

# Povezanost emocionalne kompetencije osobe i poteškoća u emocionalnoj regulaciji s različitim motivima za online igre te vremenom provedenim u igranju

---

**Umolac, Anita**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2021**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:186:620674>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-09-11**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of the University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences - FHSSRI Repository](#)



Sveučilište u Rijeci  
Filozofski fakultet u Rijeci  
Diplomski studij psihologije

Anita Umolac

**Povezanost emocionalne kompetencije osobe i poteškoća u emocionalnoj regulaciji s različitim motivima za *online* igre te vremenom provedenim u igranju**

- Diplomski rad -

Rijeka, 2021.

Sveučilište u Rijeci  
Filozofski fakultet u Rijeci  
Diplomski studij psihologije

Anita Umolac

**Povezanost emocionalne kompetencije osobe i poteškoća u emocionalnoj regulaciji s različitim motivima za *online* igre te vremenom provedenim u igranju**

- Diplomski rad -

Mentor: doc. dr. sc. Tamara Mohorić

Rijeka, 2021.

## IZJAVA

Izjavljujem pod punom moralnom odgovornošću da sam diplomski rad izradio samostalno, znanjem stečenim na Odsjeku za psihologiju Filozofskoga fakulteta Sveučilišta u Rijeci, služeći se navedenim izvorima podataka i uz stručno vodstvo mentorice doc. dr. sc. Tamare Mohorić.

Rijeka, rujan, 2021.

## Sažetak

Cilj istraživanja bio je ispitati povezanost emocionalne kompetencije i poteškoća u emocionalnoj regulaciji s motivima za *online* igranje, problematičnim *online* igranjem te vremenom provedenim igrajući. Također, željeli smo ispitati koje varijable će imati značajan doprinos u objašnjenju problematičnog *online* igranja. Istraživanje je provedeno *online* te je sudjelovalo ukupno 288 ispitanika ( $M = 168$ ,  $\bar{Z} = 119$ , ne želim se izjasniti = 1) prosječne dobi 25.75 ( $SD = 7.39$ ). Nekoliko motiva za online igranje pokazalo se značajno povezanim s varijablama emocionalne kompetencije i regulacije. Tako je motiv *fantazija* negativno povezan s intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom, a motiv *rekreacije* pozitivno. Motiv *razvoj vještina* je pozitivno povezan s interpersonalnom emocionalnom kompetencijom. Poteškoće emocionalne regulacije su pozitivno povezane s motivima *fantazije* te *bijega i suočavanja*, a negativno s *natjecanjem*, *razvojem vještina* i *rekreacijom*. Dvije podljestvice skale problematičnog *online* igranja, *preokupacija* i *prekomjerno korištenje*, pozitivno su povezane s poteškoćama emocionalne regulacije te negativno s intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom. Suprotno hipotezi, vrijeme provedeno u igranju nije pokazalo značajan efekt na emocionalnu kompetenciju niti na poteškoće emocionalne regulacije, no sukladno hipotezi jest na motiv *bijeg i suočavanje*. Provjerena su četiri modela u kojima smo ispitali doprinos spola, emocionalne kompetencije, poteškoća emocionalne regulacije, vremena provedenog igrajući te motiva za *online* igranje u objašnjenju problematičnog *online* igranja. Kriterijske varijable su bile ukupan rezultat problematičnog *online* igranja te njegove podljestvice. Model kojim smo objasnili najveći postotak varijance jest model u kojemu je kriterijska varijabla bio ukupan rezultat upitnika problematičnog *online* igranja, a njime smo objasnili 45 % varijance. Prema ovome modelu, problematično *online* igranje češće iskazuju muškarci, osobe koje više vremena provedu igrajući, osobe s poteškoćama emocionalne regulacije te osobe kojima je motiv za igranjem *bijeg i suočavanje*.

**Ključne riječi:** poteškoće emocionalne regulacije, emocionalna kompetencija, problematično *online* igranje, motivi za *online* igranje, vrijeme provedeno igrajući

## **Correlation between emotional competence and difficulties in emotional regulation with different motives for online games and time spent playing**

### **Abstract**

The aim of the research was to examine the correlation between emotional competence and difficulties in emotional regulation with motives for online gaming, problematic online gaming and time spent playing. We also wanted to examine which variables will make a significant contribution in explaining problematic online gaming. The research was conducted online and a total of 288 respondents participated ( $M = 168$ ,  $F = 119$ , I do not want to say = 1) with an average age of 25.75 ( $SD = 7.39$ ). Several motives for online gaming have been significantly correlated to the variables of emotional competence and regulation. Thus, the *fantasy* motive was negatively correlated with intrapersonal emotional competence, and the *recreation* motive is positive. The *skill development* motive was positively associated with interpersonal emotional competence. Difficulties in emotional regulation were positively associated with *fantasy* and *escape and coping* motives, and negatively associated with *competition*, *skill development*, and *recreation*. The two subscales of the problematic online gaming scale, *preoccupation* and *overuse*, were positively associated with emotional regulation difficulties and negatively with intrapersonal emotional competence. Contrary to the hypothesis, the time spent in the game did not show a significant effect on emotional competence or difficulties of emotional regulation, but according to the hypothesis it was significant for the motive *escape and coping*. Four models were tested in which we examined the contribution of gender, emotional competence, difficulty of emotional regulation, time spent playing, and motives for online gaming in explaining problematic online gaming. The criterion variables were the total result of problematic online gaming and its subscales. The model by which we explained the highest percentage of variance is the model in which the criterion variable was the total result of the problematic online gaming questionnaire, and we explained 45% of the variance with it. According to this model, problematic online gaming is more often expressed by men, people who spend more time playing, people with emotional regulation difficulties and people whose motive for playing is *escape and coping*.

**Keywords:** emotional regulation difficulties, emotional competence, problematic online gaming, motives for online gaming, time spent playing

## Sadržaj

1. Uvod.....	1
1.1. Video igre .....	2
1.1.1. Motivi za <i>online</i> igranjem .....	3
1.1.2. Problematično <i>online</i> igranje .....	6
1.2. Emocionalna regulacija.....	8
1.2.1. Strategije emocionalne regulacije .....	9
1.2.2. Adaptivnost emocionalne regulacije .....	11
1.2.3. Dosadašnje spoznaje o povezanosti emocionalne regulacije i igranja video igara .....	12
1.3. Emocionalna inteligencija i njezin odnos s emocionalnom kompetencijom.....	13
1.3.1. Emocionalna kompetencija.....	14
1.3.2. Dosadašnje spoznaje o povezanosti emocionalne kompetencije i igranja video igara .....	15
1.4. Cilj rada.....	17
2. Problemi rada i hipoteze .....	17
2.1. Problemi rada .....	17
2.2. Hipoteze rada .....	17
3. Metoda.....	18
3.1. Ispitanici.....	18
3.2. Instrumentarij .....	19
3.3. Postupak .....	22
4. Rezultati .....	22
4.1. Provjera konstruktne valjanosti Upitnika problematičnog <i>online</i> igranja.....	23
4.2. Provjera konstruktne valjanosti Upitnika motiva za <i>online</i> igranje .....	26
4.3. Deskriptivna analiza upitnika poteškoća emocionalne regulacije i upitnika intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije .....	30
4.4. Korelacije među varijablama .....	31
4.5. Efekt vremena provedenog igrajući te spola na emocionalnu kompetenciju, poteškoće emocionalne regulacije, problematično <i>online</i> igranje te motive za <i>online</i> igranje.....	33
4.6. Doprinos spola, emocionalne kompetencije, poteškoća emocionalne regulacije, vremena provedenog igrajući te motiva za <i>online</i> igranje u objašnjenju problematičnog <i>online</i> igranja .....	37
5. Rasprava .....	42
5.1. Psihometrijske karakteristike i faktorska struktura Upitnika problematičnog <i>online</i> igranja i Upitnika motiva za <i>online</i> igranjem.....	43
5.2. Povezanost motiva za <i>online</i> igranjem s poteškoćama emocionalne regulacije i emocionalnom kompetencijom.....	43

<b>5.3. Povezanost poteškoća emocionalne regulacije i emocionalne kompetencije s problematičnim <i>online</i> igranjem.....</b>	<b>46</b>
<b>5.4. Efekt vremena provedenog igrajući i spola na poteškoće emocionalne regulacije, emocionalnu kompetenciju, problematično <i>online</i> igranje te motive za <i>online</i> igranje.....</b>	<b>48</b>
<b>5.5. Doprinos vremena provedenog igrajući, spola, poteškoća emocionalne regulacije, emocionalne kompetencije te motiva za <i>online</i> igranjem u objašnjenju problematičnog <i>online</i> igranja .....</b>	<b>49</b>
<b>5.6. Prednosti i ograničenja istraživanja te prijedlozi za buduća istraživanja .....</b>	<b>51</b>
<b>6. Zaključak .....</b>	<b>52</b>
<b>7. Literatura .....</b>	<b>54</b>
<b>8. Prilozi.....</b>	<b>63</b>



## 1. Uvod

Današnji je svijet gotovo nemoguće zamisliti bez tehnologije. Zahvaljujući njoj, možemo se čuti s ljudima na drugom kraju svijeta, pronaći željenu informaciju u svega nekoliko sekundi, kupovati iz raznih zemalja svijeta, ali i zabaviti se na razne načine. Jedan od tih načina su igre, koje nas mogu uvući u svoj svijet toliko duboko da zaboravimo na probleme u svakodnevnom životu. Neka istraživanja pokazuju da igranje može pomoći u postizanju boljeg raspoloženja te smanjenju stresa (npr. Reinecke, 2009; Russoniello i sur., 2009), kao i da igre sadrže motivirajuće, čak i ovisničke kvalitete koje se mogu koristiti kako bi se pomoglo ljudima učinkovitije učiti (Hainey i sur., 2011). Uz to, igre nam omogućuju da razvijemo strateško planiranje, izbacimo negativnu energiju, ali i isprobamo različite nove svjetove. Svaki igrač može sudjelovati u igrama kao pojedinac ili kao dio kolektiva (Seo i sur., 2019), što ujedno otvara mogućnost za upoznavanje novih ljudi. Kada se spomenu igre, često su prva asocijacija nasilne igre te njihov negativan utjecaj na igrače, no postoji zaista veliki broj video igara koje mogu imati razne efekte na igrače. Također, razvija se i terapija igrama (engl. *gametherapy*) koja se odnosi na upotrebu računalnih i mobilnih igara za pomoć klijentima (posebno djeci i mladima) kako bi stekli dodatni uvid u svoje emocije te kako bi bolje funkcionirali u svakodnevnom životu (Noruzi, 2019).

Video igre su elektroničke igre koje uključuju ljudsku interakciju s računalom pomoću korisničkog sučelja, koje generira vizualne i slušne povratne informacije. Možemo ih podijeliti u više kategorija. Prva kategorija su tzv. *ozbiljne igre* (engl. *serious video-games*) čija je svrha prenošenje informacija, odnosno da igrač stekne neku vrstu iskustva učenja. Druga kategorija obuhvaća *obrazovne igre* (engl. *educational video-games*), odnosno igre koje se koriste isključivo u edukacijske svrhe (Backlund i Hendrix, 2013). Video igre se također mogu klasificirati i prema složenosti, na jednostavne, odnosno bez radnje, te složene igre (Toril i sur., 2014). Povijest igara započinje s igrom *Pong*, jednom od najranijih arkadnih videoigara. Riječ je o stolnoteniskoj sportskoj igri koja sadrži jednostavnu dvodimenzionalnu grafiku (Noruzi, 2019). Rudimentarne *online* igre započele su s višekorisničkim igrama tamnice 1980. godine (Bartle, 2003), a 1996. godine razvijene su *online* igre uloga za ogroman broj igrača, tzv. *MMORPG* igre (engl. *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games*), koje su pokrenule novu eru igara (Nagygyörgy i sur., 2015).

Pretjerano igranje može dovesti do problema u svakodnevici, no umjereno može imati brojne pozitivne efekte, kao što su npr. poboljšanje emocionalne regulacije biosignalima uz vježbanje i nagrađivanje (Astor i sur., 2013), ali i razvoj socijalnih vještina, strateškog

planiranja, brzine reakcije, fokusa pažnje i brojne druge. U ovome radu bavit ćemo se vezom između *online* igranja, motiva za *online* igranje i problematičnog *online* igranja s emocionalnom kompetentnošću te problemima u emocionalnoj regulaciji.

## 1.1. Video igre

Svjetske procjene govore o 2,6 milijardi igrača u svijetu (Entertainment Software Association, 2017), a ta brojka raste iz dana u dan. Video igre mogu se igrati na različitim platformama, kao što su osobna računala, konzole za video igre, ručne konzole za igre ili pametni telefoni (Király i sur., 2014b). Najveća prostorna svjesnost, odnosno svjesnost prostora u igri u kojemu se igrač nalazi, je prilikom igranja na računalu (Green i Bavelier, 2003), što ujedno povećava i stanje zanesenosti (engl. *flow*). Stanje zanesenosti povezano je s jačim igračkim iskustvom i većim ulaganjem u igru od strane igrača te je izraženije na računalnim nego na mobilnim igrama, budući da je zaslon igre na računalu vrlo fluidan i bogat sadržajem (Kang i sur., 2020).

Međutim, mobilne igre postaju sve popularnije zahvaljujući svojoj jednostavnosti, lakoći učenja, uspješnim rezultatima uz manje utrošenog napora i kratkoročnoj prirodi, nasuprot povećanoj kompliciranosti zbog nužnosti korištenja miša i tipkovnice za računalne igre (Kang i sur., 2020). S druge strane, mobilne igre su izazovne za kreirati jer trebaju imati mogućnost pokretanja na stotinama različitih uređaja. Uz to, iskustvo stanja zanesenosti se puno lakše prekine nego kod računalnih igara zbog okolinskih faktora, kao što su jačina internet veze ili dolazni poziv (Kao i sur., 2007).

Video igre možemo podijeliti u dvije glavne skupine – mrežne (engl. *online*) i izvanmrežne (engl. *offline*). *Offline* igre ne zahtijevaju pristup internetu, najčešće su napravljene za jednog igrača, imaju definiran početak i kraj, a cilj igre se može postići bez pomoći drugih igrača. S druge strane, *online* igre zahtijevaju pristup internetu te su karakteristične po tome što ih istovremeno igra veći broj igrača koji mogu međusobno komunicirati u stvarnom vremenu, kao i odabrati žele li surađivati ili biti protivnici (Király i sur., 2014b). Strukturne karakteristike *online* igara obično nemaju unaprijed određenu ciljnu točku, već programeri i/ili operateri igara često dodaju nove misije i zadatke, pri čemu se svi zadaci mogu ponoviti nekoliko puta. Što se tiče ciljeva u igrama, neki se mogu postići samostalno ili zajedno s drugim igračima, no neki ciljevi su zahtjevniji te ih mogu ispuniti samo igrači koji rade zajedno u visoko kooperativnim skupinama (Király i sur., 2014b).

Razlikujemo više tipova *online* igara. Za početak, razlikujemo OG i MMOG (ili skraćeno MMO), pri čemu kratica *OG* (engl. *online games*) znači *online* igre te označava igre koje se igraju putem interneta, no način igranja s više igrača nije uvjet (Király i sur., 2014b). *MMO* (engl. *Massively Multiplayer Online Games*) označava *online* igre u kojima stotine ili čak tisuće igrača mogu biti prisutne u istom svijetu virtualnih igara u bilo kojem trenutku te igrati istovremeno u istom internetskom svijetu, a ne u njegovoj pojedinačnoj kopiji (Barnett i Coulson, 2010). U MMO igrama, igrači mogu komunicirati, surađivati i graditi odnose s drugim igračima (Griffiths i sur., 2003). Igra nikada ne završava i svatko se može povezati s virtualnim svjetovima u bilo kojem trenutku (Nagygyörgy i sur., 2015).

Kada je riječ o MMO igrama, razlikujemo tri velike grupe igara te *ostale igre*. Tri velike grupe su *MMORPG* (engl. *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games*), *MMOFPS* (engl. *Massively Multiplayer Online First-Person Shooters*) i *MMORTS* (engl. *Massively Multiplayer Online Real-Time Strategy*) (Király i sur., 2014b; Nagygyörgy i sur., 2015). U *MMORPG* je igra raspoređena oko lika kojeg je igrač odabrao, točnije oko njegovog avatara. Igrači biraju vlastitu glumačku ulogu i na taj način definiraju svoje vještine i ulogu u igri (Nagygyörgy i sur., 2015). Misije dovršene u igri pružaju mogućnosti poboljšanja i stjecanja vrijednih predmeta (Shin, 2010), što omogućuje unaprjeđivanje vlastitog avatara i postizanje višeg nivoa, a time i višeg statusa među igračima (Király i sur., 2014b). *MMOFPS* igre su akcijske igre u kojima igrač kontrolira avatar iz perspektive prvog lica, a koriste ljudsko vrijeme reakcije i vještine pažnje. Ove igre pružaju igračima brojne mogućnosti da se natječu jedni s drugima pojedinačno ili u timovima (Nagygyörgy i sur., 2015), ali i da surađuju (Király i sur., 2014b). U *MMORTS* igrama igrači obično nadziru velike trupe i / ili područja u virtualnom svijetu, sudjeluju u bitkama ili sklapaju saveze s drugim igračima. Kroz uspješno upravljanje igrači uspostavljaju status u svijetu igara i stječu poštovanje drugih igrača (Király i sur., 2014b; Nagygyörgy i sur., 2015). Ostale igre se odnose na sve preostale *online* igre, kao što su sportske i trkače igre, glazbene igre, društvene igre za više igrača na mreži ili strateške igre koje se temelje na potezima. Zanimljivo je da ova mješovita kategorija općenito privlači manje igrača, ali istovremeno je udio ženskih igračica mnogo veći (Király i sur., 2014b).

### **1.1.1. Motivi za *online* igranjem**

Motivi za *online* igranjem proučavani su u okviru Teorije samoodređenja (engl. *Self-Determination Theory*, u nastavku SDT), a njezini autori su Deci i Ryan (1985; prema Ryan i Deci, 2000). Riječ je o teoriji ljudske motivacije prema kojoj se razlozi zašto osobe sudjeluju,

ulažu napor i ustraju u nekoj aktivnosti, mogu kategorizirati duž kontinuuma regulacije samoodređenja. Oblik motivacije koji je najviše samoodređen jest *intrinzična motivacija* koja se definira kao uključivanje u aktivnosti zbog zadovoljstva koje proizlazi iz same uključenosti u tu aktivnost. Odnosno, osobi je nagrada samo sudjelovanje u aktivnosti te možemo reći da je riječ o unutrašnjoj motivaciji. Suprotno je *amotivacija*, odnosno potpuni nedostatak motivacije za sudjelovanjem u nekoj aktivnosti. Između intrinzične motivacije i amotivacije jest *ekstrinzična motivacija*, a ona se odnosi na vanjsku motivaciju, odnosno sva ponašanja koja osoba provodi u svrhu ostvarivanje nagrada koje nisu povezane sa samom aktivnošću (Ryan i Deci, 2000). Nadalje, prema SDT, postoje tri primarne ili osnovne potrebe koje su u osnovi psihološke dobrobiti, a to su *autonomija*, *kompetencija* i *povezanost*. Zadovoljenje svih triju potreba je osnova za intrinzičnu motivaciju. Odnosno, ljudi dožive više samoodređene (tj. iznutra kontrolirane) motivacije kada im aktivnosti u kojima sudjeluju daju osjećaj autonomije (moć donošenja vlastitih izbora), kompetentnosti (sposobnost učinkovitog izvođenja ponašanja) te povezanosti (autentične društvene veze s drugim ljudima) (Ryan i sur., 2006). U kontekstu igara, autonomija se odnosi na to koliko igrač ima izbora unutar igre, kompetentnost uključuje potrebu za izazovima i osjećaj učinkovitosti u suočavanju s izazovima koje postavlja igra, a povezanost na interakcije s drugim igračima (Ryan i sur., 2006).

Popularnost igara ovisi o prihvaćenosti od strane igrača, stoga igre ne možemo karakterizirati kao dobre niti loše. Umjesto toga, možemo govoriti o raznim motivima koje igrači imaju za započinjanje, ali i nastavljanje igranja. Veliki broj istraživanja potvrđuje da je jedan od najvećih motivatora igranja upravo socijalni aspekt, odnosno socijalizacija, međusobna suradnja i timski rad, zajedničko planiranje strategija, ali i natjecanje protiv drugih igrača (npr. Bartle, 2003; Demetrovics i sur., 2011; Henningson, 2009; Yee, 2006). Ovo nije neobično budući da kroz igru možemo upoznati ljude iz svih dijelova svijeta, te se jednostavno povezati s njima, a odmah znamo i da imamo barem nešto zajedničko – ljubav prema igri. Uz socijalnu, Yee (2006) navodi još dvije kategorije motiva za igranje, a to su postignuće (napredovanje, natjecanja, stjecanje moći unutar igre) te tzv. utapanje u igru (kroz igranje uloga, bijeg od stvarnosti, prilagodbu igre). Također je pokazao i da je najčešći motiv za muške igrače *napredak*, koji se odnosi na želju za stjecanjem moći, brzim napretkom i akumuliranjem simbola bogatstva ili statusa u igri, dok su za ženske igrače to *odnosi*, odnosno želja za stvaranjem dugoročnih značajnih odnosa s drugima (Yee, 2007). Bartle (1996) je postavio teorijski model, kojeg je testirao Yee (2006), o postojanju četiri tipa igrača čija su djelovanja usmjerena na različite aspekte igre. *Ubojice* su tip igrača čije je djelovanje usmjereno na druge

igrače (npr. ubijanje igrača), *socijalizatori* žele komunicirati s drugim igračima, *osvajajući* djeluju na virtualni svijet u svrhu raznih postignuća, a *istraživači* žele istraživati virtualni svijet i manipulirati njime (Bartle, 1996).

