

# Ostvarivanje prijateljskih odnosa i društvena uključenost odraslih osoba s intelektualnim teškoćama

---

**Fabris, Alisa**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2021**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Education and Rehabilitation Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:158:704247>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-10**



*Repository / Repozitorij:*

[Faculty of Education and Rehabilitation Sciences - Digital Repository](#)



Sveučilište u Zagrebu  
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

Ostvarivanje prijateljskih odnosa i društvena uključenost  
odraslih osoba s intelektualnim teškoćama

Alisa Fabris

Zagreb, rujan 2021.

Sveučilište u Zagrebu  
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

# Ostvarivanje prijateljskih odnosa i društvena uključenost odraslih osoba s intelektualnim teškoćama

Ime i prezime studentice:

Alisa Fabris

Ime i prezime mentorice:

prof. dr. sc. Daniela Bratković

Ime i prezime komentorice:

prof. dr. sc. Anamarija Žic Ralić

Zagreb, rujan 2021.

## Izjava o autorstvu rada

Potvrđujem da sam osobno napisala rad *Ostvarivanje prijateljskih odnosa i društvena uključenost odraslih osoba s intelektualnim teškoćama* i da sam njegova autorica.

Svi dijelovi rada, nalazi ili ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima jasno su označeni kao takvi te su adekvatno navedeni u popisu literature.

Ime i prezime: Alisa Fabris

Mjesto i datum: Zagreb, rujan 2021.

*Zahvaljujem svojoj mentorici prof. dr. sc. Danieli Bratković i komentorici prof. dr. sc. Anamariji Žic Ralić na usmjeravanju kroz proces provedbe istraživanja, brzim odgovorima i prijedlozima kojima su pridonijele iz perspektive područja svog znanstvenog interesa.*

*Zahvaljujem svojim dragim sudionicima, članovima Udruge Ozana, za pristanak na sudjelovanje u istraživanju, za vrijeme koje su izdvojili i informacije koje su nesebično podijelili.*

*Hvala mojoj obitelji na svemu što su mi omogućili da budem ovdje gdje sam sada i mom Ericu što je uvijek tu za mene.*

Naslov rada: Ostvarivanje prijateljskih odnosa i društvena uključenost odraslih osoba s intelektualnim teškoćama

Ime i prezime studentice: Alisa Fabris

Ime i prezime mentorice: prof. dr. sc. Daniela Bratković

Ime i prezime komentorice: prof. dr. sc. Anamarija Žic Ralić

Program/modul: Edukacijska rehabilitacija/Inkluzivna edukacija i rehabilitacija

## Sažetak

Prijateljski odnosi i društvena uključenost važni su segmenti kvalitete života. Osobe s intelektualnim teškoćama, zbog nedostatka socijalnih kompetencija i adekvatne formalne i neformalne podrške, često nailaze na različite poteškoće u ostvarivanju prijateljskih odnosa i društvene uključenosti. Cilj rada bio je ispitati kvalitetu prijateljskih odnosa odraslih osoba s intelektualnim teškoćama, stupanj društvene uključenosti i njihovu međusobnu povezanost. Željelo se utvrditi koji čimbenici pospješuju, a koji otežavaju razvoj prijateljskih odnosa i društvene uključenosti s krajnjim ciljem definiranja smjernica i preporuka koje mogu poslužiti osobama iz okoline u pružanju podrške osobama s intelektualnim teškoćama.

Istraživanje je bilo kvalitativnog tipa, a u njemu je sudjelovalo osam odraslih osoba s intelektualnim teškoćama. Kao metoda prikupljanja podataka koristio se polustrukturirani intervju, a za metodu obrade podataka odabrana je analiza okvira. Analizom podataka dobiveno je šest tematskih područja s pripadajućim temama i kategorijama: doživljaj i značaj prijateljstva, osobna iskustva vezana uz prijateljske odnose, uključenost u zajednicu, čimbenici koji otežavaju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost, čimbenici koji pospješuju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost te povezanost društvene uključenosti i neovisnog življenja s prijateljskim odnosima.

Rezultati obrade podataka pokazali su da sudionici generalno iskazuju zadovoljstvo prijateljskih odnosima koje ostvaruju i vlastitom društvenom uključenosti, no isto tako navode različite želje vezane uz oba područja. Iako se obilježja njihovih prijateljskih odnosa ponekad razlikuju od obilježja prijateljstava osoba bez invaliditeta, prijatelji zauzimaju vrlo važno mjesto u njihovom životu. Uočena je obostrana povezanost prijateljskih odnosa i društvene uključenosti, a i na jedno i na drugo pozitivno utječe uključenost u udrugu. Prepoznati su i brojni drugi faktori koji otežavaju, odnosno olakšavaju razvoj prijateljstava i društvene uključenosti prema kojima su na kraju rada dane smjernice za poticanje prijateljskih odnosa i društvene uključenosti odraslih osoba s intelektualnim teškoćama.

Ključne riječi: prijateljski odnosi, društvena uključenost, odrasle osobe s intelektualnim teškoćama

Title: Developing friendships and social inclusion of adults with intellectual disabilities

Student: Alisa Fabris

Mentor: prof. Daniela Bratković, PhD

Co-mentor: prof. Anamarija Žic Ralić, PhD

Program/module: Graduate Study of Educational Rehabilitation/Department of Inclusive Education and Rehabilitation

## Summary

Friendships and social inclusion are important segments of quality of life. People with intellectual disabilities, due to the lack of social competencies and adequate formal and informal support, often encounter various difficulties in achieving friendships and social inclusion. The aim of this study was to examine the quality of friendships of adults with intellectual disabilities, the degree of social inclusion and their interconnectedness. Furthermore, the aim was to identify which factors have positive and which have negative impact on the development of friendships and social inclusion with the ultimate goal of defining guidelines and recommendations that can serve people from the environment in providing support to people with intellectual disabilities.

A qualitative approach was used in the research and participants were eight adults with intellectual disabilities. A semi-structured interview was used as the data collection method, and a frame analysis was chosen as the data analysis method. The data analysis revealed six thematic areas with related topics and subtopics: the experience and importance of friendships; personal experiences related to friendships; community involvement; factors that hinder the development of friendships and social inclusion; factors that promote the development of friendships and social inclusion; connection of social inclusion, independent living and friendships.

Results showed that participants generally express satisfaction with friendships they achieve and their social inclusion, but also state different wishes related to both areas. Although the characteristics of their friendships sometimes differ from the characteristics of friendships of persons without disabilities, friends have a very important place in their lives. The mutual connection between friendships and social inclusion was noticed and involvement in associations has positive impact on both. Numerous other factors that hinder or facilitate the development of friendships and social inclusion have been identified, according to which guidelines are given at the end of the paper that can help parents and professionals to encourage friendships and social inclusion of adults with intellectual disabilities.

Key words: friendships, social inclusion, adults with intellectual disabilities

# Sadržaj

<b>1. UVOD .....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. Prijateljski odnosi osoba s intelektualnim teškoćama .....</b>	<b>1</b>
1.1.1. Značaj prijateljskih međuljudskih odnosa .....	1
1.1.2. Obilježja prijateljskih odnosa osoba s intelektualnim teškoćama.....	3
1.1.2.1. Prepreke u ostvarivanju prijateljskih odnosa kod osoba s intelektualnim teškoćama ...	7
1.1.2.2. Strategije ostvarivanja i održavanja prijateljskih odnosa osoba s intelektualnim teškoćama .....	9
<b>1.2. Društvena uključenost osoba s intelektualnim teškoćama .....</b>	<b>10</b>
1.2.1. Društvena uključenost i neovisno življenje .....	10
1.2.2. Obilježja socijalne inkluzije osoba s intelektualnim teškoćama .....	12
1.2.2.1. Prepreke socijalnoj inkluziji .....	15
1.2.2.2. Strategije unaprjeđenja socijalne inkluzije .....	15
<b>1.3. Povezanost društvene uključenosti i razvijanja prijateljstava.....</b>	<b>16</b>
<b>2. PROBLEM I CILJ ISTRAŽIVANJA .....</b>	<b>17</b>
<b>3. METODE ISTRAŽIVANJA .....</b>	<b>18</b>
3.1. Metode prikupljanja podataka.....	18
3.2. Sudionici istraživanja.....	20
3.3. Način prikupljanja podataka .....	21
3.4. Analiza prikupljenih podataka .....	22
<b>4. REZULTATI ISTRAŽIVANJA I RASPRAVA .....</b>	<b>27</b>
4.1. Doživljaj i značaj prijateljstva.....	28
4.2. Osobna iskustva vezana uz prijateljske odnose .....	30
4.3. Uključenost u zajednicu .....	34
4.4. Utjecaj osobnih i okolinskih čimbenika na razvijanje i održavanje prijateljskih odnosa i društvenu uključenost .....	38
4.5. Povezanost društvene uključenosti i neovisnog življenja s prijateljskim odnosima .....	42
4.6. Ključni nalazi istraživanja.....	44



<b>5. ZAKLJUČAK</b> .....	<b>49</b>
<b>6. LITERATURA</b> .....	<b>53</b>
<b>7. PRILOZI</b> .....	<b>57</b>
7.1. PRILOG 1: Sporazum istraživača i sudionika u istraživanju.....	57
7.2. PRILOG 2: Zahvalnica za sudjelovanje u istraživanju .....	60

# 1. UVOD

Koncept kvalitete života osnova je za razvoj suvremenih modela podrške za osobe s invaliditetom, što znači da je njihov općeniti cilj poboljšanje individualne kvalitete života. Kvaliteta života multidimenzionalan je pojam koji obuhvaća različite subjektivne i objektivne čimbenike (Bratković i Rožman, 2006). Schalock (1986; 1996; 1997, prema Bratković i Rožman, 2006) definira osam ključnih dimenzija kvalitete života: emocionalna, materijalna i fizička dobrobit, međuljudski odnosi, socijalna uključenost, osobni razvoj, samoodređenje i ostvarivanje prava. U ovom je radu posebno istaknut značaj dviju spomenutih dimenzija koje su u sve većem fokusu suvremenih sustava podrške: međuljudskih odnosa, koje isti autor opisuje kao stupanj ostvarenih intimnih i bliskih odnosa s drugima, te socijalne uključenosti, koja je definirana kao prihvaćenost u zajednici uz ostvarenje socijalnih uloga i podrške od okoline. Pritom je u ovom radu naglasak stavljen na uspostavljanje i održavanje prijateljskih odnosa u povezanosti s društvenom uključenosti. Sukladno tome, dan je pregled dosadašnjih spoznaja o karakteristikama prijateljskih odnosa i društvene uključenosti osoba s intelektualnim teškoćama, a zatim su prikazani rezultati provedenog kvalitativnog istraživanja koji su uspoređeni s nalazima prijašnjih istraživanja. Polazeći od koncepta kvalitete života i u nastojanju da se istakne važnost suvremenih, u zajednici utemeljenih sustava podrške, željelo se identificirati moguće načine unaprjeđenja sustavnih službi podrške i neformalne podrške okoline s ciljem poboljšanja kvalitete prijateljskih međuljudskih odnosa i društvene uključenosti, a samim time i cjelokupne kvalitete života osoba s intelektualnim teškoćama.

## 1.1. PRIJATELJSKI ODNOSI OSOBA S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA

### 1.1.1. ZNAČAJ PRIJATELJSKIH MEĐULJUDSKIH ODNOSA

Prijateljstvo je jedna od najvećih vrijednosti koje imamo u životu. Čovjek je društveno biće i kao takvom trebaju mu prijatelji (Borčinović, 2009). Prijateljstvo je možda najbolje definirano sljedećom izjavom autorice Fehr (1996): „Svi znaju što je prijateljstvo – dok ih se ne pita da ga definiraju. Tada, čini se, nitko ne zna. Postoji toliko definicija prijateljstva koliko ima društvenih znanstvenika koji proučavaju ovu temu“ (str. 5). Iako postoji zaista veliki broj definicija prijateljstva, većina ima određene zajedničke sastavnice. Prijateljstvo se uglavnom

opisuje kao dobrovoljan, spontano ostvaren, blizak odnos u kojem osobe vole jedna drugu, obostrano ulažu u taj odnos, pružaju si podršku i uživaju u međusobnom društvu (Fehr, 1996). Aristotel razlikuje tri vrste prijateljstva: prijateljstvo radi koristi, prijateljstvo radi užitka i prijateljstvo radi njega samoga. Prve dvije vrste prijateljstva zapravo i ne smatra pravim prijateljstvima jer se u njima prijatelji vole radi određene koristi, odnosno užitka, a kada ta korist ili užitak nestanu, nestane i razlog za nastavak prijateljstva. Treći tip prijateljstva odnosi se na ono pravo, dubinsko prijateljstvo, kad prijatelj prijatelja voli radi njega samoga, a koje ujedno posljedično donosi i korist i ugodu. No, Aristotel smatra da su takva prijateljstva rijetka. Prijateljstvo je u uskoj vezi s ljubavlju, a i jedno i drugo traže uzajamno primanje i davanje (Borčinović, 2009). U različitim istraživanjima s odraslima iz opće populacije ispitivalo se što za njih znači prijatelj, odnosno prijateljstvo. Zajedničke su sljedeće ključne riječi kojima su ispitanici opisali značenje prijateljstva: reciprocitet, bliskost, prihvaćenost, međusobna podrška i pomaganje, povjerenje, iskrenost, jednakost te zajedničke aktivnosti i interesi (Fehr, 1996).

Prema Tipton (2011), faktori koji djeluju na kvalitetu prijateljstva su:

- Bliskost – obuhvaća međusobnu podršku, povjerenje, želju za zajedničkim provođenjem vremena, osjetljivost za drugoga u teškim životnim situacijama i međusobno sviđanje.
- Konflikti – svađe, nesuglasice, provociranje, napetost, dizanje glasa i negativni komentari.
- Pozitivni reciprocitet – odnosi se na podjednako ulaganje i dobivanje iz zajedničkog odnosa, razumijevanje tog odnosa i postojanje zajedničkih interesa. Kaže se da u prijateljstvu postoji pozitivni reciprocitet ako ono pozitivno utječe na osobu, a ta osoba uzvraća odnosnom koji također ima pozitivan utjecaj na drugoga.

Visoku kvalitetu prijateljstva karakterizira visoka razina bliskosti i reciprociteta, a niska razina konflikta (Berndt, 2002). Druge važne komponente prijateljstva su zajedničko provođenje vremena izvan škole, ustanove ili radnog mjesta, pripadnost većoj kohezivnoj grupi nasuprot izdvojenog prijateljstva i interaktivan odnos koji podrazumijeva uvrštavanje različitih aktivnosti u zajedničko provođenje vremena (Tipton, 2011).

Kvalitetni prijateljski odnosi dovode do boljeg mentalnog zdravlja, veće otpornosti na stres i općenito više kvalitete života (Huić i Smolčić, 2016). U istraživanju Vuletić i Mujkić (2002) ispitanici svih dobnih skupina navode prijateljske odnose među prvih šest najvažnijih odrednica

kvalitete života. U skladu s tim, Hapke (2002) također navodi kako je socijalna podrška u pozitivnoj korelaciji s kvalitetom života od djetinjstva do najstarije dobi. Prijateljstva su važna i za socijalni razvoj, ali je isto tako za razvoj prijateljstva potrebna određena razina socijalne kompetencije (Tipton i sur., 2013). Kvaliteta prijateljstva pokazala se važnijim aspektom od kvantitete, odnosno broja prijatelja. Visoka kvaliteta prijateljstva pozitivno utječe na razvoj samopouzdanja, prihvaćenost od vršnjaka, socijalnu prilagodbu i uključivanje, a kod djece potiče veću aktivnost u školi i smanjuje nepoželjna ponašanja. Nasuprot tome, prijateljstvo u kojem ima puno konflikata i drugih negativnih obilježja jača socijalno neprihvatljiva ponašanja jer osobe u takvom odnosu prenose stil svoje komunikacije i na interakciju s drugim ljudima. Isto tako, negativne karakteristike jednog prijatelja, kao što su, na primjer, slabije vještine socijalne prilagodbe, mogu imati negativni efekt na ponašanje i socijalni razvoj drugog prijatelja. Zanimljivo je da su pronađene razlike između utjecaja prijateljstva na djecu i na odrasle osobe. Tako je utjecaj prijateljstva na djecu specifičniji i odražava se na određena područja razvoja i osobine djeteta, a kod odraslih prijateljstvo utječe na cjelokupnu kvalitetu života (Berndt, 2002).

Strategije održavanja prijateljstva koje ljudi najčešće koriste, uglavnom spontano, su iskazivanje bliskosti, sudjelovanje u zajedničkim aktivnostima i održavanje interakcije. Te su strategije i učestalost njihovog korištenja povezane sa zadovoljstvom odnosom. Pronađene su razlike u korištenju navedenih strategija između žena i muškaraca pri čemu žene češće koriste iskazivanje bliskosti, a muškarcima su bitnije zajedničke aktivnosti. Sa zadovoljstvom odnosom povezana je i osobna percepcija partnerovog ulaganja u odnos koja se pokazala važnijom od toga koliko partner stvarno ulaže u taj odnos (Huić i Smolčić, 2016).

### 1.1.2. OBILJEŽJA PRIJATELJSKIH ODNOSA OSOBA S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA

Istraživanja potvrđuju da i osobama s intelektualnim teškoćama prijatelji zauzimaju vrlo važnu ulogu u životu (Knox i Hickson, 2001; Morris, 2001; Zlatarić, 2014; Fulford i Cobigo, 2016), a zajedničko druženje pruža im osjećaj sreće (Fulford i Cobigo, 2016). Ostvarenje prijateljskih odnosa povezuje se s boljom kvalitetom života osoba s intelektualnim teškoćama što potvrđuju i nalazi Friedmana i Rizzola (2018). Osobe s intelektualnim teškoćama koje su sudjelovale u njihovom istraživanju i navele da imaju prijatelje ostvarile su bolje rezultate na svih pet

ispitivanih područja: uključenost u zajednicu, osobna sigurnost, vršenje izbora, životni ciljevi i odnosi s drugima. Konkretnije, osobe su izvještavale da se osjećaju sigurnije u svojoj okolini, da imaju manje iskustava sa zlostavljanjem i zanemarivanjem te imaju bolje zdravlje uspoređujući s osobama koje nemaju prijatelje. Također, u većoj su mjeri uključene u odabir životnih ciljeva i donošenje važnih odluka o vlastitom životu vezanih uz stanovanje, zapošljavanje i intimne veze (Friedman i Rizzolo, 2018). Prijateljstva imaju značajnu ulogu u tranzicijskom razdoblju u odraslu dob te se smatraju jednim od ključnih elemenata uspješne tranzicije (Schuh i sur., 2015). Uz obitelj, prijatelji predstavljaju najvažniju neformalnu podršku u osnaživanju osoba s intelektualnim teškoćama, stvaranju pozitivne slike o sebi i ostvarivanju vrednovanih socijalnih uloga. Uloga prijatelja za njih same također predstavlja jednu od važnijih uloga u njihovom životu (Zlatarić, 2014).

Iako se dobrobiti koje proizlaze iz prijateljskih odnosa odnose na sve ljude, ne isključujući osobe s intelektualnim teškoćama, neka obilježja prijateljskih odnosa razlikuju se između opće populacije i populacije osoba s intelektualnim teškoćama. U provedenim istraživanjima pokazalo se da osobe s intelektualnim teškoćama uglavnom imaju manji broj prijatelja od tipične populacije (Friedman i Rizzolo, 2018), a prijateljstva najčešće ostvaruju s osobama koje također imaju intelektualne teškoće (Knox i Hickson, 2001; Emerson i McVilly, 2004). Iako su im prijatelji jednako važni kao i drugima, teže ih pronalaze (Morris, 2001). Manje su zadovoljni prijateljskim odnosima (Friedman i Rizzolo, 2018) i procjenjuju ih manje kvalitetnima, uz nižu razinu bliskosti i pozitivnog reciprociteta (Tipton i sur., 2013). Sudjeluju u ograničenom broju zajedničkih aktivnosti te se one najčešće odvijaju u javnosti, a rjeđe u privatnim prostorima (Emerson i McVilly, 2004). Te su aktivnosti većinom povezane s nekim organiziranim uslugama u sklopu dnevnih centara, udruga i radnih mjesta, a manje s neformalnim druženjima (Callus, 2017). U istraživanju Knoxa i Hicksona (2001) dobiveni su rezultati koji upućuju da je osmišljavanje zajedničkih aktivnosti povezano sa samopercepcijom autonomije. Sudionici koji su imali nižu percepciju vlastite autonomije sudjelovali su u manjem broju zajedničkih, većinom uvijek istih aktivnosti koje su naučene i rutinske. Nasuprot tome, sudionici s višom percepcijom autonomije navodili su više različitih mogućnosti provođenja vremena s prijateljima. Emerson i McVilly (2004), s druge strane, smatraju da su životni uvjeti bolji prediktor vrste aktivnosti u koju će se osoba uključiti sa svojim prijateljima nego same karakteristike osobe. Nadalje, važan aspekt prijateljskih odnosa je reciprocitet, odnosno uzajamnost, što u nekim slučajevima nije prisutno u prijateljstvima koja ostvaruju osobe s intelektualnim teškoćama. Na primjer, Callus (2017) pretpostavlja da ljudi koje su osobe s

intelektualnim teškoćama naveli kao prijatelje, poput osoblja i članova obitelji, nerijetko ne bi njih na prvom mjestu nazivali prijateljima. Bigby (2008) ističe kako čak 83% osoba s intelektualnim teškoćama koje su sudjelovale u istraživanju smatra nekog člana osoblja prijateljem, 50% sudionika kao prijatelja navodi sustanara, a samo 25% sudionika ima prijatelja izvan stambene zajednice. Moguće je, naime, da osoba s intelektualnim teškoćama zaista uspostavi blizak odnos s članom osoblja, no odlazak tog člana s radnog mjesta obično će završiti i prekidom odnosa što nije inače uobičajeno za prijateljski odnos (McCausland i sur., 2017).

