 | 1,49 |                 |
| Treniram sportsku disciplinu             | grad | 249 | 2,29 | 1,42 | <b>2,48*</b>    |
|  | selo | 95  | 1,88 | 1,22 |                 |
| Vježbam sviranje instrumenta             | grad | 249 | 1,75 | 1,25 | ,84             |
|  | selo | 95  | 1,62 | 1,21 |                 |
| Rekreativno trčim                        | grad | 249 | 2,05 | 1,25 | -,32            |
|  | selo | 95  | 2,09 | 1,09 |                 |
| Posjećujem sportske događaje             | grad | 249 | 2,33 | 1,28 | -,15            |
|  | selo | 95  | 2,35 | 1,12 |                 |
| Posjećujem muzeje i galerije             | grad | 249 | 2,12 | 1,10 | 1,63            |
|  | selo | 95  | 1,92 | ,87  |                 |
| Posjećujem kino i kazalište              | grad | 249 | 3,13 | 1,07 | <b>2,43*</b>    |
|  | selo | 95  | 2,83 | ,86  |                 |
| Posjećujem teretane ili fitness centre   | grad | 249 | 2,15 | 1,37 | 1,16            |
|  | selo | 95  | 1,97 | 1,18 |                 |
| Provodim vrijeme na društvenim mrežama   | grad | 249 | 4,22 | ,90  | -,89            |
|  | selo | 95  | 4,32 | ,82  |                 |
| Uređujem vrt ili okućnicu                | grad | 249 | 3,82 | 1,01 | ,65             |
|  | selo | 95  | 3,74 | ,97  |                 |
| Provodim vrijeme u šetnji ili parku      | grad | 249 | 1,68 | 1,04 | <b>-5,24***</b> |
|  | selo | 95  | 2,37 | 1,19 |                 |
| Putujem i turistički istražujem          | grad | 249 | 1,94 | 1,25 | ,16             |
|  | selo | 95  | 1,92 | 1,27 |                 |
| Odlazim u ribolov                        | grad | 249 | 2,69 | 1,25 | ,78             |
|  | selo | 95  | 2,58 | 1,03 |                 |
| Odlazim na skijanje                      | grad | 249 | 1,16 | ,54  | <b>-4,01***</b> |
|  | selo | 95  | 1,47 | ,87  |                 |
| Izlazim u kafiće i klubove               | grad | 248 | 1,41 | ,93  | <b>2,78**</b>   |
|  | selo | 95  | 1,14 | ,40  |                 |
| Družim se s članovima obitelji           | grad | 249 | 3,61 | 1,09 | 1,24            |
|  | selo | 95  | 3,45 | ,95  |                 |
| Družim se s djevojkom ili dečkom         | grad | 249 | 3,51 | 1,10 | <b>-2,07*</b>   |
|  | selo | 95  | 3,78 | 1,01 |                 |
| Družim se s prijateljima                 | grad | 249 | 3,20 | 1,71 | ,33             |
|  | selo | 95  | 3,14 | 1,70 |                 |
| Pretražujem Internet                     | grad | 249 | 4,24 | ,85  | ,19             |

|                      |      |     |      |     |     |
|----------------------|------|-----|------|-----|-----|
|                      | selo | 95  | 4,22 | ,84 |     |
| Igram računalne igre | grad | 249 | 4,18 | ,98 | ,36 |
|                      | selo | 95  | 4,14 | ,85 |     |

Bilješka:  $p < .05^*$ ;  $p < .01^{**}$ ;  $p < .001^{***}$

Kada je riječ o sportskim i rekreacijskim aktivnostima, istraživanje je pokazalo da ispitanici koji žive u gradu statistički više vremena provode trenirajući sportsku disciplinu od onih koji žive na selu, a ispitanici koji žive na selu statistički više vremena provode u šetnji ili parku i skijanju od ispitanika koji žive u gradu. Rezultati istraživanja su u skladu sa istraživanjem koje su proveli Sjolie i Thuen (2002), a prema kojemu ispitanici koji žive u gradu više vremena provode u sportskim aktivnostima poput odbojke i nogometa, a oni koji žive na selu više vremena provode skijajući i šetajući se šumom. Adolescenti koji žive u gradu imaju veći izbor sportskih događanja kojima se mogu priključiti od onih koji žive na selu (Badrić, Prskalo, Šilić, 2011: 65), a i vrijeme koje bi trebali utrošiti na prijevoz do grada i nazad im često smanjuje motivaciju. Aktivnosti poput šetnje su im dostupne kao zamjena za tjelesnu aktivnost koja se u urbanim mjestima ostvaruje kroz različite sportske treninge. Nadalje, istraživanje je pokazalo da ispitanici koji žive u gradu statistički više vremena provode volontirajući i baveći se humanitarnim radom od onih koji žive na selu. Ovaj podatak nije potvrđen niti opovrgnut drugim istraživanjima, ali činjenica je da su volonterske udruge i društva uglavnom smještene u gradu te je tako građanima lakši pristup njima. Osim toga, ispitanici koji žive u selu mogu imati druge obaveze vezane uz seoski način života, poput održavanja vrtova, koji im ne ostavljaju dovoljno mjesta za bavljenje volontiranjem. Što se tiče socijalnih i kulturnih aktivnosti, ispitanici koji žive u gradu statistički više vremena provode izlazeći u kafiće i klubove te statistički više vremena posjećuju kino i kazalište od onih koji žive na selu. Ispitanici koji žive na selu više vremena provode družeći se s djevojkom ili dečkom od onih koji žive u gradu. Ovo istraživanje je djelomično u skladu s onim koje su proveli Gordon i Caltalbiano (1996) prema kojemu su adolescenti koji žive u gradu više vremena provodili u socijalnim aktivnostima poput odlaska u kafiće, klubove, kina i kazalište, ali i druženja s prijateljima i partnerima, dok su mladi koji žive na selu više vremena provodili u pasivnim aktivnostima poput gledanja televizije, čitanja i sl. Iako i selo pruža mogućnosti odlaska u kafiće, mladi se uglavnom vikendom druže u klubovima, koji se nalaze u gradu. Što se tiče posjećivanja kina i kazališta, lokacijski čimbenik također igra veliku ulogu; kina i kazališta su također smještena u gradu (Gordon, Caltalbiano, 1996). Adolescentima koji žive u gradu oni su blizu, dok oni koji žive na selu često moraju naći prijevoz do tih klubova, što nije uvijek lagan zadatak, a i vikendom se mogu okrenuti