Subjektivan osjećaj koji igrači osjećaju za vrijeme igranja može se objasniti pomoću stanja zanesenosti, zadubljenosti u igru te prisutnosti (engl. *flow, immersion and presence*) (Boyle i sur., 2011). Stanje zanesenosti prvi spominje Csikszentmihalyi (1988) te ga definira kao stanje ili osjećaj koji se javlja kada osoba sudjeluje u aktivnosti zbog same aktivnosti te je potpuno zadubljena u istu. Budući da je takvo stanje nagrađujuće samo po sebi, osobe su intrinzično motivirane ponavljati ponašanja koja su dovela do toga stanja. Karakteristike takvih iskustava su intenzivna uključenost, jasnoća ciljeva i povratnih informacija, visoka koncentracija i usredotočenost, nedostatak samosvijesti, iskrivljen osjećaj za vrijeme, ravnoteža između izazova i vještina potrebnih za njegovo zadovoljavanje te osjećaj potpune kontrole nad aktivnošću (Csikszentmihalyi, 1988). Zadubljenost ili uranjanje u igru se odnosi na subjektivan osjećaj igrača kao da je dio virtualnog okruženja igre i priče koja se događa (Przybylski i sur., 2010). Može se podijeliti na tri komponente: fizička prisutnost (osjećaj kao da je igrač doista u virtualnom svijetu), emocionalna prisutnost (osjećaj da događaji u igri imaju emocionalnu težinu) te narativna prisutnost (osjećaj osobnost ulaganja i povezanost s pričom) (Ryan i sur., 2006). Kang i suradnici (2020) navode da učestalost i vrijeme igranja povećavaju zadubljenost u igru te pozitivna iskustva, ali ističu i važnost stanja zanesenosti i percipirane jednostavnosti korištenja. Stanje zanesenosti je veće kod računalnih igara te značajno povećava igračko iskustvo, dok je efekt percipirane jednostavnosti korištenja veći na mobilnim igrama (Kang i sur., 2020). Prisutnost se odnosi na osjećaj da je igrač doista unutar igre, za razliku od osjećaja da je igrač samo osoba izvan igre koja upravlja likovima. Povezana je s primarnim potrebama SDT-a i to autonomijom i kompetentnošću, kao i s intrinzičnom motivacijom općenito u igrama (Ryan i sur., 2006).

Demetrovics i suradnici (2011) smatraju da *online* igre predstavljaju nov način zadovoljenja osnovnih ljudskih potreba u okviru suvremenog društva, kao što su potreba za ljudima te rekreacijom i zabavom. Zbog toga, željeli su detaljnije istražiti postojeće teorije o motivima za *online* igranje, a njihovo istraživanje pokazuje 7 glavnih motiva. Oni su:

- 1) Bijeg – označava bijeg od stvarnosti, posebice problema iz stvarnog svijeta;
- 2) Suočavanje – čestice odražavaju ulogu igara u kanaliziranju i suočavanju s problemima i agresijom te poboljšanje raspoloženja;

- 3) Fantazija – motiv izlaska iz vlastitog identiteta, isprobavanja novih identiteta u različitom svijetu fantazija i iskušavanja stvari koje u stvarnom životu ne možemo učiniti;
- 4) Vještina – osoba igra kako bi poboljšala svoju koordinaciju, koncentraciju ili druge vještine;
- 5) Rekreacija – odnosi se na rekreativne, opuštajuće aspekte *online* igara;
- 6) Natjecanje – odnosi se na motive natječaja i poraza drugih u svrhu osjećaja postignuća;
- 7) Socijalni faktor – društveni aspekti igre, zadovoljstvo upoznavanja ljudi, druženja s drugima i igranja zajedno s drugim osobama.

Motiv *bijega* najčešće se dovodi u vezu s problemima do kojih dovodi *online* igranje, te je i jedan od čimbenika za razvoj ovisnosti o igranju (Király i sur., 2014a).

### **1.1.2. Problematično *online* igranje**

Ako pokušamo zamisliti osobu koja igra po nekoliko sati na dan, većina nas će zamisliti osobu koja se rijetko druži s prijateljima, ne izlazi, često ne rješava svoje obaveze te joj igra služi kao bijeg od stvarnosti i svakodnevnih problema. Doista, problematično *online* igranje ne mora dovesti do ovisnosti o igranju, no loše utječe na svakodnevni život. Ovi igrači često provedu više vremena igrajući nego što su originalno planirali. To loše utječe na njihove svakodnevne obaveze te socijalne odnose, što dovodi do izbjegavanja takvih situacija te ponovni bijeg u igru (Demetrovics i sur., 2012). Uz to, počinju gubiti interes za svakodnevne aktivnosti, što ujedno dovodi i do lošijih rezultata na akademskom i profesionalnom planu (Griffiths, 2008). Već spomenuti loš utjecaj na socijalne odnose događa se jer je igraču igra apsolutni prioritet, što može dovesti do interpersonalnih i intrapersonalnih konflikata, koji mogu rezultirati pogoršanjem i/ili prekidom odnosa (Griffiths, 2008). Bitno je spomenuti i somatske simptome problematičnog igranja, a to su ignoriranje osnovnih bioloških potreba, kao što su spavanje, osobna higijena i hranjenje. To može dovesti do brojnih zdravstvenih problema, primjerice gubitka/povećanja kilograma, suhih očiju, glavobolja, bolovi u leđima, poteškoće sa spavanjem te iscrpljenost (Griffiths i Meredith, 2009). Lako je uvidjeti da je riječ o problematičnom obrascu koji je povezan s ovisnostima o ponašanju. Termin *problematično igranje* se koristi budući da opisano ponašanje samo po sebi nije pretjerano, ali se očekuju problemi povezani s igrama. Izbjegava se korištenje pojma ovisnosti budući da točna definicija i dijagnostički kriteriji još nisu pojašnjeni ili dogovoreni (Demetrovics i sur., 2012). Ipak, prema

Dijagnostičkom i statističkom priručniku za duševne poremećaje (DSM-5) iz 2014., razmatra se pojam *ovisnosti o internetskim igrama*, koje je smješteno u trećem poglavlju pod „Stanja za daljnja istraživanja“, a predloženi su slični dijagnostički kriteriji kao za ovisnost o kockanju.

Van Rooij i suradnici (2012) su u svojem istraživanju definirali problematično igranje kao ponašanje nalik ovisnosti koje uključuje doživljavanje: (1) gubitka kontrole nad ponašanjem, (2) sukoba sa samim sobom i s drugima, (3) pretjeranu zaokupljenost igrama, (4) korištenje igara u svrhu suočavanja s problemima te promjenom raspoloženja i (5) simptome povlačenja. Nadalje, neka istraživanja pokazuju da je problematično igranje povezano s lošijim akademskim uspjehom, ali i da može biti manifestacija primarnog problema koji osoba ima, kao što su depresivni simptomi, usamljenost (Wood, 2007), socijalna anksioznost (Gentile i sur., 2011) ili nisko samopoštovanje (Ko i sur., 2005). Faktori koji najbolje predviđaju problematično igranje su motiv *bijega* (odnosi se na korištenje internetskog okruženja u svrhu izbjegavanja razmišljanja o stvarnim životnim problemima), *broj sati igranja tjedno* (viši broj sati je bio povezan s problematičnim igranjem) te već spomenuti motiv *napredak*. Zanimljivo je također i da su muški igrači postigli značajno više rezultate na motivu *napretka* od ženskih igračica (Yee, 2007). Još jedan faktor problematičnog igranja koji se ističe jest *preokupacija*. Naime, Young (2009) smatra da problematično igranje, a time i ovisnost o igranju, započinju preokupacijom, a to objašnjava na način da igrači počnu razmišljati o igri i u periodima dana kada ne igraju te trebaju koncentraciju za druge svakodnevne aktivnosti. Malo po malo, razmišljanje o igri postaje intenzivnije sve dok ne dođe do točke kada igra postane glavni prioritet, a svakodnevne aktivnosti i dužnosti padaju u drugi plan. Kriteriji DSM-V priručnika (2014) su u skladu s ovom pretpostavkom, te je jedan od kriterija upravo *zaokupljenost internetskim igrama*. Nadalje, istraživanje koje su proveli van Rooij i sur. (2014) pokazalo je da će igrači *online* igara imati čak četiri puta veću vjerojatnost postizanja visokog rezultata na upitniku problematičnog igranja od igrača *offline* igara. Spol se također pokazao značajnim, odnosno dječaci češće igraju *online* igre od djevojčica, što ujedno znači i da je muški spol rizičniji za razvoj problematičnog igranja. Ipak, i dječaci i djevojčice pokazuju viši rezultat na upitniku problematičnog igranja ako imaju psihosocijalne probleme ili ako konzumiraju nikotin, alkohol ili kanabis (van Rooij i sur., 2014).

Demetrovics i suradnici (2012) kreirali su upitnik koji ispituje problematično *online* igranje, a prikladan je za sve MMO igre. Upitnik ispituje ukupno 6 faktora problematičnog *online* igranja, a to su:

- 1) Preokupacija – odnosi se na opsesivno razmišljanje i sanjarenje o *online* igri;

- 2) Prekomjerno korištenje - uočavanje problema u vezi s igrama, produljeno vrijeme igranja i poteškoće u kontroli vremena utrošenog na igranje;
- 3) Zadubljenost – pretjerano bavljenje *online* igrama, osoba se „utopi“ u igri, gubitak vremena;
- 4) Socijalna izolacija – štete u društvenim odnosima, preferencija igranja nad društvenim aktivnostima;
- 5) Međuljudski sukobi – odnosi se na komentare igračevog društvenog okruženja na prekomjernu upotrebu internetskih igara i s tim povezane sukobe;
- 6) Povlačenje – efekti povlačenja kada igrač nije u mogućnosti igrati koliko bi želio (npr. promjene raspoloženja, iritabilnost).

Ako igrač osvijesti probleme do kojih je dovelo igranje, može doći i do njihovog ublažavanja. No, u svakom slučaju bi trebalo obratiti pozornost i na prevalenciju problema, kao i na jasno i precizno određivanje problema u svakodnevnom životu od kojega pojedinci pokušavaju pobjeći.

Bitno je napomenuti i da veliki broj sati provedenih u igranju, koji se često povezuje s problematičnim *online* igranjem, može ukazivati na to da je riječ o profesionalnim igračima. Naime, oni provode prosječno 10 sati dnevno igrajući određene igre kako bi usavršili svoje vještine, razne trikove koje igra nudi te bili na najvišoj mogućnoj razini igranja (Kim i Thomas, 2015). Profesionalni igrači su više od samostalnih igrača; oni su povezani s profesionalnim timovima koji sudjeluju u natjecanjima i ostvaruju prestižne nagrade, imaju razna sponzorstva, puno zarađuju te imaju veoma široku publiku koja redovito prati njihova postignuća (Kim i Thomas, 2015).

Problematično *online* igranje može se razviti zbog problema u svakodnevnom životu od kojih osoba želi pobjeći, a dobre strategije emocionalne regulacije mogu pomoći u boljem nošenju sa svakodnevnim problemima.

## **1.2. Emocionalna regulacija**

Regulacija emocija se odnosi na unutrašnje i vanjske procese koji su uključeni u praćenje, ocjenjivanje i moduliranje emocionalnih reakcija u svrhu postizanja nećijih ciljeva (Thompson 1994). Ona uključuje promjene u dinamici emocija, odnosno latentnost, vrijeme porasta, veličinu, trajanje i kompenzaciju odgovora u ponašajnim, iskustvenim te fiziološkim domenama (Gross, 2002). Stoga, emocionalna regulacija može biti automatska ili u nju ulažemo



napor, kao i svjesna ili nesvjesna (Peña-Sarrionandia i sur., 2015). Suprotno tomu, poteškoće u svjesnosti, razumijevanju ili modulaciji emocija mogu ometati prilagodbu i pridonijeti širokom rasponu negativnih ishoda (Bjureberg i sur., 2016). Mnoga istraživanja pokazuju i značajnu ulogu poteškoća u regulaciji emocija u višestrukim oblicima psihopatologije i neprilagođenog ponašanja (Cicchetti i sur., 1995). Nadalje, i opća tendencija ograničavanja emocionalne ekspresije je povezana s pojačanim fiziološkim uzbuđenjem (Gross i Levenson, 1997), sugerirajući da pokušaji kontrole emocionalne ekspresije mogu povećati rizik za disregulaciju emocija (s obzirom na to da je visoku razinu uzbuđenosti teže regulirati) (Gratz i Roemer, 2004).

Iako pojedinci najčešće pokušavaju smanjiti negativne emocije, emocionalna regulacija također se odnosi i na povećanje, održavanje i umanjivanje pozitivnih emocija. Također, često možemo primijetiti i biti svjesni vlastite ili tuđe regulacije emocija, primjerice kada netko grize usnicu od ljutnje ili nokte od nervoze. No, može se dogoditi i da nismo potpuno svjesni vlastite ili tuđe regulacije emocija, primjerice kada je pojedinac zaprimio neprivlačan poklon, a pokazuje pretjerano veselje (Gross, 2002). Možemo spomenuti i istraživanja koja govore da su razlike u znanju o tome kako najbolje regulirati osjećaje - znaju li ljudi pravila regulacije emocija - povezane s dobrobiti, bliskim socijalnim odnosima, visokim ocjenama u školi i visokim radnim uspjehom (Côté i Miners, 2006). Ipak, samo znanje nije dovoljno, već treba naučiti primjenjivati strategije regulacije emocija (Côté i sur., 2010).

### **1.2.1. Strategije emocionalne regulacije**

Neke konceptualizacije regulacije emocija naglašavaju kontrolu emocionalnog iskustva i izražavanja (posebno ekspresivne kontrole negativnih emocija) i smanjenje emocionalne uzbuđenosti (Garner i Spears, 2000), dok drugi naglašavaju funkcionalnu prirodu emocija u konceptualiziranju regulacije emocija, sugerirajući da regulacija emocija nije sinonim za emocionalnu kontrolu i, kao takva, ne uključuje nužno odmah umanjivanje negativnog utjecaja (Thompson, 1994). Prema modelu koji je prvi predstavio Gross (1998), postoji ukupno 5 strategija emocionalne regulacije te su one kategorizirane prema točki u kojoj imaju svoj primarni utjecaj u generativnom procesu emocija, a te točke predstavljaju 5 obitelji strategija emocionalne regulacije. One su:

- 1) Odabir situacije – uključuje odabir ili izbjegavanje određenih aktivnosti, ljudi ili mjesta zbog mogućnosti njihovog emocionalnog utjecaja. Adaptivni odabir situacije

uključuje poznavanje samog sebe i vlastitih potreba, predviđanje mogućih emocija koje određene situacije izazivaju, kao i uzimajući te emocije u obzir prilikom odabira situacije kojoj se planiramo izložiti. Stoga, mi možemo *izbjegavati* situacije zbog mogućih negativnih osjećaja koje će izazvati (što je adaptivno ako situacija ni ne nosi ikakve benefite) ili se *suočiti*, što uglavnom ima jako dobre dugoročne posljedice.

- 2) Modifikacija situacije – uključuje modifikaciju situacije kako bi ona promijenila emocionalni utjecaj, a to možemo na tri načina. *Direktna modifikacija situacije* (također se naziva suočavanje usmjereno na problem), uključuje direktne akcije koje imaju direktan utjecaj na situaciju (primjerice, vježbanje prezentacije prije javnog izlaganja), a to je povezano i s boljim zdravljem osobe te s manjom mogućnošću za psihijatrijske poremećaje. *Traženje pomoći/potpore* uključuje traženje pomoći ili potpore od drugih ljudi u svrhu modifikacije situacije, a *rješavanje sukoba* se odnosi na poduzimanje prvog koraka u rješavanju konfliktnih situacija (neovisno o tome hoće li se to pokazati efikasnim ili ne).
- 3) Pažljivo raspoređivanje – uključuje mijenjanje naših emocija odabirom informacija kojima prisustvujemo te se javlja nakon već spomenute modifikacije situacije. To možemo *distrakcijom*, odnosno preusmjeravanjem pažnje ili sa same situacije ili s njezinog emocionalnog aspekta, zatim *ruminacijom*, koja povećava trajanje i intenzitet negativnih emocija, te *svjesnom usredotočenošću* (poznatijim kao mindfulness) na sadašnji trenutak i to bez procjenjivanja (odnosno, obraćamo pozornost na to što osjećamo, mislimo, koji su naši motivi te tjelesne senzacije, kao i svijet oko nas, ali bez procjenjivanja).
- 4) Kognitivna promjena – odnosi se na promjenu našeg razmišljanja kako bismo time promijenili kako se osjećamo. Možemo ili promijeniti mišljenje o situaciji općenito ili o našim sposobnostima koje su potrebne za savladati situaciju. Ovdje možemo *procijeniti samoefikasnost* na način da procijenimo naše samopouzdanje kako bismo savladali situaciju, *procijeniti prijetnje i izazove* kako bismo mogli percipirati moguće dobitke i gubitke, *pozitivno preispitati* situaciju, odnosno pristupiti joj na pozitivniji način te *prihvatiti* situaciju i/ili sposobnosti za savladati ju.
- 5) Modulacija odgovora – događa se nakon što su se razvile tendencije odgovora. Može utjecati na iskustvenu, psihološku i/ili ponašajnu komponentu odgovora. Odnosno, to možemo *podjelom emocija*, točnije na način da iskažemo svoje emocije, zatim *verbalnom/fizičkom agresijom* koja se koristi za smanjenje napetosti do koje dolazi

zbog emocionalne situacije, *korištenjem supstanci* kao što su alkohol, droge, ili bilo kakvi lijekovi koji mogu otupiti misli, osjećaje i/ili ponašajne odgovore, te *ekspresivnim suzbijanjem*, odnosno inhibicijom ponašajne ekspresije neželjenog ponašanja (primjerice, skrivanje ljutnje).

Postoji i objašnjenje emocionalne regulacije putem emocionalne inteligencije. Prema ovoj teoriji, osobe pokazuju tzv. inteligentnu emocionalnu regulaciju ako ju mogu koristiti na fleksibilan način koji odgovara njihovim ciljevima. Odnosno, emocionalno su inteligentni oni ljudi koji pažljivo prouče situaciju i kontekst prije odluke o tome kako će regulirati svoje emocije, na taj način uzimajući u obzir dugoročne posljedice koje okreću u svoju korist. Također, paze na pravila kulture i mjesta u kojemu se nalaze (Peña-Sarrionandia i sur., 2015). Ova inteligencija ima brojne pozitivne posljedice za osobu, kao što su bolje zdravlje (Petrides i sur., 2007), povećana socijalna potpora (Mikolajczak i sur., 2007b), ali i bolja kvaliteta socijalnih i bračnih odnosa (Schutte i sur., 2001) te poboljšano akademska i radna izvedba (O'Boyle i sur., 2011).

### **1.2.2. Adaptivnost emocionalne regulacije**

Što se tiče adaptivnosti regulacije emocija, Gratz i Roemer (2004) navode da ona uključuje praćenje i procjenu emocionalnog iskustva u svrhu toga da ga promijeni. Time ističu važnost svjesnosti i razumijevanja emocija. Neke konceptualizacije emocionalne regulacije naglašavaju važnost prihvaćanja i vrednovanja emocionalnih odgovora (Gratz i Roemer, 2004), stoga je tendencija doživljavanja negativnih emocija kao reakcija na vlastite emocionalne reakcije (što ukazuje na nedostatak prihvaćanja emocija) maladaptivna i povezana s većim poteškoćama u regulaciji emocija (Gratz i Roemer, 2004). Poznavanje specifičnih strategija regulacije emocija koje koristi pojedinac, u nedostatku podataka o kontekstu u kojem se koristi, može pružiti malo informacija o sposobnosti pojedinca da učinkovito regulira svoje osjećaje. Adaptivna regulacija emocija umjesto toga uključuje fleksibilnost u korištenju strategija regulacije emocija (Gratz i Roemer, 2004). Istraživači također sugeriraju da adaptivna regulacija emocija uključuje promjenu intenziteta ili trajanja neke emocije, a ne mijenjanje konkretne emocije koja je doživljena (Gratz i Roemer, 2004; Thompson, 1994). Drugim riječima, prilagodljiva regulacija uključuje moduliranje iskustva emocija umjesto uklanjanja određenih emocija. Iz navedenoga se mogu uočiti i dva najčešće korištena oblika regulacije emocija. To su *ponovna procjena* koja uključuje promjenu načina na koji razmišljamo o

situaciji kako bi se smanjio njezin emocionalni utjecaj, te *potiskivanje/supresija* koje uključuje suzbijanje neprestanog emocionalno-ekspresivnog ponašanja (Gross, 2002).

Kada sagledamo sve navedeno, konceptualizacija regulacija emocija može uključivati (a) svijest i razumijevanje emocija, (b) prihvaćanje emocija, (c) sposobnost kontrole impulzivnog ponašanja i ponašanja u skladu sa željenim ciljevima kada doživljavamo negativne emocije i (d) sposobnost da se fleksibilno koriste strategije odgovarajuće regulacije emocija za moduliranje emocionalnih odgovora po želji kako bi se zadovoljili pojedinačni ciljevi i situacijski zahtjevi (Gratz i Roemer, 2004).

### **1.2.3. Dosadašnje spoznaje o povezanosti emocionalne regulacije i igranja video igara**

Gaetan i suradnici (2016) su pokazali da su redoviti igrači regulirali svoje emocije više nego igrači koji ne igraju redovito. Oni su također osjećali svoje emocije intenzivnije, no izražavali su ih manje nego igrači koji ne igraju redovito (Gaetan i sur., 2016). Također, Wack i Tantleff-Dunn (2009) su pokazali da će igrači više vremena provoditi igrajući kada im je dosadno, kada su usamljeni ili pod stresom. Što je jače iskustvo oporavka koje dolazi nakon igranja, to će igrači češće koristiti igre u svrhu smanjenja stresnih i napornih situacija (Reinecke, 2009), dapače igranje ležernih video igara koje igrač sam odabere može poboljšati raspoloženje i smanjiti stres (Russoniello i sur., 2009). Igrači koji koriste suočavanje usmjereno na emocije pokazali su veću sklonost korištenju igara za oporavak u odnosu na igrače koji koriste suočavanje usmjereno na problem (Reinecke, 2009). Uz to, više istraživanja pokazuje povezanost poteškoća emocionalne regulacije i problematičnog igranja (npr. Di Blasi i sur., 2019; Uçur i Dönmez, 2021). Razlog tomu može se kriti u činjenici da poteškoće emocionalne regulacije mogu doprinijeti razvoju depresije (Compare i sur., 2014), a depresija je rizični faktor nastanku problematičnog igranja (Ko i sur., 2009). Zanimljivo je i da dvije dimenzije poteškoća emocionalne regulacije predviđaju nastanak problematičnog igranja, a riječ je o poteškoćama s kontrolom impulsa te percipirani ograničen pristup strategijama regulacije emocija (Hollett i Harris, 2019). Slično tomu, nedostatak emocionalne jasnoće te kontrole nad emocionalnim odgovorima također predviđaju nastanak problematičnog igranja (Estévez i sur., 2017).