Prema Callus (2017), osobe s intelektualnim teškoćama najčešće ostvaruju prijateljstva s osobama koje također imaju intelektualne teškoće, uglavnom pripadnicima udruge ili programa u koje su sami uključeni, a u slučaju da navode i neke osobe tipičnog razvoja, to su uglavnom njihovi članovi obitelji, osoblje, partneri i suradnici na poslu. Važno je da se to ne generalizira na sve osobe s intelektualnim teškoćama jer pojedine jasno razlikuju prijateljske odnose od ostalih vrsta odnosa. Ista autorica također tumači da to što osobe s intelektualnim teškoćama većinom sklapaju prijateljstva međusobno, ne mora biti loše. Takva se prijateljstva ne smiju podcijeniti jer se ponekad u njima može ostvariti veći reciprocitet nego u prijateljstvima s osobama bez invaliditeta. Osim toga, autorica tvrdi da osobe s intelektualnim teškoćama razlikuju prijateljske odnose od drugih prema određenom vlastitom kriteriju te ne smatraju prijateljima sve ljude s kojima su u kontaktu. Knox i Hickson (2001) potvrđuju da osobe s intelektualnim teškoćama razlikuju prijateljstvo od partnerskih odnosa uz koje vežu veću razinu intimnosti, uzbuđenje i fizičko privlačenje. Oni koji imaju partnera navode kako je to poseban osjećaj koji se ne može usporediti ni sa jednim drugim odnosom pa tako niti s prijateljskim.

Navedene razlike i poteškoće u sklapanju prijateljskih veza mogle bi biti rezultat smanjenih prilika za upoznavanje novih ljudi, a samim time i prilika za potencijalno stvaranje prijateljstva. Friedman i Rizzolo (2018) navode nekoliko faktora koji utječu na imanje prijatelja. Prvi je faktor stupanj dnevne podrške pri čemu veća podrška, koja se odnosi na primanje svakodnevne višesatne podrške, dovodi do dva puta manje vjerojatnosti za stvaranje prijateljstava. Negativan utjecaj potrebe za stalnom podrškom i prisustvom druge osobe na prijateljske odnose potvrđuje i Morris (2001). Drugi je faktor zaposlenje, s time da zapošljavanje u kompetitivnim uvjetima i zapošljavanje uz podršku povećavaju vjerojatnost za sklapanje prijateljstva dva puta. Treće, važnim se ustanovilo poštovanje osobe od obitelji i osoblja koje povećava vjerojatnost ostvarivanja prijateljstava za četiri puta. Dva čimbenika za koja se utvrdilo da najviše pridonose razvoju prijateljstva su poznavanje želja osobe i njezine potrebe za sklapanjem prijateljstava od okoline (povećava vjerojatnost 15 puta) i organizacija podrške u razvijanju, održavanju i

poboljšanju prijateljskih odnosa (povećava vjerojatnost 18 puta) koji u interakciji dovode do čak 30 puta veće vjerojatnosti za stvaranje prijateljskih odnosa. Može se zaključiti da podrška osoblja i obitelji imaju jako veliku, ako ne i najveću, ulogu u ostvarivanju prijateljskih veza osoba s intelektualnim teškoćama (Friedman i Rizzolo, 2018).

Teškoće u sklapanju prijateljstava prisutne su još od djetinjstva osoba s intelektualnim teškoćama te se samo nastavljaju kroz odraslu dob. Prvi problem koji se spominje je odvojeno školovanje u posebnim ustanovama zbog kojeg djeca s teškoćama u razvoju nemaju uobičajene prilike za uvježbavanje socijalnih i komunikacijskih vještina (Morris, 2001). Događa se da čak i djeca s intelektualnim teškoćama koja su uključena u redovne škole često primaju manje socijalne podrške od vršnjaka, iako im je ona potrebna još i više kako bi se potaknuo njihov socijalni i emocionalni razvoj. Već djeca osnovnoškolske dobi shvaćaju važnost prijateljstva čemu u prilog ide njihovo navođenje prijatelja kao najvećeg izvora podrške odmah nakon roditelja (Hapke, 2015). U istraživanju Tipton i sur. (2013) adolescenti s intelektualnim teškoćama i njihove majke zaključili su da adolescenti s intelektualnim teškoćama imaju manje kvalitetna prijateljstva s nižom razinom bliskosti i pozitivnog reciprociteta te se manje njih druži s prijateljima i izvan škole. Također, uglavnom nisu dio većih grupa, već se druže s jednim vršnjakom ili u manjoj grupi. Značajnim čimbenicima kvalitete prijateljstva pokazali su se problemi u ponašanju i socijalne vještine. Što se tiče problema u ponašanju, eksternalizirani problemi su puno jači prediktor od internaliziranih, no internalizirani također nepovoljno djeluju na razvoj prijateljstva. Prema Tipton (2011), interakcije između adolescenata s intelektualnim teškoćama primarno se odnose na igru ili aktivnosti zajedničkog interesa, a manje na kooperativne aktivnosti i one u kojima se izgrađuje blizak odnos. Nadalje, socijalne vještine i problemi u ponašanju u djetinjstvu značajno utječu na kasniju bliskost i pozitivni reciprocitet u odnosima. Zbog svega navedenog, kako bi se razvili kvalitetni vršnjački odnosi u odrasloj dobi, potrebno je na njima početi raditi još od djetinjstva (Morris, 2001).

Opis prijateljstva kod osoba s intelektualnim teškoćama u većini se slučajeva ne razlikuje puno od opisa koji bi dala osoba bez invaliditeta. Za njih su prijatelji osobe s kojima imaju posebnu povezanost, koje su im važne i koje im nedostaju kada nisu zajedno. S njima provode puno vremena u raznovrsnim aktivnostima i u tome uživaju. Često ih spajaju zajednički interesi o kojima mogu razgovarati i u koje se zajedno mogu uključivati. Jako važnom ističu međusobnu podršku koja se odnosi na pomaganje, davanje savjeta, ali i povjerenje, dijeljenje tajni i emocionalni oslonac u teškim situacijama. S prijateljima ih nerijetko veže zajednička prošlost i iskustva kroz koja su zajedno prošli. Neki ističu da su se s prijateljima upoznali u školi i

danas ostali u bliskom odnosu (Knox i Hickson, 2001). Osobe s intelektualnim teškoćama ističu da je prijatelj netko tko im se sviđa kao osoba i fizički, netko s kim im je zabavno provoditi vrijeme i s kim idu u kafiće, klubove, kino, kupovinu, na ručak i na izlete te s kim se mogu šaliti i zadirkivati (Fulford i Cobigo, 2016; Callus, 2017). Osim zajedničkih interesa navode da su njihovi prijatelji slični njima, što se konkretno odnosi na to da su oni također osobe s invaliditetom i imaju približno jednaku razinu funkcioniranja (Fulford i Cobigo, 2016). Bitno im je da njihov prijatelj nema značajno nižu razinu funkcioniranja kako bi mogli međusobno komunicirati (Brackenridge i McKenzie, 2005). Međusobno si pružaju podršku koja može biti u obliku fizičke pomoći u svakodnevnim aktivnostima ili u obliku emocionalne podrške pri čemu naglašavaju da je pružanje pomoći obostrano (Callus, 2017). Provođenje vremena s prijateljima u njima budi pozitivne osjećaje i podiže raspoloženje, a razdvojenost potiče osjećaj nedostajanja. Važnom karakteristikom prijateljstva navode dobru komunikaciju koja se odnosi na iskrenost, povjerenje i čuvanje tajni. Ipak, zanimljivo je da, iako komunikaciju navode izrazito važnom, istraživanja pokazuju da osobe s intelektualnim teškoćama često nisu u kontaktu sa svojim prijateljima kada su fizički razdvojeni (Fulford i Cobigo, 2016).

Postoje, s druge strane, i istraživanja koja daju drukčije rezultate, odnosno u kojima se mogu primijetiti određene razlike u shvaćanju pojma „prijateljstvo“ između osoba s intelektualnim teškoćama i opće populacije. Prema Watt i sur. (2010) osobe sa sindromom Down postigle su niže rezultate u razlikovanju sličica na kojima su bili prikazani prijatelji od onih na kojima nisu bili prikazani prijatelji te su češće za slike na kojima su prikazani prijatelji odabirali one na kojima su bili učitelji i članovi obitelji što upućuje na to da takve vrste interakcija smatraju prijateljstvima. Što se tiče razlikovanja prijateljskih od neprijateljskih ponašanja, imali su približno iste rezultate kao kontrolna skupina koju su činile osobe tipičnog razvoja odgovarajuće kronološke dobi i djeca tipičnog razvoja odgovarajuće mentalne dobi.

#### 1.1.2.1. Prepreke u ostvarivanju prijateljskih odnosa kod osoba s intelektualnim teškoćama

Postoje brojni čimbenici koji potiču odnosno sprječavaju razvoj prijateljstva, a možemo ih podijeliti na karakteristike okoline i karakteristike same osobe. Mjesto stanovanja predstavlja važan faktor. Tako osobe s intelektualnim teškoćama koje žive samostalno ili u zajednici češće viđaju svoje prijatelje od onih osoba koje žive u instituciji. Veliki je problem, pogotovo kod osoba s većim teškoćama, ovisnost o osoblju ili obitelji. Za redovito viđanje s prijateljima



potrebno je osigurati dovoljan broj osoblja za pratnju osobama s invaliditetom koje ne mogu samostalno ići na druženja, bez obzira radi li se o osobama koje žive u stambenoj zajednici ili instituciji. Istovremeno, treba voditi računa o tome da osoblje ne narušava privatnost te da osigura osobi s intelektualnim teškoćama prostor i vrijeme za privatne razgovore s prijateljima. Također, kao prepreku posjećivanju prijatelja osobe s intelektualnim teškoćama navode nemogućnost pristupa javnom prijevozu, ali i strah od samostalnog odlaska u grad i postupanja drugih ljudi prema njima kao osoba s invaliditetom (Fulford i Cobigo, 2016). Moguće je da je navedeno uvjetovano osobinama ličnosti osobe, no jasno je da je i posljedica predrasuda i negativnih stavova društva koji su još uvijek prisutni prema osobama s invaliditetom. Potencijalne prepreke održavanju odnosa su i dodatne teškoće koje imaju osobe s intelektualnim teškoćama. To mogu biti komunikacijske teškoće zbog kojih osoba može, na primjer, biti spriječena komunicirati preko telefona ili motoričke koje, na primjer, mogu otežavati transport i kretanje po gradu (Morris, 2001). Treba imati na umu da osobe s intelektualnim teškoćama općenito imaju poteškoća u socijalnoj interakciji koje proizlaze iz nepoželjnih ponašanja, govornih i komunikacijskih teškoća te teškoća u kontroli vlastitog socijalnog ponašanja i prilagodbi na komunikacijske potrebe drugoga (Carter i Hughes, 2005, prema Žic Ralić i Ljubas, 2013). Canney i Byrne (2006, prema Žic Ralić, 2014) izvještavaju i o teškoćama procesuiranja socijalnih informacija kod djece s intelektualnim teškoćama koje se očituju u neuspješnom pronalaženju ispravnih socijalnih reakcija i praćenju njihovog učinka, a dovode do nesigurnosti i manjka samopouzdanja. Prema Žic Ralić (2014) sve su to mogući razlozi otežanog uspostavljanja bliskih odnosa, a suprotno tome, primjerene socijalne vještine predstavljaju preduvjet ostvarenja vršnjačkih odnosa, ali i inkluzije u zajednicu. Za neuspješno održavanje prijateljstava osobe s intelektualnim teškoćama odgovornim smatraju i ograničenu mogućnost odlučivanja i kontrole nad vlastitim životom pri čemu dodatno ističu nemogućnost ili neznanje o samostalnom upravljanju novcem (Fulford i Cobigo, 2016). Iz navedenog se jasno nazire potreba za snažnijim poticanjem samoodređenja i samozastupanja kod osoba s intelektualnim teškoćama (Bratković 2012; Zlatarić, 2014). Treba ipak spomenuti da su u pojedinim istraživanjima dobiveni i drukčiji rezultati. Na primjer, McCausland i sur. (2017) izvještavaju o dobivenim minimalnim razlikama u ostvarivanju prijateljskih odnosa između osoba koje žive u instituciji i onih koje žive u organiziranom stanovanju iako se u puno drugih istraživanja to pokazalo značajnim faktorom.

U istraživanju Emersona i McVillyja (2004) razina adaptivnog ponašanja ostvarila je statistički značajnu pozitivnu korelaciju s vjerojatnošću sklapanja prijateljstava što znači da je niža razina

adaptivnog ponašanja također jedna od mogućih barijera sklapanju prijateljstava. Ostali ispitivani čimbenici poput dobi, spola, rase, psihičkih problema, problema u ponašanju, postojanja senzorne dezintegracije i bolovanja od epilepsije pokazali su se manje važnima.

Iako postoje brojne prepreke na koje osobe s intelektualnim teškoćama nailaze u procesu uspostavljanja i održavanja prijateljstava, izgleda da su one ipak manje nego u slučaju partnerskih odnosa što ukazuje na to da je situacija na tom području još i lošija (Fulford i Cobigo, 2016).

#### 1.1.2.2. Strategije ostvarivanja i održavanja prijateljskih odnosa osoba s intelektualnim teškoćama

Osobe s intelektualnim teškoćama same predlažu niz strategija koje pospješuju održavanje prijateljstava. Neke od njih vezane su uz sam odnos i interakciju s prijateljima (Knox i Hickson, 2001), a neke uz fizičku i socijalnu okolinu (Fulford i Cobigo, 2016). Tako navode da je za održavanje odnosa važno poštivanje dogovora, stvaranje kompromisa i sudjelovanje u aktivnostima koje su i jednom i drugom prijatelju zanimljive. Važnim čimbenikom naglašavaju redoviti kontakt, odnosno izdvajanje dovoljno vremena za svog prijatelja. Od samog kontakta, bio on u obliku posjećivanja ili telefoniranja, još je važnije da to zajedničko vrijeme bude privatno, bez drugih ljudi, da bude „samo za njih“. To posebno ističu prijatelji koji žive zajedno u stambenoj zajednici. Oni svakako imaju redoviti kontakt, no problem je u tome što često nemaju osigurano vrijeme koje provode nasamo bez drugih stanara. Također, navode da prisjećanje zajedničkih trenutaka i proživljenih iskustava te razgovor o njima povećavaju bliskost u prijateljskom odnosu (Knox i Hickson, 2001). Među strategijama koje se odnose na fizičku i socijalnu okolinu spominju se omogućavanje života u zajednici, odnosno izvan institucije, postojanje i pristup većem broju usluga i programa gdje je moguće upoznavanje novih ljudi, veći broj dostupnog osoblja u ustanovama i omogućen pristup javnom prijevozu (Fulford i Cobigo, 2016). Život u organiziranom stanovanju i uključenost u udruge doprinose uspostavljanju većeg broja prijateljstava (Zlatarić, 2014).

Posebno se naglašava uloga osoblja koje pruža podršku u uspostavljanju i održavanju prijateljstava. Osobe s intelektualnim teškoćama smatraju da bi ih osoblje trebalo poticati, ohrabrivati i podržavati u razvijanju odnosa, osiguravati im pravo na privatnost i savjetovati ih u teškim situacijama poput svađa i prekida prijateljstava, a u praksi je situacija često potpuno obrnuta (Knox i Hickson, 2001; Fulford i Cobigo, 2016). Iz tog razloga proizlazi potreba za

edukacijama osoblja o aktivnoj podršci s ciljem osvještavanja da njihovi korisnici trebaju podršku, a ne skrb (Abbott i McConkey, 2006). Osobe koje žive u obitelji isto očekuju od svojih članova obitelji (Fulford i Cobigo, 2016).

U svijetu postoje različiti programi osmišljeni, između ostalog, za razvijanje prijateljskih veza i širenje socijalne mreže podrške. Jedan od tranzicijskih programa koji je donesao vrlo pozitivne rezultate je Youth Empowerment Series (YES). U programu su adolescenti s teškoćama u razvoju i njihovi vršnjaci tipičnog razvoja sudjelovali u različitim zajedničkim zadacima i radionicama vezanima uz tranzicijski period, a program je izrodio puno novih prijateljstava. Zanimljivo je da su se adolescenti bez teškoća u razvoju koji su sudjelovali u programu iznenadili kako je zapravo lako biti prijatelj s djecom s teškoćama u razvoju, što potvrđuje da postoji negativan utjecaj neosnovanih pretpostavki na stupanje u interakciju s osobama s invaliditetom (Schuh i sur., 2015).

## 1.2. DRUŠTVENA UKLJUČENOST OSOBA S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA

### 1.2.1. DRUŠTVENA UKLJUČENOST I NEOVISNO ŽIVLJENJE

Društvena uključenost širok je i multidimenzionalan pojam koji za svakog čovjeka može imati različito značenje (Bigby i Fyffe, 2009). U različitim istraživanjima (Morris, 2001; Abbott i McConkey, 2006; Leutar i sur., 2014) uglavnom obuhvaća sljedeće: prisustvovanje raznim manifestacijama u zajednici, korištenje njezinih resursa, komunikaciju s ljudima iz lokalne zajednice, posjećivanje kafića, kazališta, kina, muzeja, koncerata, priredbi i drugih javnih događaja i ustanova, odlazak na izlete i putovanja, sudjelovanje u kreativnim, rekreativnim, sportskim i vjerskim aktivnostima, korištenje interneta i moderne tehnologije, praćenje aktualnosti u lokalnoj sredini, neformalna druženja i ostvarivanje različitih interpersonalnih odnosa u zajednici, informiranost i zapošljavanje. Najvažnija komponenta uključenosti u zajednicu je ona kvalitativna, a naziva se još i pripadnost zajednici. Pripadnost zajednici je vlastiti osjećaj stvarne povezanosti sa socijalnom i fizičkom okolinom te resursima i uslugama koje ona pruža. Osobi može biti osiguran pristup nekoj usluzi, no to ne podrazumijeva nužno socijalnu inkluziju. Nepotrebno je forsiranje osoba s intelektualnim teškoćama na uključivanje u različite aktivnosti bez uspostavljanja socijalnih odnosa s drugima. Tek kada je prisutan osjećaj pripadnosti, može se govoriti o pravoj društvenoj uključenosti (Bratković, 2012).

Društvena uključenost usko je povezana s pokretom za neovisno življenje osoba s invaliditetom. Neovisno življenje je koncept koji pretpostavlja da osobe s invaliditetom imaju jednake mogućnosti za život i sudjelovanje u zajednici kao i osobe bez invaliditeta, da budu slobodne i neovisne u donošenju odluka bez prisile okoline te da imaju kontrolu nad vlastitim životom (Bracking i Cowan, 1998). Neovisno življenje znači osiguravanje cjelovitog, smislenog života i jednakih mogućnosti, a ne samo fizičko smještanje u vlastiti dom u zajednicu. Ponekad se događa da okolina, uključujući i osoblje, krivo shvaća ovaj pojam svodeći ga na osnovne svakodnevne aktivnosti poput ustajanja, hranjenja i odlaska na spavanje misleći pritom da se takav život može nazvati neovisnim jer osoba živi u zajednici. Iako ovi pojmovi jesu usko povezani, bitno je napraviti razliku između njih jer smještanje osobe u zajednicu ne znači nužno i neovisno življenje. Ono se nikako ne smije svesti samo na osnovno preživljavanje, već se mora temeljiti na konceptu kvalitete života i zadovoljiti kriterije da osoba ima mogućnost uključivanja i prava na izbor (Evans, 2003).

