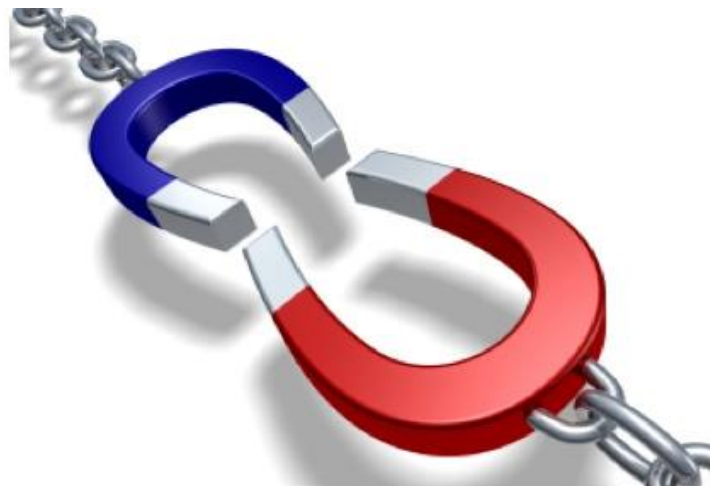


INTERPERSONALNA PRIVLAČNOST

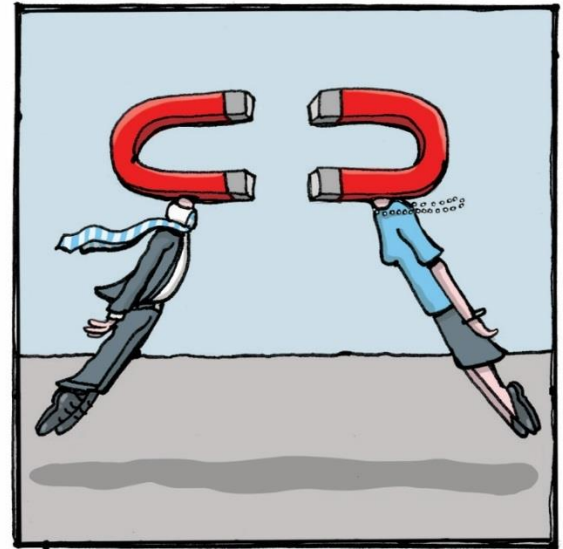
Od prvih utisaka do bliskih veza



Socijalna psihologija
28. april 2023.

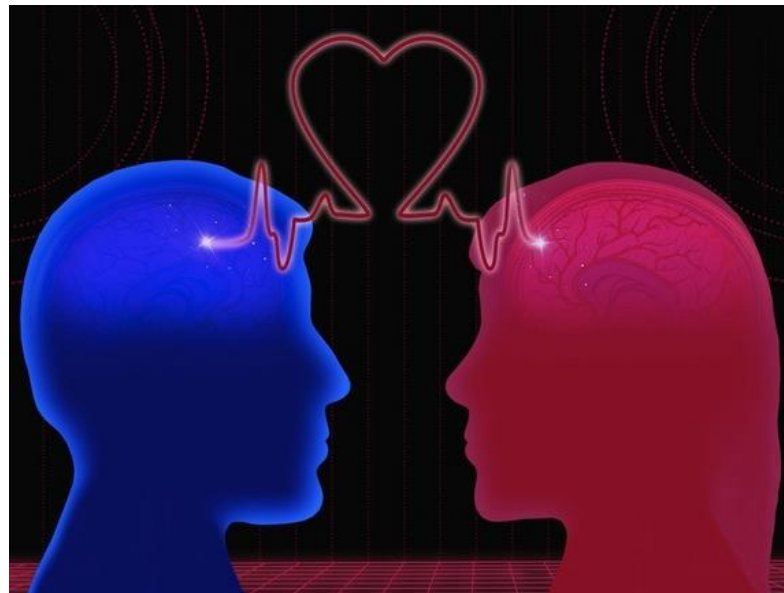
O čemu ćemo danas pričati...

- Šta je privlačnost i od čega zavisi?
 - Blizina
 - Sličnost
 - Uzajamno sviđanje
 - Fizička atraktivnost (i podudarnost)
- Teorije interpersonalne privlačnosti
 - Teorija socijalne razmene
 - Model ulaganja
 - Teorija jednakosti
- Šta je ljubav? Kakve vrste ljubavi postoje?
 - Trodelna teorija ljubavi



Vašem prijatelju se sviđa jedna devojka
i traži od vas savet šta treba da uradi
da bi joj se dopao?