Nadalje, nekim igračima je *bijeg* način suočavanja budući da pruža osnaživanje kroz projektnu fantaziju (npr. igranje uloga) te prisutnost (npr. zadubljenost u virtualnu stvarnost) (Kuo i sur., 2016). Ovo je potvrđeno i istraživanjem Di Blasi i suradnika (2019) čiji su rezultati pokazali da povećane poteškoće emocionalne regulacije značajno predviđaju da će igrači imati

*bijeg* kao motiv za igranje. Autori su dodatno potvrdili da se slažu s objašnjenjem koje su prezentirali Kuo i suradnici (2016), a koje govori o tome da motiv *bijega* ustvari djeluje kao strategija suočavanja usmjerena na emocije, točnije na bolje upravljanje negativnim emocijama i osjećajima. Odnosno, ova strategija može pomoći igračima ostvariti privremeni bijeg iz stanja negativnog raspoloženja kroz *uranjanje* u alternativno, ugodno okruženje koje igra nudi (Di Blasi i sur., 2019). Problem koji se javlja s ovom strategijom jest što bi igrači s povećanim poteškoćama emocionalne regulacije osjetili privremeno olakšanje i opuštanje, koje bi željeli produbiti te time postoji rizik da sve češće pokušavaju igrati u svrhu ostvarenja kratkotrajne dobrobiti, čime povećavaju i rizik za nastanak problematičnog igranja (Chang i sur., 2018). Nadalje, istraživanje Hilgarda i suradnika (2013) pokazalo je tri značajna faktora koja su povezana s patološkim korištenjem igara: igranje kao bijeg iz svakodnevnog života, socijalni faktor igranja te pozitivan stav prema stalnoj akumulaciji nagrada u igri. S druge strane, socijalni faktor u istraživanju Changa i suradnika (2018) nije značajno predvidjelo razvoj problematičnog igranja, no značajni su bili motivi *bijega* i *napretka*.

### **1.3. Emocionalna inteligencija i njezin odnos s emocionalnom kompetencijom**

Razvijene su dvije relativno neovisne istraživačke tradicije koje se bave upravljanjem emocija. Prva se odnosi na već spomenutu regulaciju emocija, a druga na emocionalnu inteligenciju (Peña-Sarrionandia i sur., 2015). Postoje brojna istraživanja emocionalne inteligencije, a Seal i Andrews-Brown (2010) su naveli tri glavna pristupa na tom području. Prvi je model emocionalnog kvocijenta čiji je fokus opća dobrobit. U ovome pristupu se emocionalna inteligencija smatra mješavinom vještina kao što su emocionalna svijest, poželjno ponašanje te osobine poput upornosti (Bar-On, 1997). Drugi pristup je model emocionalnih sposobnosti unutar kojega se emocionalna inteligencija promatra kao skup vještina koje pridonose vrednovanju i izražavanju emocija, učinkovitoj regulaciji emocija, kao i korištenju emocija za motiviranje, planiranje i uspjeh u životu. Nadalje, ovaj model uključuje: (1) sposobnost opažanja i procjene vlastitih i tuđih emocija; (2) sposobnost generiranja osjećaja i emocija kako bi se olakšale kognitivne aktivnosti; (3) sposobnost razumijevanja informacija potaknutih afektima i (4) sposobnost dobrog upravljanja emocijama u svrhu emocionalnog i intelektualnog rasta te društvenih odnosa (Salovey i sur., 2004). Treći pristup je model emocionalne kompetencije te je njegov fokus na ponašanjima koja dovode do izvedbe. Emocionalna inteligencija se promatra kao niz dispozicija i kompetencija koje variraju od individualnih osobina do naučenih sposobnosti. Kompetencije su podijeljene u pet zasebnih

kategorija, a to su: (1) samosvijest; (2) motivacija; (3) samoregulacija; (4) empatija i (5) prilagodljivost u odnosima (Goleman, 1998). Prema ovome pristupu, emocionalna inteligencija je temelj emocionalnih kompetencija koje su pak prethodnice izvedbe, stoga jednostavno prisustvo visoke emocionalne inteligencije nije dovoljno. Odnosno, to znači da ljudi s visokom emocionalnom inteligencijom imaju sposobnost naučiti i razviti određene kompetencije, no ne i da su te kompetencije već razvijene (Goleman, 1998).

Nakon prikaza tri glavna modela emocionalne inteligencije, Seal i Andrews-Brown (2010) predložili su integrativni model koji može ponuditi bolje razumijevanje koncepta i uloge emocionalne inteligencije i njezinog udjela u razvoju emocionalnih kompetencija. Oni predlažu da se koncept emocionalne inteligencije i kompetencije promatra kao cjelovit. Na taj način urođeni kapaciteti (emocionalne sposobnosti) mogu moderirati odnos između preferiranih obrazaca (emocionalne osobine) i naučenih aktivnih ponašanja (emocionalne kompetencije), kako bi identificirali i regulirali svoje i tuđe emocije te se uspješno prilagodili okolini (Seal i Andrews-Brown, 2010).

### **1.3.1. Emocionalna kompetencija**

Brasseur i suradnici (2013) definiraju emocionalnu kompetenciju kao individualne razlike u prepoznavanju, razumijevanju, izražavanju, reguliranju i korištenju emocija. Te emocije mogu biti naše vlastite te onda govorimo o intrapersonalnoj emocionalnoj kompetenciji, ali i emocije drugih ljudi, što onda nazivamo interpersonalnom emocionalnom kompetencijom (Petrides i Furnham, 2003). Emocionalna kompetencija je važan prediktor prilagodbe pojedinaca na svoje okruženje i to na način da je viša emocionalna kompetencija povezana s većom srećom, boljim mentalnim i tjelesnim zdravljem, zadovoljnijim socijalnim i bračnim odnosima, većim profesionalnim uspjehom (Brasseur i sur., 2013), ali i smanjuje neuroendokrinu reaktivnost na stres (Mikolajczak i sur., 2007a). Budući da pozitivne emocije pozitivno utječu na naš život, možemo reći da su emocionalno kompetentni oni ljudi koji mogu shvatiti, prihvatiti i izraziti svoje emocije na način da se prilagode životnim izazovima (Seo i sur., 2012). Literatura na temu internetskih igara uglavnom se fokusira na povezanosti negativnih emocija i pretjeranog korištenja *online* igara, a pokazano je i da pretjerana upotreba igara ometa zdrav rast i razvoj adolescenata, što dovodi do poremećaja u ponašanju i socijalnom razvoju (Seo i sur., 2012).

### 1.3.2. Dosadašnje spoznaje o povezanosti emocionalne kompetencije i igranja video igara

Dosadašnja istraživanja koja su pregledana uglavnom su povezivala emocionalnu inteligenciju i *online* igranje. Primjerice, Kircaburun i suradnici (2019) su pokazali da je osobina emocionalne inteligencije (definirana kao osobina ličnosti koja obuhvaća različite aspekte opće dobrobiti, samokontrole, društvenosti i emocionalnosti) umjereno povezana s ukupnim rezultatom ovisnosti o igranju, kao i da je izravno i neizravno negativno povezana s ovisnošću o igranju putem motiva *bijeg* i to u ukupnom uzorku (koji uključuje tinejdžere i odrasle ispitanike) i odraslim ispitanicima. Uz to, osobina emocionalne inteligencije je povezana s još nekim motivima za igranje: negativno sa suočavanjem i fantazijom te pozitivno s rekreacijom i vještinom (Kircaburun i sur., 2019). S druge strane, van Deursen i suradnici (2015) u svojem istraživanju nisu dobili značajnu povezanost ovisnosti o igranju i emocionalne inteligencije, no oni su koristili emocionalnu inteligenciju kao jednodimenzionalni konstrukt. Che i suradnici (2017) navode kako mogući razlog postojanja razlike u dobivenim rezultatima proizlazi iz različite definicije emocionalne inteligencije, odnosno polaze li istraživači od jednodimenzionalnog ili višedimenzionalnog konstrukta emocionalne inteligencije. Ovisno o kontroli utjecaja drugih dimenzija emocionalne inteligencije ili sagledavanja emocionalne inteligencije kao jednodimenzionalnog konstrukta, povezanost emocionalne inteligencije i ovisnost o igrama može biti prikrivena ili smanjena. To je jedan od razloga zašto je poželjno da se buduća istraživanja usmjere na različite dimenzije emocionalne inteligencije (Che i sur., 2017).

Seo i suradnici (2012) su odlučili ispitati povezanost učestalosti igranja, emocionalne kompetencije, pozitivnih emocija i emocionalne ekspresije na adolescentima. Za početak, razlikovali su igrače visokog rizika od preostalih, a ti igrači su imali visoke rezultate na testu *Ovisnosti o internet igrama* (Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion, 2006; prema Seo i sur., 2012). Rezultati su pokazali da igrači visokog rizika imaju nižu emocionalnu kompetenciju, niže pozitivne emocije te lošiju emocionalnu ekspresiju od drugih igrača. To podrazumijeva da adolescenti koji pretjerano igraju *online* igre mogu imati više negativnih iskustava s emocionalnom kompetencijom u usporedbi s onima koji umjereno koriste *online* igre. Uz to, igrači visokog rizika *online* igara u ovom istraživanju pokazali su niže razine pozitivnih emocija u odnosu na preostale igrače, kao i da općenito manje izražavaju svoje emocije.

U spomenutom istraživanju, emocionalna ekspresija je mjerena procjenom kako su sudionici izražavali svoje emocije drugima verbalnim ili neverbalnim kanalima. Naime, igrači

koji su se u stvarnom životu osjećali socijalno nespretno, izolirano i nesigurno, mogu se transformirati u nekoga tko se osjeća socijalno samouvjerenim i povezanim s drugima unutar igre. Dok se uranjaju u igru, osjećaju se ostvarenijima i prihvaćenijima, za razliku od stvarnog života. Stoga, adolescente koji pretjerano igraju *online* igre bi trebalo poticati na uključivanje u stvarnost i izražavanje svojih emocija. Također, treba naglasiti da treba težiti ravnoteži između *online* i stvarnog svijeta, jer oni više nisu međusobno isključivi, a izgradnja pozitivne *online* prisutnosti postaje sve važnija za adolescente (Seo i sur., 2012). Uz to, *online* svijet ih može naučiti razna iskustva. Primjerice, mogu odabrati igru koja sadrži brojne dijaloge te vježbati socijalno izražavanje, ili igru u kojoj će vježbati brzinu reakcije te fokus pažnje, a naravno tu su i brojne igre strateškog planiranja.

Na temelju pregleda literature, odlučili smo detaljnije ispitati povezanost motiva za *online* igranje, vremena provedenog igrajući te problematičnog *online* igranja s emocionalnom kompetencijom i poteškoćama emocionalne regulacije. Također, želimo ispitati doprinos emocionalne kompetencije i regulacije u objašnjenju problematičnog *online* igranja, kako bi se isto moglo na vrijeme prepoznati i spriječiti.

S obzirom na to da je više istraživanja pokazalo povezanost motiva *bijega* i poteškoća emocionalne regulacije (npr. Yee, 2007), u našem istraživanju očekujemo da ćemo potvrditi ovu povezanost. Uz to, često se spominje suočavanje s emocijama kroz igre, stoga očekujemo da će i motiv *suočavanja* također biti povezan s poteškoćama emocionalne regulacije. Budući da istraživanja pokazuju doprinos poteškoća emocionalne regulacije u objašnjenju problematičnog igranja (npr. Di Blasi i sur., 2019), očekujemo da će i naše istraživanje pokazati ovaj doprinos.

Prema modelu emocionalne kompetencije, ljudi imaju sposobnost naučiti i razviti određene kompetencije, stoga očekujemo da će osobe s višom emocionalnom kompetencijom imati motiv *razvoja vještina* kao jedan od glavnih motiva za igranje. Prema istraživanju Kircaburun i suradnika (2019), očekujemo da će motivi *suočavanja*, *fantazije* i *rekreacije* biti negativno povezani s emocionalnom kompetencijom, kao i da će emocionalna kompetencija biti značajan prediktor u objašnjenju problematičnog *online* igranja.

Posljednje, budući da je problematično igranje povezano s vremenom provedenim igrajući (npr. Demetrovics i sur., 2012), očekujemo da će vrijeme pokazati značajan doprinos u objašnjenju problematičnog *online* igranja. Isto očekujemo i za spol, budući da istraživanja izdvajaju muški spol kao rizičniji za problematično *online* igranje (npr. Yee, 2007).



## 1.4. Cilj rada

Prema našim saznanjima, dosadašnja istraživanja nisu izravno povezala motive za *online* igranjem s emocionalnom kompetencijom i problemima emocionalne regulacije. Stoga je cilj ovog rada istražiti povezanost emocionalne kompetencije i poteškoća u emocionalnoj regulaciji s učestalosti *online* igranja, motivima za igranje te problematičnim *online* igranjem. Također, cilj je ispitati koje varijable će imati značajan doprinos u objašnjenju problematičnog *online* igranja. Prema istraživanju Hyogena i suradnika (2019), igrači mlađi od 12 godina uglavnom igraju manje od 2 sata dnevno, stoga smo u svrhu što većeg varijabiliteta u vremenu provedenom igrajući, povisili dobnu granicu za pristup istraživanju na tinejdžere i starije. Ciljna skupina su svi igrači *online* igara stariji od 16 godina.

## 2. Problemi rada i hipoteze

### 2.1. Problemi rada

1. Provjeriti metrijske karakteristike Upitnika problematičnog *online* igranja i Upitnika motiva za *online* igranje.
2. Ispitati povezanost poteškoća emocionalne regulacije i emocionalne kompetencije s motivima za *online* igranje, problematičnim *online* igranjem te s vremenom provedenim u igranju. Ispitati efekt vremena provedenog igrajući na emocionalnu kompetenciju, poteškoće emocionalne regulacije, motiv *bijega* te problematično *online* igranje. Ispitati efekt spola na problematično *online* igranje.
3. Ispitati doprinos vremena provedenog igrajući, poteškoća u emocionalnoj regulaciji, emocionalne kompetencije, spola te motiva za *online* igranje u objašnjenju problematičnog *online* igranja.

### 2.2. Hipoteze rada

1. Očekujemo da će Upitnik problematičnog *online* igranja te Upitnik motiva za *online* igranjem imati zadovoljavajuće psihometrijske karakteristike, zadovoljavajuću konstruktivnu valjanost i pouzdanost te da ćemo potvrditi originalne faktorske strukture.
- 2a. Motiv *bijega* će biti pozitivno povezan s višim rezultatima na upitniku poteškoća emocionalne regulacije. Motiv *suočavanja* će biti pozitivno povezan s višim rezultatima na upitniku poteškoća emocionalne regulacije te negativno povezan s višim rezultatima na

upitniku emocionalne kompetencije. Motiv *fantazija* će biti negativno povezan s višim rezultatima na upitniku emocionalne kompetencije. Motivi *razvoj vještina* te *rekreacija* će biti pozitivno povezani s višim rezultatima na upitniku emocionalne kompetencije.

2b. Viši rezultat na upitniku problematičnog *online* igranja će biti pozitivno povezan s poteškoćama emocionalne regulacije, a negativno povezan s emocionalnom kompetencijom.

2c. Vrijeme provedeno u igranju će imati značajan efekt na poteškoće emocionalne regulacije, emocionalnu kompetenciju te motiv *bijeg*. Osobe koje umjereno igraju će imati manje poteškoća u emocionalnoj regulaciji od neigrača te igrača koji prekomjerno igraju. Osobe koje prekomjerno igraju *online* igre imat će nižu emocionalnu kompetenciju u odnosu na one koji igraju umjereno. Osobe koje prekomjerno igraju češće će birati motiv *bijega* kao motiv za igranje. Spol će imati značajan efekt na problematično *online* igranje, odnosno muški igrači će imati više rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja.

3. Očekujemo da će vrijeme provedeno igrajući te poteškoće emocionalne regulacije imati značajne pozitivne doprinose u objašnjenju problematičnog *online* igranja. S druge strane, emocionalna kompetencija će imati značajan negativan doprinos u objašnjenju problematičnog *online* igranja. Spol će pokazati značajan doprinos u objašnjenju problematičnog *online* igranja, točnije muški spol će biti rizičniji za problematično igranje.

### **3. Metoda**

#### **3.1. Ispitanici**

U istraživanju je sudjelovalo ukupno 288 ispitanika ( $M = 168$ ,  $\check{Z} = 119$ , ne želim se izjasniti = 1) prosječne dobi 25.75 godina ( $SD = 7.39$ ), uz raspon dobi od 15 do 66 godina. Budući da je uvjet za sudjelovanje u istraživanju bila starost od najmanje 16 godina, troje ispitanika je bilo isključeno iz daljnje analize. Najveći broj ispitanika je srednjoškolskog obrazovanja (njih 143), zatim više škole/fakulteta ( $n = 115$  ispitanika) te potom poslijediplomskog ( $n = 17$ ) i osnovnoškolskog obrazovanja ( $n = 10$ ). Nadalje, 58.6 % ispitanika redovito igra *online* igre ( $n = 167$ ), a preostalih 41.4 % igra povremeno ( $n = 118$ ). Za vrijeme pandemije ukupno 130 ispitanika je provelo jednaku količinu vremena igrajući kao i prije pandemije (što čini 45.6 %), dok je njih 119 igralo više (41.8 %), a svega 36 manje (12.6 %). Frekvencija ispitanika po vremenu igranja prikazana je u Tablici 1.

Tablica 1. *Frekvencija broja ispitanika ovisno o vremenu provedenom igrajući, izraženo u satima*

Vrijeme igranja (u satima)*	Broj ispitanika
Do 7 h	130
7 – 14	76
15 – 28	43
29 – 42	21
42 +	15

\*Procijenjeno vrijeme igranja *online* igara u jednom tjednu.

Što se tiče vrste igara koju ispitanici igraju, zadatak ispitanika je bio da označe sve igre koje igraju. Zbog toga, nemamo podatak koju vrstu igara ispitanici najviše igraju, no najčešće su označili *Ostale igre* i to njih 64.2 % (185 ispitanika). Nadalje, njih 56.6 % (odnosno, 163 ispitanika) igraju MMORPG igre, 53.1% (153 ispitanika) igraju MMOFPS te 31.6 % (91 ispitanik) biraju MMORTS igre.

### 3.2. Instrumentarij

#### *Demografski podaci*

Od demografskih podataka prikupljene su informacije o dobi, spolu te završenoj razini obrazovanja. Ispitali smo igraju li redovito ili povremeno te prosječno vrijeme igranja *online* igara tjedno prije pandemije, pri čemu su odgovori bili do 7 h, od 7 h do 14 h, od 15 h do 28 h, od 29 h do 42 h, 42 h + (po uzoru na Nagygyörgy i sur., 2015). Dodatno, ispitanici su trebali označiti sve vrste igara koje igraju, a mogući odgovori te njihova objašnjenja, bili su: MMORPG (engl. *role-playing* – igrač bira lik kojim će igrati, ima određene uloge i zadatke u igri te može poboljšati vještine svoga lika), MMOFPS (engl. *first person shooters* – akcijske igre u kojima igrač kontrolira avatar iz prvog lica), MMORTS (engl. *real-time strategy* – strateška igra u kojoj igrač upravlja timom ili područjem, sudjeluje u bitkama i može sklopiti savez s drugim igračima) te *Ostale igre*.

*Upitnik poteškoća emocionalne regulacije (engl. Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS16; Bjureberg i sur., 2016)*

Upitnik poteškoća emocionalne regulacije (DERS) razvili su Gratz i Roemer (2004), a nastao je u svrhu cjelovitije procjene poteškoća u regulaciji emocija od dotadašnjih mjera te uključuje ukupno 36 čestica. Cilj upitnika je ispitati probleme s emocionalnom regulacijom kao poteškoćama u svjesnosti, razumijevanju ili modulaciji emocija. Bjureberg i suradnici (2016) smatrali su da ovaj često korišteni upitnik treba imati i skraćenu verziju te je tako nastao DERS16 s ukupno 16 čestica, koji ima dobru unutarnju konzistenciju ( $\alpha = .92$ ) i visoku povezanost s duljom verzijom ( $r = .93$ ). Upitnik se sastoji od 5 podljestvica, a to su: jasnoća (nedostatak emocionalne jasnoće), ciljevi (poteškoće u ponašanju usmjerenom na cilj), impulsi (poteškoće u kontroli impulsa), strategije (ograničeni pristup učinkovitim strategijama regulacije emocija) te neprihvatanje (neprihvatanje emocionalnih reakcija). Zadatak ispitanika je označiti svoj odgovor na skali od 5 stupnjeva (pri čemu brojevi označavaju sljedeće: 1 – „Gotovo nikada“; 2 – „Rijetko“; 3 – „Ponekad“; 4 – „Često“; 5 – „Gotovo uvijek“), a primjer čestice je „Kada sam uzrujan, osjećam se jako loše.“. Ukupni rezultat je linearna kombinacija svih 16 čestica, a viši rezultat označava više poteškoća emocionalne regulacije. U ovome radu smo koristili samo ukupan rezultat, odnosno nismo koristili podljestvice. Upitnik je preveden na hrvatski jezik (Barbarić, 2019).

***Upitnik intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije (engl. The Intrapersonal and Interpersonal Emotional Competence Questionnaire, IIECQ; Avsec i sur., 2020)***

Upitnik je nastao kao skraćena i poboljšana verzija Upitnika emocionalne kompetentnosti (engl. *Emotional Skills and Competences Questionnaire*, ESCQ; Takšić, 1998), koji ima 45 čestica. IIECQ ima ukupno 12 čestica, a od toga 6 čestica čini podljestvicu interpersonalne emocionalne kompetencije, koja ispituje razumijevanje i percepciju tuđih emocija („Primijetim kada netko prikriva svoje prave osjećaje.“). Preostalih 6 čestica se odnose na podljestvicu intrapersonalne emocionalne kompetencije koja ispituje razumijevanje i percepciju vlastitih emocija („Mogu prepoznati većinu svojih osjećaja“). Odgovori su na skali od 5 stupnjeva, pri čemu brojevi označavaju sljedeće: 1 – „Gotovo nikada“; 2 – „Rijetko“; 3 – „Ponekad“; 4 – „Često“; 5 – „Gotovo uvijek“. Viši rezultat ukazuje na višu emocionalnu kompetenciju. Psihometrijske karakteristike hrvatske verzije upitnika provjerene su u istraživanju Avsec i suradnika (2020) kroz dvofaktorsku strukturu potvrđenu u više zemalja (Hrvatska, Slovenija, Češka, Indija i Rusija). Pouzdanost obje podljestvice u svim zemljama je bila umjerena do visoka te je iznosila od .72 do .87 za podljestvicu intrapersonalne emocionalne kompetencije, odnosno od .84 do .87 za interpersonalnu emocionalnu kompetenciju.