drugim aktivnostima poput druženja sa partnerima. Nema razlike u provođenja vremena između ispitanika koji žive u gradu i na selu što se tiče provođenja vremena koristeći medije, u socijalnim aktivnostima druženja sa prijateljima i članovima obitelji te u nestrukturiranim sportskim aktivnostima i posjećivanja sportskih događaja, muzeja i galerija. Ovi podaci upućuju na činjenicu da mediji jednako prevladaju u slobodnom vremenu mladih bez obzira na mjesto života; korištenje istih je generacijska značajka suvremenog života ispunjenog tehnologijom i zabavnim sadržajima, dok rezultati za socijalne aktivnosti u smislu druženja navode na zaključak da su obitelj i prijatelji ispitanika lokacijski blizu tako da to ne ometa količinu zajedničkog provođenja vremena. Također, nestrukturirane sportske aktivnosti se mogu odvijati bilo gdje i nije potreban pristup posebnim ustanovama pa tu nema razlike među ispitanicima. Zanimljiv je podatak da su slični i u količini vremena utrošenog na posjećivanje sportskih događaja, muzeja i galerija, koji se uglavnom odvijaju u gradu, ali se na to odvajaju jako malo vremena, što dovodi do zaključka da mladi bez obzira na mjesto života nemaju tendenciju provođenja vremena na kulturne aktivnosti, kao ni na posjećivanje sportskih događaja koji se uglavnom mogu gledati iz udobnosti vlastitoga doma. Ovi rezultati upućuju na važnost intervencije pedagoga u smislu obrazovanja mladih za razumijevanje važnosti kulturnih sadržaja za njihov estetski razvoj i većem izlaganju mladih tim istim sadržajima. Također, pedagozi su u mogućnosti surađivati sa lokalnom zajednicom u organiziranju sportskih i kulturnih aktivnosti za mlade koji žive na selu, kako bi i oni imali veći pristup tim sadržajima te se postigla jednakost u mogućnostima provođenja slobodnog vremena s obzirom na mjesto života.

Hipoteza **H2** da se očekuju razlike u aktivnostima slobodnog vremena adolescenata s obzirom na spol i mjesto života ispitanika je potvrđena rezultatima istraživanja. Naime, ženski spol više vremena provodi u socijalnim i kulturnim aktivnostima od muškoga spola, dok muški spol više vremena provodi u sportskim aktivnostima i igranju računalnih igrica. Nadalje, s obzirom na mjesto života, mladi koji žive u gradu više slobodnog vremena provode u strukturiranim sportskim i nestrukturiranim socijalnim aktivnostima od mladih koji žive na selu.

#### **4.4. Deskriptivna analiza o zadovoljstvu vlastitim aktivnostima u slobodnom vremenu**

Provedena je deskriptivna analiza zadovoljstva vlastitim aktivnostima adolescenata u slobodnom vremenu. U Tablici 4 su prikazane aritmetičke sredine i standardne devijacije radi boljeg razumijevanja rezultata.

**Tablica 4 Deskriptivna analiza o zadovoljstvu vlastitim aktivnostima u slobodnom vremenu**

| Varijabla   | N   | Min | Max | M    | SD   |
|---|-----|-----|-----|------|------|
| Općenito sam zadovoljan kvalitetom slobodnog vremena          | 344 | 1   | 5   | 2,23 | 1,24 |
| Osjećam dosadu u slobodno vrijeme                             | 344 | 1   | 5   | 3,46 | 1,06 |
| Znam kako organizirati vlastite aktivnosti slobodnog vremena  | 344 | 1   | 5   | 2,52 | 1,22 |
| Imam dovoljno mogućnosti za kvalitetno slobodno vrijeme       | 344 | 1   | 5   | 3,76 | 1,08 |
| Aktivnosti u slobodnom vremenu ispunjavaju me srećom i ugodom | 344 | 1   | 5   | 3,77 | 1,09 |
| Smatram da svrhovito provodim slobodno vrijeme                | 344 | 1   | 5   | 4,19 | ,84  |
| Osjećam da imam dovoljno slobodnog vremena                    | 344 | 1   | 5   | 3,32 | 1,12 |