Na značaj života u zajednici osoba s invaliditetom upućuje i Konvencija UN-a o pravima osoba s invaliditetom, točnije Članak 19. „Neovisno življenje i uključenost u zajednicu“. Prema Članku 19., države potpisnice Konvencije, među kojima je i Republika Hrvatska, dužne su osobama s invaliditetom omogućiti da same odaberu gdje će i s kim živjeti bez nametanja načina života od drugih, obavezne su osigurati različite službe potpore koje će pomoći osobi da se uključi u zajednicu, a spriječiti socijalnu izolaciju i segregaciju te omogućiti ravnopravni pristup svim uslugama i objektima koji su namijenjeni općoj populaciji (UN, 2006). Iz ovog se članka može iščitati da su za neovisan život u zajednici potrebna tri elementa koja je potrebno osigurati: pravo na izbor, podrška i uključivanje. Dakle, inkluzija ne znači samo smještanje osoba s invaliditetom u različite modele organiziranog stanovanja u zajednici, već pružanje mogućnosti aktivnog doprinosa i sudjelovanja koje imaju svi drugi ljudi, od obrazovanja, zaposlenja pa do aktivnosti slobodnog vremena, a samim time i pružanje potrebne podrške pomoću koje se navedeno može ostvariti. Nadalje, inkluzija podrazumijeva uključivanje u aktivnosti i odnose uobičajene za opću populaciju, odnosno osobe odgovarajuće dobi (Towel, 2012). Osim Konvencije, pravo na život u zajednici regulirano je brojnim nacionalnim i međunarodnim dokumentima. Na žalost, ova određenja često ostaju samo na papiru, a u praksi se, iako su države potpisnice obvezne ispoštovati ova načela, vidi drukčija situacija. Niti same osobe s invaliditetom nisu zadovoljne njihovom provedbom (Bratković, 2012).

## 1.2.2. OBILJEŽJA SOCIJALNE INKLUZIJE OSOBA S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA

Same osobe s intelektualnim teškoćama socijalnu inkluziju opisuju kao prihvaćenost u društvu, mogućnost korištenja usluga zajednice te omogućavanje prilika za razgovor i upoznavanje novih ljudi (Abbott i McConkey, 2006). Ponekad društvo ne percipira socijalnu isključenost na potpuno jednak način kao osobe s invaliditetom i zaboravlja na određene njezine aspekte. Iz tog je razloga pri kreiranju zakonodavnih okvira i različitih programa nužno ispitati iskustva osoba s invaliditetom, a ne temeljiti ih na pretpostavkama opće populacije (Morris, 2001).

Minton i sur. (2002) govore o nezadovoljavajućoj razini društvene uključenosti osoba s intelektualnim teškoćama, pogotovo kod onih starije životne dobi. Osobe s intelektualnim teškoćama češće žive u institucijama ili u roditeljskom domu, a rjeđe samostalno, što dovodi do ograničenih mogućnosti za interakciju s lokalnom zajednicom i formiranje novih socijalnih veza. S druge strane, oni koji žive u zajednici uglavnom sudjeluju i u aktivnostima tipičnim za opću populaciju te imaju priliku uspostavljati i održavati odnose s ljudima iz lokalne zajednice. Ipak, stanovanje u zajednici ne znači samo po sebi bolju društvenu uključenost. Poražavajući je rezultat dobiven u istraživanju Forrester-Jones i sur. (2006) u kojem čak ni 12 godina života u zajednici nakon preseljenja iz ustanove nije rezultiralo potpunom socijalnom inkluzijom sudionika. U istraživanju Abbott i McConkeyja (2006) neki sudionici ističu pozitivna, a neki negativna iskustva vezana uz društvenu uključenost, a ona se razlikuju ovisno o osobnim vještinama sudionika, odnosu osoblja, stavovima lokalne zajednice prema osobama s invaliditetom, mogućnosti pristupa uslugama u zajednici i mjestu stanovanja.

Uključenost osoba s invaliditetom u zajednicu ispitivala se i u Republici Hrvatskoj. Dobiveni rezultati (Leutar i sur., 2014; Bratković i sur., 2018) ukazuju na to da osobe s intelektualnim teškoćama često nemaju potrebnu socijalnu mrežu što dovodi do izoliranosti, a posebno se to ističe kod osoba starije životne dobi. Također, u određenim se slučajevima osobe s intelektualnim teškoćama ne konzultiraju o promjeni oblika smještaja što je jedan od primjera neprovođenja prava na izbor propisanog Člankom 19. Konvencije. Osobe s intelektualnim teškoćama koje kraći period žive u stambenim zajednicama izvan institucije uglavnom ostvaruju kontakte s osobljem i sustanarima, a osobe koje su dulje vrijeme deinstitutionalizirane nešto češće ostvaruju odnose i s osobama izvan stambene zajednice (Bratković i sur., 2018). Rezultati istraživanja Leutara i sur. (2014) pokazuju generalno nedovoljnu uključenost osoba s invaliditetom u zajednicu. Ona varira ovisno o pojedinim

sociodemografskim obilježjima i funkcionalnim sposobnostima osobe. Značajna povezanost dobivena je između društvene uključenosti i stupnja obrazovanja, radnog statusa, materijalnog statusa i zadovoljstva životom. Također, osobe s boljim funkcionalnim sposobnostima više su uključene u lokalnu zajednicu. Jedan od najučestalijih načina uključivanja osoba u zajednicu je druženje s prijateljima te su na toj subskali dobiveni najbolji rezultati. S druge strane, najlošiji su rezultati dobiveni na subskalama samozastupanje, slobodno vrijeme i upotreba moderne tehnologije i stručne literature što upućuje na to da je ovim područjima potrebno posebno posvetiti pažnju. Izrazito važnom za društvenu uključenost pokazala se informiranost osobe o lokalnoj zajednici i uslugama koje ona pruža. Minton i sur. (2002) smatraju da aktivnosti svakodnevnog života koje su što sličnije onima kod opće populacije pozitivno djeluju na društvenu uključenost, a u isto vrijeme veća uključenost dovodi do uobičajenijih ponašanja i životnih želja. Kao najčešće razloge neuključenosti sudionici hrvatskog istraživanja (Leutar i sur., 2014) navode fizičko zdravlje, ali i nepostojanje volje i interesa za sudjelovanjem. Ističu kako je potrebno, s jedne strane, raditi na mijenjanju stavova i razbijanju predrasuda društva, a s druge, poticati obrazovanje i zapošljavanje osoba s invaliditetom te osnaživati njih i njihove obitelji. Lošija uključenost vidljiva je u ruralnim sredinama što bi se moglo objasniti nepostojanjem javnog prijevoza ili slabijom prometnom povezanošću te manjim brojem ponuđenih organiziranih aktivnosti i programa (Abbott i McConkey, 2006). Prema Zlatarić (2014) društvena uključenost u nas znatno je povezana sa sudjelovanjem u aktivnostima udruga za osobe s intelektualnim teškoćama. Sljedeći faktori ključni i za neovisno življenje i uključenost u zajednicu koje treba spomenuti su: stupanj invaliditeta, prilagođenost pristupa uslugama i institucijama, neovisno donošenje odluka i samostalnost. Viši stupanj invaliditeta otežava neovisno življenje i uključenost u zajednicu, a bolja prilagođenost, neovisnost u donošenju odluka i veća samostalnost olakšavaju isto. Samostalnije osobe češće sudjeluju u kućanskim i obiteljskim aktivnostima i iskazuju bolju kvalitetu života, a kao razloge za to navode zadovoljstvo time što mogu samostalno sudjelovati u aktivnostima i veći osjećaj korisnosti za obitelj i zajednicu (Tarandek i Leutar, 2017). Ovdje treba spomenuti važnost vrednovanih socijalnih uloga – uloga koje se cijene u društvu, odnosno uloga zbog kojih se osoba osjeća cijenjeno. Ostvarivanje vrednovanih socijalnih uloga pomaže osobi da se osjeća prihvaćeno i uključeno u društvo (Zlatarić, 2014).

Društvenoj uključenosti osoba s intelektualnim teškoćama pridonosi sudjelovanje u svrsishodnim aktivnostima koje podrazumijevaju sudjelovanje u različitim kućanskim aktivnostima te aktivnostima slobodnog vremena i rada. Uključivanjem u smislene aktivnosti,

osobama s intelektualnim teškoćama daje se prilika da stječu nove vještine i navike, aktivno pridonose okolini i razvijaju osjećaj vlastite vrijednosti i samopouzdanja. Istovremeno, razvija se veća samostalnost u aktivnostima svakodnevnog života i stvaraju preduvjeti za omogućavanje neovisnog življenja (Bratković, 2012). Sudjelovanje u svrhovitim aktivnostima povezano je s ostvarivanjem vrednovanih socijalnih uloga i boljom kvalitetom života (Bratković i Rožman, 2006). Stoga, suvremeni modeli podrške za osobe s invaliditetom moraju biti usmjereni k procesu normalizacije, odnosno osiguravanju što prirodnijih životnih uvjeta (Minton i sur., 2002). Osim same uključenosti u svrsishodne aktivnosti, socijalnoj inkluziji dodatno pridonosi ako se one provode zajedno s drugim ljudima u lokalnoj zajednici. S druge strane, segregacija i provođenje vremena u programima namijenjenim isključivo osobama s invaliditetom koji ne potiču interakciju s ostalim ljudima iz zajednice imaju suprotan učinak (Bratković, 2012).

Društvena uključenost u korelaciji je i s kvantitetom i kvalitetom socijalnih mreža podrške. Sudionici istraživanja Bratković i sur. (2018) ukazuju na potrebu za stvaranjem bolje mreže socijalnih odnosa i bolje interakcije među sustanarima, većom podrškom prijatelja, obitelji i stručnjaka, pružanjem prilika za izbor na dnevnoj razini, sudjelovanjem u svrsishodnim aktivnostima i dobivanjem naknade za rad. Socijalne mreže podrške kod osoba s intelektualnim teškoćama potiču razvoj osjećaja sigurnosti, pripadnosti, vlastite vrijednosti i pozitivne slike o sebi te pozitivno utječu na izgradnju osobnog identiteta. Većina se autora slaže da osobe s intelektualnim teškoćama imaju manju mrežu podrške od osoba bez invaliditeta (Forrester-Jones i sur., 2006; Lippold i Burns, 2009; Bratković, 2012; McCausland i sur., 2017) iako se prosječan broj članova socijalne mreže podrške podosta razlikuje u istraživanjima, od svega 1.92 (Bigby, 2008) do čak 22 (Forrester-Jones i sur., 2006). Robertson i sur. (2001) navode da mrežu socijalne podrške osoba s intelektualnim teškoćama većinom čini obitelj, osoblje i drugi korisnici programa u koje su uključene, s time da gotovo pola od toga čini osoblje. Većinsko oslanjanje na podršku osoblja može biti pokazatelj nestabilnih odnosa s obitelji i prijateljima i nedostatka reciprociteta u tim odnosima (Lippold i Burns, 2009). Istraživanje autora van Asselt-Goverts i sur. (2015) daje jedan zanimljiv podatak da osobe s intelektualnim teškoćama zapravo nemaju puno manje osoba u svojoj mreži podrške od kontrolne skupine osoba tipičnog razvoja, no to se tumači činjenicom da su one na svoju listu smještale gotovo sve osobe s kojima su u kontaktu za razliku od kontrolne skupine koja je bila selektivnija u svom odabiru. Također, uspoređujući s općom populacijom, ali i osobama s poremećajem iz spektra autizma koje su

sudjelovale u istraživanju, osobe s intelektualnim teškoćama imaju veći broj stručnjaka u svojoj mreži podrške.

#### 1.2.2.1. Prepreke socijalnoj inkluziji

Abbott i McConkey (2006) navode da se prepreke socijalnoj inkluziji mogu podijeliti u nekoliko kategorija. Prva su kategorija osobne vještine. Osobe s intelektualnim teškoćama smatraju da bi im uključivanje u društvo bilo jednostavnije kada bi bili samostalniji, motiviraniji i manje nesigurni, imali bolje samopouzdanje, čitalačke i matematičke vještine te kada bi mogli samostalno koristiti javni prijevoz. Druga je kategorija odnos osoblja u ustanovama. Događa se da osoblje ne tretira osobe s intelektualnim teškoćama kao odrasle i da ih prezaštićuje, a dodatni je problem nedostatak osoblja zbog čega nije moguće udovoljiti svim željama korisnika. Treće se navodi mjesto stanovanja. Lokacija i postojanje javnog prijevoza uvjetuju mogućnost sudjelovanja osobe u aktivnostima od interesa. Osobe u manjim sredinama često nemaju u ponudi nikakve organizirane aktivnosti slobodnog vremena kojima bi se bavile, ali niti društvo s kojim bi provodile vrijeme. Zadnja kategorija odnosi se na zajednicu i usluge koje ona pruža. Tu se kao najveća prepreka naglašavaju još uvijek negativni stavovi okoline prema invaliditetu, a zatim i nedostatak organiziranih i prilagođenih aktivnosti, nemogućnost zapošljavanja i nedostatak grupa za samozastupanje. Sulewski i sur. (2006) ističu da je problem što se osobe s invaliditetom češće uključuju u aktivnosti organizirane samo za osobe sa specifičnom vrstom invaliditeta, a manje u aktivnosti namijenjene općoj populaciji.

#### 1.2.2.2. Strategije unaprjeđenja socijalne inkluzije

Kao moguća rješenja za savladavanje prepreka na području osobnih vještina spominju se učenje vještina svakodnevnog života, upoznavanje susjedstva, organiziranje radionica komunikacijskih vještina, ohrabrivanje za socijalizaciju od osoblja (Abbott i McConkey, 2006) te poticanje obrazovanja i zapošljavanja osoba s invaliditetom (Leutar i sur., 2014). Što se tiče osoblja, osobe s intelektualnim teškoćama misle da bi im ono trebalo pružiti veću samostalnost i mogućnost neovisnog življenja, slušati njihove želje, osigurati im pratnju na različite aktivnosti te ih informirati o uslugama koje su dostupne u zajednici. Nadalje, ističu potrebu za osiguravanjem pristupačnih informacija i pristupačnog javnog prijevoza, učenjem korištenja javnog prijevoza i podrškom bližnjih u uključivanju u lokalne aktivnosti (Abbott i McConkey,



2006). S time povezano, Bratković i sur. (2018) ističu važnost širenja krugova podrške kao preduvjet društvene uključenosti. Osobe s intelektualnim teškoćama smatraju da je potrebna edukacija i senzibilizacija javnosti kako bi se formirali pozitivni stavovi o osobama s invaliditetom (Abbott i McConkey, 2006), a kao najbolji način za to u praksi se pokazalo upravo uključivanje tih osoba u prirodnu socijalnu sredinu (Bratković, 2012). Također, osobe s intelektualnim teškoćama napominju kako bi se neke od spomenutih prepreka mogle prevladati raznim volonterskim programima, odnosno uključivanjem volontera u rad ustanova i udruga. Ono što je žalosno jest što je veliki broj preporuka koje daju same osobe s intelektualnim teškoćama zapravo već propisan zakonom, no one se u praksi ne provode (Abbott i McConkey, 2006).

### 1.3. POVEZANOST DRUŠTVENE UKLJUČENOSTI I RAZVIJANJA PRIJATELJSTAVA

Ostvarivanje prijateljskih odnosa općenito se povezuje s boljom kvalitetom života. Posebno se naglašava međusobni utjecaj društvene uključenosti i prijateljskih odnosa, točnije samog postojanja tih odnosa i njihove kvalitete. U istraživanju Friedmana i Rizzola (2018) pokazano je kako osobe s intelektualnim teškoćama koje imaju prijatelje, u odnosu na osobe s intelektualnim teškoćama koje nemaju prijatelje, češće sudjeluju u događajima u zajednici, više se druže s ljudima iz lokalne zajednice, bolje poznaju svoja prava, bolje su informirane o uslugama i aktivnostima koje pruža zajednica te ih češće i koriste. Isti autori navode da osobe koje imaju prijatelje i zadovoljne su njihovim odnosom, imaju pet puta veću vjerojatnost sudjelovanja u aktivnostima zajednice.

Osobe s invaliditetom socijalnu isključenost povezuju s neimanjem prijatelja (Morris, 2001). Za njih biti član zajednice znači imati značajne odnose s drugima, odnosno biti u interakciji s vršnjacima (Bogdan i Taylor, 1999). Ističu da prisutnost prijatelja olakšava razgovor s drugima i upoznavanje novih ljudi, a time i potiče uključenost u društvo (Abbott i McConkey, 2006).

Uključenost osoba s intelektualnim teškoćama u zajednicu i njihova prihvaćenost povećavaju izgleda za sklapanje prijateljstava što kod djece pokazuju pozitivni utjecaji inkluzije u redovni sustav (Žic Ralić i Ljubas, 2013), a kod odraslih život u zajednici, bilo to u obitelji ili organiziranom stanovanju, te sudjelovanje u aktivnostima udruga (Zlatarić, 2014; Fulford i Cobigo, 2016). Na primjer, osobe koje su uključene u različite udruge uglavnom imaju više

prijatelja i najčešće su se upravo tamo i upoznali s njima (Zlatarić, 2014). No, bitno je napomenuti da nije dovoljno samo fizički smjestiti osobe s intelektualnim teškoćama u zajednicu, već je potrebno i izgraditi pozitivno socijalno okruženje te aktivno promicati socijalnu inkluziju (Žic Ralić i Ljubas, 2013).

Dvosmjerna povezanost društvene uključenosti i ostvarivanja prijateljskih odnosa vidljiva je i kod djece. Tako niska socijalna prihvaćenost sprječava uspostavljanje i održavanje prijateljstava, ali i obratno. Već je u djetinjstvu važno poticanje prijateljstava između djece tipičnog razvoja i djece s teškoćama u razvoju te ohrabivanje jednih i drugih da stupe u međusobni odnos (Žic Ralić i Ljubas, 2013), a kod osoba s intelektualnim teškoćama to je poticanje nerijetko potrebno nastaviti i u odrasloj dobi.

## **2. PROBLEM I CILJ ISTRAŽIVANJA**

Sve se više ističe važnost socijalne inkluzije, osobito kroz prizmu prijateljskih odnosa kod osoba s intelektualnim teškoćama iako se oni u praksi još uvijek nedovoljno potiču. Okolina se često fokusira na osnovne životne potrebe osoba s intelektualnim teškoćama, poput rehabilitacijskih potreba u užem smislu riječi, zdravstvenih potreba te potreba iz sustava socijalne skrbi, ne razmišljajući o tome da to nije jedino što je potrebno za postizanje zadovoljavajuće kvalitete života i pritom zanemarujući razvijanje socijalnih odnosa s okolinom. Posebno se tu ističu prijateljski odnosi koji se u nekim segmentima značajno razlikuju od prijateljstava osoba bez invaliditeta i koji nerijetko nailaze na brojne prepreke u okolini koje otežavaju njihovo razvijanje.

Stoga je cilj ovoga rada bio ispitati kvalitetu prijateljskih odnosa odraslih osoba s intelektualnim teškoćama i njihovu povezanost s društvenom uključenosti. Poseban je naglasak stavljen na identificiranje specifičnih osobnih i okolinskih prepreka koje otežavaju društvenu uključenost i razvijanje prijateljstava te na moguće strategije za smanjenje, odnosno uklanjanje tih prepreka. Temeljem dobivenih rezultata željelo se definirati smjernice za stručnjake, članove obitelji osoba s intelektualnim teškoćama i druge osobe iz njihova kruga podrške kako bi se unaprijedili preduvjeti i mogućnosti za razvijanje i održavanje prijateljskih veza odraslih osoba s intelektualnim teškoćama, kao i njihove šire društvene uključenosti.

Sukladno navedenom cilju, definirana su sljedeća istraživačka pitanja:

1. Kako odrasle osobe s intelektualnim teškoćama definiraju i doživljavaju prijateljske odnose i njihov značaj?
2. Kakva su osobna iskustva odraslih osoba s intelektualnim teškoćama u pogledu ostvarivanja i održavanja prijateljskih odnosa?
3. Na koje načine i u kojoj mjeri su odrasle osobe s intelektualnim teškoćama uključene u svoju zajednicu?
4. Kako osobni i okolinski čimbenici utječu na razvijanje i održavanje prijateljskih odnosa i društvenu uključenost?
5. Na koji su način društvena uključenost i neovisno življenje povezani s ostvarivanjem prijateljskih odnosa?

### **3. METODE ISTRAŽIVANJA**

#### **3.1. METODE PRIKUPLJANJA PODATAKA**

U istraživanju je korišten kvalitativni pristup prikupljanja podataka. Kvalitativni je pristup interpretativan, odnosno podrazumijeva proučavanje subjekata u njihovom socijalnom i povijesnom kontekstu te nastoji razumjeti i interpretirati značenje njihovih radnji, doživljaja i iskustava. On omogućava opisivanje i tumačenje iskustava, prikupljanje novih spoznaja bez polaznih pretpostavki. U posljednje vrijeme takav se pristup sve više koristi u društvenim znanostima (Halmi i Crnoja, 2003). Pomoću njega dobiva se detaljniji uvid u specifičnosti pojedinih skupina ljudi, ali i međusobne razlike između pripadnika jedne skupine. To su sve razlozi zbog kojih je za ovo istraživanje odabran upravo kvalitativni pristup.

Odabrana metoda prikupljanja podataka je polustrukturirani intervju. U polustrukturiranom intervjuu istraživač unaprijed priprema okvirna pitanja, no ostavlja mogućnost da se tijekom razgovora otvore nove teme u skladu s odgovorima koje daje sudionik. Prikladan je za istraživanje stavova, mišljenja i iskustava sudionika o složenim i osobnim pitanjima jer omogućava dublje i preciznije ispitivanje i stjecanje potpunijeg uvida u istraživano područje (Žentil Barić, 2016).