***Upitnik problematičnog online igranja (engl. Problematic Online Gaming Questionnaire, POGQ; Demetrovics i sur., 2012)***

*Online* igranje može postati problematično i dovesti do problema u svakodnevici, kao što su socijalna izolacija ili bijeg od stvarnosti. Zbog toga su Demetrovics i suradnici (2012) odlučili istražiti koje komponente čine problematično *online* igranje te su razvili Upitnik problematičnog *online* igranja za procjenu tih komponenti. Ima ukupno 18 čestica koje su raspoređene u 6 podljestvica te pokazuju umjerenu do visoku pouzdanost (od .73 do .87). Podljestvice su: preokupacija (2 čestice, npr. „Koliko često sanjate o igranju?“), prekomjerno korištenje (3 čestice, npr. „Koliko često mislite da biste trebali smanjiti vrijeme provedeno u igranju?“), zadubljenost (4 čestice, npr. „Koliko često igrate duže nego što ste planirali?“), socijalna izolacija (3 čestice, npr. „Koliko često zapostavljacke druge aktivnosti jer biste radije igrali?“), međuljudski sukobi (2 čestice, npr. „Koliko se često svađate s roditeljima i/ili s partnerom zbog igranja?“) i povlačenje (4 čestice, npr. „Koliko često postajete razdražljivi ili uzrujani kada ne možete igrati?“). Odgovori su na skali od 5 stupnjeva (1 – „Nikad“; 2 – „Rijetko“; 3 – „Ponekad“; 4 – „Često“; 5 – „Gotovo uvijek/uvijek“), a viši rezultat označuje problematičnije igranje. Upitnik do sada nije korišten na hrvatskom jeziku te su provjerene njegove psihometrijske karakteristike, što je prikazano u poglavlju Rezultati. Prijevod je napravljen metodom dvostrukog prijevoda, na način da su dva nezavisna prevoditelja zasebno prevela upitnik, a zatim se usklađivali oko prijevoda.

***Upitnik motiva za online igranje (engl. Motives for Online Gaming Questionnaire, MOGQ; Demetrovics i sur., 2011)***

Upitnik ispituje razne motive koje igrači imaju za *online* igranje, u svrhu utvrđivanja razloga zbog kojih se igračima javlja želja/potreba za igranjem. Ima ukupno 27 čestica te se sastoji od 7 podljestvica: bijeg (npr. „Igram online igre jer zaboravim na stvarni život“), suočavanje (npr. „Igram online igre jer mi pomaže u rješavanju stresa“), fantazija (npr. „Igram online igre kako bih nakratko bio/la netko drugi“), razvoj vještina (npr. „Igram online igre jer igranje izoštrava moja osjetila“), rekreacija (npr. „Igram online igre za razonodu“), natjecanje (npr. „Igram online igre jer se uživam natjecati s drugima“) i socijalni faktor (npr. „Igram online igre jer mogu upoznati nove ljude“). Sve podljestvice imaju 4 čestice, izuzev rekreacije koja ih ima 3. Odgovori su na skali od 5 stupnjeva (1 – „Gotovo nikada/nikada“; 2 – „Katkad“; 3 – „Polovinu vremena“; 4 – „Većinu vremena“; 5 – „Gotovo uvijek/uvijek“), a viši rezultat svake podljestvice ukazuje na veću važnost tog motiva kod ispitanika. Pouzdanost podljestvica je umjerena do visoka (od .79 do .90). Upitnik do sada nije korišten na hrvatskom jeziku te je

preveden na način da su dva nezavisna prevoditelja zasebno prevela upitnik, a zatim se usklađivali oko prijevoda. Psihometrijske karakteristike upitnika prikazane su u poglavlju Rezultati.

### **3.3. Postupak**

Istraživanje je provedeno *online* putem Google obrazaca. Ispitanicima je prvo prezentirana svrha istraživanja te je naglašena anonimnost i uvjet minimalne starosti od 16 godina, nakon čega su trebali označiti pristaju li sudjelovati u istraživanju. Svako pitanje bilo je označeno kao obavezno za odgovoriti, stoga ispitanici nisu mogli prijeći na sljedeći odjeljak ako nisu odgovorili na sva pitanja.

Prvo su ispunjavali demografske podatke, a zatim redom: Upitnik poteškoća emocionalne regulacije (DERS16), Upitnik problematičnog *online* igranja (POGQ), Upitnik intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije (IIECQ) te Upitnik motiva za *online* igranje (MOGQ). Svaki upitnik je imao kratku uputu te pojašnjen način odgovaranja. Posljednje, uzevši u obzir aktualnu situaciju s pandemijom koronavirusom, ispitanici su trebali označiti igraju li više, jednako ili manje usred pandemije u odnosu na prije pandemije.

Poveznica za rješavanje upitnika je podijeljena metodom *snježne grude* putem različitih stranica na Facebooku, Discordu i forumima na kojima se očekivala ciljana skupina. Ovom metodom postojeći ispitanici regrutiraju buduće ispitanike među svojim poznanicima, a primjenjuje se kada je teško pronaći ispitanike s ciljanim karakteristikama. Regrutiranje ispitanika i prikupljanje podataka se potom nastavlja dok se ne prikupi dovoljno veliki uzorak (Burns i Grove, 1993; prema Naderifar i sur., 2017).

Prosječno vrijeme rješavanja bilo je 10-ak minuta. Poveznica je bila dostupna od 29.04.2020. do 01.07.2020.

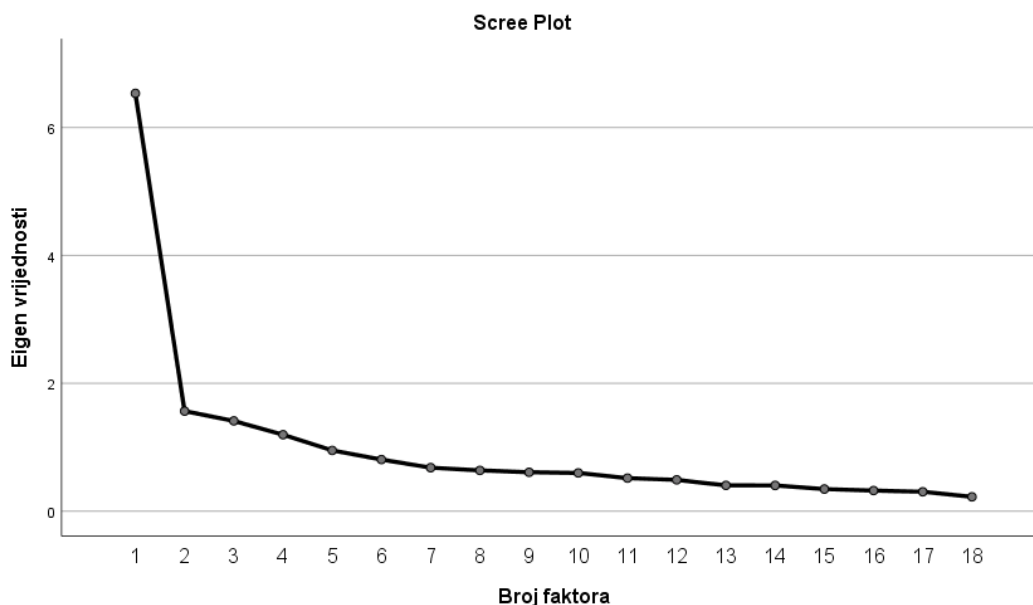
## **4. Rezultati**

Za analizu podataka, korišten je statistički program SPSS Statistics inačica 22. Budući da upitnici motiva za *online* igranje te problematičnog *online* igranja još nisu korišteni na hrvatskom jeziku, prvo su provedene deskriptivne te faktorske analize upitnika.

#### 4.1. Provjera konstruktne valjanosti Upitnika problematičnog *online* igranja

S obzirom na to da je Upitnik problematičnog *online* igranja prvi puta korišten na hrvatskom jeziku, provjerene su njegove psihometrijske karakteristike. Za početak, provjerena je konstruktna valjanost upitnika putem eksploratorne faktorske analize (EFA). Uvjeti za faktorizaciju bili su zadovoljeni, odnosno Kaiser-Meyer-Olkin indeks prikladnosti uzorkovanja je iznosio .88 te je Bartlettov test sfericiteta bio značajan ( $\chi^2_{(153)} = 2031.23; p < .01$ ). Provedena je eksploratorna faktorska analiza metodom zajedničkih faktora (PAF). Kaiser-Guttmanov kriterij zadržavanja faktora pokazuje da se analiza treba nastaviti na ukupno 4 faktora, a Cattelov Scree Plot (Slika 1.) sugerira izdvajanje 1 faktora.

Slika 1. Prikaz svojstvene vrijednosti za faktore prema metodi zajedničkih faktora



Originalna struktura upitnika izdvaja 6 faktora, te je prvo provedena forsirana solucija sa 6 faktora, uz kosokutnu (Oblimin) rotaciju. Izlučeni faktori objasnili su 54.77 % varijance, uz umjerenu korelaciju među faktorima (od .35 do .45). Čestice podljestvica *povlačenje*, *prekomjerno korištenje* te *međuljudski sukobi* iz originalnog upitnika su se prema zasićenjima rasporedile na jednak način i u našem upitniku. Čestica 17 „Koliko ste često toliko zadubljeni u igranje da zaboravite jesti?“ ne pokazuje značajno zasićenje da bi bila pripisana ijednom faktoru. Čestica 7 „Koliko često sanjate o igranju?“ koja pripada *preokupaciji*, u našem istraživanju pokazuje najveće zasićenje u faktoru u kojemu značajno zasićenje pokazuju i čestice *socijalne izolacije*. Uz to, *preokupacija* sadrži samo jednu česticu. Uzevši u obzir da Kaiser-Guttmanov kriterij preporučuje izlučivanje 4 faktora, a Scree plot jednog te da

provjerom strukture sa 6 faktora nismo dobili zadovoljavajuću strukturu, provjerena su i rješenja s četiri, tri te s jednim faktorom. Također, provedena je i paralelna analiza, smatrana jednom od najtočnijih metoda zadržavanja faktora (Hayton i sur., 2004), koja je pokazala da je najbolje rješenje s tri faktora.

Nakon ekstrakcije tri faktora metodom zajedničkih faktora uz kosokutnu (Oblimin) rotaciju, objašnjeno je 44.16 % varijance. Prvom faktoru pripalo bi 7 čestica, drugom faktoru bi pripale 3, a trećem faktoru bi pripalo ukupno 6 čestica. Čestice koje nemaju značajno zasićenje na niti jednom faktoru su 5 „Koliko se često ljudi oko vas žale da previše igrate?“ i 11 „Koliko se često svađate s roditeljima i/ili s partnerom zbog igranja?“, a u originalnom upitniku pripadaju podljestvici *međuljudski sukobi*. Korelacije među faktorima su zadovoljavajuće te su u rasponu od .32 do .56. Odlučeno je da se zadrži rješenje s 3 faktora, čime su dobivene 3 podljestvice. Te podljestvice su *preokupacija i povlačenje*, *prekomjerno korištenje* i *zadubljenost*. U Tablici 2. su prikazana zasićenja (podebljana su zasićenja veća od 0.3), komunaliteti za svaku česticu te korelacije među faktorima, a u Tablici 3. deskriptivni podaci za podljestvice i ukupan rezultat. U Tablici 3. je vidljivo da je vrijednost maksimuma za ukupan rezultat POGQ upitnika 3.72, što ukazuje na manji raspon u odgovorima ispitanika, odnosno da ispitanici nisu zaokruživali vrijednosti 4 i 5. U Prilogu 1. su prikazani deskriptivni podaci pojedinih čestica i korelacije s ukupnim rezultatom.

Tablica 2. Zasićenja i komunaliteti pojedinih čestica Upitnika problematičnog online igranja (POGQ) dobiveni metodom zajedničkih faktora (PAF) uz kosokutnu rotaciju (Oblimin) i ekstrakciju tri faktora

Čestica	Zasićenja			Komunalitet
	Faktor 1 (Preokupacija i povlačenje)	Faktor 2 (Prekomjerno korištenje)	Faktor 3 (Zadubljenost)	
18. Koliko često postajete razdražljivi ili uzrujani kada ne možete igrati?	<b>.94</b>	.06	-.17	.77
14. Koliko često postajete nemirni ili razdražljivi ako nekoliko dana ne možete igrati?	<b>.81</b>	.04	-.12	.59
9. Koliko često postajete razdražljivi, nemirni ili anksiozni kada ne možete igrati onoliko koliko biste htjeli?	<b>.62</b>	.04	.15	.54



1. Kada ne igrate, koliko često razmišljate o igranju ili razmišljate o tome kakav bi bio osjećaj igrati u tom trenutku?	<b>.55</b>	-.05	.20	.45
3. Koliko se često osjećate depresivno ili razdražljivo kada ne igrate, a ti osjećaji nestanu tek kad počnete igrati?	<b>.54</b>	.09	.07	.38
7. Koliko često sanjate o igranju?	<b>.47</b>	-.12	.30	.42
17. Koliko ste često toliko zadubljeni u igranje da zaboravite jesti?	<b>.41</b>	.00	.23	.33
11. Koliko se često svađate s roditeljima i/ili s partnerom zbog igranja?	.26	.20	.19	.26
4. Koliko često mislite da biste trebali smanjiti vrijeme provedeno u igranju?	.01	<b>.73</b>	.03	.56
10. Koliko često bezuspješno pokušavate smanjiti vrijeme provedeno u igranju?	.08	<b>.68</b>	.04	.53
15. Koliko često smatrate da vam igranje stvara probleme u životu?	<b>.40</b>	<b>.41</b>	.00	.44
16. Koliko često radije birate igranje nego izlazak s nekime?	.14	-.21	<b>.63</b>	.46
8. Dok igrate, koliko često izgubite pojam o vremenu?	-.06	.21	<b>.59</b>	.43
12. Koliko često zapostavlјate druge aktivnosti jer biste radije igrali?	.19	.01	<b>.58</b>	.50
13. Tijekom igranja, koliko često imate osjećaj da je vrijeme stalo?	-.09	.13	<b>.49</b>	.25
6. Koliko često propustite sastanak s prijateljima jer ste za to vrijeme igrali?	.10	-.06	<b>.47</b>	.26
2. Koliko često igrate duže nego što ste planirali?	.08	.27	<b>.44</b>	.41
5. Koliko se često ljudi oko vas žale da previše igrate?	.25	.27	.28	.38
Svojevredna vrijednost	5.10	2.63	4.23	
Objašnjena varijanca (%)				44.16 %
<b><i>Korelacija među faktorima</i></b>				
Faktor 1	-			
Faktor 2	.33	-		
Faktor 3	.56	.32	-	

Tablica 3. Deskriptivni podaci za svaki faktor POGQ upitnika ekstrahiran metodom zajedničkih faktora (PAF) uz kosokutnu rotaciju (Oblimin) i ekstrakciju tri faktora

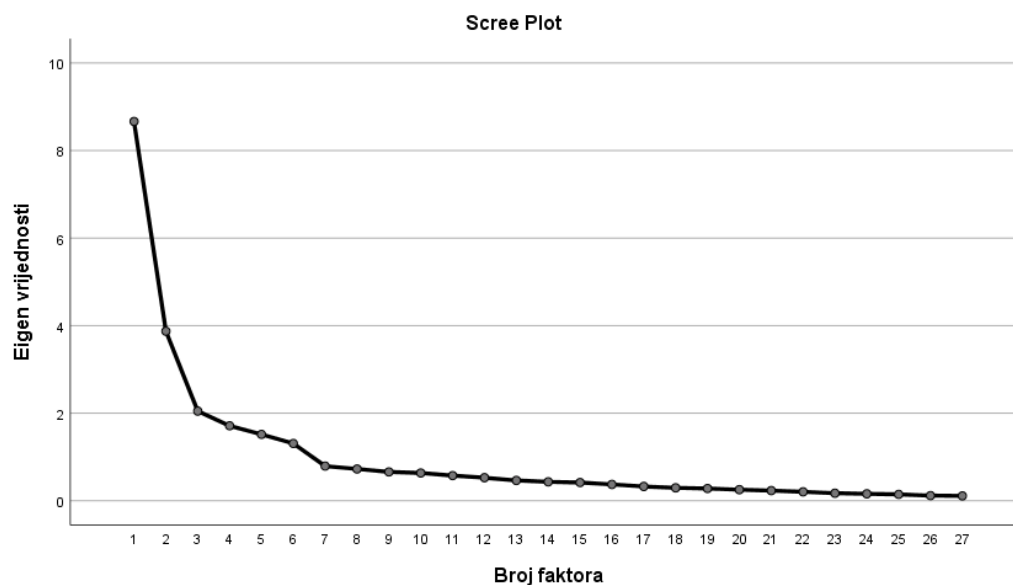
Faktor	Čestice	Naziv faktora	M	SD	Min - Max	s	k	$r_{ij}$	Cronbach $\alpha$
1	1, 3, 7, 9, 14, 17, 18	Preokupacija i povlačenje	1.72	0.68	1.00 – 4.86	1.41	2.22	.46	.85
2	4, 10, 15	Prekomjerno korištenje	1.91	0.81	1.00 – 5.00	0.84	0.36	.49	.74
3	2, 6, 8, 12, 13, 16	Zadubljenost	2.40	0.75	1.00 – 4.83	0.45	-0.10	.35	.76
Upitnik problematičnog <i>online</i> igranja			1.99	1.01	1.00 – 3.72	0.63	-0.13	.32	.89

Legenda: aritmetička sredina (M); standardna devijacija (SD); minimum-maksimum (Min-Max); simetričnost distribucije (s); spljoštenost distribucije (k); prosječna interkorelacija čestica ( $r_{ij}$ ); Cronbachov alfa koeficijent pouzdanosti ( $\alpha$ )

#### 4.2. Provjera konstruktne valjanosti Upitnika motiva za *online* igranje

Kao i Upitnik problematičnog *online* igranja, i Upitnik motiva za *online* igranje je prvi puta korišten na hrvatskom jeziku, stoga smo prvo provjerili konstruktnu valjanost upitnika putem eksploratorne faktorske analize (EFA). Kaiser-Meyer-Olkin indeks prikladnosti uzorkovanja je iznosio .87 te je Bartlettov test sfericiteta bio značajan ( $\chi^2_{(351)} = 5097.94$ ;  $p < .01$ ), a time su zadovoljeni uvjeti za faktorizaciju. Provedena je eksploratorna faktorska analiza metodom glavnih komponenti (PC) te je sljedeći korak bio odabrati broj faktora. Kaiser-Guttmanov kriterij pokazuje da se analiza treba svesti na ukupno 6 faktora, a Cattellov Scree Plot nije jednoznačan te pokazuje mogućnost ekstrakcije dva ili šest faktora (Slika 2.).

Slika 2. Prikaz svojstvene vrijednosti za faktore prema metodi glavnih komponenti



Originalna struktura upitnika izdvaja 7 faktora, stoga je prvo provedena forsirana solucija sa 7 faktora, uz ortogonalnu (Varimax) rotaciju. Tako bismo objasnili 73.74 % varijance, a zasićenja čestica po faktorima pokazuje jednak raspored čestica našeg i originalnog upitnika za čak 5 faktora. Razlika je u *suočavanju* i *bijegu*, odnosno čestice 11 i 25, koje bi trebale pripadati *suočavanju*, značajno zasićenje imaju na faktoru koji bi, prema originalnom upitniku, bio *bijeg*. Zbog toga, faktor koji odgovara *suočavanju* iz originalnog upitnika ima samo dvije čestice, dok faktor koji odgovara *bijegu* ih ima ukupno šest.

Budući da struktura nije u potpunosti zadovoljena te uzevši u obzir Kaiser-Guttmanov kriterij i Cattellov Scree plot, provjerene su još strukture nakon ekstrakcije 6 faktora te ekstrakcije 2 faktora, uz ortogonalnu rotaciju. Odlučeno je u daljnjoj analizi koristiti rješenje s ekstrakcijom 6 faktora jer je struktura zadovoljavajuća i vrlo slična originalnom upitniku. Tako smo objasnili 70.81 % varijance, a sve čestice su se rasporedile po faktorima kao i u originalnom upitniku, pri čemu su čestice *suočavanja* i *bijega* pripale jednom faktoru. Čestica 18 pokazuje zasićenje na faktorima *fantazije*, *bijega* i *suočavanja* te *natjecanja*, a odlučeno je da će biti dio faktora *bijeg* i *suočavanje* budući da u originalnom upitniku pripada motivu *suočavanja*. Nadalje, korelacije među faktorima su niske do umjerene i kreću se od .19 pa do .60. Odlučeno je da se zadrži rješenje sa 6 faktora, a time i 6 podljestvica. Te podljestvice su *fantazija*, *bijeg* i *suočavanje*, *natjecanje*, *razvoj vještina*, *socijalni faktor* i *rekreacija*. Pouzdanost cjelokupnog upitnika je  $\alpha = .75$ . U Tablici 4. su prikazana zasićenja (podebljana su zasićenja veća od 0.3), komunaliteti za svaku česticu te korelacije među faktorima, a u Tablici 5. deskriptivni podaci za podljestvice i cijelu skalu, raspored čestica po faktorima te pouzdanost. U Prilogu 2. su deskriptivni podaci za svaku česticu.