Istraživanje je pokazalo da adolescenti uglavnom nisu zadovoljni kvalitetom vlastitog slobodnog vremena ( $M=2,23$ ) i da većinom ne znaju kako organizirati vlastite aktivnosti slobodnog vremena ( $M=2,52$ ). Nadalje, adolescenti se većim dijelom slažu sa tvrdnjom da osjećaju dosadu u slobodno vrijeme ( $M=3,46$ ). S druge strane, adolescenti se uglavnom slažu sa tvrdnjom da imaju dovoljno mogućnosti za kvalitetno slobodno vrijeme ( $M=3,76$ ) i da ih aktivnosti u slobodnom vremenu ispunjavaju srećom i ugodom ( $M=3,77$ ). Mladi smatraju da svrhovito provode slobodno vrijeme ( $M=4,19$ ), ali su neodlučni oko tvrdnje da imaju dovoljno slobodnog vremena ( $M=3,32$ ). Rezultati ovoga istraživanja nisu u skladu sa istraživanjem koje su proveli Gordon i Caltalbiano (1996), a prema kojemu su adolescenti zadovoljni vlastitim slobodnim vremenom iako osjećaju da nemaju dovoljno mogućnosti za njegovo provođenje i da ponekad osjećaju dosadu. Iako se očekuje je da posjedovanje dovoljne količine i mogućnosti u slobodnom vremenu povezano sa povećanim zadovoljstvom njime, to nije uvijek slučaj; adolescentima je bitnija kvaliteta samog slobodnog vremena koje imaju više nego kvantiteta. Prema našem istraživanju, adolescenti nisu zadovoljni kvalitetom slobodnog vremena iako smatraju da imaju dovoljno mogućnosti za njegovo kvalitetno provođenje. To upućuje na činjenicu da su adolescenti svjesni koje aktivnosti su im ponuđene, ali ne mora značiti da se oni i bave aktivnostima za koje smatraju da su kvalitetne. Deskriptivna analiza o aktivnostima slobodnog vremena je pokazala da se mladi u slobodnom vremenu najviše okreću suvremenim medijima. Budući da one spadaju u dokoličarsku grupu aktivnosti koja ne zahtijeva previše angažmana, a aktivnosti koje pridonose razvoju vještina, potiču da se mladi osjećaju kao da su dobri u nečemu, da su aktivni i koje stvaraju pozitivne interakcije među ljudima su one koje stvaraju zadovoljstvo (Leveresen, Danielse, Birkeland, Samdal, 2012: 1596), vidljivo je zašto su mladi nezadovoljni vlastitim provođenjem

slobodnog vremena. Zanimljivo je da mladi usprkos tome uglavnom osjećaju sreću i ugodu kada se bave tim aktivnostima. Manago i Vaughn (2015: 194-195) navode da iako je osjećaj povezanosti s drugim ljudima koji nude mediji važan za osjećaj sreće; mladi žele znati što njihovi prijatelji rade kada se ne druže s njima i žele povećati svoju popularnost na društvenim mrežama, upitno je u kolikoj mjeri to sve postižu. Preveliko korištenje Internetom često dovodi do negativne slike o samome sebi kod mlade osobe, pa tako i depresije, a socijalni kontakti licem-u-lice ispunjavaju mlade više nego komunikacija putem medija. Dakle, potrebno je daljnje ispitivanje zadovoljstva slobodnim vremenom jer moguće je da postoje aktivnosti koje nisu obuhvaćene upitnikom, a koje pridonose osjećaju sreće kod adolescenata. Također, činjenica da su mladi u istraživanju neodlučni oko toga imaju li dovoljno slobodnog vremena navodi na zaključak da uvelike ovisi o njima kao pojedincima i obavezama koje imaju u svakodnevnom životu. Adolescent koji uz zahtjevan fakultet ima i druge obaveze ne može imati jednaku količinu slobodnog vremena kao osoba koji ima manje zadaća vezanih uz fakultet i svakodnevicu.

#### 4.5. T-test s obzirom na spol o zadovoljstvu slobodnim vremenom

Proveden je T-test za nezavisne uzorke s obzirom na spol ispitanika kada je riječ o zadovoljstvu slobodnim vremenom kako bi se provjerila hipoteza **H3** da se očekuju razlike u zadovoljstvu aktivnostima slobodnog vremena s obzirom na spol ispitanika. U Tablici 5 su prikazane aritmetičke sredine i standardne devijacije radi boljeg razumijevanja rezultata.

**Tablica 5 T-test za nezavisne uzorke s obzirom na spol o zadovoljstvu slobodnim vremenom**

| Varijabla   | Spol   | N   | M    | SD   | t              |
|---|--------|-----|------|------|----------------|
| Općenito sam zadovoljan kvalitetom slobodnog vremena          | muško  | 157 | 2,76 | 1,22 | <b>7,86***</b> |
|   | žensko | 187 | 1,79 | 1,08 |                |
| Osjećam dosadu u slobodno vrijeme                             | muško  | 157 | 3,61 | 1,04 | <b>2,31*</b>   |
|   | žensko | 187 | 3,34 | 1,06 |                |
| Znam kako organizirati vlastite aktivnosti slobodnog vremena  | muško  | 157 | 2,38 | 1,22 | <b>-1,98*</b>  |
|   | žensko | 187 | 2,64 | 1,21 |                |
| Imam dovoljno mogućnosti za kvalitetno slobodno vrijeme       | muško  | 157 | 3,79 | 1,05 | ,53            |
|   | žensko | 187 | 3,73 | 1,11 |                |
| Aktivnosti u slobodnom vremenu ispunjavaju me srećom i ugodom | muško  | 157 | 3,79 | ,93  | ,35            |
|   | žensko | 187 | 3,75 | 1,21 |                |
| Smatram da svrhovito provodim slobodno vrijeme                | muško  | 157 | 4,22 | ,80  | ,58            |
|   | žensko | 187 | 4,17 | ,87  |                |

|  |        |     |      |      |      |
|--|--------|-----|------|------|------|
| Osjećam da imam dovoljno slobodnog vremena | muško  | 157 | 3,44 | 1,05 | 1,88 |
|  | žensko | 187 | 3,21 | 1,16 |      |