Prije provođenja intervjua kreiran je *Vodič za intervju* s glavnim pitanjima i većim brojem specifičnijih potpitanja koja su služila istraživačici kao podsjetnik. Ukoliko je sudionik već unaprijed spontano odgovorio na njih nakon postavljenog glavnog pitanja, potpitanja nisu bila postavljena. Pitanja su bila formirana na jednostavan i razumljiv način te se njihova forma prilagođavala svakom pojedinom sudioniku ovisno o njegovoj razini razumijevanja.

Slijedi prikaz glavnih pitanja (bez potpitanja) koja su postavljena u intervjuu podijeljenih u nekoliko područja:

#### Opća pitanja

1. Koliko imate godina?
2. Gdje živite? Zna li koja je Vaša adresa?
3. S kim živite/tko još živi s Vama?
4. Koji ljudi su Vam još važni u životu?

#### Svakodnevne aktivnosti

1. Što radite kod kuće s Vašim ukućanima?
2. Što i s kime radite u Udruzi?

#### Uključenost u zajednicu

1. Što radite u slobodno vrijeme?
2. S kime provodite slobodno vrijeme?
3. Odlazite li u trgovinu/kupovinu i što kupujete?
4. Koristite li javni prijevoz?
5. Idete li u crkvu? Sudjelujete li u vjerskim aktivnostima?
6. Koristite li mobitel, kompjuter i internet?
7. U kakvim ste odnosima sa susjedima?
8. Mislite li da ste dovoljno uključeni u svoju zajednicu?

#### Prijateljski odnosi

1. Što za Vas znači dobar prijatelj?
2. Imate li Vi prijatelje?

3. Po čemu znate da su Vam te osobe prijatelji?
4. Kako provodite vrijeme sa svojim prijateljima?
5. Volite li se družiti s prijateljima?
6. Imate li ponekad problema s prijateljima, ne slažete se oko nečega ili svađate?
7. Družite li se s prijateljima i izvan Udruge?
8. Na koji ste način održavali kontakt s prijateljima kada smo zbog koronavirusa svi morali biti kod kuće?
9. Kako pronalazite nove prijatelje?
10. Jeste li imali neke prijatelje s kojima niste više u kontaktu (npr. iz škole)?
11. Biste li htjeli imati više prijatelja/upoznati nove prijatelje?
12. Želite li da se nešto promijeni vezano uz Vaša druženja s prijateljima?

### 3.2. SUDIONICI ISTRAŽIVANJA

U istraživanju je sudjelovalo 8 odraslih osoba s intelektualnim teškoćama u dobi od 29 do 50 godina, od kojih 4 osobe muškog i 4 osobe ženskog spola. Četvero sudionika ima dijagnosticiran laki stupanj intelektualnih teškoća, a četvero umjereni stupanj intelektualnih teškoća. Četvero sudionika ima dodatne dijagnoze: jedan sudionik Aspergerov sindrom, jedna sudionica epilepsiju, druga psihozu i treća neurotski razvoj ličnosti, što je utvrđeno uvidom u dokumentaciju. Svi su sudionici korisnici Dnevnog centra za rehabilitaciju i radne aktivnosti „Ozana“.

Novija se istraživanja sve više fokusiraju na perspektivu i iskustva samih osoba s intelektualnim teškoćama nasuprot starijih u kojima su sudionici najčešće bili stručnjaci i članovi obitelji. Takva su istraživanja važna jer nam pokazuju što osobe s intelektualnim teškoćama misle, osjećaju i žele, što je izuzetno bitno za razvijanje daljnjih programa i pružanje podrške (Knox i Hickson, 2001).

S obzirom na svrhu i cilj ovog istraživanja najprikladnija je bila tehnika namjernog uzorkovanja u kojoj se sudionici biraju prema određenom kriteriju. Kriteriji odabira sudionika bili su postojanje lakog ili umjerenog stupnja intelektualnih teškoća te nepostojanje značajnijih govornih teškoća koje bi onemogućavale provođenje intervjua nasamo s istraživačicom. Proces odabira sudionika započeo je kontaktiranjem voditeljice aktivnosti u Ozani koja je predstavila

istraživanje odgovarajućim korisnicima programa i zamolila ih za sudjelovanje. Pri dolasku u Ozanu, istraživačica i voditeljica su ponovno zajedno ukratko predstavile istraživanje korisnicima i još ih jednom upitale jesu li voljni sudjelovati. Osmero korisnika pokazalo je interes za sudjelovanje, stoga su oni i odabrani u uzorak.

Za potrebe ovog istraživanja kreiran je *Sporazum istraživača i sudionika u istraživanju* u kojem je jednostavnim rečenicama pisanim velikim tiskanim slovima i prikladnim slikama predstavljeno koja je tema istraživanja, kako će izgledati intervju te koje su obveze i prava sudionika i istraživača. Na kraju *Sporazuma* nalazi se *Pristanak za sudjelovanje u istraživanju* gdje su sudionici svojim potpisom potvrdili sudjelovanje. Uz njihov potpis, predviđeno je i mjesto za potpis svjedoka, u ovom slučaju voditeljice aktivnosti u Centru Ozana kako bi se dodatno potvrdilo da su sudionici dali svoj potpis bez prisile. Sudionici koji samostalno čitaju, sami su pročitali *Sporazum*, a sudionicima koji ne znaju čitati, *Sporazum* je pročitala istraživačica nakon što ih je upitala je li im to u redu. Nakon čitanja *Sporazuma*, sudionici su imali pravo postaviti dodatna pitanja te im je istraživačica pojasnila sve što je bilo nejasno. Kada su se razjasnile sve nejasnoće, sudionici su, ako su se slagali sa svim napisanim, dali svoj potpis. Svi prvotno odabrani sudionici pristali su na sudjelovanje u istraživanju.

### 3.3. NAČIN PRIKUPLJANJA PODATAKA

Istraživački proces započeo je pretraživanjem i pregledavanjem relevantne nacionalne i inozemne literature. Na temelju detaljnog uvida u istraživanja povezana s temom, isplaniran je tijek istraživanja. Najprije je definiran polustrukturirani intervju kao metoda prikupljanja podataka. Zatim je ostvaren kontakt s voditeljicom aktivnosti u Centru Ozana iz kojeg su kasnije odabrani sudionici. Odabir sudionika opisan je u prethodnom poglavlju. U međuvremenu je napravljen i *Vodič za intervju* koji je detaljnije opisan u poglavlju Metode prikupljanja podataka.

Istraživanje se odvijalo u nekoliko susreta u razdoblju između 14.6.2021. i 23.6.2021. Svaki je intervju trajao otprilike sat vremena. Jedan intervju proveden je u dva navrata prema želji sudionice, a ostali intervjui u jednom danu, neki s kraćim pauzama, a neki bez pauzi, također prema željama sudionika. U dogovoru sa sudionicima, razgovor se odvijao u parku ispred Centra Ozana, osim s jednom sudionicom koja je izrazila želju da bude proveden u obližnjem kafiću. Iako je prvotno bilo zamišljeno da se intervju održi u unutarnjem prostoru, zbog

epidemioloških mjera koje su aktualne radi sprječavanja zaraze koronavirusom, dogovoreno je da će se ipak održati na otvorenom gdje su se sudionici osjećali opuštenije i sigurnije te oni i istraživačica nisu morali nositi maske. To su ujedno sudionicima poznata mjesta gdje često provode vrijeme i na kojima se osjećaju ugodno. Tijekom svakog intervjua pokušala se osigurati opuštena i prijateljska atmosfera kako bi se sudionici što više otvorili i davali iskrene odgovore. Intervju je započeo općenitijim pitanjima kojima se polako ulazilo u tematiku, a zatim se prešlo na pitanja direktno vezana uz temu i ona koja su osobnije prirode. Svaki je intervju sniman mobitelom i kasnije transkribiran. Nakon završetka intervjua, sudionicima su podijeljene zahvalnice za sudjelovanje.

Poštivanje etičkog kodeksa tijekom prikupljanja podataka osiguralo se na nekoliko načina. Sudionici su najprije bili upoznati s tijekom istraživanja i objašnjeno im je da će se osigurati anonimnost, odnosno da se njihovi osobni podaci neće izlagati u javnosti. U prikazu rezultata, njihova će stvarna imena i prezimena te sva imena koja su spomenuli biti zamijenjena inicijalima koji ne odgovaraju spomenutim imenima. Objašnjeno im je da u svakom trenutku imaju pravo zatražiti pauzu ili odustati od sudjelovanja te da imaju pravo ne odgovoriti na pitanje ako to ne žele ili im je neugodno razgovarati o određenom pitanju. Prije provedbe intervjua svaki je sudionik dao dobrovoljni pristanak svojim potpisom u *Sporazumu istraživača i sudionika*. Snimke razgovora služile su isključivo za transkribiranje i neće nigdje biti objavljene.

### 3.4. ANALIZA PRIKUPLJENIH PODATAKA

Za obradu podataka korištena je vrsta kvalitativne analize, analiza okvira. To je vrsta analize u kojoj se unaprijed određuju okvirne teme prema kojima se podaci razvrstavaju i analiziraju. Sastoji se od nekoliko koraka: proučavanja kvalitativne građe, identificiranja mogućih tema, kodiranja izjava, razvrstavanja kodova u tablice prema navedenim temama i interpretacije dobivenih rezultata (Ritchie i Spencer, 1994, prema Srivastava i Thomson, 2009).

Poštujući opisane odrednice, analiza je provedena na sljedeći način. Intervjui su transkribirani gotovo doslovno uz blago pročišćavanje verbalnog sadržaja na način da su izostavljene ponovljene riječi, poštapalice i pojedini komentari istraživačice („Aha, super.“, „Lijepo.“ i sl.) koji nisu bili važni za daljnju analizu. Transkript je zatim pročitan kako bi se odredile okvirne teme o kojima su sudionici govorili. Tematska područja određena su prema istraživačkim

pitanjima. Iz transkripta svakog intervjua označene su izjave sudionika koje su značajne za određena tematska područja ili nose bilo kakav vrijedan podatak vezan uz područje istraživanja, odnosno prijateljske odnose i društvenu uključenost. Izjave sudionika koje nisu bile relevantne za temu rada nisu se analizirale. Svaka relevantna izjava prepisana je u posebnu tablicu i kodirana. Kodovi su odmah, jedan po jedan, slagani prema okvirnim temama, a u procesu kategoriziranja iz svake su teme proizašle određene kategorije. Analiza zadnjeg tematskog područja „Povezanost društvene uključenosti i neovisnog življenja s prijateljskim odnosima“ provedena je na drugačiji način. Budući da je to tematsko područje povezano s prijašnjima, u njega su uvršteni kodovi iz prijašnjih tematskih područja koji posebno naglašavaju povezanost društvene uključenosti i prijateljskih odnosa te su, uzimajući to u obzir, osmišljene odgovarajuće teme i kategorije. Treba napomenuti da ovaj proces nije bio linearan i tekao točno tim redosljedom, već su prvotne teme više puta mijenjane, neke nove su dodane, a neke su spojene s drugom temom. Nakon kodiranja i kategoriziranja, ponovno su pročitani svi intervjui te su iz njih izvučene još neke izjave koje se pri prvom čitanju nisu činile važnima. Zatim su još jednom pročitane sve izdvojene izjave, kodovi, kategorije i teme te je napravljeno njihovo završno preslagivanje i eventualno mijenjanje naziva tema i kategorija. S obzirom na to da su odgovori sudionika često bili vrlo kratki te sami za sebe ne bi imali značenje, pojedinim je izjavama u zagradama dodan kontekst ili su prije odgovora napisana pitanja koje je istraživačica postavila sudioniku. Sve ono što sam sudionik nije izrekao označeno je sivom bojom.

U tablici 1 prikazan je primjer kodiranja i kategoriziranja za prvo istraživačko pitanje. Kako bi se zaštitila anonimnost sudionika, svakom je sudioniku dodijeljen jedan broj te su izjave u tablici napisane pod brojevima.

Tablica 1. *Primjer postupka analize za prvo istraživačko pitanje: Kako odrasle osobe s intelektualnim teškoćama definiraju i doživljavaju prijateljske odnose i njihov značaj?*

ISTRAŽIVAČKO PITANJE: Kako odrasle osobe s intelektualnim teškoćama definiraju i doživljavaju prijateljske odnose i njihov značaj?			
TEMATSKO PODRUČJE: DOŽIVLJAJ I ZNAČAJ PRIJATELJSTVA			
IZJAVE SUDIONIKA	KODOVI	KATEGORIJE	TEME
(01) U životu da se s prijateljima i s prijateljicama družim (mi je bitno).	Važnost druženja s prijateljima i prijateljicama.	DRUŽENJE	



(02) A zašto su ti prijatelji važni? Pa tako, da imam društvo.	Važnost imanja svog društva.	PSIHIČKO ZDRAVLJE  BLISKOST  NEDOSTAJANJE TIJEKOM RAZDVOJENOSTI  OSJEĆAJ VLASTITE VRIJEDNOSTI	VAŽNOST PRIJATELJSKIH ODNOSA
(03) Dobro je imat društvo. Zbog druženja, da nisi sam.	Važnost imanja društva zbog neusamljenosti.		
(08) A mislite li da su oni važni, da je važno imati prijatelje? Pa naravno da je važno. Zašto? Ne znam.	Nema posebnog razloga zašto su prijatelji važni.		
(05) Pa ono, zatvorit se u 4 zida i gledat u jednu točku to nije dobro za psihu. Prijatelj je da te oraspoloži, da se podružiš s njim, popričaš o ljubavi, nogometu...	Loš utjecaj izoliranosti na psihičko zdravlje. Svrha prijatelja je podizanje raspoloženja, druženje, mogućnost pričanja o različitim temama.		
(05) Mislim da je prijatelj spas za mozak. Recimo da nema prijatelja, čovjek bi potonuo. Nije dobro ne imat prijatelja.	Nužnost ostvarivanja prijateljstava - spas za mozak, da ne potoneš.		
(03) Pa tužan, bil sam nesretan kaj se ne družim (za vrijeme korone).	Tuga kad se duži period ne družim s prijateljima.		
(02) Ona mene voli, ja i ona smo prijateljice.	Ljubav između prijatelja.		
(03) K. i ja smo si ko braća.	Uspoređivanje prijatelja s bratom.		
(07) Meni najviše fale iz Dubrave tam prijatelji. A imala sam puno prijatelja, išla sam na sportske igre. I učiteljice tamo pričaju svi o meni, ja njima tam falim.	Nedostajanje prijatelja iz srednje škole, osjećaj prihvaćenosti.		
(03) Pa da, ako bi sad mjesec dana negdje bili, pa bi, nedostajali bi mi.	Osjećaj nedostajanja ako se ne bi vidio s prijateljima mjesec dana.		
(04) Falila je i Ozana, falila mi je voditeljica i drugi prijatelji naši.	Nedostajanje prijatelja i voditeljice iz Ozane.		
(05) Znači što više prijatelja imaš, tolko vrijediš. Tak su meni govorili. Znači ako imaš puno prijatelja, znači tolko vrijediš. Tak su meni objašnjavali ko malo.	Uspoređivanje osobne vrijednosti s brojem prijatelja koje osoba ima.		
(01) Da se više družimo je dobar prijatelj.	Često druženje kao osobina dobrog prijatelja.		

(01) Da bude dobar, pošten.	Dobrota i poštenje.	POŠTENJE	POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(02) Znači da me voli i da me poštuje.	Ljubav i poštovanje.		
(03) Pa ako ti želi dobro, onda je dobar, ako ne, onda nije.	Dobar prijatelj je onaj koji ti želi dobro.	POŠTOVANJE	POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(05) Kad je neko recimo u nevolji da pomogneš, da ne otiđeš.	Pomaganje u nevolji, ostajanje s prijateljem dok treba.	POMAGANJE	
(01) Da sluša.	Slušanje dok druga osoba govori.	SLUŠANJE	POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(04) Vrlina, smije se, druži se.	Smijanje, druženje.	ISKRENOST	
(01) Jako (su) pametni.	Pamet.	PRISTOJNOST	POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(03) Komunikativnost, dobrota... Iskrenost...	Komunikativnost, dobrota i iskrenost.	KOMUNIKATIVNOST	
(04) Iskren prema njemu, ne svađati se s njima i ne prostačiti.	Iskrenost, nesvadjivost i pristojnost.	SIMPATIČNOST	POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(07) Da je pristojan, da je simpatičan, da lijepo priča sa mnom, da bude normalan, pametan i da ne priča gluposti, da me ne zeza samo i niš drugo.	Pristojnost, simpatičnost, pamet, da ne zafrkava i ne priča gluposti.	POZITIVA NESVADLJIVOST	
(08) Znači valjda da je miran, da onak ne ono. Ne smije onak nešto govorit protiv bilo koga i takve stvari.	Mirnoća, da ne ogovara druge.	UNUTARNJE OSOBINE, A NE VANJSKI IZGLJED	POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(03) Njemu je sve super, on samo super cijelo vrijeme. Ja pitam: "Kaj je super?" - "Ma super je." - "Ma kaj, kaj konkretno?" - "Ma super je. Sve je super, sve za pet."	Prijatelj koji je pozitivan i kojem je sve uvijek super.	DAVANJE POHVALA	
(03) Pa sve je pozitivno, pozitiva mi se sviđa.	Pozitiva kao poželjna osobina.		POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(03) Poštivanje dogovora je za mene zakon, mislim da treba poštivat dogovore.	Važnost poštovanja dogovora.		
(05) Znači ak se dogovoriš u tolko i tolko, mislim da je granica čekanja 15 minuta...	Poštovanje dogovorenog vremena susreta.		POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA
(04) Kad su dobri, onda se mire.	Pomirljivost kao osobina dobrog prijatelja.		

(05) Kod S., s njim se možeš pošaliti, dobro igra ping pong. N. je onak veseljak, on bi isto pomogo svakome, znači duh čovjeka. Ja gledam duh, meni nije bitan izgled, meni je bitno unutar kakav si čovjek iznutra, a ne izvana. Možeš bit kak bi se reklo rugoba, a da si čovjek u srcu. Znači duša. Mene je baka pokojna odgojila tako, ona je rekla gledaj čovjeka s unutarne strane, znači duh, toplina, srce, to je bit čovjeka.	Šale, igranje ping ponga, veselje, pomaganje. Bitne su unutarne osobine čovjeka, njegov duh i srce, a ne izgled.		
(03) Na osjećaj nekak, ne znam kak bi rekao. Ak je dobar po karakteru, po osobinama.	Prepoznavanje dobrog prijatelja prema vlastitom osjećaju i prema njegovom karakteru.		
(07) Volim nju zato što se ja i ona znamo dugo i najbolje smo frendice. Ne govori ništa svašta o meni pa ja i ona se već znamo dugo i to je to.	Ljubav prema najboljoj prijateljici zbog dugotrajnog poznanstva i jer ju ne ogovara.		
(03) Da, ja njemu: „Dobro si napravil“, on meni: „Dobro si“. „Dobar si frend“, veli on meni, ja njemu isto: „Dobar si“.	Međusobne pohvale i davanje komplimenata kad drugi napravi nešto dobro ili se pokaže dobrim prijateljem.		
(03) Možda bezobrazna riječ (mi smeta).	Bezobraznost.	SVADLJIVOST	<b>NEPOŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA</b>
(04) A neki se znaju i svađati, prigovaraju jedni drugima, ružne riječi.	Svađanje, prigovaranje i ružne riječi.	NEPOŠTOVANJE	
(04) Malo se mire pa svađaju, ne razgovaraju s nekim, kaže neku riječ, ovaj drugi nastavi, trlja svoje.	Svađe, odbijanje razgovora, tvrdoglavost.	NEPOUZDANOST	
(04) Znaju oni kaj treba, preusmjeriti da ne govore prostote, da ne govore ružne riječi prema nekome, da ne budu ljubomorni jedni na druge.	Prostote, ružne riječi i ljubomora.	LJUBOMORA	
(08) Mislim onak da ne smiješ govorit onako ružno i takve stvari.	Govorenje ružnih riječi.	OGOVARANJE	
		NEZAINTEREIRANOST	

(05) Dvoličnost ja gledam, recimo kad te neko iznevjeri pa kad ti se nešto desi pa ode i ostavi te, znači da umreš na cesti, ne daj Bože. Mislim za mene to nije prijatelj. Kad si recimo dvolična osoba, recimo danas je s tobom, drugi dan je s nekim pa te ogovara i trača.	Dvoličnost, ostavljanje u teškim trenucima, ogovaranje, tračanje.	NEISKRENOST  KAŠNJENJE  DOSAĐIVANJE  NEDOSTATAK EMPATIJE	
(05) Recimo D., ona mene kao smatra najboljom prijateljicom, ona zna bit dvolična. Ona po meni, mislim ja se s njom družim i to, nije baš pravi, ona je dvolična, ona bi pa ne bi.	Nepouzdanost prijateljice.		
(05) Neki puta govore jedno, ti mu govoriš drugo, treći govori četvrto, peti govori deseto... Ili gleda kroz tebe, ako gleda kroz tebe, znači ignorira, ako te gleda u oči, onda je to to.	Govorenje u isti glas, nezainteresiranost prijatelja za ono što govori, ignoriranje.		
(05) Neiskrenost i laž (mi smetaju). Znači ja mogu preć jedanput, dvaput, a 5 godina da ti jedna osoba radi jedno te isto, to ipak nemrem.	Neiskrenost i laž; postoji granica opraštanja.		
(06) Pa ponekad me zna nervirat kad jedna osoba više puta zove, to me malo nervira. Nervira me, na primjer, kad kažeš doći sad u 2, a on će ti doć u 3.	Nervoza zbog stalnih poziva prijatelja. Nervoza zbog kašnjenja.		