Tablica 4. Zasićenja i komunaliteti pojedinih čestica Upitnika motiva za online igranje (MOGQ) dobiveni metodom glavnih komponenti (PC) uz ortogonalnu rotaciju (Varimax) i ekstrakciju šest faktora

Čestica	Zasićenja						Komunalitet
	Faktor 1 (Fantazija)	Faktor 2 (Bijeg i suočavanje)	Faktor 3 (Natjecanje)	Faktor 4 (Razvoj vještina)	Faktor 5 (Socijalni faktor)	Faktor 6 (Rekreacija)	
13. ... kako bih se osjećao kao da sam netko drugi	<b>.88</b>	.14	.08	.04	.09	.06	.81

20. ... kako bih nakratko bio netko drugi	<b>.88</b>	.16	.07	.04	.04	.04	.81
27. ... jer mogu biti u drugom svijetu	<b>.74</b>	.30	.01	.11	.06	.12	.67
6. ... jer mogu raditi stvari koje ne mogu ili mi nije dozvoljeno u stvarnom životu	<b>.70</b>	.10	.13	.21	.10	.13	.59
18. ... jer mi pomaže da preusmjerim svoju agresiju	<b>.37</b>	<b>.34</b>	<b>.32</b>	.14	.18	-.05	.41
11. ... jer mi pomaže u rješavanju stresa	.05	<b>.75</b>	.07	.21	.01	.25	.67
2. ... jer mi igranje pomaže da zaboravim svakodnevne probleme	<b>.36</b>	<b>.73</b>	.02	-.02	.15	-.09	.70
25. ... jer smanjuje napetost	-.01	<b>.73</b>	.08	.23	.08	.27	.67
23. ... da zaboravim na neugodne stvari ili uvrede	<b>.33</b>	<b>.67</b>	-.02	-.04	.23	-.14	.64
16. ... jer mi igranje pomaže u bijegu od stvarnosti	<b>.54</b>	<b>.67</b>	.03	.04	.02	-.13	.76
9. ... jer zaboravim na stvarni život	<b>.56</b>	<b>.64</b>	.11	-.02	.03	-.07	.74
4. ... jer zbog igranja budem bolje raspoložen	.15	<b>.49</b>	<b>.37</b>	.18	.06	<b>.32</b>	.53
10. ... jer volim pobjeđivati	.03	.05	<b>.86</b>	.19	.11	.16	.81
17. ... jer je dobar osjećaj biti bolji od drugih	.13	.11	<b>.85</b>	.25	.12	.00	.82
3. ... jer se uživam natjecati s drugima	.01	.01	<b>.78</b>	.23	.27	.16	.76
24. ... zbog zadovoljstva poražavanja drugih	.13	.07	<b>.67</b>	.26	.12	-.08	.56
19. ... jer mi poboljšava koncentraciju	.09	.18	.21	<b>.82</b>	.11	.07	.78
26. ... jer poboljšavaju moje koordinacijske vještine	.11	.08	.26	<b>.81</b>	.22	.09	.80

5. ... jer igranje izoštrava moja osjetila	.10	.05	.26	<b>.81</b>	.21	.16	.79
12. ... jer tako unaprjeđujem svoje vještine	.14	.11	.34	<b>.78</b>	.19	.17	.82
8. ... jer mogu upoznati mnogo različitih ljudi	.10	.04	.13	.18	<b>.89</b>	.10	.87
1. ... jer mogu upoznati nove ljude	.10	.04	.15	.08	<b>.88</b>	-.04	.82
22. ... jer mi igranje daje društvo	.07	.24	.18	.15	<b>.69</b>	-.03	.60
15. ... jer je to dobro socijalno iskustvo	.06	.11	.16	<b>.41</b>	<b>.67</b>	.19	.69
14. ... jer je zabavno	.10	.07	.17	.06	.07	<b>.82</b>	.72
21. ... jer uživam u igranju	.11	.15	.26	.17	.21	<b>.76</b>	.75
7. ... za rasonodu	.01	-.03	-.17	.12	-.09	<b>.71</b>	.55
Svojstvena vrijednost	3.72	3.61	3.31	3.30	2.95	2.23	19,12
Objašnjena varijanca (%)	13.77 %	13.38 %	12.26 %	12.20 %	10.93 %	8.27 %	70,81 %

Tablica 5. Deskriptivni podaci za svaki faktor MOGQ upitnika ekstrahiran metodom glavnih komponenti (PC) uz ortogonalnu rotaciju (Varimax)

Faktor	Čestice	Naziv faktora	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min - Max	<i>s</i>	<i>k</i>	<i>r<sub>ij</sub></i>	Cronbach $\alpha$
1	6, 13, 20, 27	Fantazija	2.22	1.17	1.00 - 5.00	0.84	-0.34	.63	.86
2	2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25	Bijeg i suočavanje	2.72	0.96	1.00 - 5.00	0.28	-0.60	.45	.87
3	3, 10, 17, 24	Natjecanje	2.89	1.21	1.00 - 5.00	0.04	-1.10	.64	.88
4	5, 12, 19, 26	Razvoj vještina	2.95	1.26	1.00 - 5.00	-0.05	-1.14	.73	.92
5	1, 8, 15, 22	Socijalni faktor	2.50	1.17	1.00 - 5.00	0.44	-0.82	.61	.86
6	7, 14, 21	Rekreacija	4.42	0.73	1.00 - 5.00	-1.77	3.83	.47	.68

Legenda: aritmetička sredina (*M*); standardna devijacija (*SD*); minimum-maksimum (Min-Max); simetričnost distribucije (*s*); spljoštenost distribucije (*k*); prosječna interkorelacija čestica (*r<sub>ij</sub>*); Cronbachov alfa koeficijent pouzdanosti ( $\alpha$ )

Iz deskriptivnih podataka možemo primijetiti povećane vrijednosti indeksa simetričnosti i spljoštenosti za neke faktore, posebice za faktor *rekreacije*. Ovaj faktor uključuje čestice „*Igram online igre za razonodu*“; „*Igram online igre jer je zabavno*“ te „*Igram online igre jer uživam u igranju*“, koje pokazuju slabe varijacije u odgovorima, odnosno većina ispitanika je odabrala isti odgovor 5 (*Gotovo uvijek/uvijek*). Točnije, 54.9 % ispitanika je ovaj odgovor odabralo za prvu spomenutu česticu, čak 76 % za drugu te 63.5 % za posljednju. Stoga, nije začuđujuće što ovaj faktor odstupa od normalne distribucije. Uz to, Ryu (2011) navodi kako je utjecaj na rezultate ozbiljan tek kada je simetričnost =  $\pm 2$  te kurtoza =  $\pm 7$ , a Tabachnick i Fidell (2013) smatraju da simetričnost treba biti unutar ranga od -2 do 2 kako bismo mogli smatrati distribucijom normalnom. Uzevši sve spomenuto u obzir, rezultati su pogodni za parametrijsku analizu.

Ovim analizama smo djelomično potvrdili hipotezu 1., budući da je pouzdanost upitnika MOGQ te POGQ zadovoljavajuća, no originalne faktorske strukture nisu potvrđene.

#### 4.3. Deskriptivna analiza upitnika poteškoća emocionalne regulacije i upitnika intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije

Izračunati su deskriptivni podaci za Upitnik poteškoća emocionalne regulacije (DERS-16) te za Upitnik intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije (IIECQ), pri čemu je za IIEI izračunato za cjelokupan upitnik te za svaku podljestvicu zasebno. Podaci su prikazani u Tablici 6.

Tablica 6. Deskriptivni parametri i pouzdanosti Upitnika poteškoća emocionalne regulacije (DERS-16) i Upitnika intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije (IIECQ)

	<i>k</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	Raspon	<i>s</i>	<i>k</i>	<i>K-S</i>	Cronbach $\alpha$
DERS-16	16	2.37	0.84	1 - 5	0.48	-0.42	.09**	.93
IIECQ – intrapersonalna emocionalna kompetencija	6	4.02	0.84	1 - 5	-0.87	0.42	.12**	.92
IIECQ – interpersonalna emocionalna kompetencija	6	3.80	0.75	1 - 5	-0.66	0.76	.10**	.89

IIECQ	12	3.91	0.68	1 - 5	-0.73	1.01	.09**	.91
-------	----	------	------	-------	-------	------	-------	-----

Legenda: broj čestica ( $k$ ); aritmetička sredina ( $M$ ); standardna devijacija ( $SD$ ); simetričnost distribucije ( $s$ ); spljoštenost distribucije ( $k$ ); Kolmogorov-Smirnov test normalnosti distribucije ( $K-S$ ); Cronbachov alfa koeficijent pouzdanosti ( $\alpha$ ); \*\*  $p < .01$

Iz Tablice 6. možemo primijetiti da je Kolmogorov-Smirnov test za oba upitnika te sve podljestvice značajan, što ukazuje na odstupanje od normalne distribucije. No, budući da su sve vrijednosti simetričnosti manje od 1, odlučeno je koristiti vrijednosti simetričnosti i kurtoze u svrhu određivanja normalnosti distribucije. Kao što je prethodno spomenuto, simetričnost treba biti unutar ranga od -2 do 2 kako bismo mogli smatrati distribucijom normalnom, a time i koristiti parametrijsku statistiku (Tabachnick i Fidell, 2013).

#### 4.4. Korelacije među varijablama

U svrhu provjere povezanosti među varijablama, izračunat je Pearsonov koeficijent korelacije između upitnika poteškoća u emocionalnoj regulaciji, podljestvica upitnika emocionalne kompetencije, podljestvica upitnika motiva za *online* igranje te problematičnog *online* igranja i spola. Rezultati su prikazani u Tablici 7.

Tablica 7. Pearsonovi koeficijenti korelacije ispitanih varijabli

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
1. DERS-16	-												
2. IIECQ intrapersonalna	-.30**	-											
3. IIECQ interpersonalna	-.05	.44**	-										
4. MOGQ Fantazija	.18**	-.14*	-.03	-									
5. MOGQ Bijeg i suočavanje	.24**	-.09	.08	.60**	-								
6. MOGQ Natjecanje	-.13*	-.03	.10	.23**	.30**	-							
7. MOGQ Razvoj vještina	-.18**	.03	.15*	.30**	.35**	.58**	-						
8. MOGQ Socijalni faktor	-.07	-.19	.10	.26**	.34**	.43**	.49**	-					
9. MOGQ Rekreacija	-.14*	.16**	.06	.19**	.20**	.23**	.33**	.19**	-				
10. POGQ Preokupacija	.14*	-.14*	-.01	.36**	.50**	.37**	.36**	.30**	.10	-			
11. POGQ Prekomjerno korištenje	.14*	-.13*	-.02	.21**	.26**	.21**	.15*	.18**	-.03	.43**	-		
12. POGQ Zadubljenost	.11	-.04	.03	.39**	.51**	.31**	.28**	.25**	.18**	.60**	.41**	-	
13. Spol	-.21**	-.15**	-.04	.14*	.11	.39**	.26**	.27**	.09	.28**	.26**	.24**	-

Legenda: DERS-16 – poteškoće emocionalne regulacije; IIECQ – emocionalna kompetencija; MOGQ – motivi za *online* igranje, POGQ – problematično *online* igranje; Spol (0 = žene, 1 = muškarci); \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$



Rezultati pokazuju povezanost nekih motiva s emocionalnom kompetencijom. Osobe s nižom intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom češće izvještavaju da im je *fantazija* motiv za igranje, dok se kod osobe s višom intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom motiv *rekreacije* pokazao značajnim. Kada je riječ o interpersonalnoj emocionalnoj kompetenciji, motiv *razvoja vještina* se pokazao učestalijim kod osoba s višom interpersonalnom emocionalnom kompetencijom.

Nadalje, rezultati pokazuju pozitivne korelacije između motiva *fantazija* te *bijega i suočavanja* s problemima u emocionalnoj regulaciji, dok su *natjecanje*, *razvoj vještina* i *rekreacija* negativno povezani. To znači da osobe koje pokazuju više problema u emocionalnoj regulaciji će češće izvještavaju o motivima *fantazije* i *bijega i suočavanja* za igranje, dok osobe koje pokazuju manje problema u emocionalnoj regulaciji više biraju motive *natjecanja*, *razvoj vještina* te *rekreacije*. Ovim rezultatima djelomično smo potvrdili hipotezu 2a, jedina predviđena povezanost koju rezultati nisu pokazali jest negativna povezanost emocionalne kompetencije i motiva *bijeg i suočavanje*.

Prema hipotezi 2b, očekivali smo da će viši rezultat na upitniku problematičnog *online* igranja biti povezano s nižom emocionalnom kompetencijom te s više izraženim teškoćama u emocionalnoj regulaciji. Naši rezultati su u skladu s postavljenim hipotezama. Podljestvice problematičnog *online* igranja *preokupacija* te *prekomjerno korištenje* su pokazale više rezultate kod osoba s nižom intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom te kod osoba s više problema u emocionalnoj regulaciji.

#### **4.5. Efekt vremena provedenog igrajući te spola na emocionalnu kompetenciju, poteškoće emocionalne regulacije, problematično *online* igranje te motive za *online* igranje**

Za početak, s obzirom na razliku u broju ispitanika po grupama na varijabli *vrijeme provedeno igrajući*, odnosno prva grupa *do 7 sati tjedno* uključuje skoro polovicu svih ispitanika, odlučili smo spojiti preostale grupe kako bismo u njima povećali broj ispitanika. To smo napravili na način da smo spojili grupe *7-14 sati tjedno* i *15-28 sati tjedno* u novu varijablu *7-29 sati tjedno*, a grupe *29-42 sata tjedno* te *42+ sati tjedno* smo spojili u novu varijablu *29+ sati tjedno*. Sada prva grupa *do 7 sati tjedno* ima 130 ispitanika, druga grupa *7-29 sati tjedno* ih ima 119 te ih posljednja *29+ sati tjedno* ima 36. U Tablici 8. je dostupan raspored ispitanika u svakoj grupi po spolu te prosjek dobi za cjelokupnu grupu.

Tablica 8. *Raspoređenost ispitanika ovisno o spolu i dobi unutar varijable Vrijeme igranja*

Grupa igranja	Spol	Broj ispitanika	Prosjeck dobi	Standardna devijacija dobi
Do 7 sati tjedno	Muškarci	41	26.73	7.86
	Žene	89		
7 - 29 sati tjedno	Muškarci	91	25.80	7.18
	Žene	27		
29 + sati tjedno	Muškarci	34	22.67	5.05
	Žene	2		

S obzirom na to da u Tablici 8. možemo primijetiti da se broj muškaraca, u odnosu na broj žena, povećava što je duže vrijeme igranja, izračunali smo hi-kvadrat između varijabli spola te vremena igranja kako bismo utvrdili je li ta razlika značajna. Hi-kvadrat iznosi 74.91 ( $df = 2, p < .01$ ) te nam on pokazuje da je razlika koju uočavamo značajna. Odnosno, grupe ispitanika koje uključuju igrače koji duže vremena provode igrajući će imati više muškaraca od očekivanog.

Nadalje, u svrhu provjere efekta spola te vremena provedenog igrajući na emocionalnu kompetenciju, poteškoće emocionalne regulacije, problematično *online* igranje te motive za *online* igranje, provedena je dvosmjerna 2x3 analiza varijance. Uvjeti za provođenje ANOVA testa su zadovoljeni: nezavisni uzorci za zavisnu varijablu, normalna distribucija rezultata te homogenost varijance koja je provjerena Levenovim testom (koji je pokazao  $p > .05$ ).

Dobiven je glavni efekt spola na poteškoće u emocionalnoj regulaciji ( $F_{(2,278)} = 3.27, p < .05, \eta_p^2 = .02$ ), odnosno žene ( $M = 2.57, SD = 0.87$ ) su pokazale značajno više poteškoća u emocionalnoj regulaciji od muškaraca ( $M = 2.23, SD = 0.79$ ). Značajna razlika u poteškoćama emocionalne regulacije, ovisno o vremenu provedenom igrajući, nije dobivena. Nadalje, nije dobivena statistički značajna razlika u intrapersonalnoj ni interpersonalnoj emocionalnoj kompetenciji ovisno o spolu i vremenu provedenom igrajući. Nema ni statistički značajnih interakcija kod niti jedne zavisne varijable. Iako nije dobiven značajan efekt spola, za problematično *online* igranje je dobiven značajan glavni efekt vremena provedenog igrajući ( $F_{(2,278)} = 13.44, p < .01, \eta_p^2 = .09$ ). Kako bismo ispitali razlike na svakoj razini vremena provedenog igrajući, proveden je Student-Newman-Keuls post-hoc test. Pokazalo se da će osobe koje provode 7 - 29 sati ( $M = 2.12, SD = 0.52$ ) te 29 + sati tjedno ( $M = 2.51, SD = 0.53$ )

igrajući, imati značajno viši rezultat na upitniku problematičnog *online* igranja od osoba koje provode do 7 sati tjedno ( $M = 1.73$ ,  $SD = 0.55$ ) igrajući.

Rezultati ANOVA testa za efekte vremena provedenog igrajući, spola te njihove interakcije na motive za *online* igranjem su dostupni u Tablici 9.

Tablica 9. Rezultati 2x3 ANOVA-e za mjere vremena provedenog igrajući i spola na motive za *online* igranje

Upitnik	Vrijeme provedeno igrajući tjedno	Spol	$M$	$SD$		$F_{(2,278)}$	$\eta_p^2$
MOGQ Fantazija	Do 7 sati	M	2.04	1.11	Spol	0.19	.00
		Ž	1.86	1.05			
	7 – 29 sati	M	2.34	1.12	Interakcija	0.55	.00
		Ž	2.48	1.27			
	29 + sati	M	2.84	1.28			
		Ž	2.50	1.41			
MOGQ Bijeg i suočavanje	Do 7 sati	M	2.55	0.97	Spol	0.09	.00
		Ž	2.45	1.02			
	7 – 29 sati	M	2.78	0.85	Interakcija	1.06	.01
		Ž	3.04	0.90			
	29 + sati	M	3.24	0.87			
		Ž	2.88	0.35			
MOGQ Natjecanje	Do 7 sati	M	2.80	0.97	Spol	11.41**	.04
		Ž	2.22	1.14			
	7 – 29 sati	M	3.27	1.08	Interakcija	0.80	.01
		Ž	2.63	1.07			
	29 + sati	M	3.97	0.95			
		Ž	2.38	0.18			
MOGQ Razvoj vještina	Do 7 sati	M	2.70	1.31	Spol	1.05	.00
		Ž	2.34	1.14			
	7 – 29 sati	M	3.31	1.15	Interakcija	0.13	.00
		Ž	3.12	1.32			
	29 + sati	M	3.76	0.96			
		Ž	3.38	0.53			
MOGQ Socijalni faktor	Do 7 sati	M	2.41	1.14	Spol	0.18	.00
		Ž	1.87	1.08			
	7 – 29 sati	M	2.75	1.02	Interakcija	2.41	.02
		Ž	2.88	1.14			
	29 + sati	M	3.19	1.15			
		Ž	3.25	0.35			
MOGQ Rekreacija	Do 7 sati	M	4.69	0.42	Spol	0.45	.00
		Ž	4.22	0.90			
	7 – 29 sati	M	4.47	0.58	Interakcija	5.97**	.04
		Ž	4.61	0.83			
	29 + sati	M	4.30	0.63			
		Ž	5.00	0.00			

Legenda: Vrijeme = Vrijeme provedeno igrajući; aritmetička sredina ( $M$ ); standardna devijacija ( $SD$ );  $F$  (test ukupne značajnosti);  $\eta_p^2$  (veličina efekta); \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Iz Tablice 9. možemo uočiti da je glavni efekt vremena provedenog igrajući značajan za sve motive za *online* igranje, osim za motiv *rekreacije*. S druge strane, interakcija nije značajna na niti jednoj zavisnoj varijabli izuzev motiva *rekreacije*. Provedeni su Student-Newman-Keuls post-hoc testovi u svrhu ispitivanja razlika na svim razinama vremena provedenog igrajući, ovisno o motivu za *online* igranje. Pa tako nam za motiv *fantazije* ( $F_{(2,278)} = 4.76, p < .01, \eta_p^2 = .00$ ), glavni efekt vremena provedenog igrajući pokazuje da će osobe koje provode 7 - 29 sati ( $M = 2.37, SD = 1.15$ ) te 29 + sati tjedno ( $M = 2.82, SD = 1.27$ ) igrajući, biti više motivirane fantazijskim elementima igara od osoba koje provode do 7 sati tjedno ( $M = 1.91, SD = 1.07$ ) igrajući. Glavni efekt vremena provedenog igrajući dobiven je i za motiv *bijega i suočavanja* ( $F_{(2,278)} = 5.24; p < .01, \eta_p^2 = .04$ ) te nam pokazuje da je ovaj motiv značajno jači kod osoba koje igraju 7 - 29 sati ( $M = 2.83, SD = .87$ ) te 29 + sati tjedno ( $M = 3.22, SD = .85$ ), u odnosu na osobe koje igraju do 7 sati tjedno ( $M = 2.48, SD = 1.00$ ). Glavni efekt vremena provedenog igrajući dobiven je za motiv *natjecanja* ( $F_{(2,278)} = 4.73, p < .01, \eta_p^2 = .03$ ) te pokazuje značajnu razliku između svih grupa. Točnije, *natjecanje* će biti najjači motiv za osobe koje igraju 29 + sati tjedno ( $M = 3.88, SD = 1.00$ ), nešto slabiji za osobe koje igraju 7 - 29 sati tjedno ( $M = 3.11, SD = 1.11$ ) te najslabiji, ali značajno različit od ostalih grupa, za osobe koje igraju do 7 sati tjedno ( $M = 2.41, SD = 1.12$ ). Dobiven je glavni efekt vremena provedenog igrajući za motiv *razvoja vještina* ( $F_{(2,278)} = 10.03, p < .01, \eta_p^2 = .07$ ) koji nam pokazuje da će osobe koje igraju do 7 sati tjedno ( $M = 2.45, SD = 1.20$ ) imati značajno slabiju motivaciju za razvojem vještina od osoba koje igraju 7 - 29 sati ( $M = 3.25, SD = 1.20$ ) te 29 + sati tjedno ( $M = 3.73, SD = .94$ ). Posljednje, dobiven je glavni efekt vremena provedenog igrajući za motiv *socijalnog faktora* ( $F_{(2,278)} = 11.25, p < .01, \eta_p^2 = .08$ ), točnije osobama koje igraju do 7 sati tjedno ( $M = 2.04, SD = 1.12$ ) će *socijalni faktor* biti značajno slabiji motiv za igranjem nego osobama koje igraju 7 - 29 sati ( $M = 2.78, SD = 1.04$ ) te 29 + sati tjedno ( $M = 3.19, SD = 1.12$ ).

Što se tiče glavnog efekta spola na motive za *online* igranjem, navedeni je značajan samo za motiv *natjecanja* ( $F_{(2,278)} = 11.41, p < .01, \eta_p^2 = .04$ ). Točnije, muškarci ( $M = 3.30, SD = 1.09$ ) će biti značajno više motivirani da se natječu u *online* igrama od žena ( $M = 2.31, SD = 1.12$ ).

Dobivena je i statistički značajna interakcija za motiv *rekreacije* ( $F_{(2,278)} = 5.97, p < .01, \eta_p^2 = .04$ ). Ona nam pokazuje da će muškarci koji češće biraju *rekreaciju* kao motiv za igranjem ujedno igrati manje, dok je kod žena obrnuta situacija. Točnije, muškarcima koji igraju 29 + sati tjedno ( $M = 4.30, SD = 0.63$ ) će *rekreacija* biti slabiji motiv za igranjem nego muškarcima koji igraju do 7 sati tjedno ( $M = 4.69, SD = 0.42$ ). S druge strane, žene koje igraju

29 + sati tjedno ( $M = 5.00$ ,  $SD = 0.00$ ) će imati značajno viši motiv *rekreacije* od žena koje igraju do 7 sati tjedno ( $M = 4.22$ ,  $SD = 0.90$ ).

Svi navedeni rezultati su djelomično u skladu s hipotezom 2c. Naime, vrijeme provedeno u igranju nije pokazalo značajan efekt na emocionalnu kompetenciju niti poteškoće emocionalne regulacije, ali jest na motiv *bijeg i suočavanje*. Također, nije dobiven značajan efekt spola na problematično *online* igranje.