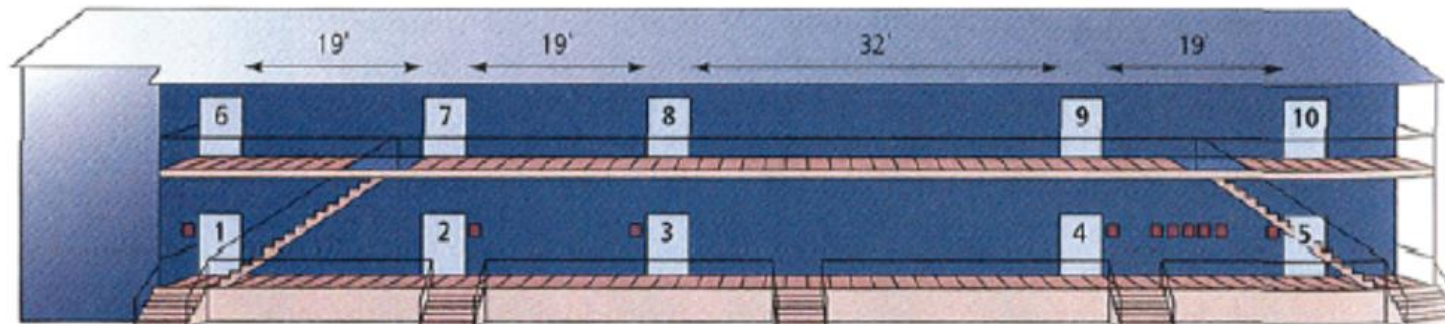
Šta ćete mu savetovati?



Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

EFEKAT BLIZINE

- Ljudi koje često vidate ili sa kojima često stupate u kontakt imaju veće šanse da postanu vaši prijatelji ili intimni partneri
- **Festinger, Schachter, Back (1950):**
 - unutar studentskog doma za parove verovatnoća da parovi međusobno ostvare prijateljski kontakt je bila veća što su bliže živeli
 - „funkcionalna udaljenost“ – aspekti prostora koji utiču na verovatnoću dolaženja u kontakt (poštansko sanduče, stepenice, ulaz...)



Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

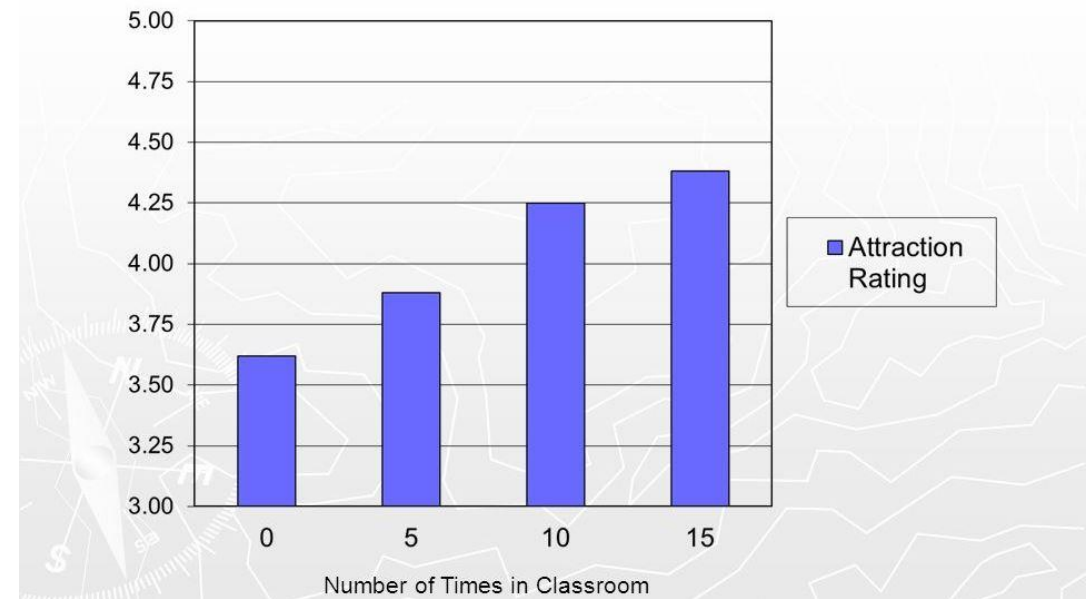
EFEKAT BLIZINE

- **A šta ako nam se neko od starta ne dopada?**
- ...naravno, ukoliko nam je osoba od početka nesimpatična, što je više srećemo, manje će nam se sviđati... (Swap, 1977)
- **OBJAŠNJENJE EFEKTA BLIZINE:**
- ***efekat proste izloženosti*** - što smo više izloženi nekom stimulusu, više će nam se dopadati
- **Zajonc (1968)**: ponovljeno izlaganje osobe nekom stimulusu utiče da njen stav prema tom objektu postane pozitivniji. Osoba čak ne mora biti ni svesna da je izložena datom objektu.

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

EFEKAT BLIZINE

- **Moreland & Beach (1992):**
 - Tokom celog semestra nekoliko devojaka dolazi na predavanja i sedi u prvoj klupi. Nemaju nikakvu interakciju sa ostalim studentima.
 - Variran je broj predavanja na koji su devojke dolazile tokom godine
 - Na kraju semestra studenti procenjivali koliko im se dopadaju žene na fotografijama, a među fotografijama su bile i devojke sa predavanja