#### 4. REZULTATI ISTRAŽIVANJA I RASPRAVA

U nastavku su prikazani rezultati istraživanja dobiveni na temelju kvalitativne analize podataka. Sukladno postavljenim istraživačkim pitanjima, rezultati će se prikazati u pet potpoglavlja: Doživljaj i značaj prijateljstva, Osobna iskustva vezana uz prijateljske odnose, Uključenost u zajednicu, Čimbenici razvoja prijateljskih odnosa i društvene uključenosti i Povezanost društvene uključenosti i neovisnog življenja s prijateljskim odnosima. Za svako tematsko

područje prikazan je tablični popis pripadajućih tema i kategorija, a ispod svake tablice dan je narativni opis rezultata.

#### 4.1. DOŽIVLJAJ I ZNAČAJ PRIJATELJSTVA

U tablici 2 prikazane su teme i kategorije vezane uz tematsko područje Doživljaj i značaj prijateljstva koje je proizašlo iz prvog istraživačkog pitanja: *Kako odrasle osobe s intelektualnim teškoćama definiraju i doživljavaju prijateljske odnose i njihov značaj?*

Tablica 2. Prikaz tema i kategorija za tematsko područje Doživljaj i značaj prijateljstva

TEMATSKO PODRUČJE: DOŽIVLJAJ I ZNAČAJ PRIJATELJSTVA	
TEMA	KATEGORIJE
VAŽNOST PRIJATELJSKIH ODNOSA	Druženje Psihičko zdravlje Bliskost Nedostajanje tijekom razdvojenosti Osjećaj vlastite vrijednosti
POŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA	Izdvajanje vremena za drugu osobu Poštenje Poštovanje Pomaganje Slušanje Iskrenost Pristojnost Komunikativnost Simpatičnost Optimizam Nesvadljivost Unutarnje osobine, a ne vanjski izgled Davanje pohvala
NEPOŽELJNE OSOBINE PRIJATELJA	Svadljivost Nepoštovanje

	Nepouzdanost
	Ljubomora
	Ogovaranje
	Nezainteresiranost
	Neiskrenost
	Kašnjenje
	Dosađivanje
	Nedostatak empatije

**Važnost prijateljstva.** Sudionici istraživanja ističu da su prijatelji važni za *druženje* i kako se osoba ne bi osjećala izolirano i usamljeno. Vezano uz to, jedna sudionica smatra da razgovor i druženje s prijateljima pridonose *psihičkom zdravlju* jer podižu raspoloženje: „Mislím da je prijatelj spas za mozak. Recimo da nema prijatelja, čovjek bi potonuo. Nije dobro ne imat prijatelja“. Važnost ostvarivanja prijateljskih veza dodatno potvrđuje osjećaj *nedostajanja* i tuge prilikom dugotrajne razdvojenosti od prijatelja, koji se, na primjer, javlja tijekom ljetnih mjeseci kada se rjeđe viđaju s prijateljima ili tijekom karantene zbog koronavirusa. Prijatelji su osobe s kojima ostvaruju *blizak odnos* i prema kojima osjećaju ljubav što je posebno naglašeno u navodu jednog sudionika koji prijatelja uspoređuje s bratom. Zanimljivo je mišljenje jedne sudionice koja uspoređuje *vlastitu vrijednost* s brojem prijatelja: „Znači što više prijatelja imaš, toľko vrijediš. Tak su meni govorili. Znači ako imaš puno prijatelja, znači toľko vrijediš“.

**Poželjne osobine prijatelja.** Brojne su osobine koje sudionici navode poželjnima kod prijatelja. Dobrog prijatelja opisuju različitim pridjevima: *pošten, iskren, pristojan, komunikativan, simpatičan, pozitivan*. Poželjnom osobinom smatraju *poštovanje* kod kojeg razlikuju poštovanje prema drugoj osobi i poštovanje dogovora. Smatraju da prijatelj treba *pomagati* u nevolji i da treba *slušati* kad mu nešto žele reći. Važno im je da se prijatelj puno *ne svađa* i da ih ne provocira te da se s njim mogu lako pomiriti. Također, dobar prijatelj trebao bi *izdvajati dovoljno vremena* za drugu osobu. Pozitivnim smatraju i međusobno *davanje pohvala*. Generalno, sve se navedeno odnosi na *unutarnje osobine, a ne na vanjski izgled*, što jedna sudionica posebno naglašava: „Ja gledam duh, meni nije bitan izgled, meni je bitno unutar kakav si čovjek iznutra, a ne izvana. Možeš bit kak bi se reklo rugoba, a da si čovjek u srcu. Znači duša. Mene je baka pokojna odgojila tako, ona je rekla gledaj čovjeka s unutarnje strane, znači duh, toplina, srce, to je bit čovjeka“.

**Nepoželjne osobine prijatelja.** Nasuprot tome, sudionici izdvajaju i neke osobine koje su nepoželjne kod prijatelja. Ne sviđa im se kad se prijatelji *svađaju*, prigovaraju, kada ih *ne poštuju* i govore ružne riječi i prostote. Nepoželjnom osobinom smatraju *nepouzdanost* koju povezuju s ostavljanjem u teškim trenucima, *nedostatkom empatije* i *ogovaranjem*. Ne vole kada ih prijatelji ne slušaju i djeluju *nezainteresirani* za ono što im govore. Negativnim osobinama još smatraju *ljubomoru*, *neiskrenost* i laganje. Nekima smeta i kada prijatelji *kasne* ili kad im *dosađuju* čestim pozivima.

#### 4.2. OSOBNA ISKUSTVA VEZANA UZ PRIJATELJSKE ODNOSE

U tablici 3 prikazane su teme i kategorije vezane uz tematsko područje Osobna iskustva vezana uz prijateljske odnose koje je proizašlo iz drugog istraživačkog pitanja: ***Kakva su osobna iskustva odraslih osoba s intelektualnim teškoćama u pogledu ostvarivanja i održavanja prijateljskih odnosa?***

Tablica 3. Prikaz tema i kategorija za tematsko područje Osobna iskustva vezana uz prijateljske odnose

TEMATSKO PODRUČJE: OSOBNA ISKUSTVA VEZANA UZ PRIJATELJSKE ODNOSE	
TEMA	KATEGORIJE
PROSLAVA ROĐENDANA	S prijateljima S obitelji U udruzi
UPOZNAVANJE S PRIJATELJIMA	Udruga Susjedstvo Škola Aktivnosti slobodnog vremena Preko drugih ljudi
ZAJEDNIČKE AKTIVNOSTI	Druženje u udruzi Razgovori Šetnje Odlazak u kafiće Odlazak u shopping centre

	Odlazak u kino Međusobno posjećivanje Sportske aktivnosti Zafrkavanje Ljetni praznici
MEĐUSOBNO POMAGANJE	Fizička podrška Emocionalna podrška Briga za zdravlje
SWAĐE I NESUGLASICE	Svađe s prijateljima Svađe s partnerom
ŽELJE ZA BUDUĆNOST	Učestalost druženja Broj prijatelja Zajedničke aktivnosti Promjena ponašanja

**Proslava rođendana.** Svi sudionici slave svoje rođendane, samo se proslave odvijaju na različite načine. Sudionici opisuju vlastite proslave rođendana i proslave rođendana svojih prijatelja. Većina sudionika slavi rođendan *sa svojim prijateljima*. Neki pozivaju prijatelje kod kuće te ih počaste pizzom, roštiljem ili tortom, a neki svoj rođendan slave u restoranima ili McDonaldsu. Jedan sudionik odlazio je za svoj rođendan na radno mjesto svog prijatelja kako bi ga počastio sokom. Zanimljiv je navod drugog sudionika kojem su proslave rođendana jedini način druženja s prijateljima koji nisu članovi udruge u koju je uključen. Pojedini sudionici svoj rođendan slave samo *u krugu obitelji*. Jedna sudionica navodi da joj prijatelji ne dolaze jer ima rođendan ljeti kada su svi na ljetovanju, a drugi sudionik nije nikad ni pozvao prijatelje. Sljedeći način proslave rođendana je slavlje *u udruzi* u koju su uključeni koje se uglavnom odvija uz naručivanje pizze i kupovanje poklona za slavljenika.

**Upoznavanje s prijateljima.** Svi sudionici stekli su prijatelje *u udruzi* čiji su članovi. To je ujedno mjesto gdje su stekli najviše prijatelja i većina smatra prijatelje iz udruge najboljim prijateljima. Pojedinicima prijatelji su isključivo članovi udruge čemu svjedoči i sljedeća izjava: „*Pa ja imam sve prijatelje u Ozani sam stekla prijatelje*“. Jedna sudionica ističe i razvijanje bliskog odnosa s bivšom voditeljicom s kojom je još uvijek u redovitom kontaktu te ju smatra najboljom prijateljicom. Dok neki jasno odvajaju prijatelje iz udruge s kojima se



druže i u slobodno vrijeme od ostalih članova udruge, jedan sudionik smatra da sama činjenica što su zajedno u udruzi, sve njene članove čini prijateljima. Nekima su prijatelji njihovi susjedi ili drugi ljudi koje su upoznali *u kvartu*. Pritom jedan sudionik nije siguran kako mu se zovu prijatelji iz kvarta. Većina sudionika ostala je u redovitom kontaktu s barem jednim prijateljem *iz osnovne ili srednje škole*. Mjesto pronalaska prijatelja su i organizirane *aktivnosti slobodnog vremena*, u ovom slučaju treninzi plivanja. Pojedini sudionici upoznali su svoje sadašnje prijatelje *preko drugih prijatelja ili bliskih osoba*. Tako se jedan sudionik uklopio u društvo bratića, drugi je prijatelja upoznao na tuđoj svadbi, a jedna sudionica navodi svojom prijateljicom majčinu prijateljicu starije životne dobi.

**Zajedničke aktivnosti.** Osim *u udruzi*, u kojoj se svakodnevno viđaju, sudionici se s prijateljima druže i izvan nje. Najčešće *šetaju* po gradu ili parkovima i posjećuju *kafiće*. Blizu udruge nalazi se kafić u kojem redovito odlaze na piće s ostalim članovima udruge, najčešće prije dolaska u udругu. S prijateljima odlaze u *kino* i u *shopping centre* gdje zajedno kupuju ili razgledavaju. Neki se *međusobno posjećuju* i tada zajedno piju kavu. Jednoj sudionici prijateljica često dolazi u goste u vrijeme dok joj je majka na poslu: „*Dolazi, kad je korona bila onda je došla k nama. Ja kod nje, onda kod mene. Dođemo mi po nju, prije posla mama ide po nju i doveze ju, družimo se, prošetamo peseka, odemo na kavu. Kad je mama popodne, idemo po nju, družimo se dok mama ne dođe s posla pa onda ju vozimo doma. Popijemo si kavu, sok*“. Zajedno sudjeluju u *sportskim aktivnostima* poput vožnje bicikla, igranja stolnog tenisa, igranja nogometa i kupanja u moru. Oni koji su uključeni u plivanje ili atletiku, druže se s prijateljima na treninzima i natjecanjima. Neki s prijateljima gledaju utakmice. Vrijeme koje provode zajedno najčešće prolazi u *razgovoru* i smijehu. Jedna sudionica navodi: „*Super mi je s njima, odlično za druženje. I s njima ić na kavu, s njima ić u Avenue Mall, popričati kaj treba, gdje se i kak provodi dane, pričati*“. Često se *zadržavaju* s prijateljima, a jedna sudionica i njezina prijateljica osmislile su jedna za drugu različite nadimke. Tijekom *ljetnih praznika* neki sudionici dogovaraju se za odlazak na kavu, u šetnju ili u kino, no neki se s prijateljima ne viđaju do ponovnih aktivnosti u udruzi nakon godišnjeg odmora. Pritom navode da veliki broj njih odlazi na ljetovanje izvan Zagreba.

**Međusobno pomaganje.** Prijatelji su im važni zbog međusobnog pomaganja. Jedni drugima pružaju *fizičku podršku* u različitim aktivnostima u udruzi (vez, filcanje, štrikanje, pisanje), no ono što još više ističu jest *emocionalna podrška*. Kada im je potrebna pomoć i kada su tužni ili ih nešto muči, razgovaraju s prijateljima kako bi se bolje osjećali („*Jož, ona mene tak nasmije kad mi se svijet sruši. Znači ona te nazove prek telefona, ti nju ne vidiš, a ona zna*

*nasmijati čovjeka do suza. Kad s njom popričam, onda mi se svijet vrati unazad“*). Mogu im se povjeriti i podijeliti svoje tajne te se međusobno savjetuju. Prijatelji im pomažu da prebrode teške situacije što posebno naglašava jedna sudionica kojoj je za vrijeme potresa prijateljica pomogla da se smiri i ode na sigurno mjesto. Istoj je sudionici druga prijateljica pomogla da prebrodi traumatsko iskustvo prisustvovanja epileptičkom napadu svoga prijatelja. Podrška je dvosmjerna te i oni tješe svoje prijatelje u teškim situacijama (*„Pa lijepu riječ mu pružim, da ne bu tužan“*). Nadalje, pojedini sudionici *brinu o zdravlju* svojih prijatelja. Tako jedna sudionica navodi da je bila uz svoga prijatelja koji je imao epileptički napad do dolaska hitne pomoći, a druga navodi kako često upozorava prijatelje na moguće štetne posljedice pušenja i prekomjerne debljine.

***Svađe i nesuglasice.*** Većina je sudionika imala manje svađe *sa svojim prijateljima* nakon čega je slijedilo brzo pomirenje, a neki se čak nikad nisu posvađali. Kao neke od ishoda svađa navode povlačenje i pomirenje, ponašanje kao da se ništa nije ni dogodilo, odbijanje razgovora o problemu i ljutnju. Samo jedan sudionik imao je veću svađu s prijateljima nakon koje su prekinuli kontakt. Dvije sudionice govore o svađama *s bivšim partnerima* te o ignoriranju i ružnim riječima koje su im bile upućene nakon čega su prekinule vezu s njima.

***Želje za budućnost.*** Želje koje sudionici imaju vezano uz prijateljske odnose mogu se podijeliti u nekoliko kategorija. Prva se tiče *učestalosti druženja* s prijateljima i tu uglavnom postoji želja za češćim druženjem u slobodno vrijeme i vikendima. Druga se odnosi na *broj prijatelja*, pri čemu neki žele imati više prijatelja, no kod drugih ta želja nije prisutna. Treće, sudionici bi htjeli sudjelovati u novim *zajedničkim aktivnostima* s prijateljima, otići na kavu, na Bundeck na kupanje, na more ili pozvati prijatelje u goste. Ovdje treba napomenuti da jedna sudionica ima sasvim suprotnu želju, a to je da ju prijatelji ne posjećuju kod kuće (*„Nisam baš za to da oni dođu kod mene“*). Četvrto, neki sudionici navode želju za promjenom vlastitog *ponašanja* ili ponašanja prijatelja. Jedan bi sudionik htio poraditi na vlastitoj pristojnosti, a druga sudionica ima sljedeću želju: *„Da se promijeni njihovo ponašanje, da se ne ljute jedni na druge. To jedino. I ne volim kad ogovaraju, kad tračaju, kad se tuku. To jedino ne volim, ljutnju“*.

### 4.3. UKLJUČENOST U ZAJEDNICU

U tablici 4 prikazane su teme i kategorije vezane uz tematsko područje Uključenost u zajednicu koje je proizašlo iz trećeg istraživačkog pitanja: *Na koje načine i u kojoj mjeri su odrasle osobe s intelektualnim teškoćama uključene u svoju zajednicu?*

Tablica 4. Prikaz tema i kategorija za tematsko područje Uključenost u zajednicu

TEMATSKO PODRUČJE: UKLJUČENOST U ZAJEDNICU	
TEMA	KATEGORIJE
OSTVARIVANJE VREDNOVANIH SOCIJALNIH ULOGA	Sportski uspjesi Uloga učitelja Sudjelovanje u obiteljskom poslu Samostalnost u izvršavanju svakodnevnih životnih poslova (kućanski poslovi i odlazak u trgovinu)
UKLJUČENOST U UDRUGU	Zadovoljstvo Aktivnosti
ORGANIZIRANE AKTIVNOSTI SLOBODNOG VREMENA	Plivanje Atletika
SLOBODNO VRIJEME KOD KUĆE	Relaksacija Druženje s obitelji Kreativne aktivnosti Sportske aktivnosti
SLOBODNO VRIJEME U ZAJEDNICI	Šetanje po gradu Odlazak u kino Boravak u prirodi Posjećivanje društvenih manifestacija Sportske aktivnosti Posjećivanje kafića Odlazak u crkvu
MEĐULJUDSKI ODNOSI	Članovi obitelji Partneri Susjedi

	Ostali ljudi iz lokalne zajednice
PUTOVANJE	Putovanje po zagrebu Izleti s udrugom Obiteljska putovanja
KORIŠTENJE MODERNE TEHNOLOGIJE	Komunikacija mobitelom Komunikacija putem društvenih mreža Zabava Učenje novih vještina
ŽELJE ZA BUDUĆNOST	Zapošljavanje Sportske aktivnosti Upoznavanje s poznatim osobama Putovanja Korištenje računala

**Ostvarivanje vrednovanih socijalnih uloga.** Sudionici istraživanja ponosno govore o svojim sposobnostima i snagama te ostvaruju raznolike vrednovane socijalne uloge zbog kojih se osjećaju poštovano te imaju osjećaj samopoštovanja. Nekoliko njih ističe svoje vrhunske sportske vještine i *sportske uspjehe* ostvarene na natjecanjima iz plivanja („*Treće mjesto, osvojio sam u kralju treće mjesto. ... I onda nam je B. isto čestitala pa nas je počastila s tortom.*“, „*Bilo je zlata, imam negdje oko 50 i nešto medalja. Četiri puta sam prvak Hrvatske u Tuhlju, na specijalnoj olimpijadi*“). Jedan sudionik s ponosom govori o svojoj ulozi učitelja kada su u školama poučavali djecu kako filcati („*U školama smo išli poučavati djecu filcanje. Dobro je bilo. Jer smo bili mi učitelji, mi smo poučavali*“). Drugi je uključen u *obiteljski posao* u kojem honorarno uvezuje knjige s tatom. Većina sudionika *samostalna je u izvršavanju svakodnevnih životnih poslova* pri čemu najviše govore o samostalnosti u kućanskim poslovima poput pospremanja, čišćenja, usisavanja, pranja suđa i odjeće i preuzimanja obaveza bolesne majke te o samostalnom odlasku u trgovinu po različite namirnice pri čemu najčešće samostalno koriste novac. Jedna sudionica samostalno plaća i račune, a jedan sudionik ističe da je uključen u kupovinu i odabir zajedničkih obiteljskih investicija („*Kupovali smo kuhinju pa sam išel malo s mamom. Neki dan smo išli u Bauhaus po nešto... a da, po farbe i to, za ogradu vanjsku*“).

**Uključenost u udrugu.** Većina sudionika izražava *zadovoljstvo* vremenom provedenim u udruzi i vlastitim radom te uz udrugu veže pozitivne osjećaje. Samo jedna sudionica ima

suprotno mišljenje: „*Pa ne znam, baš mi nije lijepo u Ozani. Šteta što sam odlazila, ali ne znam, nije mi baš lijepo u Ozani*“. U udruzi sudjeluju u različitim *aktivnostima* ručnog rada (filcanje, vez, tkanje, šivanje, keramika), sportskim aktivnostima (stolni tenis, odbojka, plivanje, preskakanje užeta) i umjetničkim aktivnostima (ples, dramska skupina). Udrugu ponekad posjećuju studenti, a organiziraju se i izlože i priredbe za širu javnost. Članovi udruge odlaze na zajedničke izlete i ljetovanja što je detaljnije opisano u temi Putovanja.

***Organizirane aktivnosti slobodnog vremena.*** Većina sudionika uključena je ili u *plivački klub* Natator ili u *atletski klub* Agram, a pojedini i u oba kluba. Treniraju više puta tjedno i s klubovima odlaze na različita natjecanja. Jedna korisnica plivanje smatra izvorom motivacije i dobrog zdravlja, a druga izvještuje o prekidu bavljenja atletikom zbog previše drugih obaveza.