#### **4.6. Doprinos spola, emocionalne kompetencije, poteškoća emocionalne regulacije, vremena provedenog igrajući te motiva za *online* igranje u objašnjenju problematičnog *online* igranja**

Ispitali smo doprinos vremena provedenog igrajući, emocionalne kompetencije, poteškoća emocionalne regulacije, motiva za *online* igranjem i spola u objašnjenju problematičnog *online* igranja. Korištena je regresijska analiza, no prvo je provjereno jesu li zadovoljeni preduvjeti za provođenje iste prema Berryu (1993). Jedan od uvjeta su vrste varijabla, odnosno kontinuirana zavisna te kontinuirana ili kategorijalna nezavisna varijabla, što je u ovome istraživanju zadovoljeno. Zatim, rezultati na nezavisnim varijablama trebaju pokazivati varijabilitet, što je također zadovoljeno. Treći uvjet govori da ne smije postojati potpuna multikolinearnost među prediktorima, što je provjereno tolerancijom te faktorom povećanja varijance. Vrijednosti tolerancije se kreću u rasponu od .52 do .82, a vrijednosti faktora povećanja se kreću od 1.21 do 1.92, čime zaključujemo da nije došlo do kolinearnosti među promatranim varijablama. Četvrti uvjet govori o zadovoljenom uvjetu homoscedasticiteta, što je provjereno scatter plot dijagramom te je uvjet zadovoljen. Zatim, rezultati zavisne varijable trebaju biti dobivene na nezavisnim uzorcima te pogreške trebaju biti nezavisne i normalno distribuirane (Berry, 1993).

Kako bi se objasnilo koliko upitnici DERS-16, IIECQ, motivi za *online* igranjem, vrijeme provedeno u igranju te spol objašnjavaju problematično *online* igranje, provedene su hijerarhijske regresijske analize. Budući da je cilj što preciznije objasniti problematično *online* igranje, kao kriterijska varijabla odabran je ukupan rezultat POGQ upitnika, ali i rezultati svake njegove podljestvice. Odnosno, provedene su četiri hijerarhijske regresijske analize u kojima smo mijenjali kriterijsku varijablu, a koraci su bili isti. U prvom koraku su bile varijable spol te vrijeme provedeno igrajući, u drugom mjera poteškoća u emocionalnoj regulaciji te interpresonalna i intrapersonalna emocionalna kompetencija, a u trećem koraku su to bile

podljestvice upitnika motiva za *online* igranje, odnosno motivi fantazije, bijega i suočavanja, natjecanja, razvoja vještina, socijalnog faktora te rekreacije. Zanimalo nas je koliko će motivi za *online* igranje objasniti problematično *online* igranje povrh spola, vremena provedenog igrajući te emocionalne kompetencije i poteškoća emocionalne regulacije, stoga su oni stavljeni u posljednji korak.

Prva provedena hijerarhijska regresijska analiza prikazana je u Tablici 10., a kriterijska varijabla je cjelokupan rezultat POGQ upitnika. U prvom koraku su varijable spola te vremena provedenog igrajući značajno objasnile 23 % varijance ( $F = 40.89$ ,  $df = 2$ , 284;  $p < .01$ ). Odnosno, muškarci te osobe koje više vremena provedu igrajući pokazuju više rezultate na POGQ upitniku. Uvođenjem mjera poteškoća u emocionalnoj regulaciji te interpresonalne i intrapersonalne emocionalne kompetencije objašnjeno je dodatnih 5 % varijance ( $\Delta F = 5.82$ ,  $df = 3$ , 284;  $p < .01$ ), što ukazuje na to da poteškoće u emocionalnoj regulaciji te intrapersonalna i interpersonalna emocionalna kompetencija dodatno objašnjavaju varijablu problematičnog igranja, povrh spola i vremena provedenog u igranju. U posljednjem koraku smo dodali podljestvice MOGQ upitnika te tako objasnili dodatnih 18 % varijance ( $\Delta F = 14.57$ ,  $df = 6$ , 284;  $p < .01$ ), a značajan prediktor bio je samo motiv *bijeg i suočavanje*. Cjelokupnim modelom je objašnjeno ukupno 45 % varijance ( $F = 20.10$ ,  $df = 11$ , 284;  $p < .01$ ), a možemo zaključiti da su problematičnom *online* igranju više skloni muškarci, osobe koje više vremena provedu igrajući, osobe s poteškoćama emocionalne regulacije te osobe kojima je motiv za igranjem bijeg i suočavanje.

Tablica 10. *Rezultati doprinosa varijabli spola, vremena provedenog igrajući, DERS-16, podljestvica IIECQ upitnika te podljestvica MOGQ upitnika u objašnjenju ukupnog POGQ rezultata*

Varijable	Model 1			Model 2			Model 3		
	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$
Spol	3.57	1.30	.17**	4.63	1.30	.17**	3.70	1.18	.17**
Vrijeme igranja	5.78	0.94	.37**	5.93	0.93	.37**	3.28	0.89	.21**
DERS-16				2.92	0.72	.22**	1.61	0.68	.13*
IIECQ intrapersonalna				0.53	0.80	.38**	0.60	0.71	.05
IIECQ interpersonalna				0.16	0.83	.23**	-0.64	0.74	-.04
MOGQ – Fantazija							0.36	0.54	.04

MOGQ – Bijeg i suočavanje			4.11	0.69	.37**
MOGQ – Natjecanje			0.91	0.53	.10
MOGQ – Razvoj vještina			0.65	0.53	.08
MOGQ – Socijalni faktor			0.07	0.50	.01
MOGQ – Rekreacija			-0.31	0.73	-.42
<b>R<sup>2</sup></b>	.23	.48	.45		
<b>ΔR<sup>2</sup></b>	.23	.05	.18		
<b>F</b>	40.89**	20.69**	20.10**		

Legenda: Vrijeme provedeno igrajući (1 = do 7 h; 2 = 7-29 h; 3 = 29+ h); Spol (0 = ženski; 1 = muški); \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Druga provedena hijerarhijska regresijska analiza prikazana je u Tablici 11. te je kriterijska varijabla podljestvica POGQ upitnika *Preokupacija i povlačenje*. Prvim korakom je značajno objašnjeno 16 % varijance ( $F = 27.72$ ,  $df = 2$ , 284;  $p < .01$ ). Značajan je doprinos varijable vrijeme provedeno igrajući, odnosno osobe koje više vremena provedu igrajući pokazuju veću preokupaciju igranjem te povlačenjem iz svakodnevnog života. Uvođenjem mjere poteškoća emocionalne regulacije te intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije objašnjeno je dodatnih 4 % varijance ( $\Delta F = 5.09$ ,  $df = 3$ , 284;  $p < .01$ ) te je značajna mjera poteškoća emocionalne regulacije. Taj rezultat pokazuje da će veću preokupaciju i povlačenje pokazivati one osobe koje imaju više poteškoća emocionalne regulacije. U posljednjem koraku smo dodali podljestvice upitnika motiva za *online* igranje te tako objasnili dodatnih 16 % varijance ( $\Delta F = 11.60$ ,  $df = 6$ , 284;  $p < .01$ ), a značajan prediktor je opet samo motiv *bijeg i suočavanje*. Cjelokupnim modelom objašnjeno je ukupno 37 % varijance ( $F = 14.49$ ,  $df = 11$ , 284;  $p < .01$ ) te je dobiveno da će veću preokupaciju igranjem te povlačenjem iz svakodnevice pokazivati osobe koje više vremena provode igrajući, koje imaju poteškoće emocionalne regulacije te osobe kojima je motiv za igranjem bijeg i suočavanje.

Tablica 11. *Rezultati doprinosa varijabli spola, vremena provedenog igrajući, DERS-16, podljestvica IIECQ upitnika te podljestvica MOGQ upitnika u objašnjenju Preokupacije i povlačenja*

Varijable	Model 1			Model 2			Model 3		
	<b>B</b>	<b>SEB</b>	<b>β</b>	<b>B</b>	<b>SEB</b>	<b>β</b>	<b>B</b>	<b>SEB</b>	<b>β</b>
Spol	1.00	0.59	.11	1.38	0.60	.15	0.97	0.55	.10
Vrijeme igranja	2.35	0.43	.34**	2.38	0.42	.35**	1.22	0.42	.18**

DERS-16		1.18	0.33	.21**	0.72	0.32	.13*
IIECQ		-0.03	0.36	-.01	0.01	0.33	.00
intrapersonalna							
IIECQ		0.07	0.38	.01	-0.31	0.35	-.05
interpersonalna							
MOGQ –					0.09	0.25	.02
Fantazija							
MOGQ – Bijeg					1.61	0.32	.33**
i suočavanje							
MOGQ –					0.40	0.25	.10
Natjecanje							
MOGQ –					0.47	0.25	.03
Razvoj vještina							
MOGQ –					0.04	0.24	.01
Socijalni faktor							
MOGQ –					-0.21	0.34	-.03
Rekreacija							
<b>R<sup>2</sup></b>	.16		.21		.37		
<b>ΔR<sup>2</sup></b>	.16		.04		.16		
<b>F</b>	27.72**		14.62**		14.49**		

Legenda: Vrijeme provedeno igrajući (1 = do 7 h; 2 = 7-29 h; 3 = 29+ h); Spol (0 = ženski; 1 = muški); \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Za treću provedenu hijerarhijsku regresijsku analizu je kriterijska varijabla podljestvica POGQ upitnika *Prekomjerno korištenje* te je ista prikazana u Tablici 12. U prvom koraku su varijable spola te vremena provedenog igrajući značajno objasnile 10 % varijance ( $F = 15.49$ ,  $df = 2$ , 284;  $p < .01$ ) te time pokazale da će veće prekomjerno korištenje imati osobe koje više vremena provedu igrajući, kao i muškarci. U drugom koraku, uvođenjem mjera poteškoća emocionalne regulacije te intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije, objašnjeno je dodatnih 4 % varijance ( $\Delta F = 4.25$ ,  $df = 3$ , 284;  $p < .01$ ) te je značajan prediktor mjera poteškoća emocionalne regulacije. Odnosno, osobe koje imaju više poteškoća emocionalne regulacije će ujedno pokazivati i veće prekomjerno korištenje *online* igara. U posljednjem koraku smo dodali podljestvice upitnika motiva za *online* igranje, no niti jedna nije značajno pridonijela objašnjenju prekomjernog korištenja ( $\Delta F = 1.56$ ,  $df = 6$ , 284;  $p > .05$ ). Cjelokupnim modelom objašnjeno je ukupno 17 % varijance ( $F = 4.97$ ,  $df = 11$ , 284;  $p < .01$ ) te je dobiveno da će veće prekomjerno korištenje pokazivati muškarci te osobe s višim poteškoćama emocionalne regulacije.

Tablica 12. *Rezultati doprinosa varijabli spola, vremena provedenog igrajući, DERS-16, podljestvica IIECQ upitnika te podljestvica MOGQ upitnika u objašnjenju Prekomjernog korištenja*



Varijable	Model 1			Model 2			Model 3		
	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$
Spol	0.80	0.32	.16*	0.99	0.32	.20**	0.92	0.33	.19**
Vrijeme igranja	0.71	0.23	.20**	0.73	0.23	.21**	0.46	0.25	.13
DERS-16				0.58	0.18	.20**	0.44	0.19	.15*
IIECQ intrapersonalna				-0.01	0.20	-.00	0.03	0.20	.01
IIECQ interpersonalna				-0.00	0.20	-.00	-0.08	0.21	-.02
MOGQ – Fantazija							0.08	0.15	.04
MOGQ – Bijeg i suočavanje							0.34	0.19	.13
MOGQ – Natjecanje							0.12	0.15	.06
MOGQ – Razvoj vještina							0.01	0.15	.00
MOGQ – Socijalni faktor							0.05	0.14	.02
MOGQ – Rekreacija							-0.28	0.20	-.08
<i>R</i> <sup>2</sup>	.10			.14			.17		
$\Delta R^2$	.10			.04			.03		
<i>F</i>	15.49**			8.97**			4.97**		

Legenda: Vrijeme provedeno igrajući (1 = do 7 h; 2 = 7-29 h; 3 = 29+ h); Spol (0 = ženski; 1 = muški); \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Posljednja provedena hijerarhijska regresijska analiza prikazana je u Tablici 13., a kriterijska varijabla je podljestvica POGQ upitnika *Zadubljenost*. Prvim korakom je objašnjeno ukupno 13 % varijance ( $F = 20.72$ ,  $df = 2$ , 284;  $p < .01$ ). Značajna je varijabla vremena provedenog igrajući, čime je pokazano da će veću zadubljenost u igre pokazivati osobe koje i provode više vremena igrajući. U drugom koraku, uvođenjem mjera poteškoća emocionalne regulacije te intrapersonalne i interpersonalne emocionalne kompetencije, objašnjeno je dodatnih 3 % varijance ( $\Delta F = 3.63$ ,  $df = 3$ , 284;  $p < .05$ ), a značajna je mjera poteškoća emocionalne regulacije. Odnosno, osobe s većim problemima emocionalne regulacije ujedno pokazuju veću zadubljenost. U posljednjem koraku smo dodali podljestvice upitnika motiva za *online* igranje te tako objasnili dodatnih 18 % varijance ( $\Delta F = 12.36$ ,  $df = 6$ , 284;  $p < .01$ ), a ponovno je motiv *bijeg i suočavanje* bio jedini značajan. Odnosno, cjelokupan model objašnjava ukupno 34 % varijance ( $F = 12.79$ ,  $df = 11$ , 284;  $p < .01$ ) te će veću zadubljenost u *online* igre pokazati osobe koje više vremena provedu igrajući te osobe kojima su bijeg i suočavanje motivi za igranjem.

Tablica 13. Rezultati doprinosa varijabli spola, vremena provedenog igrajući, DERS-16, podljestvica IIECQ upitnika te podljestvica MOGQ upitnika u objašnjenju Zadubljenosti

Varijable	Model 1			Model 2			Model 3		
	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$	<i>B</i>	<i>SEB</i>	$\beta$
Spol	0.77	0.57	.87	1.19	0.58	.13*	0.83	0.54	.09
Vrijeme igranja	2.00	0.42	.31**	2.08	0.41	.32**	1.16	0.41	.18**
DERS-16				1.04	0.32	.20**	0.43	0.31	.08
IIECQ intrapersonalna				0.44	0.36	.08	0.40	0.32	.08
IIECQ interpersonalna				0.00	0.37	.00	-0.23	0.34	-.04
MOGQ – Fantazija							0.27	0.24	.07
MOGQ – Bijeg i suočavanje							1.74	0.31	.37**
MOGQ – Natjecanje							0.32	0.24	.09
MOGQ – Razvoj vještina							0.00	0.24	.00
MOGQ – Socijalni faktor							-0.08	0.23	-.02
MOGQ – Rekreacija							0.37	0.33	.06
<i>R</i> <sup>2</sup>	.13			.16			.34		
$\Delta R^2$	.13			.03			.18		
<i>F</i>	20.72**			10.70**			12.79**		

Legenda: Vrijeme provedeno igrajući (1 = do 7 h; 2 = 7-29 h; 3 = 29+ h); Spol (0 = ženski; 1 = muški); \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Ovi rezultati su djelomično u skladu s hipotezom 3. Naime, vrijeme igranja ima značajan doprinos i u objašnjenju problematičnog *online* igranja i svih njegovih podljestvica. S druge strane, emocionalna kompetencija nije se pokazala značajnim prediktorom u niti jednoj provedenoj analizi. Spol je pokazao značajan doprinos objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja te podljestvice *prekomjerno korištenje*, a za podljestvice *preokupacija i povlačenje* te *zadubljenost* nije imalo značajan doprinos. Poteškoće emocionalne regulacije nisu bile značajne prilikom objašnjenja podljestvice *zadubljenosti*, no imale su značajan doprinos u objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja, kao i podljestvica *preokupacija i povlačenje* te *prekomjerno korištenje*.

## 5. Rasprava

Cilj je provedenog istraživanja bio istražiti povezanost emocionalne kompetencije i poteškoća u emocionalnoj regulaciji s učestalosti *online* igranja, motivima za igranjem te problematičnim *online* igranjem. Dodatno, cilj je bio ispitati i koje varijable će imati značajan

doprinos u objašnjenju problematičnog *online* igranja. No, za početak, prevedeni su upitnici problematičnog *online* igranja te motiva za *online* igranje na hrvatski jezik te su provjerene njihove psihometrijske karakteristike.

### **5.1. Psihometrijske karakteristike i faktorska struktura Upitnika problematičnog *online* igranja i Upitnika motiva za *online* igranjem**

Prva postavljena hipoteza odnosila se na upitnike problematičnog *online* igranja te motiva za *online* igranje budući da su isti, u svrhu ovog istraživanja, prevedeni i prvi puta korišteni na hrvatskom jeziku.

Originalni upitnik problematičnog *online* igranja pokazao je zadovoljavajuću pouzdanost na ukupnom rezultatu te na svim podljestvicama (Demetrovics i sur., 2012), a isto je dobiveno i u našem istraživanju. No, za razliku od originalnih 18 čestica raspoređenih u 6 podljestvica (preokupacija, prekomjerno korištenje, zadubljenost, socijalna izolacija, međuljudski sukobi, povlačenje), dobivena faktorska struktura u ovome istraživanju pokazala je 16 čestica raspoređenih u 3 podljestvice (preokupacija i povlačenje, prekomjerno korištenje, zadubljenost). Sve podljestvice imaju zadovoljavajuću pouzdanost, no raspon odgovora ispitanika na ukupnom rezultatu pokazuje da imamo ispitanike koji u prosjeku nemaju visoke rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja.

Što se tiče upitnika motiva za *online* igranje, Demetrovics i suradnici (2011) su prikazali 27 čestica na sveukupno 7 podljestvica (bijeg, suočavanje, fantazija, razvoj vještina, rekreacija, natjecanje, socijalni faktor), a sve su imale zadovoljavajuću pouzdanost. Naše istraživanje pokazalo je dobro zasićenje za sve čestice, koje su se rasporedile u ukupno 6 podljestvica zadovoljavajućih pouzdanosti. Sve podljestvice su iste kao i u originalu izuzev podljestvice *bijeg* te podljestvice *suočavanje*, koje su se u našem istraživanju spojile u jednu podljestvicu koju smo nazvali *bijeg i suočavanje*. Zbog svega navedenog, prva je hipoteza djelomično potvrđena budući da su pouzdanosti oba upitnika zadovoljavajuće, no originalne faktorske strukture nisu potvrđene.

### **5.2. Povezanost motiva za *online* igranjem s poteškoćama emocionalne regulacije i emocionalnom kompetencijom**

Očekivali smo da će motiv *bijega* biti pozitivno povezan s višim rezultatima na upitniku poteškoća emocionalne regulacije, a motiv *suočavanja* pozitivno povezan s višim rezultatima na upitniku poteškoća emocionalne regulacije te negativno povezan s višim rezultatima na upitniku emocionalne kompetencije. Očekivali smo i da će motiv *fantazija* biti negativno povezan s višim rezultatima na upitniku emocionalne kompetencije, a motivi *razvoj vještina* te *rekreacija* pozitivno povezani s višim rezultatima na upitniku emocionalne kompetencije. Za početak, u našem istraživanju su se spojile podljestvice *bijega* i *suočavanja* u jednu podljestvicu *bijeg i suočavanje*.

Što se tiče poteškoća emocionalne regulacije, naši rezultati pokazuju pozitivnu povezanost iste s motivima *fantazije* te *bijega i suočavanja*, a negativnu s motivima *natjecanja*, *razvoja vještina* i *rekreacije*. Prema dosadašnjim istraživanjima, očekivali smo pozitivnu povezanost s motivom *bijega i suočavanja*, točnije da će osobe s više poteškoća emocionalne regulacije češće igrati *online* igre u svrhu bijega iz stvarnog života i suočavanja s problemima (npr. Di Blasi i sur., 2019; Yee, 2007). Isto objašnjenje, odnosno bijeg od stvarnoga života, može se primijeniti i na motiv *fantazije* budući da se isti odnosi na izlazak iz vlastitog identiteta te isprobavanje raznih stvari koje nismo u mogućnosti u stvarnom životu (Demetrovics i sur., 2011). Odnosno, osoba koja ima poteškoće u ponašanjima usmjerenim na cilj, nedostatak emocionalne jasnoće, poteškoće u kontroli impulsa, neprihvatanje emocionalnih reakcija i/ili ograničeni pristup učinkovitim strategijama regulacije emocija, htjet će pobjeći od problema koji to uzrokuju i biti netko drugi, negdje drugdje. Zbog toga, osoba ne želi samo opuštanje i zabavu kroz igru, što objašnjava negativnu povezanost motiva *rekreacije* s poteškoćama emocionalne regulacije, već traži način kako pobjeći od problema i biti netko drugi, makar nakratko. Razne *online* igre, s brojim likovima koje igrači mogu birati te brojnim svjetovima koje mogu istražiti, pružaju dobro utočište i mir koji je u tom trenutku nepostojeći u stvarnome svijetu, a ti elementi mogu predstavljati podlogu za intrinzičnu motivaciju igrača. Naime, igranje je samo po sebi nagrađujuće jer omogućuje svijet u kojemu igrač želi biti, kao i lik koji igrač bira postati. Uz to, povećava se osjećaj *prisutnosti* u igri, a on je povezan s intrinzičnom motivacijom te autonomijom i kompetentnošću (Ryan i sur., 2006). Postoji mogućnost da osobe s poteškoćama emocionalne regulacije ne žele doživjeti potencijalne negativne emocije koje bi bile rezultat neuspješnog natjecanja s drugim igračima, jer bi to smanjilo osjećaj kompetentnosti, a time i intrinzičnu motivaciju. Zbog toga smo dobili, iako nisku, svejedno značajnu negativnu povezanost motiva *natjecanja* i poteškoća emocionalne regulacije, no ovu povezanost bi trebalo detaljnije ispitati. Što se tiče motiva *razvoj vještina*, on se odnosi na

poboljšanje određenih vještina, kao što je koncentracija ili koordinacija, kroz igru za stvarni život (Demetrovics i sur., 2011). Jedna od strategija emocionalne regulacije jest modifikacija situacije u svrhu promjene emocionalnog utjecaja (Gross, 1998), što ujedno znači da postoji mogućnost da osoba treba nove vještine kako bi mogla modificirati situaciju. Ako osoba ima poteškoća emocionalne regulacije te bježi od stvarnosti, tada je mogućnost da će izbjegavati učiti vještine potrebne za emocionalnu regulaciju. Ovo bi objasnilo negativnu povezanost koja je dobivena u našem istraživanju, no svakako su potrebna dodatna istraživanja u kojima je poželjno i kontrolirati vrstu igre, budući da različite igre mogu utjecati na razvoj različitih vještina.