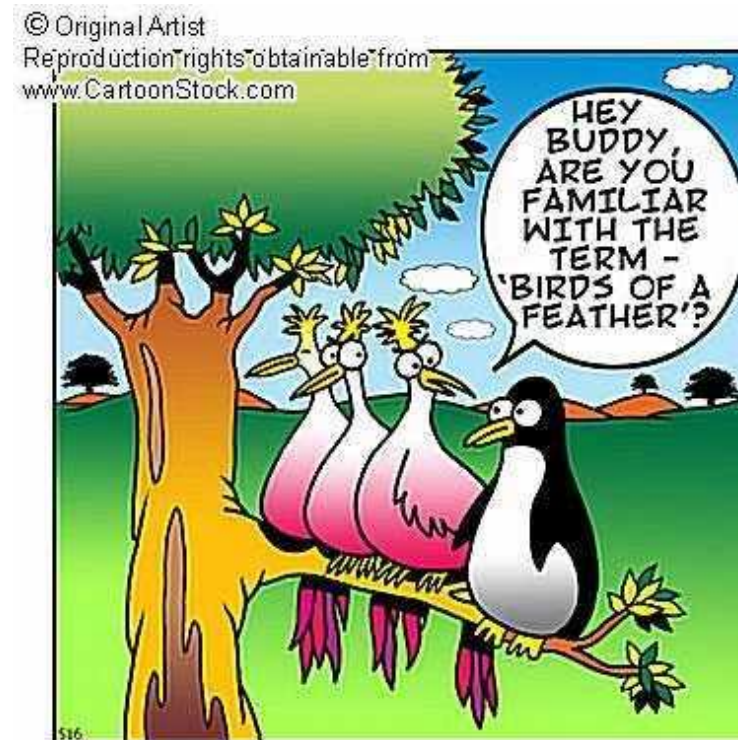
Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

Da li u interpersonalnim odnosima važi

„Suprotnosti se privlače“

ili

„Svaka ptica svome jatu“?



Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

SLIČNOST

- Mi ne postajemo prijatelji sa svima koji su nam fizički blizu i koje često srećemo! Dakle, postoji još nešto....
- Kada su ljudi u pitanju definitivno važi da se privlače slični, a ne različiti!
- **Sličnost... ali u pogledu čega?**

Koliko vam je vaš cimer blizak prijatelj?

- **Newcomb (1961):**
 - Nasumično rasporedio studente da budu cimeri.
 - Da li će sličnost uticati na formiranje prijateljstva među cimerima?
 - Prijateljima su postajali oni koji su imali slična socio-demografska obeležja, kao i slične stavove i vrednosti

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

SLIČNOST

- **Sličnost... ali u pogledu čega?**

- Stavovi, mišljenja, vrednosti
- Socio-demografska obeležja
- Osobine ličnosti
- Interpersonalni stil i komunikacijske veštine
- Interesovanja i iskustva (može se objasniti i efektom blizine)



- **Objašnjenja efekta sličnosti**

1. Očekujemo da ćemo se svideti onima koji su nam slični, pa pre iniciramo komunikaciju...
2. Ljudi koji su nam slični potvrđuju naše stavove, vrednosti...
3. Imamo neko prethodno (negativno) iskustvo sa osobama različitim od nas, pa očekujemo da će i druge takve osobe potvrditi prethodno iskustvo

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

UZAJAMNO SVIĐANJE

- Saznanje da se nekome dopadamo podstiče našu naklonost prema toj osobi
- Sviđanje može nadoknaditi i nedostatak sličnosti!
- Kako biste objasnili ovaj efekat?
 - samoispunjavajuće proročanstvo



Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

UZAJAMNO SVIĐANJE

Curtis & Miller (1986):

- I deo: Studenti u parovima učestvuju u istraživanju (ne poznaju se od ranije) i imaju priliku da kratko razgovaraju
- Nakon toga: Jednoj osobi iz dijade je data informacija da se dopada ili ne dopada drugoj osobi
- II deo: Studenti se ponovo sastaju da razgovaraju
- **REZULTATI**: Oni koji su verovali da se dopadaju drugoj osobi zaista su se više dopali drugoj osobi nego oni koji su verovali da se drugom ne dopadaju. Zašto?
 - otkrivali više informacija o sebi, više izražavali sličnosti, a manje razlike, imali pozitivniji stav u konverzaciji i pozitivniji ton glasa... (razlika pretežno u sadržaju komunikacije)
 - nije bilo razlike u deljenju komplimenata, kao ni u uspostavljanju kontakta očima, naginjanju napred, poziciji stolice... (nema toliko razlike u neverbalnoj komunikaciji)

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

UZAJAMNO SVIĐANJE

- Da li će nam se svideti osoba kojoj se mi sviđamo zavisi i od stepena samopoštovanja
- **Swann, Stein-Seroussi, & McNulty (1992):**
 - Ljudi koji imaju pozitivnu sliku o sebi na sviđanje uzvraćaju sviđanjem
 - Ljudi sa negativnom slikom o sebi radije biraju da se sastanu i razgovaraju sa osobom koja ih je pre toga negativnije ocenila nego sa osobom koja ih je pozitivno ocenila
 - Zašto?
 - Motiv samopotvrđivanja!