***Slobodno vrijeme kod kuće.*** Najčešće spomenuta aktivnost provođenja vremena kod kuće je gledanje televizije, točnije serija, filmova i vijesti, koje uz odmaranje, čitanje, slušanje glazbe i igranje igrice na kompjuteru i PlayStationu čini prvu kategoriju nazvanu *relaksacija*. Osim toga, sudionici vrijeme provode *družeci se s obitelji* („*Pa ujutro kavu pijemo zajedno ja i mama. Ja skuham svako jutro.*“, „*Najviše, kad moja sestra najviše voli radit kolače, ja joj znam ponekad pomoć radit kolače.*“, „*...igramo ovak ponekad Čovječe, ne ljuti se*“). Sudionici se bave *sportskim aktivnostima* koje uključuju igranje stolnog tenisa i vježbanje te *kreativnim aktivnostima* poput pisanja pjesama, crtanja i precrtavanja. Pojedini sudionici ističu da većinom provode vrijeme kod kuće, a jedna sudionica posebno naglašava da voli biti sama jer joj smetaju gužva i buka.

***Slobodno vrijeme u zajednici.*** U slobodno vrijeme sudionici vole *šetati po gradu* i dućanima. Tamo odlaze sami, s članovima obitelji ili s prijateljima, a kao omiljeno mjesto više njih navodi Trg bana Jelačića i okolne ulice. Njihov *boravak u prirodi* podrazumijeva šetanje po parkovima (Jarun, Maksimir, Bundek) i zoološkom vrtu, odlazak na Sljeme i druženje na piknicima. Većina odlazi u *kino* i u *kafiće* sa svojim prijateljima i članovima obitelji, a nekoliko njih posjećuje različite *društvene manifestacije* (npr. Dani vatrometa, Rally, koncerti, utakmice). Dva sudionika povremeno izlaze u noćne klubove, no jedan navodi da ne voli odlaziti tamo zbog glasne glazbe i zagušljivosti. Sudionici se bave i *sportskim aktivnostima*, voze bicikl, rolaju, trče, pecaju i planinare. Što se tiče vjerskih aktivnosti, većina sudionika izvještava o povremenim *odlascima u Crkvu*, najčešće za blagdane, osim jednog sudionika koji na misu ide svake nedjelje.

**Međuljudski odnosi.** Sudionici su uglavnom u dobrim odnosima s članovima obitelji, od onih iz najuže obitelji do šire rodbine. Oni koji imaju rodbinu uglavnom se međusobno posjećuju i družu, a neki navode da imaju blizak odnos sa sestrama, nećacima i rođacima. Obitelj i rodbinu smatraju važnim ljudima u svom životu. Jedan sudionik navodi i razlike u provođenju vremena s majkom i ocem („*Tata nas vodi na ćevape. A mama me vozi kad negdje ovako idem.*“), a druga sudionica ističe oca kao osobu koja ju brani i s kojom se zafrkava. Jedna sudionica trenutno ima *partnera* s kojim se viđa na treninzima atletike i na kavi. Neki sudionici su *sa susjedima* u jako dobrim odnosima, međusobno se posjećuju i odlaze u šetnju, a jedna sudionica smatra susjedu prijateljicom („*Imamo dobru susjedu pa sam s njom često ili kod nje doma ili na balkonu pa ili idemo vožnjom biciklom*“). S druge strane, neki se sa susjedima jedino pozdravljaju, a neki su s njima u lošim odnosima. Jedna sudionica kao razlog loših odnosa navodi to što govore ružne stvari o njoj („*A svašta pričaju o meni, da sam bolesna, da sam kao s Down sindromom*“). Što se tiče *ostalnih ljudi iz lokalne zajednice*, jedna sudionica govori o članovima plivačkog kluba s kojima je u dobrom odnosu, ali se zbog njihovih obaveza (škola, fakultet) viđaju isključivo na treninzima. Drugi sudionik napominje da ponekad ostvaruje komunikaciju sa starijim ljudima u tramvaju ističući da im uvijek prepusti svoje mjesto. Jedna sudionica navodi negativna iskustva s prodavačicom u trgovini: „*A mene ponekad i prodavačica i zezne, novce mi neće vratit. Uvijek me neka tam na Žitnjaku zeza, nije mi trebala vratit novce*“.

**Putovanje.** Za *putovanje po Zagrebu* svi sudionici koriste javni prijevoz – neki tramvaje, neki autobuse, a neki vlak. Pojedini sudionici preferiraju vožnju biciklom i pješaćenje. *Udruga* u koju su svi sudionici učlanjeni organizirala je prije koronavirusa različite izlete na koje su svi rado išli: „*Bili smo u Puli, bili smo na Cresu, bili smo u Novom Vinodolskom*“; „*Išli smo vlakom u Ogulin na festival bajki.*“; „*S Ozanom smo išli u Belišće, imali smo neki projekt, nekaj s vunom.*“; „*Na obiteljsko imanje kod S. gore, E. S., prijatelja mog iz Ozane, on je imal veće imanje i tam smo išli.*“; „*Znali smo ići na Sljeme, pa na Medvednicu otić. I još prije smo išli tamo iza Zaprešića vidjet one Jelačićeve one nove dvore*“. Sudionici odlaze na putovanja i *sa svojom obitelji*, a ta putovanja uglavnom podrazumijevaju ljetovanja po hrvatskoj obali i otocima. Nekoliko njih spominje putovanja u inozemstvo u djetinjstvu. Jedna sudionica opisuje izlet u organizaciji udruge umirovljenika na kojem je bila prošle godine s majkom.

**Korištenje moderne tehnologije.** Sudionici koriste *mobitel* za komunikaciju, odnosno razgovor ili dopisivanje s članovima obitelji i prijateljima. Svi imaju svoj mobitel osim jedne

sudionice koja prema potrebi koristi očev mobitel ili mobitel voditeljice u Ozani. Jedan se sudionik preko mobitela čuje samo s majkom, a isti navodi da ne zna kako se dopisivati. Za komunikaciju sudionici koriste i *društvene mreže* (Facebook, WhatsApp, Viber, Instagram) koje im najčešće služe upravo za dopisivanje s prijateljima („*Imam Facebook. Malo se dopisujem s K.: „Kako si buraz?“*, on meni napiše: „*Dobro, buraz*“; „*Imam Fejs i Instagram. Pa to jedino kad se dopisujem s frendicama, samo sa njima iz Ozane. S nikim više. S nepoznatima se ne smijem baš*“). Zanimljivo je da jedan sudionik koji ima Facebook navodi kako na njemu nema prijatelje. Moderna tehnologija sudionicima služi za *zabavu*, točnije igranje igrice, gledanje serija i filmova, slušanje glazbe, pretraživanje interneta i gledanje videa na YouTubeu. *Učenje* korištenja računala i mobitela uglavnom se odvijalo spontano, samostalno ili uz pomoć obitelji. Udruga je nekoliko puta organizirala radionice sa studentima gdje su korisnici učili kako koristiti internet.

**Želje za budućnost.** Želje sudionika vezane su uz nekoliko područja. Prvo je područje *zapošljavanje*, pri čemu dva sudionika istražuju mogućnost zaposlenja. Drugo područje čine *sportske aktivnosti* gdje sudionici konkretno ističu da bi voljeli: „*Naučit bacanje diska. Ovako kak naše atletičarke bacaju disk, jednom da naučim.*“; „*Pa volio bi malo još više uključiti u neke sportove. Volio bi, evo šta bi mi bila omiljena želja, volio bi trenirat biciklizam.*“; „*Plivanje, da idem na plivanje ono, da se naučim, da idem na natjecanja*“. Treće, jedna sudionica ima želju *upoznati poznate osobe* i otići na njihove koncerte. Četvrtu kategoriju čine želje za *putovanjima* u različite dijelove Hrvatske (Hvar, Kornati, Rijeka, Cres) i svijeta (London, Irska, Novi Zeland, Barcelona). Na kraju, dva sudionika imaju želju za poboljšanjem vještina korištenja računala, jedan kako bi mogao skidati igrice, a drugi kako bi mogao razumjeti upute koje mu dolaze na računalo.

#### 4.4. UTJECAJ OSOBNIH I OKOLINSKIH ČIMBENIKA NA RAZVIJANJE I ODRŽAVANJE PRIJATELJSKIH ODNOSA I DRUŠTVENU UKLJUČENOST

Iz četvrtog istraživačkog pitanja ***Kako osobni i okolinski čimbenici utječu na razvijanje i održavanje prijateljskih odnosa i društvenu uključenost?*** proizašla su dva tematska područja: Čimbenici koji otežavaju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost i Čimbenici koji pospješuju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost.

U tablici 5 prikazane su teme i kategorije vezane uz tematsko područje Čimbenici koji otežavaju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost.

Tablica 5. Prikaz tema i kategorija za tematsko područje Čimbenici koji otežavaju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost

TEMATSKO PODRUČJE: ČIMBENICI KOJI OTEŽAVAJU RAZVOJ PRIJATELJSKIH ODNOSA I DRUŠTVENU UKLJUČENOST	
TEMA	KATEGORIJE
ZAŠTITNIČKI ODNOS OBITELJI	Zabrane Zanemarivanje autonomije i prava na izbor
VLASTITA INICIJATIVA I MOTIVACIJA	
ČIMBENICI VEZANI UZ PRIJATELJE	Nedostatak vremena za druženje Osnivanje vlastite obitelji Rijetko postojanje pravih prijatelja Smrt prijatelja
NEMOGUĆNOST ZAPOŠLJAVANJA	Neodgovarajuće radno vrijeme Oduzimanje poslovne sposobnosti
FIZIČKA OKOLINA	Materijalni uvjeti Fizička udaljenost
IZVANREDNE OKOLNOSTI - KORONAVIRUS I POTRESI	Prestanak sudjelovanja u uobičajenim aktivnostima Negativni osjećaji

**Zaštitnički odnos obitelji.** Jedan sudionik izvještava o zabrani roditelja da se druži kod kuće s prijateljicom koja mu je ujedno i simpatija. Neki navode da im roditelji ne dopuštaju da odu na ljetovanje ili putovanja s prijateljima, no to je povezano sa samostalnošću sudionika ili njihovih prijatelja i potrebom da uz sebe imaju nekog tko će brinuti o njima („*Ma ne bi roditelji dozvolili (da idemo na putovanje). Moji bi. Ali njihovi. Jer tu pola toga nisu samostalni. Znači ili su vezani uz roditelje i tako. Tako da što se tiče Ozane i prijatelja, tu ne bi polazila. Ima njih koji su samostalni, ali mislim da roditelji ne bi dozvolili preko granice.*“; „*A ne znam, tata i mama se boje da ne bi napravili nered. ... Pa jedino da neko stariji ide s nama. A dobro, mogli bi mi i sami bit, ali ne znam ko bi nam čistio, prao, kuhao*“). Još se može primijetiti da pojedini članovi obitelji sudionika ponekad zanemaruju njihovu autonomiju i pravo na izbor pa tako umjesto njih kupuju odjeću i obuću („*Nađem na primjer jedne one malo plitke, ali baš jako široke i što imaju onaj amortizer ovdje, meni se sviđaju, sestri ne. Ona kupi neke druge što se*



njoj sviđaju, meni se ne sviđaju“) i ne podržavaju njihovo zapošljavanje („Nisam, al su me htjeli zaposlit, al je mama povukla jer možda ne bi mogo radit“).

**Vlastita inicijativa i motivacija.** Neki sudionici jednostavno ne izražavaju potrebu za druženjem s prijateljima kod kuće ili se nikad nisu ni pokušavali vidjeti s prijateljima tijekom ljeta i u slobodno vrijeme. U razgovoru s jednim sudionikom činilo se kao da se zapravo nije ni sjetio te opcije (radi davanja konteksta napisana su i postavljena pitanja): „Se znate s nekim vidat za ljetne praznike? - Ne. To nisam ni pokušavo. - A biste se voljeli vidjet? - Pa naravno da bi“; „Kako to da se ne posjećujete? - A ne znam. E vidiš, to nisam ni pokušavo. Ne bi ti to sad znao reći“. Jedan sudionik navodi da nije baš komunikativan i ne izlazi puno van kuće. Još jedan čimbenik koji sprječava druženje s prijateljima je nedostatak vremena.

**Čimbenici vezani uz prijatelje.** Čest razlog prestanka kontakta s prijateljima je osnivanje vlastite obitelji prijatelja nakon čega se prijatelji više posvećuju svojoj obitelji i novom životu („Pa vidla sam da te ne fermaju ni pol posto, da imaju svoj život, muža, djecu, obitelj“). Više njih također navodi da njihovi prijatelji zbog drugih obaveza nemaju vremena za druženje. Jedna sudionica ističe da je prijatelje teško naći jer kako kaže: „Iskren prijatelj i pošten prijatelj, to se teško nalazi. Znači nećeš nać prijatelja poštenog, iskrenog, da ti pomogne u nevolji, tu nema svakog. To moraš baš birat“. Kao razlog gubitka prijateljstva jedan sudionik navodi smrt svoga prijatelja. Zanimljiva je činjenica da je sudionik za prijateljevu smrt saznao tek putem osmrtnica u novinama.

**Nemogućnost zapošljavanja.** Nekoliko sudionika izražava nezadovoljstvo zbog oduzimanja poslovne sposobnosti što im onemogućava pronalazak radnog mjesta. Jedna sudionica napominje da taj problem ima korijenje još u osnovnoj školi: „Imala sam priliku završit za trenera plivanja pa to me je skrenulo da ne idem. ... To su me zeznuli jer sam dobila u 8. razredu prilagođeni program“. Jedan sudionik problem vidi u osmosatnom radnom vremenu za koje smatra da je predugačko.

**Fizička okolina.** Mogućnost druženja s prijateljima određuju i materijalni uvjeti poput premalog stambenog prostora za pozivanje prijatelja i neposjedovanja telefona. Učestalost druženja, a u nekim slučajevima i prekid kontakta, ponekad su uvjetovani fizičkom udaljenošću, na primjer, kad prijatelji žive izvan Zagreba ili se presele u druge dijelove Hrvatske i svijeta.

**Izvanredne okolnosti – koronavirus i potresi.** Tijekom pogoršanja situacije s koronavirusom sudionici su se rjeđe viđali s prijateljima ili se uopće nisu vidjeli po nekoliko

mjeseci. Vrijeme su uglavnom provodili kod kuće i *nisu mogli odlaziti na uobičajena mjesta i sudjelovati u uobičajenim aktivnostima* („*Bilo je dosadno. Nismo smjeli izać nigdje van ni kafići nisu radili, samo kave za van uzimat*“). Također, više ne odlaze na ljetovanje s udrugom. Jedna sudionica zbog nedavnih potresa koji su u njoj prouzrokovali strah više ne odlazi u grad („*Pa ono trauma, svaki šum, trzne se, više nije kak je nekad bilo*“). Sudionici iskazuju različite negativne osjećaje uzrokovane socijalnom izolacijom: tugu, nervozu, dosadu, nedostajanje prijatelja. Žele da koronavirus što prije prođe: „*Volio bi da prođe više ova korona da se možemo navečer normalno družiti, da se možemo normalno zagrliti, poljubiti, da bude nekako veselije. A ovako sad kad je korona, moraš ili laptop ili ono: Aj bok, bok, kako si i doviđenja*“.

U tablici 6 prikazane su teme i kategorije vezane uz tematsko područje Čimbenici koji pospješuju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost.

Tablica 6. *Prikaz tema i kategorija za tematsko područje Čimbenici koji pospješuju razvoj prijateljskih odnosa i društvenu uključenost*

TEMATSKO PODRUČJE: ČIMBENICI KOJI POSPJEŠUJU RAZVOJ PRIJATELJSKIH ODNOSA I DRUŠTVENU UKLJUČENOST	
TEMA	KATEGORIJE
PODRŠKA RODITELJA	Prijevoz Dopuštanje druženja Prilagodbe
DRUŠTVENE MREŽE	Održavanje kontakta u vrijeme koronavirusa Mogućnost upoznavanja novih prijatelja
UPOZNAVANJE NOVIH PRIJATELJA U ZAJEDNICI	

**Podrška roditelja.** Nekim sudionicima majka osigurava *prijevoz* kad se žele vidjeti s prijateljima i pomaže u telefonskim dogovorima za druženja. Većini sudionika roditelji *dopuštaju druženja* s prijateljima, rado ih primaju u goste i ne smeta im da se družu s prijateljima uz uvjet da se im jave i da ne nose puno novaca sa sobom. Jednoj sudionici roditelji osiguravaju prilagodbu kako bi mogla samostalno otići u trgovinu: „*Svaki dan odlazim. Al oni meni napišu, ja baš ne znam nešto reć neku riječ, ne znam baš, ne mogu niš reć. Meni mama napiše*“.

**Društvene mreže.** U vrijeme izolacije zbog koronavirusa sudionici su najčešće *održavali kontakt* preko društvenih mreža. Udruga čiji su članovi organizirala je grupna druženja preko

WhatsApp i pripremila različite online aktivnosti. Društvene mreže sudionici vide kao mjesto gdje *moгу upoznati nove prijatelje* (npr. preko Facebooka, WhatsAppa i e-maila).

**Upoznavanje novih prijatelja u zajednici.** Odlazak na različita mjesta u zajednici sudionicima pruža mogućnost za upoznavanje novih prijatelja. Smatraju da nove prijatelje mogu upoznati na ljetovanju, u disku, na plaži i u kvartu. Također, jedna sudionica misli da bi joj prijateljica mogla pomoći u upoznavanju novih ljudi i uspostavljanju prijateljskih veza.

#### 4.5. POVEZANOST DRUŠTVENE UKLJUČENOSTI I NEOVISNOG ŽIVLJENJA S PRIJATELJSKIM ODNOSIMA

U tablici 7 prikazane su teme i kategorije vezane uz tematsko područje Povezanost društvene uključenosti i neovisnog življenja s prijateljskim odnosima koje je proizašlo iz petog istraživačkog pitanja: *Na koji su način društvena uključenost i neovisno življenje povezani s ostvarivanjem prijateljskih odnosa?*

Tablica 7. Prikaz tema i kategorija za tematsko područje Povezanost društvene uključenosti i neovisnog življenja s prijateljskim odnosima

TEMATSKO PODRUČJE: POVEZANOST DRUŠTVENE UKLJUČENOSTI I NEOVISNOG ŽIVLJENJA S PRIJATELJSKIM ODNOSIMA	
TEMA	KATEGORIJE
UTJECAJ DRUŠTVENE UKLJUČENOSTI NA PRIJATELJSKE ODNOSI	Udruга kao mjesto upoznavanja prijatelja Upoznavanje prijatelja na aktivnostima slobodnog vremena Korištenje društvenih mreža za komunikaciju s prijateljima Upoznavanje prijatelja preko društvenih mreža Upoznavanje prijatelja u zajednici
UTJECAJ PRIJATELJSKIH ODNOSA NA DRUŠTVENU UKLJUČENOST	Druženje u gradu Druženje u prirodi Posjećivanje ugostiteljskih objekata Odlazak u kino Druženje u shopping centrima Sportske aktivnosti

	Prisustvovanje događajima u zajednici Osjećaj prihvaćenosti
--	--

U razgovoru sa sudionicima uočena je obostrana povezanost društvene uključenosti i prijateljskih odnosa koja je indirektno opisana još u prethodnim poglavljima. U ovom će se dijelu već opisani kodovi promotriti iz druge perspektive te će se posebno naglasiti na koje se načine ta povezanost ostvaruje, odnosno kako prema izjavama sudionika društvena uključenost utječe na prijateljske odnose i obrnuto.

**Utjecaj društvene uključenosti na prijateljske odnose.** Različiti načini društvene uključenosti omogućili su sudionicima stjecanje novih prijatelja i održavanje prijateljstava. Sudionici su svoje prijatelje *upoznali u udruzi i na organiziranim aktivnostima slobodnog vremena* te se tamo s njima najčešće i druže. Aktivno *korištenje društvenih mreža i posjećivanje različitih mjesta u zajednici* vide kao mogućnosti upoznavanja budućih prijatelja. Osim toga, korištenje društvenih mreža omogućava im redovitu komunikaciju s prijateljima, a samim time i lakše održavanje prijateljstava.

**Utjecaj prijateljskih odnosa na društvenu uključenost.** Sudionici navode različite načine provođenja vremena s prijateljima u zajednici koji pozitivno djeluju na društvenu uključenost. Sa svojim prijateljima *druže se na različitim mjestima u gradu i u prirodi, posjećuju ugostiteljske objekte, odlaze u kino, u shopping centre, prisustvuju događajima u zajednici i sudjeluju u sportskim aktivnostima*. Jedna sudionica navodi druženje s prijateljima kao glavni razlog zašto joj se sviđa na atletici (radi davanja konteksta napisano je i postavljeno pitanje): *„Zašto ti se sviđa na atletici? - Super mi je s društvom ovim mojim, s N., K., G., N., A. Zezamo se, igramo se lovice na kraju. Ovaj jednog zafrkava, ovaj jednog drugog... Zezamo se, volimo se zafrkavat, smijemo se ko blesavi“*. Druga sudionica opisuje pozitivna iskustva iz srednje škole gdje je imala puno prijatelja i istovremeno se *osjećala prihvaćeno* (*„Meni najviše fale iz Dubrave tam prijatelji. A imala sam puno prijatelja, išla sam na sportske igre. I učiteljice tamo pričaju svi o meni, ja njima tam falim“*), što je važan aspekt društvene uključenosti.