Bilješka:  $p < .05^*$ ;  $p < .01^{**}$ ;  $p < .001^{***}$

Istraživanje je pokazalo da su osobe muškoga spola statistički više zadovoljne kvalitetom vlastitog slobodnog vremena, ali i da statistički više osjećaju dosadu u slobodno vrijeme od ženskoga spola. Također, istraživanje je pokazalo da osobe ženskoga spola statistički više znaju kako organizirati aktivnosti vlastitog slobodnog vremena od muškoga spola. Rezultati istraživanja su u skladu sa istraživanjem kojega su proveli Shin i You (2013), a prema kojemu je muški spol zadovoljniji kvalitetom slobodnog vremena od ženskoga. Naime, muški spol se više bavi sportskim aktivnostima od ženskoga, koji je više uključen u socijalne i pasivne aktivnosti slobodnog vremena. Te sportske aktivnosti smanjuju stres koji adolescenti često osjećaju u godinama bitnima za formiranje njihove ličnosti. Nadalje, dok je u pasivnijim aktivnostima, poput gledanja televizije, osoba orijentirana na kratkoročno zadovoljstvo, tjelesne aktivnosti zahtijevaju trud te su razvojno korisne jer su intrinzično motivirane i baveći se njima mladi osjećaju unutarnje zadovoljstvo. Pojedinaac koji sudjeluje u sportskim aktivnostima osjeća da kroz njih ispoljava vlastiti karakter; npr. kada igra nogomet osoba muškoga spola se može poistovjetiti sa vrijednostima koje taj sport predstavlja, poput *fair-play* i muževnosti (Shin, You, 2013: 59). Nasuprot njima su pasivne i socijalne aktivnosti koje su karakteristične za ženski spol, ali koje kod njih izazivaju manje zadovoljstva. Iako su socijalni odnosi važni u adolescenciji za osobni razvoj i pojačano je sudjelovanje u njima više nego u ostalim životnim razdobljima, socijalno okruženje u kojima se kreće ženski spol ne nudi uvijek kvalitetne sadržaje. Socijalizacija se za ženski spol odvija na mjestima kao što su robne kuće i kafići, gdje se one ne bave svrhovitim sadržajima i ponekada samo „ubijaju vrijeme“. Odnosi sa vršnjacima su važni za zadovoljenje njihovih potreba i razvoj identiteta, ali i oni trebaju biti smisleni te prožeti vrijednostima koje su njima bitne, poput jedinstva i podrške. Nadalje, prema rezultatima istraživanja žene su bolji u organizaciji aktivnosti slobodnog vremena. Kako žene više sudjeluju u kućanskim poslovima, socijalnim i humanitarnim aktivnostima od muškoga spola, pred njih se stavlja izazov oblikovanja vlastitog rasporeda (Doble, Supriya, 2010: 333). One trebaju razviti sposobnost organiziranja vlastitog vremena u većoj mjeri nego muški spol kod kojih dominira aktivna sfera slobodnog vremena, a društveno se na njih ne stavlja preveliki zahtjevi za sudjelovanjem u ostalim aktivnostima.

Hipoteza **H3** da se očekuju razlike u zadovoljstvu aktivnostima slobodnog vremena s obzirom na spol ispitanika je potvrđena rezultatima našeg istraživanja. Ženski spol je manje zadovoljan slobodnim vremenom od muškoga spola, a razlog tomu je drugačija percepcija svrhovitosti i kvalitete aktivnosti kojima se oni bave. S obzirom na rezultate, pedagozi kao savjetnici o slobodnom vremenu trebaju uputiti mlade na različite načine provođenja slobodnog vremena, a sa svrhom zadovoljavanja njihovih potreba i interesa kroz aktivnosti koje imaju razvojno djelovanje. Vidljivo je se pripadnice ženskog spola ne osjećaju ispunjeno u vlastitom slobodnom vremenu, pa ih je potrebno informirati o svim mogućnostima koje imaju u zajednici i pomoći im da kritički sagledaju trenutne aktivnosti kojima se bave u slobodnom vremenu te zašto im one ne donose zadovoljstvo. Na taj način će se one bolje upoznati sa vlastitim željama, postati svjesne uloge slobodnog vremena u sveukupnom zadovoljstvu vlastitim životom i birati one aktivnosti kroz koje će se razvijati kao osobe, a odbaciti one koje im onemogućavaju nikakav napredak.