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

FIZIČKA ATRAKTIVNOST

- Istraživanja pokazuju da je fizička privlačnost najvažnija odrednica sviđanja (ispred inteligencije, nezavisnosti, duhovitosti, iskrenosti, osetljivosti...)
 - Barem prilikom prvog susreta!
- ***Ko više vrednuje fizičku privlačnost – muškarci ili žene?***
- I muškarci i žene daju **podjednaku važnost fizičkoj privlačnosti**, ali muškarci češće **eksplicitno izjavljuju** da im je ona bitna (tj. postoji razlika u izražavanju stava, ali ne i u ponašanju!)
- Fizička privlačnost se više rangira na listi poželjnih osobina partnera kada su u pitanju **kratkoročni**, nego **dugoročni** odnosi

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

FIZIČKA ATRAKTIVNOST - LICE

- *Šta je privlačno? Kakva lica nam se dopadaju?*
- Ženska lica: velike oči, mali nos, mala brada, istaknute jagodične kosti, širok osmeh...
- Muška lica: velike oči, istaknute jagodične kosti, velika brada, širok osmeh...
- Zašto nam se dopadaju velike oči?
 - Obeležja „dečijeg lica“ – izazivaju osećaj topline i brižnosti
- Zašto nam se dopadaju istaknute jagodice?
 - Obeležja seksualne zrelosti
- Kod žena se više cene obeležja dečijeg lica nego kod muškaraca.



Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

FIZIČKA ATRAKTIVNOST - LICE

- Među kulturama postoji slaganje oko toga kakvo je lepo lice
- **Langlois & Roggman (1990):** Kakva lica su privlačna?
 - Pravili kombinovane fotografije od fotografija više lica
 - Privlačnijim su ocenjena kombinovana lica nego pojedinačna lica
 - Za oba pola su privlačna ona lica čije su crte aritmetička sredina, a ne krajnosti
 - Tipično ili „poznato“ lice – poznata i prijatna obeležja



+



=



Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

FIZIČKA ATRAKTIVNOST - LICE

- **Snaga poznatosti** (Berscheid i Reis, 1998): Najviše nas privlače lica koja liče na naša
- **„Što je lepo to je dobro“**: uticaj fizičke atraktivnosti na procenu socijalnih kompetencija (društvenost, popularnost...), ali i drugih karakteristika (npr. sreća)
 - Ovaj efekat je kulturno univerzalan, ali se lepim ljudima pripisuju one karakteristike koje su visoko vrednovane u tom društvu
 - U individualističkim kulturama: nezavisnost, individualnost...
 - U kolektivističkim kulturama: brižnost, poštenje...

Od čega zavisi privlačnost između ljudi?

Hipoteza podudaranja (eng. matching hypothesis)

- **Walster et al (1966):** kada iniciraju intimne veze, ljudi traže partnere čija je **socijalna poželjnost** podjednaka sopstvenoj
- Ljudi traže partnere podjednake vrednosti „na tržištu“.
- Zašto?
 - Povećavanje šanse za uspeh ukoliko se odluče da priđu osobi
- Hipoteza podudaranja se najčešće interpretira u terminima ***podudaranja u fizičkoj atraktivnosti***
- ali je ne treba shvatati tako usko!



Hipoteza podudaranja (eng. matching hypothesis)

- *Kako onda možemo objasniti ovakve parove?*



- Uspešni parovi koji se veoma razlikuju u pogledu fizičke privlačnosti mogu kompenzovati atraktivnost drugim stvarima (npr. bogatstvom i statusom)
- Žene češće zanemaruju fizički izgled u korist bogatstva i statusa nego muškarci

Hipoteza podudaranja (eng. matching hypothesis)

- **Taylor et al (2011)** – istraživanje na online dating sajtovima:
- **Studija 1:**
 - Kada ih pitate, i socijalno poželjne i nepoželjne osobe tvrde da bi se radije bavljale sa **socijalno poželjnijim** partnerima
 - Ali osobe koje sebe procenjuju manje socijalno poželjnim biraju (kontaktiraju na sajtu) manje socijalno poželjne partnere
- **Studija 2:**
 - Ljudi na dating sajtu češće kontaktiraju **privlačnije osobe od sebe** (tj. ne biraju nužno osobe „iz svoje lige“) – ovo nije u skladu sa hipotezom!
...ali to ne znači da će dobiti odgovor!
 - Osobe koje su kontaktirale osobe slične fizičke atraktivnosti su imale **veće šanse da dobiju odgovor** na online dating sajtu – u skladu sa hipotezom!
- **Studija 3:**
 - I muškarci i žene višeg samopoštovanja su procenjivali osobe koje su kontaktirali kao poželjnije, a ove osobe su i po objektivnim kriterijumima bile popularnije (veći br. kontaktiranja na sajtu)
 - Žene nižeg samopoštovanja su birale manje popularne muškarce
- Dakle, ljudi **NE preferiraju nužno osobe „iz svoje lige“**, **niti nužno iniciraju** kontakt sa osobama **slične** socijalne poželjnosti i fizičke privlačnosti, ali je **veća šansa da će kontakt biti uspešan** ako postoji podudaranje!

Dakle, od čega zavisi privlačnost?

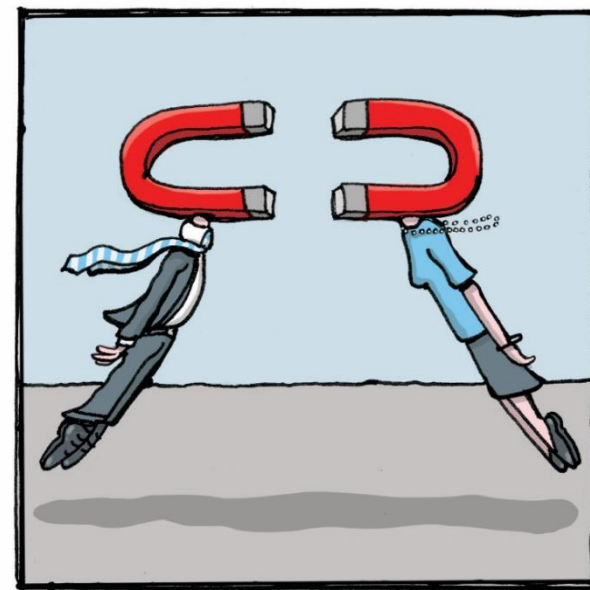
- Blizina
- Sličnost
- Uzajamno sviđanje
- Fizička privlačnost (i podudarnost)

Koji faktor je najsnažniji?