#### 4.6. KLJUČNI NALAZI ISTRAŽIVANJA

Ovo istraživanje potvrdilo je nalaze prijašnjih istraživanja (Knox i Hickson, 2001; Morris, 2001; Zlatarić, 2014; Fulford i Cobigo, 2016) da su prijateljstva vrlo važna odraslim osobama s intelektualnim teškoćama. Najbitnijim elementom prijateljstva smatraju druženje, koje dobro utječe na psihičko zdravlje i u njima budi pozitivne osjećaje, za razliku od izoliranosti koja djeluje suprotno.

Svi sudionici imaju prijatelje, a većina sveukupno nabroja 3-4 prijatelja među kojima ističu jednog ili dva s kojima su najbliži. Jasno razlikuju prijateljske odnose od odnosa s osobljem ili članovima obitelji što je suprotno nalazima istraživanja Callusa (2017) i Bigbyja (2008). Samo jedna sudionica navodi bivšu djelatnicu udruge prijateljicom, no, iako McCausland i sur. (2017) tvrde da odlazak osoblja s radnog mjesta obično završava prekidom odnosa s korisnikom, čini se da one zaista i dalje imaju blizak odnos te su u redovitom kontaktu.

U uvodnom dijelu rada spomenuta su tri čimbenika koja djeluju na kvalitetu prijateljstva: bliskost, konflikti i pozitivni reciprocitet (Tipton, 2011). Ukratko ćemo prokomentirati nalaze ovog istraživanja vezano uz te čimbenike. Bliskost sa svojim prijateljima sudionici ostvaruju kroz povjeravanje i međusobno pomaganje pri čemu pogotovo ističu emocionalnu podršku. Prijateljima se mogu povjeriti, s njima podijeliti svoje tajne te jedan drugome pomažu da se osjećaju bolje kad postoji neki problem. Što se tiče konflikata, sudionici izvješćuju o vrlo malom broju svađa i nesuglasica sa svojim prijateljima i o brzim pomirenjima nakon eventualnih svađa. Pozitivni reciprocitet uočava se u obostranom pomaganju i izdvajanju vremena za prijatelje.

Kod prijatelja im je važno kakve su njegove osobine, a ne vanjski izgled. Od prijatelja očekuju da će biti uz njih u teškim situacijama, da im pomaže u nevolji, da je pristojan, pošten i iskren te da ih poštuje. Nasuprot tome, nepoželjnim kod prijatelja smatraju svadljivost, nepoštovanje, ogovaranje i nepouzdanost. Istraživanje Brackenridge i McKenzie (2005) također je pokazalo da su osobama s intelektualnim teškoćama kod prijatelja najvažnije osobine ličnosti te one određuje sviđa li im se druga osoba ili ne.

Vrijeme sa svojim prijateljima provode u uobičajenim prijateljskim aktivnostima: šetnjama, odlascima na kavu, shoppingu, posjećivanju različitih manifestacija, odlasku u kino i sportskim aktivnostima. Može se primijetiti da najčešće nabrajaju aktivnosti koje se odvijaju u zajednici, a manje u njihovim domovima. Tek se neki od sudionika povremeno međusobno posjećuju.

Emerson i McVilly (2004) također ističu da se osobe s intelektualnim teškoćama češće druže u javnim, a rjeđe u privatnim prostorima. Specifičnost ovog istraživanja jest što su svi sudionici članovi iste udruge i upravo su tu upoznali većinu svojih prijatelja. Pojedini sudionici ovog istraživanja rijetko se viđaju s prijateljima izvan udruge i organiziranih sportskih aktivnosti koje zajedno pohađaju. Također, iako većina ima i prijatelje izvan udruge, nekoliko njih svojim prijateljima smatra isključivo članove udruge, s time da se neki od njih s prijateljima iz udruge viđaju jedino u udruzi, a ostali i izvan nje. Iz toga proizlazi da pojedini sudionici ne viđaju svoje prijatelje tijekom ljetnih mjeseci kada nema aktivnosti u udruzi.

Tema koju su sudionici često spominjali i koja se pokazala za njih vrlo bitnom je proslava rođendana. Pritom većina poziva i časti svoje prijatelje za svoj rođendan te im je to važan način druženja. Ipak, nekoliko njih nema taj običaj, već rođendane slavi u društvu obitelji.

Neki sudionici voljeli bi imati više prijatelja, češće se družiti s njima u slobodno vrijeme, putovati, posjećivati se i uključiti neke nove aktivnosti u zajedničko druženje. Ipak, bilo bi pogrešno pretpostaviti da su to želje svih osoba s intelektualnim teškoćama. Neki sudionici zadovoljni su trenutnim stanjem i ne izražavaju potrebu za većim brojem prijatelja ili češćim posjećivanjem i to treba poštovati. Kao što kažu Bigby i Fyffe (2009), nisu svi ljudi društveni i neki više vole provoditi vrijeme sami ili kod kuće, nego među društvom u zajednici. Ono što ipak treba imati na umu je da razlog tome može biti to što su tako navikli živjeti, ne znajući uopće kako bi im bilo kad bi se češće družili s prijateljima. Pritom pasivno prihvaćaju stanje kakvo jest pa niti ne izražavaju nezadovoljstvo (Bratković i sur., 2018). Minton i sur. (2002) navode da su osobe s intelektualnim teškoćama kojima je pružena mogućnost življenja u zajednici, nakon nekog vremena počele iskazivati veći broj želja te su one bile sličnije željama opće populacije. Zato je potrebno osigurati im što više različitih mogućnosti i životnih iskustava te odgovarajuću podršku okoline.

Temeljni dio društvene uključenosti čine odnosi s drugima. Često je u radu s osobama s intelektualnim teškoćama fokus na uspostavljanju veza s ljudima iz opće populacije i one se smatraju vrjednijima od veza s drugim osobama s invaliditetom čiji se značaj zanemaruje. Treba pridavati pažnju svim vrstama odnosa, uključujući i one s obitelji i osobljem, jer svaki odnos donosi neku dobrobit. Ponekad nije potrebno širenje socijalne mreže, već podizanje kvalitete postojeće (Bigby i Fyffe, 2009). Sudionicima ovog istraživanja važno mjesto u njihovom životu zauzimaju članovi obitelji i rodbina koje uglavnom stavljaju na prvo mjesto prema važnosti.

Svi su u dobrim odnosima sa svojom obitelji, osim povremenih manjih svađa. Često se družu sa svojim rođacima, čak i kada su oni starije životne dobi.

Što se tiče društvene uključenosti, sudionici u tjednu, kad se vrate iz udruge, većinu vremena provode kod kuće sami ili družeći se s obitelji, no svejedno nabrajaju mnoga mjesta u zajednici koja posjećuju s prijateljima ili članovima obitelji. U kafiće, kino, gradske parkove i shopping centre najčešće odlaze za vikende. Iako najčešće idu u društvu, neki sudionici na navedena mjesta vole odlaziti i sami. Uključenost u udruhu ima pozitivan utjecaj i na generalnu društvenu uključenost jer putem udruge sudionici sudjeluju na različitim izložbama, priredbama, posjećuju mjesta u zajednici i odlaze na izlete. Osim toga, zanimljivo je da su gotovo svi sudionici uključeni u plivanje ili atletiku što su najčešće počeli pohađati nakon što su postali članovi udruge, potaknuti uključenošću drugih članova u navedene sportske aktivnosti. Također, druženje s prijateljima nekima je glavni razlog pohađanja treninga.

Iako nitko od njih nije zaposlen, nije u braku i nema djecu, sudionici ostvaruju neke druge vrednovane socijalne uloge koje su njima važne. Tako, na primjer, neki od njih ostvaruju zavidne sportske rezultate ili navode druge uloge kojima se ponose i zbog kojih ih drugi cijene, poput samostalnosti u svakodnevnom životu ili poučavanja drugih ljudi vještinama koje posjeduju. U partnerskim odnosima, koje trenutno ostvaruje samo jedna sudionica, postoji manji broj različitih zajedničkih aktivnosti kada bi se uspoređivali s partnerskim odnosima osoba bez invaliditeta iste dobi.

Sudionici iskazuju visoku razinu samostalnosti u korištenju javnog gradskog prijevoza, odlasku u trgovinu i korištenju novca, što su bitni elementi za ostvarivanje bolje društvene uključenosti, s time da korištenje javnog prijevoza olakšava i viđanje s prijateljima (Fulford i Cobigo, 2016). Što se tiče kućanskih poslova, razina samostalnosti je raznolika među sudionicima, a većina navodi poslove čišćenja kao poslove u kojima obično sudjeluje. Kao što ističu Abbott i McConkey (2006), učenje vještina svakodnevnog života jedan je od mogućih načina smanjenja prepreka socijalnoj inkluziji.

Korištenje moderne tehnologije pokazalo se najčešćim načinom komunikacije i održavanja kontakta s prijateljima, a za dopisivanje s prijateljima sudionici uglavnom koriste društvene mreže. Također, društvene mreže vide kao mjesto pronalaska novih prijatelja. Iako se ne može utvrditi uzročno-posljedična povezanost, zanimljivo je primijetiti da su sudionici koji manje koriste ili ne koriste društvene mreže i mobitel za dopisivanje, isti oni sudionici koji se rjeđe

viđaju s prijateljima u slobodno vrijeme, a dva sudionika koja imaju najviše društvenih mreža, upravo su ona dva koja imaju najveći broj prijatelja izvan udruge i češće se viđaju s njima u odnosu na ostale sudionike.

Vežano uz društvenu uključenost, sudionici imaju raznolike želje: od zapošljavanja, putovanja, razvijanja vještina korištenja računala do uključivanja u organizirane aktivnosti slobodnog vremena ili ostvarivanja napretka u onima u kojima već sudjeluju. Te nam želje sudionika mogu pomoći u identificiranju područja života kojima se stručnjaci više trebaju posvetiti u svom radu.

Iz razgovora sa sudionicima moglo se primijetiti da nekoliko njih koji imaju manji broj prijatelja i rjeđe se druže s njima, također navode manji broj zajedničkih aktivnosti. S druge strane, neki sudionici koji imaju više prijatelja te se druže i s prijateljima koji nisu članovi udruge, sudjeluju u raznovrsnijim aktivnostima u zajednici i odlaze na više različitih mjesta. Možemo, s druge strane, pretpostaviti i da osobe koje češće provode vrijeme u zajednici, automatski imaju i veću mogućnost upoznavanja novih prijatelja jer su češćem kontaktu s ljudima. Teško je iz ovoga zaključiti djeluju li prijateljski odnosi pozitivno na društvenu uključenost ili je situacija obrnuta, no najveća je vjerojatnost da je povezanost obostrana. Pozitivan utjecaj imanja prijatelja na društvenu uključenost opisali su Friedman i Rizzolo (2018), a pozitivan učinak veće društvene uključenosti na ostvarivanje prijateljskih odnosa prepoznali su Abbott i McConkey (2006) i Zlatarić (2014) koja ističe uključenost u udruge važnim faktorom za uspostavljanje novih prijateljstva, a što je zaista potvrdilo i ovo istraživanje.

U istraživanju su prepoznati osobni i okolinski čimbenici koji pridonose, odnosno sprječavaju razvoj prijateljstva i društvenu uključenost. Podrška roditelja važan je čimbenik u ostvarivanju prijateljskih odnosa (Fulford i Cobigo, 2016). Roditelji sudionika ovog istraživanja dopuštaju im druženja s prijateljima i međusobno posjećivanje te im osiguravaju pomoć i prijevoz kako bi se ta druženja ostvarila. Problemi se javljaju kada bi htjeli negdje zajedno otputovati što roditelji ne dozvoljavaju. Treba, međutim, imati na umu da zabrane proizlaze iz razloga što sudionici ovog istraživanja većinom nisu dovoljno samostalni da bi se mogli sami brinuti za sebe. Ovdje do izražaja dolazi potreba za uključivanjem osoba s intelektualnim teškoćama u suvremene programe podrške, tj. za unaprjeđenjem kvalitete podrške uz primjenu modela osobno usmjerenog planiranja pomoću kojeg bi se osmislile strategije ispunjavanja njihovih individualnih želja i snova. Osim toga, poželjno je roditelje potaknuti da osobama s intelektualnim teškoćama osiguraju prilike za veće sudjelovanje u vršenju izbora i donošenju



odluka u svakodnevnom životu, kao i samostalnije odlučivanje u nekim situacijama s konačnim ciljem razvijanja veće autonomije i samoodređenja.

Neki sudionici navode da prijatelji nemaju vremena za njih zbog drugih obaveza ili osnivanja vlastite obitelji. To uglavnom navode za prijatelje s kojima su bili bliski u osnovnoj ili srednjoj školi. S obzirom na to da je održavanje kontakta puno lakše s osobama s kojima se čovjek redovito viđa i s kojima ima zajedničke teme, vjerojatno je upravo prestanak školskih aktivnosti, kao što to i inače biva, označio udaljavanje od školskih prijatelja. Školske aktivnosti zamijenile su neke druge aktivnosti slobodnog vremena i odlazak u udrugu pa su tako na tim mjestima uspostavljena nova prijateljstva. Održavanje prijateljstva otežano je kada prijatelji žive u drugim dijelovima grada, izvan grada ili kada se prijatelj odseli. Time također najčešće dolazi do prestanka zajedničkih aktivnosti.

Iako rad ima važnu ulogu u životu svakoga čovjeka, osobe s intelektualnim teškoćama još uvijek teško pronalaze posao. Sudionici ovog istraživanja kao glavni razlog za nemogućnost zapošljavanja navode oduzimanje radne sposobnosti. Ipak, to samo po sebi ne bi trebao biti problem, već se može pretpostaviti da poteškoće proizlaze i iz ostalih sustavnih barijera za zapošljavanje osoba s invaliditetom, a pogotovo osoba s intelektualnim teškoćama. Bratković i sur. (2019) opisuju četiri glavne dobrobiti rada: ekonomsku, osobnu, psihološku i društvenu, koje su u međusobnoj zavisnosti. Društvena dobrobit, koja je usko povezana s kontekstom ovoga rada, odnosi se na interakcije i međuljudske odnose koje osobe ostvaruju na radnom mjestu. Zapošljavanje omogućava upoznavanje novih ljudi i održavanje kontakata kroz kontinuirano druženje s istim ljudima i dijeljenje zajedničkih interesa čime se otvara put razvijanju prijateljstva. U slučaju zapošljavanja na otvorenom tržištu rada, osobe s intelektualnim teškoćama imaju priliku stupiti u interakciju i s osobama bez invaliditeta. Na žalost, umjesto poticanja na zapošljavanje i pružanja odgovarajuće podrške u tom procesu, osobe s intelektualnim teškoćama se nakon završetka školovanja obično upućuju u programe sustava socijalne skrbi. Zapošljavanje neupitno donosi brojne koristi koje pridonose društvenoj uključenosti, od uključivanja u svrsishodne aktivnosti, ostvarivanja socijalno vrednovanih uloga pa do širenja socijalne mreže. Bratković i sur. (2019) u svom su istraživanju utvrdile kako se zaposlene osobe s intelektualnim teškoćama, unatoč pozitivnoj socijalnoj interakciji na radnom mjestu, ipak većinom drže međusobno te se rijetko viđaju s radnim kolegama bez teškoća izvan radnog mjesta i uslijed ograničavajućih okolnosti (npr. dislociranost poduzeća i različitih mjesta stanovanja) ne ostvaruju s njima bliska prijateljstva.

U ovom je istraživanju prepoznat i ograničavajući čimbenik specifičan za trenutnu situaciju u svijetu pa i u Hrvatskoj koji sprječava ili ograničava uspostavljanje i održavanje prijateljskih odnosa, a to je pandemija koronavirusa. Epidemiološke mjere, a pogotovo izolacija i karantena kao posljedica širenja koronavirusa nepovoljno su djelovale na mogućnost druženja s prijateljima i sudjelovanje u aktivnostima u zajednici te su kod sudionika pobudile negativne osjećaje poput nervoze i tuge. Ovo je također jedan od pokazatelja koliko je osobama s intelektualnim teškoćama važno održavanje kontakta s prijateljima i drugih međuljudskih odnosa.

## 5. ZAKLJUČAK

U ovom istraživanju potvrđena je važnost koju prijateljstvo ima za odrasle osobe s intelektualnim teškoćama. Odmah nakon obiteljskih, prijateljske odnose svrstavaju u drugu kategoriju prema važnosti u životu. U odnosu na opću populaciju, prepoznate su neke razlike u ovim odnosima, ali, s druge strane, i puno sličnosti. Razlike se najviše ističu u području upoznavanja s prijateljima i provođenja vremena s njima, a sličnosti se mogu primijetiti u značaju koji prijateljstva imaju u njihovim životima. Najupečatljiviji podatak dobiven u ovom istraživanju jest što osobe s intelektualnim teškoćama uglavnom ostvaruju prijateljstva s drugim osobama s intelektualnim teškoćama koje su članovi iste udruge i s kojima svakodnevno provode vrijeme u udruzi. Također, upravo je udruza mjesto na kojem su iste prijatelje upoznali. To upućuje na značajan pozitivan učinak koji uključenost u udruge ima na stvaranje novih i održavanje starih prijateljstava. Ono što je, s druge strane, negativno jest što tek manji broj prijateljskih veza ostvaruju s osobama izvan udruge.

Kao što je rečeno, razlike u odnosu na opću populaciju primjećuju se i u zajedničkom provođenju vremena, odnosno održavanju kontakta u vrijeme kada nisu u udruzi. Također, osobe s intelektualnim teškoćama uglavnom izvještavaju o manjem krugu prijatelja. Iako se neke navedene razlike, detaljnije opisane u prethodnim poglavljima, mogu smatrati negativnima jer odudaraju od značajki prijateljstava opće populacije, važno je sagledati nalaze i iz druge perspektive. Pojedininim je osobama s intelektualnim teškoćama u redu da imaju takav odnos te ne izražavaju potrebu za češćim druženjem i većim brojem prijatelja. Sve dok one iskazuju zadovoljstvo takvim odnosima, dok ih smatraju kvalitetnima i dok su oni rezultat njihove želje, nema potrebe inzistirati na njihovom „poboljšanju“ ili povećanju broja prijatelja.

U tom će slučaju od većeg značaja biti poticanje održavanja postojećih odnosa. Ipak, to ne znači da općenito ne treba poticati širenje socijalne mreže i osigurati osobama s intelektualnim teškoćama prilike za nova iskustva u zajednici. Tek kada im je to osigurano, mogu na adekvatan način donositi odluke, iskazati vlastite želje i prosuditi o zadovoljstvu odnosima s drugima i društvenom uključenosti. Ponekad je upravo nedostatak iskustva razlog iskazivanja zadovoljstva postojećim stanjem. Podrška okoline svakako je značajan, ako ne i neizostavan, čimbenik u razvijanju prijateljstava i sudjelovanju u različitim aktivnostima u zajednici.

Što se tiče društvene uključenosti, najveće razlike u odnosu na osobe bez invaliditeta uočavaju se na području zapošljavanja i ostvarivanja drugih uobičajenih vrednovanih socijalnih uloga odrasle dobi poput neovisnog življenja i osnivanja obitelji. Mogući su razlozi niskog stupnja zaposlenosti i stanovanja neovisnog od roditelja nedostatak adekvatnih sustavnih službi podrške i dostupnih programa neovisnog življenja, ali i manjak osobnih znanja i vještina.

Unatoč relativno zadovoljavajućim rezultatima dobivenim u ovom istraživanju, važno je uzeti u obzir nekoliko mogućih ograničenja. Prvo, svi su sudionici korisnici iste udruge, a većina sudjeluje i u istim organiziranim aktivnostima slobodnog vremena. Drugo, svi sudionici žive u obiteljskom domu. Treće, svi sudionici stanovnici su grada Zagreba što donosi brojne prednosti vezane uz prometnu povezanost i raznolikost ponude sadržaja u zajednici i javnih događanja. Stoga bi u budućim istraživanjima bilo poželjno obuhvatiti i sudionike s drugačijim karakteristikama, na primjer, osobe s intelektualnim teškoćama koje žive u institucijama, stambenim zajednicama ili samostalno, osobe koje su uključene u neke druge programe ili koje nisu uključene ni u kakve dnevne programe i aktivnosti slobodnog vremena te osobe koje stanuju u drugim krajevima Hrvatske i ruralnim sredinama.