## **V. Zaključak**

Cilj ovoga istraživanja bio je istražiti učestalost i razlike u strukturiranim i nestrukturiranim aktivnostima slobodnog vremena adolescenata. Prva hipoteza da adolescenti u slobodnom vremenu češće sudjeluju u nestrukturiranim aktivnostima potvrđena je izračunavanjem srednjih vrijednosti grupiranih strukturiranih i nestrukturiranih aktivnosti, gdje veća vrijednost otpada na nestrukturirane aktivnosti. Deskriptivna analiza pokazuje da su najčešće aktivnosti mladih u slobodnom vremenu vezane za tehnologiju i medije, a među njima se ističu: slušanje glazbe, provođenje vremena na društvenim mrežama, pretraživanje Interneta i igranje računalnih igrica. Ovi rezultati upućuju na činjenicu da su se mladi prepustili pasivnom provođenju slobodnog vremena i da ih je potrebno uputiti na kvalitetnije aktivnosti. Druga hipoteza da se očekuju razlike u aktivnostima slobodnog vremena adolescenata s obzirom na spol i mjesto života ispitanika potvrđena je provođenjem T-testova za nezavisne uzorke s obzirom na spol i na mjesto života. Rezultati pokazuju da muški spol provodi više vremena u sportskim aktivnostima, dok se ženski spol više bavi pasivnim, kulturnim i socijalnim aktivnostima. Vidljivo je da na izbor aktivnosti utječu društvene koncepcije o spolnim ulogama, pa

tako muški spol bira aktivnosti koje su obilježene muževnošću i natjecanjem, dok ženski spol bira aktivnosti koje su orijentirane na osobni razvoj i uspostavljanje smislenih odnosa sa drugim ljudima. S obzirom na mjesto života, rezultati pokazuju da ispitanici koji žive u gradu više vremena provode trenirajući sportsku disciplinu od onih koji žive na selu, a ispitanici koji žive na selu statistički više vremena provode u šetnji ili parku i skijanju od ispitanika koji žive u gradu. Nadalje, istraživanje je pokazalo da ispitanici koji žive u gradu više volontiraju i bave se humanitarnim radom te više odlaze u kafiće, klubove, kina i kazališta. Ovi podaci ukazuju na lokacijski problem kada je riječ o sadržajima slobodnog vremena; adolescenti koji žive u gradu imaju veći pristup lepezi sadržaja, dok oni koji žive na selu imaju ograničen pristup određenim aktivnostima. Treća hipoteza da se očekuju razlike u zadovoljstvu aktivnostima slobodnog vremena s obzirom na spol ispitanika potvrđena je T-testom s obzirom na spol o zadovoljstvu vlastitim slobodnim vremenom. Rezultati pokazuju da je muški spol zadovoljniji način provođenja slobodnog vremena od ženskoga, ali da su žene bolje u organiziranju vlastitoga slobodnog vremena. Kako se ženski spol bavi većim opsegom aktivnosti slobodnog vremena, one trebaju znati dobro organizirati vlastito vrijeme, ali je kvaliteta tih aktivnosti upitna jer one ne zadovoljavaju njihove potrebe. Podaci upućuju na potrebu djelovanja pedagoga kako bi se mlade obrazovalo za svrhovito korištenje slobodnog vremena koje će im pružiti osobno zadovoljstvo, a u isto vrijeme omogućiti da se odmaknu od prevelikog utjecaja medija na njihove živote i „ubijanja vremena“ kroz pasivne aktivnosti. Pedagozi trebaju i surađivati s lokalnom zajednicom kako bi se organizirali različiti projekti koji bi mlade izložili kulturnim i sportskim sadržajima slobodnog vremena, te ih na taj način angažirali i pokazali im brojne mogućnosti koje imaju, a kojima možda još uvijek nisu dali priliku.

## VI. LITERATURA

Abbott, B. D., Barber, B. L. (2007). Not just idle time: Adolescents' developmental experiences provided by structured and unstructured leisure activities. *The Educational and Developmental Psychologist*, 24(1), str. 59-81.

Adams, G. R., Berzonsky, M. D. (Ur.). (2003). *Blackwell handbooks of developmental psychology. Blackwell handbook of adolescence*. Malden: Blackwell Publishing.

Badrić, M., Prskalo, I., Šilić, N. (2011). Razlike u strukturi slobodnog vremena između učenika urbanih i ruralnih područja. U I. Prskalo, & D. Novak (Ur.), *Zbornik radova 6. kongres FIEP-a Europa - Tjelesna i zdravstvena kultura u 21. stoljeću - kompetencije učenika* (str. 58–64). Poreč: Hrvatski kineziološki savez.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. New Jersey: Prentice Hall.

Ben-David, B., Nel, N. (2013). Applying BronfenBrenner's ecological model to identify the negative influences facing children with physical disabilities in rural areas in Kwa-Zulu Natal. *Africa Education Review*, 10(3), str. 410-430.

Božović, R. (1979). *Iskušnja slobodnog vremena*. Beograd: Mala edicija ideja.

Brightbill, C. K. (1963). *The challenge of leisure*. New Jersey: Prentice-Hall.

Brković, A. D. (2011). *Razvojna psihologija*. Čačak: Regionalni centar za profesionalni razvoj zaposlenih u obrazovanju.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge: Harvard University Press.

Byrne, T., Nixon, E., Mayock, P., Whyte, J. (2006). *Free-time and leisure needs of young people living in disadvantaged communities*. Dublin: Combat Poverty Agency.

Cole, L. (1959). *Psychology of adolescence*. New York: Rinehart.

Corey, G. (2012). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Belmont: Cengage Learning.

Doble, N., Supriya, M. V. (2010). Gender Differences in the Perception of Work-Life Balance. *Managing Global Transitions: International Research Journal*, 8(4). str. 331-342.

Dumazedier, J. (1974). *Sociology of leisure*. New York: Elsevier Scientific Publ. Co.

Dumazedier, J. (1963). The Masses, Culture and Leisure. *Diogenes*, 11(44), str. 33-42.