Nadalje, rezultati su pokazali pozitivnu povezanost interpersonalne emocionalne kompetencije s motivom *razvoja vještina*, a to je bilo očekivano zbog modela emocionalne kompetencije. Prema ovome modelu, ljudi nemaju razvijene kompetencije sve dok ih sami ne razvijaju te svaka osoba ima sposobnost naučiti ih ili razviti (Goleman, 1998), a osobe koje postižu viši rezultat na upitniku emocionalne kompetencije će ih i htjeti naučiti ili razviti. Rezultati su pokazali i pozitivnu povezanost intrapersonalne emocionalne kompetencije s motivom *rekreacije* te negativnu s motivom *fantazije*. Ovi rezultati su bili očekivani budući da je hipoteza postavljena po uzoru na rezultate istraživanja Kircaburun i suradnika (2019), koji su pokazali da je osobina emocionalne inteligencije negativno povezana s motivima *suočavanja* i *fantazije* te pozitivno s *rekreacijom* i *vještinom*. No, bitno je napomenuti da su njihovi rezultati bili značajni samo među odraslim igračima, ne i adolescentima. U našem istraživanju nismo istraživali razlike među dobnim skupinama, stoga to predlažemo za buduća istraživanja. Zatim, rezultati nisu pokazali značajnu povezanost emocionalne kompetencije s motivom *bijega i suočavanja*, a prema našoj hipotezi, očekivali smo negativnu povezanost s motivom *suočavanja*. Budući da su podljestvice motiva *bijeg* i *suočavanje* iz originalnog upitnika pokazale zasićenje na istom faktoru, čime smo te dvije podljestvice spojili u jednu *bijeg i suočavanje*, nije neočekivano da povezanost nije potvrđena. Razlog tomu leži u činjenici da nismo očekivali značajnu povezanost motiva *bijeg* s emocionalnom kompetencijom jer Kircaburun i suradnici (2019) zaključuju da su osobe koje imaju više izražene osobine emocionalne inteligencije uspješnije u svojim društvenim odnosima te zbog toga imaju manju potrebu za bijegom od svoje stvarnosti u odnosu na osobe koje imaju niže izražene osobine emocionalne inteligencije (Kircaburun i sur., 2019). Ovo objašnjenje može se primijeniti i na već spomenutu negativnu povezanost s motivom *fantazije*: osobe koje imaju višu emocionalnu

kompetenciju će imati manju potrebu za isprobavanjem novih identiteta ili isprobavanja raznih stvari u igri koje u stvarnosti nisu moguće.

### **5.3. Povezanost poteškoća emocionalne regulacije i emocionalne kompetencije s problematičnim *online* igranjem**

Problematično *online* igranje može imati loš utjecaj na svakodnevni život (Demetrovics i sur., 2012) i socijalne odnose (Griffiths, 2008), kao i dovesti do brojnih zdravstvenih problema (Griffiths i Meredith, 2009). Uz to, uključuje gubitak kontrole nad ponašanjem, pretjeranu zaokupljenost igranjem, simptome povlačenja te korištenje igara u svrhu suočavanja s problemima te poboljšanjem raspoloženja (van Rooij i sur., 2012). Zbog toga, može se očekivati da će osobe koje traže način da ponovno pobjegnu od loše stvarnosti u privlačan svijet igre i izbjegnu negativne emocije imati više poteškoća emocionalne regulacije od osoba koje imaju niži rezultat na upitniku problematičnog igranja. Rezultati našeg istraživanja idu u prilog tomu, budući da su pokazali značajnu pozitivnu povezanost dviju podljestvica problematičnog *online* igranja i poteškoća emocionalne regulacije. Odnosno, osobe koje imaju više poteškoća emocionalne regulacije će pokazivati i više rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja, i to na podljestvicama *preokupacija* i *prekomjerno korištenje*. Oboje je očekivano, naime *preokupacija* ili *zaokupljenost* je kriterij *ovisnosti o internetskim igrama* prema Dijagnostičkom i statističkom priručniku za duševne poremećaje (2014), ali i jedna od odrednica problematičnog igranja prema van Rooiju i suradnicima (2012). Gubitak kontrole nad ponašanjem također je odrednica problematičnog igranja (van Rooij i sur., 2012), a može uključivati i gubitak kontrole nad svakodnevnim obavezama zbog *prekomjernog korištenja* igara. Također, igrači koji pokazuju povišeno problematično *online* igranje često provedu više vremena igrajući nego su to originalno planirali (Demetrovics i sur., 2012), što također ukazuje na već spomenuto *prekomjerno korištenje*.

Rezultati su pokazali i da će osobe s nižom intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom imati više rezultate na podljestvicama *preokupacije* te *prekomjernog korištenja*. Prema Golemanu (1998), jedna od kompetencija jest i samoregulacija, stoga je očekivano da će rezultati biti isti kao i za poteškoće emocionalne regulacije. Uz to, pretjerano igranje je nerijetko povezano s negativnim emocijama te poremećajima u ponašanju i socijalnom razvoju (Seo i sur., 2012). Povezanost podljestvice *zaokupljenosti* s emocionalnom

kompetencijom, kao i povezanost interpersonalne emocionalne kompetencije s podljestvicama problematičnog *online* igranja, nije dobivena.

Razlog zašto podljestvica *zadubljenosti* nije pokazala značajnu povezanost s poteškoćama emocionalne regulacije može se kriti u činjenici da je ovo istraživanje provedeno za vrijeme pandemije koronavirusom. Nastupilo je zatvaranje (engl. *lockdown*), studenti koji žive u drugim gradovima su se vraćali doma, poslovi su se prebacivali na rad od kuće, vrtići i škole su se zatvarali. Odjednom je bilo više ljudi od uobičajenog u većini domova, ali su i dalje bili ograničeni tehnološki resursi. Odnosno, postoji mogućnost da je dio ispitanika igrao puno više mobilnih *online* igara nego računalnih, budući da je računalo moglo biti zauzeto od strane ukućana zbog poslovnih ili akademskih potreba. Uz to, s više ljudi u kućanstvu, sporija je internet veza, ali je i teže koncentrirati se na samu igru. *Zadubljenost* uključuje subjektivan osjećaj igrača kao da je dio virtualnog okruženja igre (Przybylski i sur., 2010), a to je povezano i s *prisutnošću* koja se odnosi na osjećaj da je igrač doista unutar igre. Nadalje, prisutnost je povezana sa *stanjem zanesenosti*, odnosno prisutnost se opisuje kao zadubljenost u virtualno okruženje, a stanje zanesenosti kao zadubljenost u određenu aktivnost. Dakle, stanje zanesenosti se više fokusira na karakteristike zadataka, dok je prisutnost više usmjerena na tehnološke karakteristike medija (Weibel i sur., 2008). Stanje zanesenosti se povećava na računalnim igrama zbog prostorne svjesnosti (Green i Bavelier, 2003), što mobilne igre ne mogu ponuditi. Uz to, Kao i suradnici (2007) spominju da se stanje zanesenosti puno lakše prekine kod mobilnih igara nego kod računalnih, a Kang i suradnici (2020) navode da je ovo stanje puno veće kod računalnih igara te da značajno povećavaju igračko iskustvo. Svatko tko je igrao neku mobilnu igru, svjestan je da sitnice u okolini lako ometu koncentraciju na samu igru te da igrač ustvari nema osjećaja da je dio virtualnog svijeta koji igra, već je svjestan da je osoba koja upravlja igrom. Osjećaj *prisutnosti* na mobilnim igrama je teško postići, no prema pretraženoj literaturi zasada nije istraženo koliko je jak osjećaj *prisutnosti* na mobilnim u odnosu na računalne igre. No, sve navedeno nam ukazuje da je teško biti zadubljen u mobilnu igru, stoga za buduća istraživanja preporučujemo kontrolirati konzolu na kojoj igrač igra. Posljednje, možemo spomenuti da je s mobilnim igrama lako biti *preokupiran*, kao i *prekomjerno ih koristiti*. Naime, iako nismo zadubljeni u samu igru, mobilne *online* igre najčešće funkcioniraju po principu raznih nagrada koje se mogu ostvariti svaki određeni vremenski period. Stoga, moguće je da je igrač, posebice u stresno vrijeme zatvaranja, preokupiran igrom i nagradama koje može ostvariti te da jako često ulazi u igru.

#### **5.4. Efekt vremena provedenog igrajući i spola na poteškoće emocionalne regulacije, emocionalnu kompetenciju, problematično *online* igranje te motive za *online* igranje**

U rezultatima smo dobili glavni efekt vremena provedenog igrajući na problematično *online* igranje. Točnije, pokazalo se da osobe koje igraju više od 7 sati tjedno imaju značajno viši rezultat na upitniku problematičnog *online* igranja od osoba koje igraju do 7 sati tjedno. To je bilo očekivano budući da same definicije problematičnog igranja govore o zaokupljenosti igrama (van Rooij i sur., 2012) te provođenju više vremena od planiranog igrajući (Demetrovics i sur., 2012), a istraživanje koje je proveo Yee (2007) je pokazalo da je viši broj sati igrajući povezan s problematičnim igranjem.

Iako je predviđeno da će više vremena u igrama biti povezano s poteškoćama emocionalne regulacije te emocionalnom kompetencijom, rezultati to nisu potvrdili. Mogući razlog nude Russoniello i suradnici (2009) koji su pokazali da igranje ležernih igara može poboljšati raspoloženje, stoga bi za buduća istraživanja bilo korisno kontrolirati vrstu igre. Također, razlog mogu biti već spomenute mobilne igre. Budući da većina ljudi puno vremena provede na mobitelu, postoji mogućnost da su ispitanici podcijeniti vrijeme koje provedu igrajući. Događa se da uzmemo mobitel u ruke na 5 minuta, samo da provjerimo neku sitnicu, a odjednom shvatimo da je prošlo preko 30 minuta.

Što se tiče glavnog efekta vremena provedenog igrajući na motive za *online* igranjem, ovaj efekt nije dobiven samo za motiv *rekreacije*. Ovo ima smisla, budući da osobe koje igraju u svrhu rekreacije neće puno vremena provoditi igrajući. Nadalje, za motive *fantazija*, *bijeg* i *suočavanje*, *razvoj vještina* te *socijalni faktor* su pokazane značajne razlike te sve idu u istom smjeru: igračima koji igraju do 7 sati tjedno će svi navedeni motivi biti značajno slabiji nego kod igrača koji igraju 7 + sati tjedno. Iako su naša predviđanja bila usmjerena samo na motiv *bijega*, rezultati su očekivani. Naime, osobe koje više vremena provedu igrajući zasigurno imaju i veću motivaciju za igranjem, koja god to motivacija bila. Za sve navedene motive nije dobiven glavni efekt spola. Ovo je očekivano budući da dosadašnja istraživanja nisu potvrdila spolne razlike za spomenute motive. Ipak, možemo izdvojiti *socijalni faktor* koji govori o društvenim aspektima igre i spomenuti da je istraživanje koje je proveo Yee (2006) pokazalo da je najčešći motiv za ženske igračice *odnosi*, odnosno želja za stvaranjem dugoročnih značajnih odnosa s drugima. Iako *socijalni faktor* u našem istraživanju ne uključuje pitanja vezana za dugoročne odnose s igračima koje osoba upozna u igri, postoji mogućnost da će buduća istraživanja pokazati da je ženskim igračicama ovaj motiv ipak jače izražen nego kod muških igrača.



Motiv *natjecanja* je specifičan budući da je dobiven glavni efekt vremena provedenog igrajući, ali i glavni efekt spola. Što više vremena igrač provede igrajući – to mu je jači ovaj motiv. Također, motiv je veći za muške igrače u odnosu na ženske. *Natjecanje* se odnosi na sva natjecanja i poraze drugih u svrhu osjećaja postignuća. Sličan motiv se pokazao kao najčešćim motivom za muške igrače, a riječ je o *napretku* (Yee, 2007). Riječ je o želji za stjecanjem moći, brzim napretkom te bogatstvom ili statusom u igri (Yee, 2007). S obzirom na sličnost dvaju motiva, naši rezultati nisu iznenađujući. Također, osjećaj postignuća koji osoba osjeća može pojačavati intrinzičnu motivaciju. Učestalije igranje dovodi i do veće mogućnosti natjecanja, a time i do veće mogućnosti osjećaja postignuća.

Zanimljiv podatak koji smo dobili jest da muškarci značajno više vremena provode igrajući od žena. Odnosno, grupe ispitanika koje uključuju igrače koji duže vremena provode igrajući će imati više muškaraca od očekivanog. Isti rezultat su dobili i van Rooij i suradnici (2014), no njihovo istraživanje je bilo na tinejdžerima. Stoga, buduća istraživanja su potrebna kako bi se utvrdile spolne razlike u vremenu provedenom igrajući.

### **5.5. Doprinos vremena provedenog igrajući, spola, poteškoća emocionalne regulacije, emocionalne kompetencije te motiva za *online* igranjem u objašnjenju problematičnog *online* igranja**

Problematično *online* igranje važno je prepoznati i spriječiti jer često dovodi do gubitka interesa za svakodnevne aktivnosti (Griffiths, 2008), provođenja više vremena igrajući od planiranog (Demetrovics i sur., 2012), lošeg utjecaja na socijalne odnose (Griffiths, 2008), ali i raznih somatskih simptoma, kao što su glavobolje, poteškoće sa spavanjem, bolovi u leđima i iscrpljenost (Griffiths i Meredith, 2009). Zbog toga, ispitali smo doprinos više varijabli u objašnjenju problematičnog *online* igranja, kao i njegovih podljestvica.

Za početak, vrijeme provedeno igrajući je pokazalo značajan doprinos u objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja te podljestvica *preokupacija i povlačenje* i *zadubljenost*. Odnosno, igrači koji više vremena provedu u igrama postižu više rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja te njegovim podljestvicama *preokupacija i povlačenje* i *zadubljenost*. Ovi rezultati su očekivani budući je da viši broj sati igrajući povezan s problematičnim igranjem (Yee, 2007). Vrijeme provedeno igrajući nije pokazalo značajan doprinos za podljestvicu *prekomjerno korištenje*, jednako kao i prethodno spomenut motiv *bijeg i suočavanje*. Razlog tomu može biti što je cjelokupan model za podljestvicu

*prekomjernog korištenja* objasnio svega 17 % varijance kriterija. No, budući da je efekt vremena provedenog igrajući bio značajan u prvom koraku, bilo bi poželjno da buduća istraživanja ispitaju medijaciju među varijablama.

Nadalje, spol je pokazao značajan doprinos u objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja te podljestvice *prekomjerno korištenje*. Točnije, muški igrači imaju više rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja te podljestvici *prekomjerno korištenje* od ženskih igrača. Očekivali smo da će spol imati značajan doprinos za sve podljestvice, no navedeno je potrebno detaljnije istražiti. Naime, istraživanje koje su proveli van Rooij i suradnici (2014) je pokazalo da je spol značajna varijabla, točnije da je muški spol rizičniji za razviti problematično igranje. Međutim, nije korištena ista mjera ispitivanja problematičnog igranja, a također su u tom istraživanju koristili samo ukupan rezultat.

Poteškoće emocionalne regulacije su pokazale značajan doprinos u objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja te podljestvica *preokupacija i povlačenje* i *prekomjerno korištenje*. Ovaj rezultat nam govori da osobe s višim poteškoćama emocionalne regulacije postižu više rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja te njegovim podljestvicama *preokupacija i povlačenje* i *prekomjerno korištenje*. Ovi rezultati su bili očekivani budući da više istraživanja pokazuje povezanost poteškoća emocionalne regulacije i problematičnog igranja (npr. Di Blasi i sur., 2019; Uçur i Dönmez, 2021), no ne objašnjava iz kojeg razloga nije pokazan značajan doprinos i u objašnjenju podljestvice *zadubljenost*. Jedan od razloga može biti već spomenuta pandemija koronavirusom i učestalije igranje mobilnih igara, no buduća istraživanja će to istražiti.

Što se tiče emocionalne kompetencije, nije dobiven značajan doprinos emocionalne kompetencije u niti jednom modelu, što nije sukladno našim očekivanjima. Naime, u istraživanju koje su proveli Seo i suradnici (2012) dobiveno je da će igrači koji imaju više rezultate na upitniku Ovisnosti o internet igrama imati nižu emocionalnu kompetenciju. S obzirom na to da nema puno istraživanja koja povezuju ova dva konstrukta, nužna su buduća istraživanja.

Posljednje, motiv *bijeg i suočavanje* je pokazao značajan doprinos u objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja te podljestvica *preokupacija i povlačenje* i *zadubljenost*. To znači da igrači kojima je češći motiv za igranje *bijeg i suočavanje* ujedno pokazuju i više rezultate na upitniku problematičnog *online* igranja te njegovim podljestvicama *preokupacija i povlačenje* i *zadubljenost*. Rezultati su sukladni očekivanjima budući da je

istraživanje koje je proveo Yee (2007) pokazalo motiv *bijega* kao jedan od faktora koji najbolje predviđa problematično igranje. Spomenuto istraživanje također je pokazalo motiv *napretka* kao faktor koji predviđa problematično igranje (Yee, 2007), a on je veoma sličan motivu *natjecanja* u našem istraživanju. Zbog toga, nije očekivano da motiv *natjecanja* ne pokazuje značajan doprinos u objašnjenju ukupnog rezultata problematičnog *online* igranja niti podljestvica. Za preostale motive *fantazija*, *razvoj vještina*, *socijalni faktor* i *rekreacija* nismo očekivali značajan doprinos budući da ga, prema našim saznanjima, ni dosadašnja istraživanja nisu pokazala.

## 5.6. Prednosti i ograničenja istraživanja te prijedlozi za buduća istraživanja

Jedna od glavnih prednosti ovoga istraživanja jest to što su provjerene psihometrijske karakteristike upitnika problematičnog *online* igranja te motiva za *online* igranje, koje smo preveli na hrvatski jezik. Unatoč tomu što originalna faktorska struktura nije potvrđena, oba upitnika su pokazala zadovoljavajuću pouzdanost te vjerujemo da će biti korisna za buduća istraživanja. Nadalje, prema našim saznanjima, dosadašnja istraživanja nisu povezala motive za *online* igranje s poteškoćama emocionalne regulacije niti s emocionalnom kompetencijom, stoga naše istraživanje nudi uvod u te teme. Još jedna značajna prednost jesu modeli kojima smo pokušali objasniti problematično *online* igranje, budući da je važna prevencija istoga. Oni mogu poslužiti kao vodič roditeljima na što da obrate pažnju ako im djeca, posebice u tinejdžerskoj dobi, vole provoditi vrijeme igrajući, ali i odraslim ljudima da prepoznaju rizične faktore u svojem odnosu prema igrama.

Kada pričamo o nedostacima, jedno od njih je period *online* provedbe. Naime, budući da je bilo razdoblje zatvaranja (engl. *lockdown-a*) i da se veliki dio naših života preselio u *online* svijet, tako su i *online* upitnici bili češći nego što je do tada bilo uobičajeno. Postoji mogućnost da ispitanici nisu bili motivirani potruditi se oko rješavanja, čime njihovi odgovori ne reprezentiraju njihovo pravo stanje. S druge strane, postoji mogućnost i da bi istraživanje imalo više ispitanika, jer ljudima ne bi došlo do zasićenosti ispunjavanja raznih upitnika. A više ispitanika je svakako potrebno budući da nismo imali potreban raspon odgovora na ukupnom rezultatu upitnika problematičnog *online* igranja. Više ispitanika će pokazati i je li doista značajna interakcija između spola i vremena provedenog igrajući budući da smo imali svega dvije igračice u kategoriji 29 + sati tjedno. Budući da postoji mogućnost i da su neki ispitanici davali socijalno poželjne odgovore, odnosno označavali niže vrijeme igranja nego što doista

provedu igrajući, više ispitanika bi pomoglo kontrolirati potencijalno iskrivljenje rezultata uzrokovano socijalno poželjnim odgovorima. Također, nastavno na neke argumente u diskusiji, zatvaranje je moglo utjecati na povećano igranje mobilnih igara, što ima za posljedicu drugačije rezultate nego što bi to bili da je veći broj igrača računalnih igara. Odnosno, nedostatak našeg istraživanja jest to što nismo kontrolirali konzolu na kojoj igrač igra. Uz to, bilo bi poželjno da smo kontrolirali dobnu skupinu. Također, bilo bi poželjno da smo istražili povezanost svake podljestvice upitnika poteškoća emocionalne regulacije s motivima za *online* igranje u svrhu preciznijeg objašnjenja njihovih povezanosti. Preporuka za buduća istraživanja jest i da se kontrolira utjecaj medijacije među varijablama.

Posljednje, nudimo nekoliko prijedloga za buduća istraživanja, koja bi mogla rezultirati zanimljivim rezultatima i raspravama. Za početak, kao što je već spomenuto, preporučujemo kontrolu konzole na kojoj igrač igra budući da isto može utjecati na rezultate. Nadalje, većina istraživanja se fokusira ili na *online* igre općenito ili na specifičnu igru. Naš je prijedlog da buduća istraživanja postave pitanje o vrsti igre po našem uzoru, ali da ispitanici mogu odabrati samo jedan odgovor – onu vrstu igre koju igraju najčešće. Time bi se moglo istražiti postoje li razlike u motivima za *online* igranjem te problematičnim *online* igranjem, ovisno o vrsti igre koju igrač preferira. S obzirom na to da neka istraživanja pokazuju razlike u dobnim skupinama, bilo bi poželjno da pitanje koje se odnosi na dob uključuje višestruki odabir podijeljen u dobne skupine. Tako bi se i ova varijabla mogla ispitati u istraživanju. I za kraj, u raspravi su spomenuti konstrukti *stanje zanesenosti* te *prisutnost*. Oni mogu objasniti brojne rezultate, ali i utjecati na zanimljive rasprave, stoga svakako predlažemo da im buduća istraživanja posvete više pažnje.

## **6. Zaključak**

Ovim istraživanjem smo ispitili psihometrijske karakteristike Upitnika problematičnog *online* igranja te Upitnika motiva za *online* igranje, koje smo preveli na hrvatski jezik. Oba upitnika pokazala su zadovoljavajuću pouzdanost na ukupnom rezultatu te za svaku podljestvicu.

Nadalje, ispitivali smo povezanost poteškoća emocionalne regulacije te emocionalnu kompetenciju s motivima za *online* igranje te s problematičnim *online* igranjem. Motiv *fantazija* će biti češći motiv za igranje kod osoba s nižom intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom, dok će osobe više emocionalne kompetencije izvještavati o motivu *rekreacije*.

Kada je riječ o interpersonalnoj emocionalnoj kompetenciji, značajan je motiv *razvoja vještina* koji je učestaliji kod osoba s višom interpersonalnom emocionalnom kompetencijom. Osobe koje pokazuju više poteškoća emocionalne regulacije će češće izvještavati o motivima *fantazije i bijega i suočavanja* za igranje, dok će osobe koje pokazuju manje problema u emocionalnoj regulaciji više birati motive *natjecanja, razvoj vještina* te *rekreacije*. podljestvice problematičnog *online* igranja *preokupacija* te *prekomjerno korištenje* su pokazale više rezultate kod osoba s nižom intrapersonalnom emocionalnom kompetencijom te kod osoba s više poteškoća emocionalne regulacije.