Da li je isto u prijateljskim i intimnim vezama?

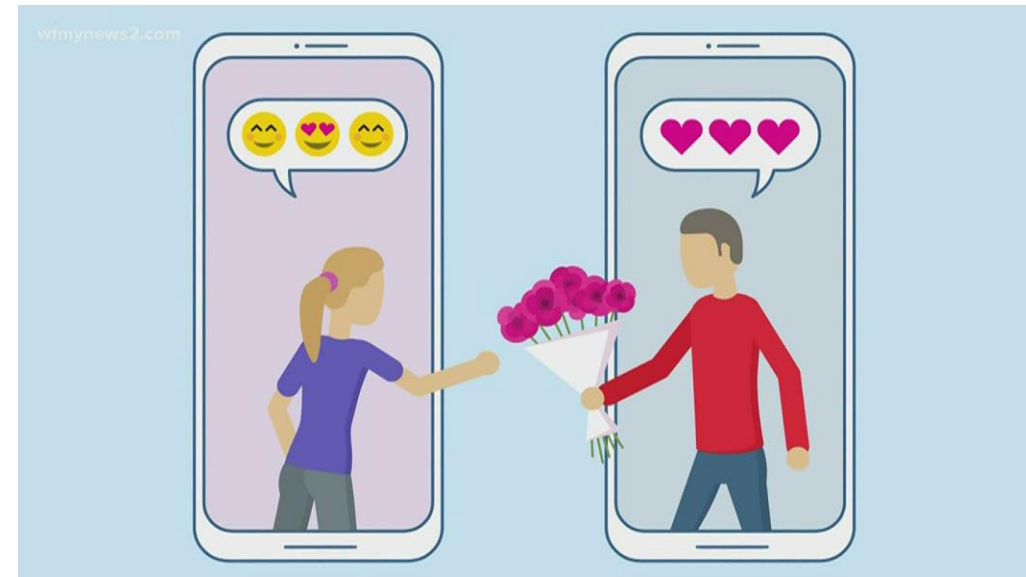
Da li ovi faktori postoje i na društvenim mrežama?

Da li su i kako društvene mreže promenile interpersonalne i intimne odnose?



Društvene mreže: efekat blizine uprkos fizičkoj udaljenosti

- ❖ [Stafford i Merolla \(2007\)](#)
- ❖ Po čemu se razlikuju veze na daljinu i blizinu?
 - ❖ Više idealizacije partnera u vezama na daljinu – više pozitivne ruminacije.
 - ❖ Komunikacija je bolja u vezama na daljinu.
 - ❖ Ukoliko se presele blizu, partneri koji su bili u vezi na daljinu imaju veće šanse za raskid.



TEORIJE INTERPERSONALNE PRIVLAČNOSTI



Teorija socijalne razmene

❖ Osećanja vezana za naš odnos sa drugom osobom zavise od:

1. Percepcije **nagrada** koje dobijamo (**dobitaka** u odnosu)
2. **Gubitaka** (**ulaganja**) koje imamo

Ishod (odnos dobitaka i gubitaka)

3. Percepcije toga kakav odnos **zaslužujemo**

Nivo poređenja

4. Verovatnoće da bismo sa **nekim drugim** mogli imati bolji odnosi

Nivo poređenja sa alternativom

Ova teorija je primenljiva i na prijateljske i na intimne odnose!

Zašto ostajemo u vezama koje ne vode nikuda

ePsihoterapija 01.03.2018. u [Emocije, Ljubav i zaljubljivanje](#), [Partnerska psihoterapija](#)

Veliki broj mladih nalazi se u partnerskim odnosima iz kojih ne znaju kako da izađu ili imaju osećaj da veza trenutno ne vodi nikuda. Najčešća misao u ovakvim situacijama jeste da se iz odnosa izađe, ali strah koji se javlja na pomisao da osoba ostavi ili bude ostavljena zadržava parove u vezi, iako ni jedan ni drugi partner više ne vidi nikakav smisao bivanja u odnosu.



Teorija socijalne razmene

- Zašto zlostavljane žene često ostaju u braku sa mužem zlostavljačem?
- Kako biste to objasnili u terminima teorije socijalne razmene?