Đuranović, M., Opić, S. (2016). Aktivnosti učenika u slobodnom vremenu u Sisačko-moslavačkoj županiji (Republika Hrvatska). *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 62(1), str. 13-23.

Everaerd, W., Hindley, C. B., Bot, A., ten Bosch, J. V. D. W. (Ur.). (1983). *Development in Adolescence: Psychological, Social and Biological Aspects*. Springer Science & Business Media.

Fawcett, L. M. (2007). *School's out: Adolescent 'leisure time' activities, influences and consequences*. Edith Cowan University, Perth.

First-Dilić, R. (1974). Socijalizacija u obitelji i slobodno vrijeme; Pristup proučavanju socijalizacije u obitelji. *Revija za sociologiju*, 4 (2-3), 3-14.



Franković, D., Pregrad, Z., i Šimleša, P. (Ur.) (1963). Slobodno vrijeme. U *Enciklopedijski rječnik pedagogije*. Zagreb: Matica Hrvatska.

Freire, T. (2013). *Positive leisure science*. Dordrecht: Springer.

Gordon, W. R., & Caltabiano, M. L. (1996). Urban-rural differences in adolescent self-esteem, leisure boredom, and sensation-seeking as predictors of leisure-time usage and satisfaction. *Adolescence*, 31(124), 883.

Harms, E. (1944). The development of religious experience in children. *American Journal of Sociology*, 50(2), str. 112-122.

Hartmann, T., Klimmt, C. (2006). Gender and computer games: Exploring females' dislikes. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11(4), str. 910-931.

Janković, V. (1973). *Slobodno vrijeme u suvremenoj pedagoškoj teoriji i praksi*. Zagreb: Pedagoško-književni zbor.

Kapur, S. (2015). Adolescence: The Stage of Transition. *Horizons of Holistic Education*. [online]. Vol 1-2, str. 233-250.

Kelly, J. R. (1996). *Leisure*. Boston: Allyn and Bacon.

Kelly, J. R. (2017). Work and Leisure: A Simplified Paradigm. *Journal of Leisure Research*, 41 (3), str. 439-451.

Kleiber, D. A. (1999). *Leisure experience and human development: A dialectical approach*. New York: Basic Books.

Kurt, L. (1935). A dynamic theory of personality. *Selected Papers of Kurt Lewin*. New York: McGraw-Hill.

Lacković-Grgin, K. (2006). *Psihologija adolescencije*. Naklada Slap.

Larson, R., Seepersad, S. (2003). Adolescents' leisure time in the United States: Partying, sports, and the American experiment. *New directions for child and adolescent development*, 2003(99), str. 53-64.

Larson, R. W., Verma, S. (1999). How children and adolescents spend time across the world: work, play, and developmental opportunities. *Psychological bulletin*, 125(6), str. 701.

Lerner, R. M. (1982). Children and adolescents as producers of their own development. *Developmental review*, 2(4), str. 342-370.

Lerner, R. M., Hultsch, D. F., Dixon, R. A. (1983). Contextualism and the Character of Developmental Psychology in the 1970s. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 412(1), str. 101-128.

Leveresen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S., Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(12), str. 1588-1599.

Livazović, G. (2017). Role of family, peers and school in externalised adolescent risk behaviour. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 53(2), 186-203.

Livazović, G. (2014). The role of media in adolescent social relationship and personal development. U Runcan, P. L. , Rađa (Ur.), *Applied Social Psychology* (str. 69-85). Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.

Livazović, G. (2011). *Utjecaj medija na poremećaje u ponašanju adolescenata*. Doktorska disertacija, Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Livazović, G. (2018). *Uvod u pedagogiju slobodnog vremena*. Osijek: Filozofski fakultet Sveučilišta J.J. Strossmayera u Osijeku, Hrvatska sveučilišna naklada.

Livazović, G., Jukić, R. (2017). FAMILY LIFE QUALITY AND ADOLESCENT ANTISOCIAL BEHAVIOUR: THE ROLE OF PROTECTIVE AND RISK FACTORS IN CRIMINAL AETIOLOGY. In *4th International Multidisciplinary Scientific Conference on Social Sciences & Arts SGEM 2017: Science and Society-Education and Educational Research*.

Lissitsa, S., Galily, Y., Chachashvili-Bololotin, S. (2010). Talking or acting? Gender differences in physical activity participation in Israel at the threshold of the 21st century. *European Journal for Sport and Society*, 7(1), str. 31-40.

Lončarić, D. (2014). Motivacija i strategije samoregulacije učenja: teorija, mjerenje i primjena. *Psychology*, 84 (3), str. 261-271.

Mahoney, J. L., Larson, R. W., Eccles, J. S., Lord, H. (2005). Organized activities as developmental contexts for children and adolescents. *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs*, 3-22.

Mahoney, J. L., Stattin, H. (2000). Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of adolescence*, 23(2), str. 113-127.

Manago, A. M., Vaughn, L. (2015). Social media, friendship, and happiness in the millennial generation. U *Friendship and happiness* (str. 187-206). Springer: Dordrecht.

Martinić, T. (1977). *Slobodno vrijeme i suvremeno društvo*. Zagreb: Informator.

Mlinarević, V., Miliša, Z., Proroković, A. (2007). Slobodno vrijeme mladih u procesima modernizacije–usporedba slavonskih gradova i Zadra. *Pedagojska istraživanja*, 4 (1), str. 81-97.