Provjeren je i efekt vremena provedenog igrajući te spola na emocionalnu kompetenciju, poteškoće emocionalne regulacije te motive za *online* igranje. Vrijeme provedeno igrajući nije pokazalo značajan efekt na emocionalnu kompetenciju niti poteškoće emocionalne regulacije, ali jest na motiv *bijeg i suočavanje*. Uz to, nije dobiven značajan efekt spola na problematično *online* igranje.

Posljednje, ispitali smo doprinos spola, emocionalne kompetencije, poteškoća emocionalne regulacije, vremena provedenog igrajući te motiva za *online* igranje u objašnjenju nastanka problematičnog *online* igranja. U prvom modelu je kriterijska varijabla bio ukupan rezultat upitnika problematičnog *online* igranja, a njime smo objasnili 45 % varijance. Prema ovome modelu, problematično *online* igranje češće pokazati muškarci, osobe koje više vremena provedu igrajući, osobe s poteškoćama emocionalne regulacije te osobe kojima je motiv za igranjem *bijeg i suočavanje*. U drugome modelu je kriterijska varijabla bila podljestvica upitnika problematičnog *online* igranja *preokupacija i povlačenje*, a model objašnjava ukupno 37 % varijance. Model govori da će veću preokupaciju igranjem te povlačenjem iz svakodnevice pokazivati osobe koje više vremena provode igrajući, koje imaju poteškoće emocionalne regulacije te osobe kojima je motiv za igranjem *bijeg i suočavanje*. Trećem modelu je kriterijska varijabla bila podljestvica upitnika problematičnog *online* igranja *prekomjerno korištenje* te je ovaj model objasnio najmanje varijance, svega 17 %. Prema ovome modelu, veće prekomjerno korištenje će pokazivati muškarci te osobe s višim poteškoćama emocionalne regulacije. U posljednjem modelu je kriterijska varijabla bila podljestvica upitnika problematičnog *online* igranja *zadubljenost*, a modelom smo objasnili ukupno 34 % varijance. Model govori da će veću zadubljenost u *online* igre pokazati osobe koje više vremena provedu igrajući te osobe kojima su *bijeg i suočavanje* glavni motivi za igranjem.

## 7. Literatura

- Astor, P. J., Adam, M. T. P., Jerčić, P., Schaaff, K. i Weinhardt, C. (2013). Integrating biosignals into information systems: A NeuroIS tool for improving emotion regulation. *Journal of Management Information Systems*, 30(3), 247-278.
- Avsec, A., Belasheva, I., Cenek, J., Khan, A., Mohorić, T., Takšić, V. ... Kocjan, G. Z. (2020). Cross-Cultural and Gender Measurement Invariance of the Intrapersonal and Interpersonal Emotional Competence Questionnaire. *Psychological Topics*, 29(1), 167-190. <https://doi.org/10.31820/pt.29.1.10>
- Backlund, P. i Hendrix, M. (2013). *Educational games - are they worth the effort? A literature survey of the effectiveness of serious games*. Games and Virtual Worlds for Serious Applications (VS-GAMES), 2013 5th International Conference on. Preuzeto s <http://dx.doi.org/10.1109/VSGAMES.2013.6624226>
- Barbarić, L. (2019). *Uloga emocionalne regulacije, samoefikasnosti i depresivnih simptoma u objašnjenju prehrambenih navika studenata*. Diplomski rad. Rijeka: Sveučilište u Rijeci.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Barnett, J. i Coulson, M. (2010). Virtually real: A psychological perspective on massively multiplayer online games. *Review of General Psychology*, 14(2), 167-179. <https://doi.org/10.1037/a0019442>
- Bartle, R. A. (1996). *Hearts, clubs, diamonds, spades: Players who suit MUDs*. Preuzeto s <https://mud.co.uk/richard/hcds.htm>
- Bartle, R. A. (2003). *Designing virtual worlds*. Indianapolis, New Riders Press.
- Berry, W. D. (1993). *Quantitative Applications in the Social Sciences: Understanding regression assumptions*. Thousand Oaks: SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781412986427>
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G. ... Gratz, K. L. (2016). Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 284-296. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9514-x>

- Boyle, E., Connolly, T. M. i Hainey, T. (2011). The role of psychology in understanding the impact of computer games. *Entertainment Computing*, 2, 69-74. <https://doi.org/10.1016/j.entcom.2010.12.002>
- Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R. i Mikolajczak, M. (2013). The Profile of Emotional Competence (PEC): Development and Validation of a Self-Reported Measure that Fits Dimensions of Emotional Competence Theory. *PLoS ONE*, 6, e62635. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0062635>
- Chang, S-M., Hsieh, G. Y. i Lin, S. S. J. (2018). The mediation effects of gaming motives between game involvement and problematic Internet use: Escapism, advancement and socializing. *Computers & Education*, 122, 43-53. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2018.03.007>
- Che, D., Hu, J., Zhen, S., Yu, C., Li, B., Chang, X. i Zhang, W. (2017). Dimensions of Emotional Intelligence and Online Gaming Addiction in Adolescence: The Indirect Effects of Two Facets of Perceived Stress. *Frontiers in Psychology*, 8, 1206. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01206>
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P. i Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7, 1–10. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006301>
- Compare, A., Zarbo, C., Shonin, E., Van Gordon, W. i Marconi, C. (2014). Emotion regulation and depression: A potential mediator between heart and mind. *Cardiovascular Psychiatry and Neurology*, 2014, 1-10. <https://doi.org/10.1155/2014/324374>
- Côté, S., Gyurak, A. i Levenson, R. (2010). The ability to regulate emotion is associated with greater well-being, income, and socioeconomic status. *Emotion*, 10(6), 923-933. <https://doi.org/10.1037/a0021156>
- Côté, S. i Miners, C. T. H. (2006). Emotional intelligence, cognitive intelligence, and job performance. *Administrative Science Quarterly*, 51, 1–28. <https://doi.org/10.2189/asqu.51.1.1>
- Csikszentmihalyi, M. (1988). The flow experience and its significance for human psychology. U: M. Csikszentmihalyi i I. Csikszentmihalyi (Ur.), *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness* (str. 15–35). Cambridge: Cambridge University Press.

- Demetrovics, Z., Urbán, R., Nagygyörgy, K, Farkas, Griffiths, M. D., Papay, O. ... Oláh, A. (2012). The development of the problematic online gaming questionnaire (POGQ). *PLoS ONE*, 7(5), e36417. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0036417>
- Demetrovics, Z., Urbán, R., Nagygyörgy, K, Farkas, Zilahy D., Mervó, B. ... Harmath, E. (2011). Why do you play? The development of the motives for online gaming questionnaire (MOGQ). *Behavior Research Methods*, 43, 814–825. <https://doi.org/10.3758/s13428-011-0091-y>
- Di Blasi, M., Giordano, C., Lo Coco, G. i Giardina, A. (2019). Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(1), 25-34. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.02>
- Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje (DSM-5) (2014). Naklada Slap
- Estévez, A., Jáuregui, P., Sánchez-Marcos, I., Lopez-González, H. i Griffiths, M. D. (2017). Attachment and emotion regulation in substance addictions and behavioral addictions. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 534–544. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.086>
- Gaetan, S., Brejard, V. i Bonnet, A. (2016). Video games in adolescence and emotional functioning: Emotion regulation, emotion intensity, emotion expression, and alexithymia. *Computers in Human Behavior*, 61, 344-349. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.027>
- Garner, P. W. i Spears, F. M. (2000). Emotion regulation in low-income preschoolers. *Social Development*, 9, 246–264. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00122>
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D. i Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319–e329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gratz, K. L. i Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Green, C. i Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534-537. <https://doi.org/10.1038/nature01647>



- Griffiths, M. D. (2008). Diagnosis and management of video game addiction. *New Directions in Addiction Treatment and Prevention*, 12, 27–41.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N. O. i Chappell, D. (2003). Breaking the stereotype: The case of online gaming. *CyberPsychology and Behavior*, 6, 81–91. <https://doi.org/10.1089/109493103321167992>
- Griffiths, M. D. i Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 247–253. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9118-4>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequence. *Psychophysiology*, 39, 281-291. <https://doi.org/10.1017.S0048577201393198>
- Gross, J. J. i Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 95–103. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.106.1.95>
- Hainey, T., Connolly, T., Stansfield, M. i Boyle, E. (2011). The differences in motivations of online game players and offline game players: A combined analysis of three studies at higher education level. *Computers & Education*, 57, 2197-2211. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.06.001>
- Hayton, J. C., Allen, D. G. i Scarpello, V. (2004). Factor retention decisions in exploratory factor analysis: A tutorial on parallel analysis. *Organizational Research Methods*, 7(2), 191-205. <https://doi.org/10.1177/1094428104263675>
- Hilgard, J., Engelhardt, C. R. i Bartholow, B. D. (2013). Individual differences in motives, preferences, and pathology in video games: The gaming attitudes, motives, and experiences scales (GAMES). *Frontiers in Psychology*, 4(608), 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00608>
- Hollett, K. B. i Harris, N. (2019). Dimensions of emotion dysregulation associated with problem video gaming. *Addiction Research & Theory*, 28(1), 38-45. <https://doi.org/10.1080/16066359.2019.1579801>

- Hyogen, B. W., Zahl-Thanem, T. i Wichstrøm, L. (2019). Time spent gaming and social competence in children: Reciprocal effects across childhood. *Child Development, 91*(3), 1-15. <https://doi.org/10.1111/cdev.13243>
- Kang, K., Lu, J., Guo, L. i Zhao, J. (2020). How to improve customer engagement: A comparison of playing games on personal computers and on mobile phones. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research, 15*(2), 76-92. <https://doi.org/10.4067/S0718-18762020000200106>
- Kao, Y-W., Peng, P-Y., Hsieh, S-L. i Yuan, S-M. (2007). *A client framework for massively multiplayer online games on mobile devices. 2007 International Conference on Convergence Information Technology*. Preuzeto s <https://doi.org/10.1109/ICCIT.2007.178>
- Kim, S. H. i Thomas, M. K. (2015). A stage theory model of professional video game players in South Korea: The socio-cultural dimensions of the development of expertise. *Asian Journal of Information Technology, 14*(5), 176-186. <https://doi.org/10.3923/ajit.2015.176-186>
- Kircaburun, K., Demetrovics, Z., Griffiths, M. D., Király, O., Kun, B. i Betül Tosuntaş, S. (2019). Trait emotional intelligence and internet gaming disorder among gamers: The mediating role of online gaming motives and moderating role of age groups. *International Journal of Mental Health and Addiction, 18*, 1446-1457. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00179-x>
- Király, O., Griffiths, M. D., Urbán, R., Farkas, J., Kökönyei, G., Elekes, Z. ... Demetrovics, Z. (2014a). Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: Findings from a large nationally representative adolescent sample. *Cyberpsychology, Behaviour, and Social Networking, 17*(12), 749-54. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0475>
- Király, O., Nagygyörgy, K., Griffiths, M. D. i Demetrovics, Z. (2014b). Problematic online gaming. U: K. P. Rosenberg i L. Curtiss Feder (Ur.), *Behavioral addictions: Criteria, evidence, and treatment* (str. 61–97). Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00004-5>
- Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Chen, C.-C., Chen, S.-H. i Yen, C.-F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 193*(4), 273–277. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57>

- Ko, C.H., Yen, J. Y., Chen, C. S., Yeh, Y. C. i Yen, C. F. (2009). Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents: A 2-year prospective study. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 163, 937–943. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2009.159>
- Mikolajczak, M., Luminet, O., Leroy, C. i Roy, E. (2007b). Psychometric properties of the trait emotional intelligence questionnaire: Factor structure reliability, construct, and incremental validity in a French-speaking population. *Journal of Personality Assessment*, 88(3), 338–353. <https://doi.org/10.1080/00223890701333431>
- Mikolajczak, M., Roy, E., Luminet, O., Fillee, C. i de Timary, P. (2007a). The moderating impact of emotional intelligence on the free cortisol responses to stress. *Psychoneuroendocrinology*, 32(8-10), 1000–1012. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2007.07.009>
- Naderifar, M., Goli, H. i Ghaljaie, F. (2017). Snowball sampling: A purposeful method of sampling in qualitative research. *Strides in Development of Medical Education*, 14(3), e67670. <https://doi.org/10.5812/sdme.67670>.
- Nagygyörgy, K., Urbán, R., Farkas, J., Griffiths, M. D., Zilahy, D., Kökönyei, G. ... Demetrovics, Z. (2015). Typology and sociodemographic characteristics of massively multiplayer online game players. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 29(3), 192-200. <https://doi.org/10.1080/10447318.2012.702636>
- Noruzi, A. (2019). Gametherapy: playing computer and mobile games for problem solving. *Webology*, 16(1), 1-15. <https://doi.org/10.14704/WEB/V16I1/editorial27>
- O’Boyle, E. H., Humphrey, R. H., Pollack, J. M., Hawver, T. H., i Story, P. A. (2011). The relation between emotional intelligence and job performance: A meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 788–818. <https://doi.org/10.1002/job.714>
- Peña-Sarrionandia, A., Mikolajczak, M. i Gross, J. J. (2015). Integrating emotion regulation and emotional intelligence traditions: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 6(160), 1-27. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00160>
- Petrides, K. V. i Furnham, A. (2003) Trait emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17, 39–57. <https://doi.org/10.1002/per.466>

Petrides, K. V., Pita, R. i Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, 98, 273–289. <https://doi.org/10.1348/000712606X120618>

Przybylski, A. K., Rigby, C. S. i Ryan, R. M. (2010). A motivational model of video game engagement. *Review of General Psychology*, 14(2), 154-166. <https://doi.org/10.1037/a0019440>

Reinecke, L. (2009). Games and recovery: The use of video and computer games to recuperate from stress and strain. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 21(3), 126–142. <https://doi.org/10.1027/1864-1105.21.3.126>

Russoniello, C. V., O'Brien, K. i Parks, J. M. (2009). The effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress. *Journal of CyberTherapy and Rehabilitation*, 2(1), 53–66.

Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

Ryan, R. M., Rigby, C. S. i Przybylski, A. (2006). The motivational pull of video games: A self-determination theory approach. *Motivation and Emotion*, 30, 347–363. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9051-8>

Ryu, E. (2011). Effects of skewness and kurtosis on normal-theory based maximum likelihood test statistic in multilevel structural equation modeling. *Behavior Research Methods*, 43, 1066-1074. <https://doi.org/10.3758/s13428-011-0115-7>

Salovey, P., Mayer, J. i Caruso, D. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503\\_02](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503_02)

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E. i Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of Social Psychology*, 141(4), 523–536. <https://doi.org/10.1080/00224540109600569>

Seal, C. R. i Andrews-Brown, A. (2010). An integrative model of emotional intelligence: Emotional ability as a moderator of the mediated relationship of emotional quotient and emotional competence. *Organization Management Journal*, 7(2), 143-152. <https://doi.org/10.1057/omj.2010.22>

Seo, Y., Dolan, R. i Buchanan-Oliver, M. (2019). Playing games: Advancing research on online and mobile gaming consumption. *Internet Research*, 29(2), 289-292. <https://doi.org/10.1108/INTR-04-2019-542>

Seo, M., Kang, H. S. i Chae, S. M. (2012). Emotional competence and online game use in adolescents. *Computers, Informatics, Nursing*, 30(12), 640-646. <https://doi.org/10.1097/NXN.0b013e318261f1a6>

Shin, D. H. (2010). The dynamic user activities in Massive Multiplayer Online Role-Playing Games. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 26, 317-344. <https://doi.org/10.1080/10447310903575473>

Tabachnick, B. G. i Fidella, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. New Jersey: Pearson Education.

Takšić, V. (1998). *Validacija konstrukta emocionalne inteligencije*. (Unpublished doctoral dissertation.) Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Zagreb, Zagreb.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. U: N. A. Fox (Ur.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations. Monographs of the Society for Research in Child Development* (str. 25-52), University Of Chicago Press.

Toril, P., Reales, J. M. i Ballesteros, S. (2014). Video game training enhances cognition of older adults: A meta-analytic study. *Psychology and Aging*, 29(3), 706-716. <https://doi.org/10.1037/a0037507>

Uçur, Ö. i Dönmez, Y. E. (2021). Problematic internet gaming in adolescents, and its relationship with emotional regulation and perceived social support. *Psychiatry Research*, 296, 113678. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113678>

Vaida, S. i Opre, A. (2014). Emotional intelligence versus emotional competence. *Journal of Psychological and Educational Research*, 22(1), 26-33.

van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M. i Kommers, P. A. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behaviour*, 45, 411-420. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>

van Rooij, A. J., Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Shorter, G. W. i Schoenmakers, A. J. (2014). The (co-)occurrence of problematic video gaming, substance use, and psychosocial problems in adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 157–165. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.013>

van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., van den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. i van de Mheen, D. (2012). Video game addiction test: Validity and psychometric characteristics. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15(9), 507–511. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0007>

Wack, E. i Tantleff-Dunn, S. (2009). Relationships between electronic game play, obesity, and psychosocial functioning in young men. *Cyberpsychology and Behavior*, 12(2), 241-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0151>

Weibel, D., Wissmath, B., Habegger, S., Steiner, Y. i Groner, R. (2008). Playing online games against computer- vs. human-controlled opponents: Effects on presence, flow, and enjoyment. *Computers in Human Behavior*, 24, 2274-2291. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.11.002>

Wood, R. T. A. (2007). Problems with the concept of video game “addiction”: Some case study examples. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6(2), 169–178. <https://doi.org/10.1007/s11469-007-9118-0>

Yee, N. (2007). Motivations of play in online games. *Journal of CyberPsychology and Behavior*, 9(6), 772-775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>

## 8. Prilozi

Prilog 1. Deskriptivni podaci za svaku česticu POGQ upitnika

Čestica	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r<sub>it</sub></i>
<b>Faktor 1 – Preokupacija i povlačenje</b>			
1. Kada ne igrate, koliko često razmišljate o igranju ili razmišljate o tome kakav bi bio osjećaj igrati u tom trenutku?	2.41	1.02	.61
3. Koliko se često osjećate depresivno ili razdražljivo kada ne igrate, a ti osjećaji nestanu tek kad počnete igrati?	1.72	0.97	.58
7. Koliko često sanjate o igranju?	1.66	0.88	.58
9. Koliko često postajete razdražljivi, nemirni ili anksiozni kada ne možete igrati onoliko koliko biste htjeli?	1.62	0.92	.65
14. Koliko često postajete nemirni ili razdražljivi ako nekoliko dana ne možete igrati?	1.51	0.89	.64
17. Koliko ste često toliko zadubljeni u igranje da zaboravite jesti?	1.73	1.08	.52
18. Koliko često postajete razdražljivi ili uzrujani kada ne možete igrati?	1.41	0.72	.77
<b>Faktor 2 – Prekomjerno korištenje</b>			
4. Koliko često mislite da biste trebali smanjiti vrijeme provedeno u igranju?	2.42	1.18	.60
10. Koliko često bezuspješno pokušavate smanjiti vrijeme provedeno u igranju?	1.78	0.94	.62
15. Koliko često smatrate da vam igranje stvara probleme u životu?	1.52	0.87	.49
<b>Faktor 3 – Zadubljenost</b>			
2. Koliko često igrate duže nego što ste planirali?	3.32	1.11	.51
6. Koliko često propustite sastanak s prijateljima jer ste za to vrijeme igrali?	1.34	0.69	.41
8. Dok igrate, koliko često izgubite pojam o vremenu?	3.08	1.21	.57
12. Koliko često zapostavljate druge aktivnosti jer biste radije igrali?	2.24	1.12	.59
13. Tijekom igranja, koliko često imate osjećaj da je vrijeme stalo?	2.46	1.25	.46
16. Koliko često radije birate igranje nego izlazak s nekime?	1.99	1.18	.48

Legenda: aritmetička sredina (*M*); standardna devijacija (*SD*); korigirana korelacija čestice s ukupnim rezultatom (*r<sub>it</sub>*)

Prilog 2. Deskriptivni podaci za svaku česticu MOGQ upitnika

Čestica	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r<sub>ii</sub></i>
<b>Faktor 1 – Fantazija</b>			
6. ... jer mogu raditi stvari koje ne mogu ili mi nije dozvoljeno u stvarnom životu	2.65	1.58	.62
13. ... kako bih se osjećao kao da sam netko drugi	1.84	1.22	.79
20. ... kako bih nakratko bio netko drugi	1.80	1.24	.77
27. ... jer mogu biti u drugom svijetu	2.58	1.49	.69
<b>Faktor 2 – Bijeg i suočavanje</b>			
2. ... jer mi igranje pomaže da zaboravim svakodnevne probleme	2.90	1.38	.73
4. ... jer zbog igranja budem bolje raspoložen	3.47	1.20	.49
9. ... jer zaboravim na stvarni život	2.40	1.37	.74
11. ... jer mi pomaže u rješavanju stresa	3.37	1.27	.61
16. ... jer mi igranje pomaže u bijegu od stvarnosti	2.46	1.39	.74
18. ... jer mi pomaže da preusmjerim svoju agresiju	2.05	1.34	.47
23. ... da zaboravim na neugodne stvari ili uvrede	2.07	1.32	.64
25. ... jer smanjuje napetost	3.06	1.34	.57
<b>Faktor 3 – Natjecanje</b>			
3. ... jer se uživam natjecati s drugima	3.33	1.44	.74
10. ... jer volim pobjeđivati	3.39	1.41	.80
17. ... jer je dobar osjećaj biti bolji od drugih	2.88	1.52	.82
24. ... zbog zadovoljstva poražavanja drugih	1.95	1.27	.60
<b>Faktor 4 – Razvoj vještina</b>			
5. ... jer igranje izoštrava moja osjetila	2.91	1.38	.81
12. ... jer tako unaprjeđujem svoje vještine	3.04	1.40	.83
19. ... jer mi poboljšava koncentraciju	2.97	1.44	.77
26. ... jer poboljšavaju moje koordinacijske vještine	2.88	1.43	.81
<b>Faktor 5 – Socijalni faktor</b>			
1. ... jer mogu upoznati nove ljude	2.26	1.33	.73
8. ... jer mogu upoznati mnogo različitih ljudi	2.41	1.39	.82
15. ... jer je to dobro socijalno iskustvo	2.74	1.39	.68
22. ... jer mi igranje daje društvo	2.56	1.46	.62
<b>Faktor 6 – Rekreacija</b>			
7. ... za razonodu	4.19	1.10	.38
14. ... jer je zabavno	4.67	0.68	.66
21. ... jer uživam u igranju	4.40	0.96	.54

Legenda: aritmetička sredina (*M*); standardna devijacija (*SD*); korigirana korelacija čestice s ukupnim rezultatom (*r<sub>ii</sub>*)