Teorija socijalne razmene

- Ključni pojmovi teorije: **Dobitak, Gubitak, Ishod, Nivo poređenja (sa alternativom)**
- **Ishod** – odnos dobitaka i gubitaka
- **Nivo poređenja** – kakav ishod *očekujemo* od svoje veze (u terminima dobitaka i gubitaka)
 - Mi imamo određena očekivanja koja smo izgradili na osnovu prethodnih odnosa
 - Neki ljudi očekuju visok nivo dobitaka uz malo gubitaka
 - Neki ljudi su spremni da trpe dosta gubitaka i ostaće i u takvoj vezi
- **Nivo poređenja sa alternativom** – da li bismo u vezi sa drugom osobom mogli dobiti bolji ishod?
- Postoje individualne razlike u nivou poređenja sa alternativnom:
 - Osobe sa visokim nivoom poređenja sa alternativama veruju da u svetu ima puno pravih ljudi za njih
 - Osobe sa niskim nivoom poređenja sa alternativama će ostati i u nezadovoljavajućoj vezi

Teorija socijalne razmene

PROCENA ALTERNATIVA (Nivo poređenja sa alternativom)

- **Miller (1997):**

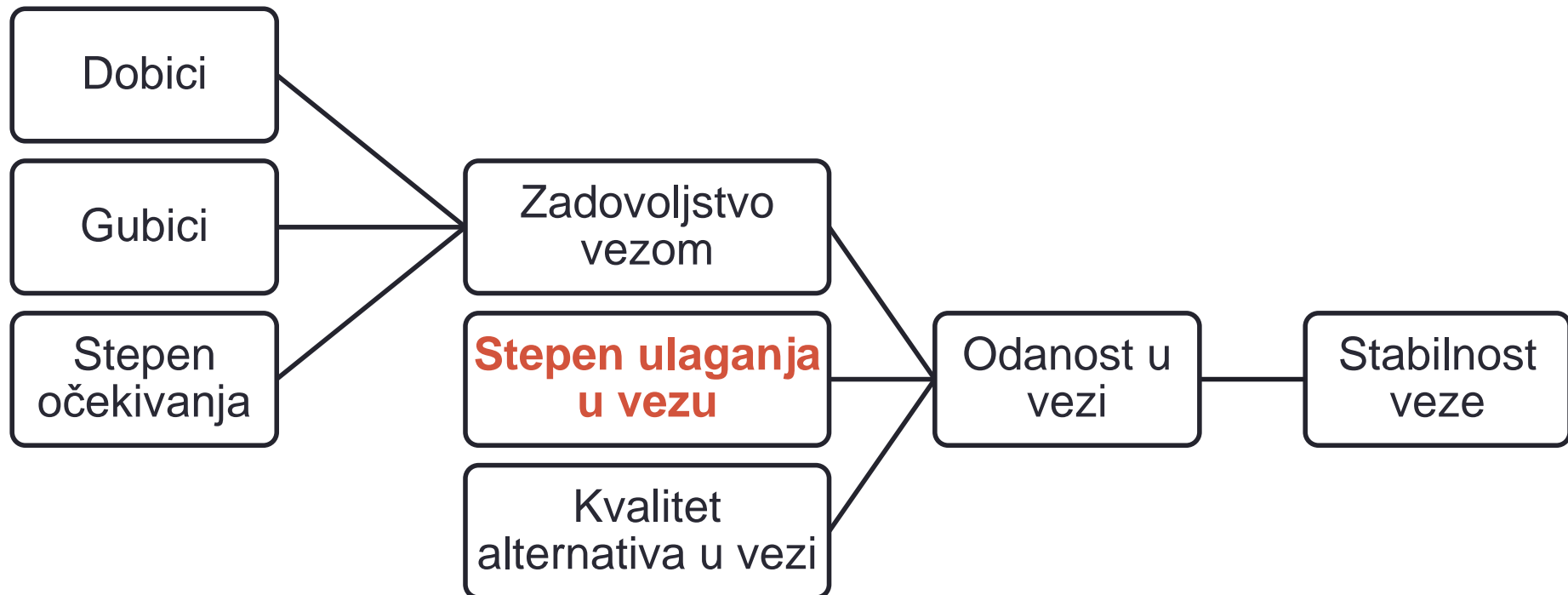
- Usmeravanje pažnje na alternativne partnere je negativno povezano sa posvećenošću vezi, prilagođavanjem partneru i investiranjem u vezu, kao i sa zadovoljstvom vezom (uzrok-posledica?)
- Najbolji prediktor raskida 2 meseca kasnije bilo je to koliko je osoba obraćala pažnju na alternative
- Neobraćanje pažnje na alternative može biti i generalna tendencija ličnosti, ali i mehanizam kojim se održava i štiti poželjna veza
- *„Even if the grass is greener on the other side of the fence, happy gardeners will be less likely to notice.“*

- **Umanjivanje vrednosti alternativa** (eng. derogation of alternatives)

- kada su posvećeni intimnom partneru, ljudi su skloni da potcenjuju atraktivnost drugih potencijalnih partnera, čime pomažu da veza u kojoj su dugoročno opstane
- iskušenje koje predstavljaju drugi potencijalni partneri je manje

Model ulaganja

- Da bismo predvideli da li će ljudi ostati u intimnoj vezi, potrebno je da znamo:
 - Koliko su zadovoljni vezom
 - Šta misle o alternativama
 - Koliko je njihovo ulaganje u vezu



Teorija jednakosti

- Kritika teorije socijalne razmene: zanemarivanje pojmova pravednosti i jednakosti
- Ljudi nisu samo usmereni na maksimizaciju dobitaka u odnosu na gubitke, nego brinu i o **jednakosti** u odnosu!
 - Veze sa jednakošću u odnosu su najsrećnije i najstabilnije!
 - U nejednakim odnosima jedna osoba dobija previše ili premalo
- Po teoriji jednakosti, i oni koji **dobijaju premalo** i oni koji **dobijaju previše** će se osećati nelagodno u vezi i biće motivisani da uspostave jednakost
 - Zašto bi oni koji dobijaju previše bili nezadovoljni?
- Jednakost je snažna socijalna norma!