Mota, J., Esculcas, C. (2002). Leisure-time physical activity behavior: structured and unstructured choices according to sex, age, and level of physical activity. *International journal of behavioral medicine*, 9(2), str. 111-121.

Muuss, R. E. (1974). *Theories of adolescence*. New York: Random House.

Nash, J. B. (1953). *Philosophy of recreation and leisure*. St Louis: Mosby.

Ninčević, M. (2009). Izgradnja adolescentskog identiteta u današnje vrijeme. *Odgojne znanosti*, 11 (1 (17)), str. 119-141.

Ortega, C., Eizaguirre, A., & Cuenca, M. (2012). Can Leisure Studies enlighten the development of cultural audiences?. *ENCATC Journal of Cultural Management and Policy*, 2(2), str. 6-11.

Paquette, D., Ryan, J. (2001). *Bronfenbrenner's ecological systems theory*. Preuzeto 17. prosinac 2017. sa:

[http://www.floridahealth.gov/alternatesites/cms-kids/providers/early\\_steps/training/documents/bronfenbrenners\\_ecological.pdf](http://www.floridahealth.gov/alternatesites/cms-kids/providers/early_steps/training/documents/bronfenbrenners_ecological.pdf)

Peko, A., Sablić, M. i Livazović, G. (2006). Suradničko učenje u mlađoj školskoj dobi.. *Život i škola*, LII(15-16), 17-27.

Petz, B. (Ur) (2005). Adolescencija. U *Psihološki rječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

- Pinel, J. P. (2002). *Biološka psihologija*. 1. izd. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Polić, M., Polić, R. (2009). Vrijeme, slobodno od čega i za što?. *Filozofska istraživanja*, 29(2), str. 255-270.
- Potkonjak, N. i Šimleša, P. (ur.) (1989). Adolescencija. U *Pedagoška enciklopedija I*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Potkonjak, N. i Šimleša, P. (ur.) (1989). Slobodno vrijeme. U *Pedagoška enciklopedija II*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Previšić, V. (2002). Slobodno vrijeme između pedagojske teorije i odgojne prakse. *Napredak*, 141(4), str. 403-410.
- Raboteg Šarić, Z. (1995). *Psihologija altruizma*. Zagreb: Alinea.
- Radulović, D. M. (2006). Savremene koncepcije moralnog razvoja od značaja za prevenciju maloletničke delikvencije. *Zbornik Instituta za kriminološka i sociološka istraživanja*, 25 (1-2), str. 7-28.
- Rieber, R. W. (Ur.). (2012). *Encyclopedia of the history of psychological theories*. New York: Springer-Verlag.
- Roberts, K. (2010). Sociology of leisure. *Sociopedia. isa*, str. 1-13.
- Rudan, V. (2004). Normalni adolescentni razvoj. *Medix: specijalizirani medicinski dvomjesečnik*, 10 (52), str. 36-39.
- Shaw, S. M., Kleiber, D. A., Caldwell, L. L. (1995). Leisure and identity formation in male and female adolescents: A preliminary examination. *Journal of leisure research*, 27(3), str. 245-263.
- Shin, K., You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(2), str. 53-62.
- Singh, A. P., & Misra, G. (2015). Pattern of leisure-lifestyles among Indian school adolescents: Contextual influences and implications for emerging health concerns. *Cogent Psychology*, 2(1), 1050779.

Sjolie, A. N., Thuen, F. (2002). School journeys and leisure activities in rural and urban adolescents in Norway. *Health promotion international*, 17(1), str. 21-30.

Stebbins, R. A. (2016). Dumazedier, the serious leisure perspective, and leisure in Brazil. *World Leisure Journal*, 58(3), str. 151-162.

Swanson, D. P., Edwards, M. C., Spencer, M. B. (Ur.). (2010). *Adolescence: Development during a global era*. Boston: Elsevier Academic Press.

Szalai, S. (1973). *The use of time. Daily activities of urban and suburban population in twelve countries*. The Hague: Mouton.

Tessier, S., Vuillemin, A., Bertrais, S., Boini, S., Le, B. E., Oppert, J.-M., Herberg, S., ... Briançon, S. (2007). Association between leisure-time physical activity and health-related quality of life changes over time. *Preventive Medicine*, 44 (3), str. 202-208.

Tinajero Vacas, C., Páramo, M. F. (2012). The systems approach in developmental psychology: Fundamental concepts and principles. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 28(4), str. 457-465.

Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of Adolescence*, 33(1), str. 173-186.

Walters, G. D. (2018). Structured Community Activities and Moral Engagement as Deterrents to Youth Violence: a Mediation Analysis. *American Journal of Criminal Justice*, 43(2), str. 294-312.

Žic-Ralić, A. (2002). Struktura ponašanja djece u obitelji. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 38(2), str. 165-186

## **VII. PRILOZI**

### Anketni upitnik

#### **Istraživanje o aktivnostima slobodnog vremena adolescenata**

Ovo istraživanje provodi studentica diplomskog studija Engleskog jezika i Pedagogije Filozofskog fakulteta u Osijeku kao dio diplomskog rada. Upitnikom koji se nalazi pred Vama želi se saznati nešto više o Vašem načinu provođenja slobodnog vremena. Molim Vas, stoga, da pažljivo pročitate, razmislite i ispunite upitnik. Vaša anonimnost je osigurana, a svojim ćete iskrenim odgovorima pomoći u boljem razumijevanju područja koje želimo istražiti.