Jednakost u dugotrajnim odnosima

- Međutim...
- Teorija jednakosti ne vodi računa o **tipu veze** u kom se osoba nalazi
- U **kratkotrajnim** (prijateljskim ili intimnim) vezama među osobama postoji **odnos razmene**, pa ljudi brinu o jednakosti
- U **dugotrajnim** (prijateljskim ili intimnim) vezama ljudi su u **odnosu zajedništva** i u manjoj meri vode računa o normi jednakosti
 - Ljudi su spremni da reaguju na potrebe drugog i ako to neće biti uzvraćeno
 - I u dugotrajnim vezama postoji zainteresovanost za jednakost, ali se procenjuje da će se tokom dužeg vremena dobici i gubici izjednačiti
 - Kada jedan partner počne da osećaja da to nije tako, razmišljaće o napuštanju odnosa ili promeni sopstvenih ulaganja

LJUBAV I BLISKI ODNOSI



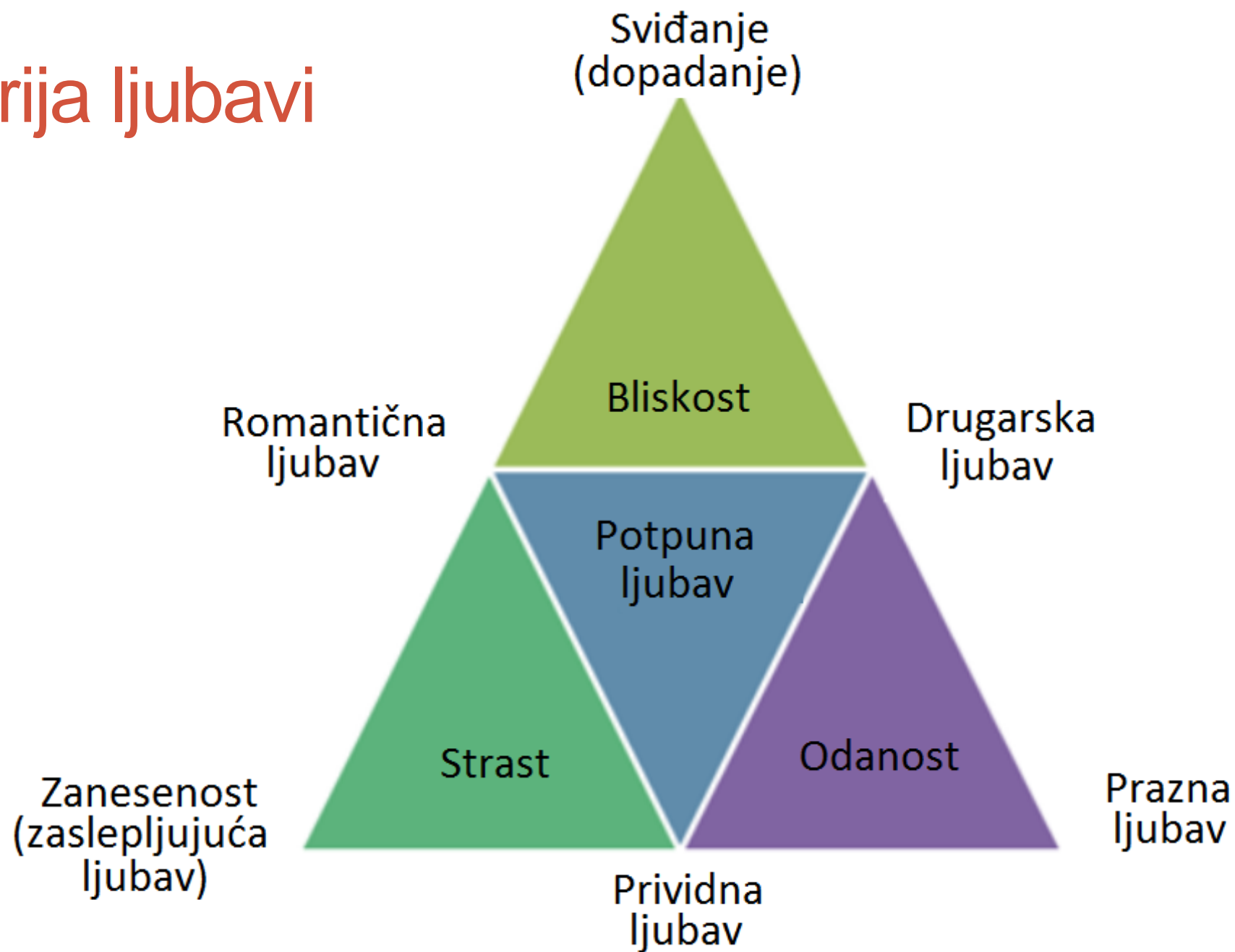
Vrste ljubavi

- **Drugarska ljubav** uključuje osećanja intimnosti i naklonosti koje osećamo prema nekome, a koji nisu praćeni strašću ili fiziološkom pobuđenošću
 - Postoji i u neseksualnim vezama (prijateljskim, između braće i sestara), ali i u seksualnim vezama
- **Strastvena ljubav** uključuje intenzivnu čežnju za drugom osobom koju karakteriše doživljaj fiziološke pobuđenosti u prisustvu osobe koju volimo
- Postoje kulturološke razlike!
 - Npr. u individualističkim društvima se više ceni strastvena, a u kolektivističkim drugarska ljubav