Unaprijed hvala!

#### **OSNOVNI PODACI O ISPITANIKU**

1. Spol:
  - a) M

- b) Ž
2. Starost:
- a) 15
  - b) 16
  - c) 17
  - d) 18
  - e) 19
  - f) 20
  - g) 21
  - h) 22
  - i) 23
  - j) 24
  - k) 25
3. Vrsta studija:
- a) Društveno-humanistički fakultet
  - b) Prirodoslovno-tehnički fakultet
  - c) Umjetničko područje
  - d) Biomedicina i zdravstvo
  - e) Interdisciplinarno područje
4. Uspjeh na kraju prošle akademske godine:
- a) 1
  - b) 2
  - c) 3
  - d) 4
  - e) 5
5. Naobrazba roditelja:
- a) NKV (nezavršena osnovna škola)
  - b) KV (završena osnovna škola)
  - c) SSS (srednja stručna sprema)
  - d) VŠS (viša stručna sprema)
  - e) VSS (visoka stručna sprema)
6. Mjesto života:
- a) Grad
  - b) Selo
7. Materijalni status:
- a) Nizak
  - b) Osrednji

c) Visok

### Aktivnosti slobodnog vremena

Nakon što pažljivo pročitate tvrdnje vezane uz aktivnosti u slobodnom vremenu, označite broj koji se odnosi na učestalost bavljenja navedenom aktivnošću.

| <b>TVRDNJE</b>   | 1     | 2       | 3       | 4     | 5      |
|--|-------|---------|---------|-------|--------|
|  | Nikad | Rijetko | Ponekad | Često | Uvijek |
| 1. Gledam televiziju.                                      |       |         |         |       |        |
| 2. Čitam knjige.   |       |         |         |       |        |
| 3. Slušam glazbu.  |       |         |         |       |        |
| 4. Volontiram i bavim se humanitarnim radom.               |       |         |         |       |        |
| 5. Sudjelujem u aktivnostima kulturno-umjetničkog društva. |       |         |         |       |        |
| 6. Aktivno sudjelujem kao član sekcije, kluba ili društva. |       |         |         |       |        |
| 7. Bavim se treningom sportske discipline.                 |       |         |         |       |        |



|   |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| 8. Vježbam sviranje instrumenta ili glazbala.                             |  |  |  |  |  |
| 9. Rekreativno trčim.   |  |  |  |  |  |
| 10. Posjećujem sportske događaje i utakmice.                              |  |  |  |  |  |
| 11. Posjećujem muzeje i galerije.   |  |  |  |  |  |
| 12. Posjećujem kino i kazalište.  |  |  |  |  |  |
| 13. Posjećujem teretane i fitness centre.                                 |  |  |  |  |  |
| 14. Bavim se kućanskim poslovima.   |  |  |  |  |  |
| 15. Provodim vrijeme na društvenim mrežama.                               |  |  |  |  |  |
| 16. Odmaram se, izležavam i spavam.                                       |  |  |  |  |  |
| 17. Uređujem vrt ili okućnicu.  |  |  |  |  |  |
| 18. Provodim vrijeme u šetnji ili parku.                                  |  |  |  |  |  |
| 19. Bavim se hobiem (izviđači, planinarenje, modeliranje, maketiranje...) |  |  |  |  |  |
| 20. Putujem i turistički istražujem.                                      |  |  |  |  |  |
| 21. Odlazim u ribolov.  |  |  |  |  |  |
| 22. Odlazim na skijanje.  |  |  |  |  |  |
| 23. Izlazim u kafiće i klubove.   |  |  |  |  |  |
| 24. Družim se s članovima obitelji.                                       |  |  |  |  |  |
| 25. Družim se s prijateljima.   |  |  |  |  |  |
| 26. Družim se s djevojkom/dečkom.   |  |  |  |  |  |
| 27. Surfam Internetom.  |  |  |  |  |  |
| 28. U slobodno vrijeme igram računalne igre.                              |  |  |  |  |  |

### Procjena zadovoljstva slobodnim vremenom

Nakon što pažljivo pročitate tvdnje vezane uz vaše zadovoljstvo vlastitim slobodnim vremenom, označite broj koji se odnosi na razinu slaganja sa navedenom tvrdnjom.

| TVRDNJA   | 1<br>U potpunosti se ne slažem. | 2<br>Djelomično se ne slažem. | 3<br>Niti se slažem niti se ne slažem. | 4<br>Djelomično se slažem. | 5<br>U potpunosti se slažem. |
|---|---------------------------------|-------------------------------|--|----------------------------|------------------------------|
| 1. Općenito sam zadovoljan/na kvalitetom vlastitog slobodnog vremena. |                                 |                               |  |                            |                              |
| 2. Osjećam dosadu u slobodno vrijeme.                                 |                                 |                               |  |                            |                              |
| 3. Znam kako organizirati vlastite aktivnosti slobodnog vremena.      |                                 |                               |  |                            |                              |
| 4. Imam dovoljno mogućnosti i uvjeta za kvalitetno                    |                                 |                               |  |                            |                              |

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| provođenje slobodnog vremena.  |  |  |  |  |  |
| 5. Vlastite aktivnosti u slobodnom vremenu ispunjavaju me srećom i ugodom. |  |  |  |  |  |
| 6. Smatram da svrhovito provodim slobodno vrijeme.                         |  |  |  |  |  |
| 7. Osjećam da imam dovoljno slobodnog vremena.                             |  |  |  |  |  |