Trodelna teorija ljubavi

- **Sternberg (1986):**
- Tri osnovne komponente ljubavi su bliskost, strast i odanost
- **Bliskost** – osećanje intimnosti i povezanosti sa partnerom
- **Strast** – uzbuđenje i seksualna privlačnost
- **Odanost** – odnosi se na dve odluke:
 - Kratkoročna – da volite partnera i
 - Dugoročna – da ćete čuvati ljubav i ostati sa partnerom
- Konkretni ljubavni odnos se može sastojati i od samo jedne ili kombinacije dve ili sve tri komponente ljubavi

Trodelna teorija ljubavi



Tema za diskusiju

- Zašto neki ljudi ulaze u više istovremenih intimnih veza?
- Da li ljudi mogu istovremeno biti posvećeni partnerima u više istovremeno održavanih veza?
- Da li je (ne)zadovoljstvo jednom vezom i (ne)ispunjenost u jednoj vezi povezano sa zasnivanjem druge veze?

Poliamorija – etička ne-monogamija; konsenzualna romantična veza sa više partnera

Krši norme zapadne kulture koja zahteva monogamiju
U poliamornim vezama potrebe se mogu rasporediti na više partnera što potencijalno umanjuje očekivanje da jedan romantični partner treba da zadovolji sve ili većinu potreba u vezi



Mitchell, et al. (2013): Zadovoljenje potreba u poliamorijskim vezama

- **ISTRAŽIVAČKO PITANJE:**

- Kako je stepen zadovoljenosti potreba u dve istovremeno održavane veze povezan sa zadovoljstvom i posvećenošću u obe veze?
- Da li te dve veze utiču jedna na drugu i kako?

- **HIPOTEZE:**

- **Aditivni model:** zadovoljenje potreba sa jednim partnerom dovodi do većeg zadovoljstva u vezi i sa drugim partnerom.
- **Model kontrasta:** Održavanje više istovremenih veza umanjuje zadovoljstvo i posvećenost u svakoj od tih veza.
 - Ljubomora - druga veza se doživljava kao pretnja (od strane partnera)...
 - Dakle, stepen zadovoljenosti potreba u vezi sa jednim partnerom će negativno uticati na zadovoljstvo vezom i posvećenost drugom partneru
- **Model kompenzacije:** Manja zadovoljenost potreba u jednoj vezi kompenzuje se u drugoj vezi

Mitchell, et al. (2013):

Zadovoljenje potreba u poliamorijskim vezama

- **Uzorak: 1093 ispitanika** koji su istovremeno bar u dve veze
 - 57.0% Ž, 37.7% M, + ostalo
 - 67.6% žena biseksualne orijent.; 61.4% muškaraca heteroseksualne orijent.
 - 44% ima decu
- **MERE:**
 - **Zadovoljenost potreba** za autonomijom, bliskošću, emocionalnom podrškom, sigurnošću, samopoštovanjem, seksualna zadovoljenost i samoekspanzija (širenje iskustava)
 - **Zadovoljstvo vezama**
 - **Posvećenost vezama**
 - **Kontrolisani** neuroticizam i dužina veze

Mitchell, et al. (2013):
Zadovoljenje potreba u poliamorijskim vezama

- **REZULTATI:**

- **Stepen zadovoljenosti potreba u jednoj vezi nije uopšte povezan sa zadovoljstvom i posvećenošću u drugoj vezi!**
- Nisu dobijene potvrde aditivnog modela ni modela kompenzacije
- Dobijena je skromna potvrda za model kontrasta, ali objašnjava samo 1% varijanse zadovoljstva drugom vezom
- **Stepen zadovoljenosti potreba je bio konzistentno visok u obe veze**

Preporuke za učenje i zanimljivosti

- **Učite iz prezentacije:**

- Hipoteza popudaranja
- Procena alternativa i umanjivanje vrednosti alternativa

- **Neki interesantni članci i materijali:**

- Miller, R. S. (1997). Inattentive and contented: Relationship commitment and attention to alternatives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 758 –766. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.4.758>
- Mitchell, M.E., Bartholomew, K., & Cobb, R.J. (2013). Need Fulfillment in Polyamorous Relationships, *Journal of Sex Research*, 51 (3), 329-339. <https://doi.org/10.1080/00224499.2012.742998>
- Taylor, L.S., Fiore, A.T., Mendelsohn, G.A. & Cheshir, C. (2011). „Out of My League“: A Real-World Test of the Matching Hypothesis, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37 (7), 942-954. <https://doi.org/10.1177/0146167211409947>
- **Razgovor sa psihoterapeutkinjom o tome zašto ljudi varaju:**
https://www.mixcloud.com/U_raljama_ose%C4%87anja/u-raljama-ose%C4%87anja-10-prevara/