Povezanost prijateljskih odnosa i društvene uključenosti je dvosmjerna – uključivanje u zajednicu otvara mogućnosti za upoznavanje novih prijatelja, a posjedovanje prijatelja ohrabruje osobe s intelektualnim teškoćama za sudjelovanje u različitim aktivnostima u zajednici. Organizirane aktivnosti i programi namijenjeni osobama s intelektualnim teškoćama, pridonose i jednom i drugom te je neupitna potreba za razvijanjem što više takvih sadržaja i poticanjem osoba s intelektualnim teškoćama da se u njih uključuju. Ovdje ipak treba istaknuti da još veća potreba postoji za uključivanjem osoba s intelektualnim teškoćama u inkluzivne aktivnosti u zajednici gdje bi bile u doticaju s osobama bez invaliditeta za razliku od donekle segregirajućih uvjeta u organiziranim sadržajima predviđenim isključivo za osobe s invaliditetom. Osim toga, trebalo bi kreirati programe koji su prvenstveno namijenjeni

promicanju prijateljskih odnosa i osnaživanju osoba s intelektualnim teškoćama za razvijanje istih te ih uvrstiti u postojeće programe ustanova, dnevnih centara i udruga. S obzirom na to da neke osobe s intelektualnim teškoćama ne postižu zadovoljavajuću razinu socijalne kompetencije, a ona je istovremeno vrlo značajna za uspostavljanje međuljudskih odnosa i društvenu uključenost, postoji potreba za osmišljavanjem programa za unapređivanje socijalnih i komunikacijskih vještina pri čemu su od posebnog značaja vještine samoodređenja i samozastupanja. Njihovo poticanje može se odvijati kroz uključivanje u skupine ili udruge za samozastupanje, radionice namijenjene toj svrsi, ali i kroz uobičajene svakodnevne aktivnosti vršenja izbora o čemu treba osvijestiti i educirati osobe iz okoline. Općenito je edukacija stručnjaka i članova obitelji odraslih osoba s intelektualnim teškoćama možda najvažnija kako bi mogli i znali pružiti im potrebnu podršku. Pritom edukacija, s jedne strane, treba biti usmjerena na osvještavanje samog značaja prijateljstava i društvene uključenosti za kvalitetu života pojedinca, a s druge strane, na kreiranje strategija na koji način pružati podršku.

Može se zaključiti da je za unapređivanje međuljudskih odnosa i društvene uključenosti osoba s intelektualnim teškoćama ključno istovremeno raditi na razvijanju kvalitetnijih formalnih vidova i sustava podrške, na educiranju i senzibilizaciji društva te na izgradnji i jačanju osobnih kompetencija osoba s intelektualnim teškoćama. Svakako postoji još puno prostora za napredak, a kako bi se on postigao, neophodno je kontinuirano praćenje i evaluacija postojećih službi te dostupnih usluga i programa podrške.

Na temelju rezultata ovoga i prijašnjih istraživanja na ovom području proizlaze određene smjernice koje mogu pomoći stručnjacima i članovima obitelji, odnosno svim osobama iz okoline, u shvaćanju važnosti, a zatim i poticanju prijateljskih odnosa i društvene uključenosti osoba s intelektualnim teškoćama.

### **Opće smjernice roditeljima i stručnjacima za poticanje prijateljskih odnosa i društvene uključenosti odraslih osoba s intelektualnim teškoćama:**

- razmisliti o vlastitim prijateljskim odnosima, njihovom utjecaju i značaju, o tome kako bi izgledao život bez prijatelja i redovitog druženja s njima – imati na umu da osobi s intelektualnim teškoćama prijateljstva imaju jednaku važnost;
- razmisliti o prijateljstvima osoba bez invaliditeta određene dobne skupine, u kojim aktivnostima sudjeluju i koji su primjereni oblici zajedničkog provođenja vremena

- imati na umu da su iste aktivnosti primjerene i za osobu s intelektualnim teškoćama dok god ne ugrožavaju njezinu sigurnost;
- razgovarati s osobom s intelektualnim teškoćama o njezinim prijateljima i zadovoljstvu prijateljskim odnosima;
  - omogućiti osobi pravo na izbor, iskazivanje vlastitih želja i potpomognuto donošenje odluka;
  - u osobno usmjereni plan podrške prema potrebi uvrstiti i razvijanje novih, odnosno održavanje starih prijateljstava;
  - osigurati privatan prostor za druženje s prijateljima i dopustiti im provođenje vremena nasamo;
  - poticati osobu na sudjelovanje u različitim aktivnostima u zajednici i uključenje u organizirane aktivnosti slobodnog vremena gdje se redovito može družiti s istim osobama i razvijati prijateljski odnos;
  - poticati osobu na izlazak iz kuće i boravak na različitim mjestima u zajednici;
  - poučiti osobu vještinama svakodnevnog života poput korištenja javnog prijevoza;
  - poticati osobu na što veću samostalnost u svim aktivnostima svakodnevnog života;
  - pružati osobi aktivnu podršku pri uključivanju u različite svrsishodne aktivnosti;
  - poticati osobu na uključivanje u radne aktivnosti i zapošljavanje te pružati pomoć u tom postupku;
  - kada je moguće, osigurati osobi prijevoz do prijatelja na udaljenijim lokacijama;
  - ako je to financijski moguće, omogućiti osobi da ima vlastiti mobitel/računalo i dostupan Internet;
  - poučiti osobu korištenju mobitela, Interneta i društvenih mreža za komunikaciju s prijateljima, ali i upozoriti na moguće opasnosti te osigurati odgovarajuću zaštitu;
  - opća preporuka vezano uz mogućnost izbora nasuprot ograničenjima ili „zabranama“: razmišljati o kronološkoj dobi osobe i što je primjereno za tu dob, odnosno kako bismo se odnosili prema nekoj drugoj osobi iste dobi; dok god nije stvarno ugrožena sigurnost te osobe ili drugih ljudi, nema potrebe da se prema osobi s intelektualnim teškoćama odnosimo drugačije.

## 6. LITERATURA

1. Abbott, S. i McConkey, R. (2006). The barriers to social inclusion as perceived by people with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disabilities*, 10(3), 275-287. <https://doi.org/10.1177/1744629506067618>
2. Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7-10. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
3. Bigby, C. (2008). Known well by no-one: trends in the informal social networks of middle-aged and older people with intellectual disability five years after moving to the community. *Journal of intellectual & developmental disability*, 33(2), 148-157. <https://doi.org/10.1080/13668250802094141>
4. Bigby, C. i Fyffe, C. (2009). More than Community Presence: Social Inclusion for People with Intellectual Disability. U C. Bigby i C. Fyffe (Ur.), *More than Community Presence: Social Inclusion for People with Intellectual Disability* (str. 3-11). Bundoora: La Trobe University.
5. Bogdan, R. i Taylor, S. J. (1999). *Building Stronger Communities for All: Thoughts About Community Participation for People with Developmental Disabilities*. Syracuse: Centre on Human Policy, Syracuse University. <https://thechp.syr.edu/building-stronger-communities-for-all-thoughts-about-community-participation-for-people-with-developmental-disabilities/>
6. Borčinović, B. (2009). Prijateljstvo u Aristotelovoj "Nikomahovoj etici". *Spectrum*, (1-4), 12-14. <https://hrcak.srce.hr/82326>
7. Brackenridge, R. i McKenzie, K. (2005). The friendships of people with a learning disability. *Learning Disability Practice*, 8(5), 12-17. <https://www.researchgate.net/publication/271322329> The friendships of people with a learning disability
8. Bracking, S. i Cowan, R. (1998). *It's MY life - An introduction to Independent Living*. Independent Living Institute. <https://www.independentliving.org/docs4/bracking1.html>
9. Bratković, D. (2012). Pravo na život u zajednici. *Inkluzija*, 1, 4-9.
10. Bratković D., Mihanović, V. i Lisak, N. (2018): The Possibilities of Independent Living and Community Inclusion of Persons with Intellectual Disabilities. U G. Ajdinski i O. Rashikj-Canevska (Ur.), *Conference proceedings / 5th Interational Conference „Transformation Towards sustainable and resilient society for persons with disabilities“* (str. 465-479). Faculty of Philosophy, University „Ss. Cyril and Methodius“ (Skopje), 13-15.09.2018., Ohrid, Makedonija.
11. Bratković, D. i Rožman, B. (2006). Čimbenici kvalitete življenja osoba s intelektualnim teškoćama. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 42(2), 101-112. <https://hrcak.srce.hr/17630>
12. Bratković, D., Lisak, N. i Cvitković, D. (2019). Dobrobiti zapošljavanja za osobe s invaliditetom - kvalitativni rezultati na temelju fokus grupe s osobama s intelektualnim

teškoćama. U L. Kiš-Glavaš i D. Bratković (Ur.), *Izvješće o provedbi projekta "Društveno-ekonomska dobrobit zapošljavanja osoba s invaliditetom u trgovačkim društvima Grupe Calzedonia u Hrvatskoj"* (str. 133-153). Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.

13. Callus, A.-M. (2017). Being friends means helping each other, making coffee for each other': reciprocity in the friendships of people with intellectual disability. *Disability & Society*, 32(1), 1-16.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09687599.2016.1267610>
14. Emerson, E. i McVilly, K. (2004). Friendship Activities of Adults with Intellectual Disabilities in Supported Accommodation in Northern England. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 17, 191–197.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1468-3148.2004.00198.x>
15. Evans, J. (2003). *The Independent Living Movement in the UK*. Independent Living Institute. <https://www.independentliving.org/docs6/evans2003.html>
16. Fehr, B. (1996). *Friendship Processes*. Thousand Oaks, California: Sage Publications.  
[https://books.google.hr/books?hl=hr&lr=&id=KnU5DQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=friendship&ots=VISNepzf8J&sig=xUXrAtd9VHcNkqaA9sn4fHADRqg&redir\\_esc=y#v=onepage&q=friendship&f=false](https://books.google.hr/books?hl=hr&lr=&id=KnU5DQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=friendship&ots=VISNepzf8J&sig=xUXrAtd9VHcNkqaA9sn4fHADRqg&redir_esc=y#v=onepage&q=friendship&f=false)
17. Forrester-Jones, R., Carpenter, J., Coolen-Schrijner, P., Cambridge, P., Tate, A., Beecham, J., Hallam, A., Knapp, M. i Wooff, D. (2005). The Social Networks of People with Intellectual Disability Living in the Community 12 Years after Resettlement from Long-Stay Hospitals. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 19, 285-295. <https://doi.org/10.1111/j.1468-3148.2006.00263.x>
18. Friedman, C. i Rizzolo, M. C. (2018). Friendship, Quality of Life, and People with Intellectual and Developmental Disabilities. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 30, 39–54. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10882-017-9576-7>
19. Fulford, C. i Cobigo, V. (2016). Friendships and Intimate Relationships among People with Intellectual Disabilities: A Thematic Synthesis. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 31, 18–35.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jar.12312>
20. Halmi, A. i Crnoja, J. (2003). Kvalitativna istraživanja u društvenim znanostima i humanojoj ekologiji. *Socijalna ekologija*, 12(3-4), 195-210. <https://hrcaj.srce.hr/47897>
21. Hapke, L. (2015). Social Support Networks Among Children with Intellectual and Developmental Disabilities. University of New Hampshire Scholars' Repository. *Honors Theses and Capstones*, 250.  
[https://scholars.unh.edu/honors/250/?utm\\_source=scholars.unh.edu%2Fhonors%2F250&utm\\_medium=PDF&utm\\_campaign=PDFCoverPages](https://scholars.unh.edu/honors/250/?utm_source=scholars.unh.edu%2Fhonors%2F250&utm_medium=PDF&utm_campaign=PDFCoverPages)
22. Huić, A. i Smolčić, I. (2016). Strategije održavanja prijateljstva i zadovoljstvo istospolnim prijateljstvima – efekti aktera i partnera. *Društvena istraživanja*, 25(1), 63-83.  
[https://hrcaj.srce.hr/index.php?show=clanak&id\\_clanak\\_jezik=232828](https://hrcaj.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=232828)

23. Knox, M. i Hickson, F. (2001). The Meanings of Close Friendship: the Views of Four People with Intellectual Disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 14, 276–291. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1046/j.1468-3148.2001.00066.x>
24. Leutar, I., Penava, T. i Marković, N. (2014). Uključenost osoba s invaliditetom u zajednicu. *Socijalne teme*, 1(1), 89-114. <https://hrcak.srce.hr/177568>.
25. Lippold, T. i Burns, J. (2009). Social support and intellectual disabilities: a comparison between social networks of adults with intellectual disability and those with physical disability. *Journal of intellectual disability research*, 53(5), 463–473. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2009.01170.x>
26. McCausland, D., McCallion, P., Brennan, D. i McCarron, M. (2018). Interpersonal relationships of older adults with an intellectual disability in Ireland. *Journal of applied research in intellectual disabilities*, 31(1), 140–153. <https://doi.org/10.1111/jar.12352>
27. Minton, C., Fullerton, A., Murray, B. i Dodder, R. A. (2002). The Wishes of People with Developmental Disabilities by Residential Placement and Age: A Panel Study. *Journal of Disability Policy Studies*, 13(3), 163–170. <https://doi.org/10.1177/10442073020130030401>
28. Morris, J. (2001). Social exclusion and young disabled people with high levels of support needs. *Critical Social Policy*, 21(2), 161–183. <https://doi.org/10.1177/026101830102100202>
29. Robertson, J., Emerson, E., Gregory, N., Hatton, C., Kessissoglou, S., Hallam, A. i Linehan, C. (2001). Social networks of people with mental retardation in residential settings. *Mental Retardation*, 39, 201–214. [https://www.researchgate.net/publication/11920432\\_Social\\_Networks\\_of\\_People\\_With\\_Mental\\_Retardation\\_in\\_Residential\\_Settings](https://www.researchgate.net/publication/11920432_Social_Networks_of_People_With_Mental_Retardation_in_Residential_Settings)
30. Schuh, M. C., Sundar, V. i Hagner, D. C. (2015). Friendship is the ocean: Importance of friendship, acceptance, and leadership in the transition to adulthood. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*, 38(3), 152-161. <https://doi.org/10.1177/2165143414528031>
31. Srivastava, A. i Thomson, S. B. (2009). Framework Analysis: A Qualitative Methodology for Applied Policy Research. *Journal of Administration & Governance*, 4(2), 72-79. [https://www.researchgate.net/publication/267678963\\_Framework\\_Analysis\\_A\\_Qualitative\\_Methodology\\_for\\_Applied\\_Policy\\_Research](https://www.researchgate.net/publication/267678963_Framework_Analysis_A_Qualitative_Methodology_for_Applied_Policy_Research)
32. Sulewski, J. S., Butterworth, J. i Gilmore, D. (2006). Research to Practice: Community-Based Non-Work Services: Findings from the National Survey of Day and Employment Programs for People with Developmental Disabilities. *Research to Practice Series, Institute for Community Inclusion*. [https://scholarworks.umb.edu/ici\\_researchtopractice/9](https://scholarworks.umb.edu/ici_researchtopractice/9)
33. Tarandek, T. i Leutar, Z. (2017). Neki aspekti neovisnog življenja osoba s invaliditetom. *Revija za socijalnu politiku*, 24(3), 301-318. <https://doi.org/10.3935/rsp.v24i3.1393>



34. Tipton, L. A. (2011). *Friendship Quality in Adolescents With and Without an Intellectual Disability*. Diplomski rad. Riverside: University of California.  
<https://escholarship.org/uc/item/3ws5x4cv>
35. Tipton, L. A., Christensen, A. i Blacher, J. (2013). Friendship Quality in Adolescents with and without an Intellectual Disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26(6), 522–532. <https://doi.org/10.1111/jar.12051>
36. Towell, D. (2012). *Deinstitutionalisation and community living, Lessons from international experience*. Centre for Inclusive Futures.  
<https://www.centreforwelfarereform.org/library/deinstitutionalisation-communityliving.html>
37. Ujedinjeni narodi, Opća skupština (2006). Konvencija o pravima osoba s invaliditetom.
38. van Asselt-Goverts, A. E., Embregts, P. J., Hendriks, A. H., Wegman, K. M. i Teunisse, J. P. (2015). Do social networks differ? Comparison of the social networks of people with intellectual disabilities, people with autism spectrum disorders and other people living in the community. *Journal of autism and developmental disorders*, 45(5), 1191–1203.  
<https://doi.org/10.1007/s10803-014-2279-3>
39. Vuletić, G. i Mujkić, A. (2002). Što čini osobnu kvalitetu života: Studija na uzorku Hrvatske gradske populacije. *Liječnički Vjesnik*, 124(2), 64-70.  
[https://www.researchgate.net/publication/26762415\\_Sto\\_cini\\_osobnu\\_kvalitetu\\_zivota\\_Studija\\_na\\_uzorku\\_Hrvatske\\_gradske\\_populacije\\_What\\_makes\\_quality\\_of\\_life\\_study\\_on\\_Croatian\\_urban\\_population](https://www.researchgate.net/publication/26762415_Sto_cini_osobnu_kvalitetu_zivota_Studija_na_uzorku_Hrvatske_gradske_populacije_What_makes_quality_of_life_study_on_Croatian_urban_population)
40. Watt, K. J., Johnson, P. i Virji-Babul, N. (2010). The perception of friendship in adults with Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(11), 1015-1023.  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01330.x>
41. Zlatarić, T. (2014). *Ostvarivanje vrednovanih socijalnih uloga mladih s intelektualnim teškoćama po završetku školovanja*. Diplomski rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
42. Žentil Barić, Ž. (2016). *Primjena intervjua kao istraživačke metode u knjižničarstvu*. Diplomski rad. Zadar: Odjel za informacijske znanosti Sveučilišta u Zadru.  
<https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:162:066444>
43. Žic Ralić, A. (2014). Vršnjaci i djeca s teškoćama. U Lj. Igrić, R. Fulgosi-Masnjak i A. Wagner Jakab (Ur.), *Učenik s teškoćama između škole i obitelji* (str. 41-56). Zagreb: Centar inkluzivne potpore IDEM.
44. Žic Ralić, A. i Ljubas, M. (2013). Prihvaćenost i prijateljstvo djece i mladih s teškoćama u razvoju. *Društvena istraživanja*, 22(3), 435-453. <https://doi.org/10.5559/di.22.3.03>

## 7. PRILOZI

### 7.1. PRILOG 1: SPORAZUM ISTRAŽIVAČA I SUDIONIKA U ISTRAŽIVANJU

#### SPORAZUM ISTRAŽIVAČA I SUDIONIKA U ISTRAŽIVANJU



TEMA ISTRAŽIVANJA: PRIJATELJSTVA I DRUŠTVENA UKLJUČENOST ODRASLIH OSOBA S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA

ISTRAŽIVAČ: ALISA FABRIS

KONTAKT (E-MAIL): [alisa.fabris@yahoo.com](mailto:alisa.fabris@yahoo.com)

U INTERVJUU ĆEMO RAZGOVARATI O:

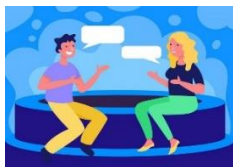
- TOME KAKO PROVODITE VAŠE SLOBODNO VRIJEME
- NAČINIMA NA KOJE STE UKLJUČENI U ZAJEDNICU
- VAŠIM PRIJATELJIMA
- TOME ŠTO RADITE S VAŠIM PRIJATELJIMA
- VAŠIM ŽELJAMA I ZADOVOLISTVU VEZANO UZ PRIJATELJSKE ODOSE

#### KAKO ĆE IZGLEDATI INTERVJU?

JA ĆU VAM POSTAVLJATI PITANJA, A VI ĆETE ODGOVARATI.

MOLIM VAS DA NA PITANJA ODGOVARATE ISKRENO.

I VI MENE MOŽETE PITATI ŠTO VAS ZANIMA I ŠTO VAM NIJE JASNO.



AKO SE UMRITE, MOŽETE PITATI DA NAPRAVIMO PAUZU ILI DA NASTAVIMO INTERVJU NEKI DRUGI DAN.



AKO ŽELITE DA ZAVRŠIMO INTERVJU ILI SE NE OSJEĆATE UGODNO, MOŽETE MI TO REĆI.



NE MORATE ODGOVARATI NA ONA PITANJA NA KOJA NE ŽELITE ODGOVORITI.



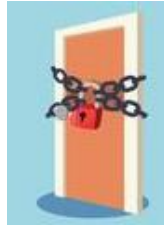
RAZGOVOR ĆE SE SNIMATI KAKO BIH KASNIJE MOGLA ZAPISATI SVE ŠTO STE MI REKLI. SNIMKA SE NEĆE NIGDJE PRIKAZIVATI I NITKO JU NEĆE ČUTI OSIM MENE.



KADA ISTRAŽIVANJE ZAVRŠI, REZULTATI ĆE SE PREDSTAVITI DRUGIM LJUDIMA. AKO ŽELITE, I VI MOŽETE DOBITI REZULTATE ISTRAŽIVANJA.



VAŠI OSOBNI PODACI ČUVAT ĆE SE I BIT ĆE ZAŠTIĆENI. NIGDJE NEĆE BITI NAVEDENO VAŠE IME I PREZIME.



ŽELIM DA VAM BUDE UGODNO TIJEKOM RAZGOVORA.

VAŠE MIŠLJENJE NAM JE BITNO KAKO BISMO OSIGURALI PODRŠKU KOJA VAM JE POTREBNA!



PRISTANAK NA SUDJELOVANJE U ISTRAŽIVANJU

AKO PRISTAJETE NA SUDJELOVANJE U ISTRAŽIVANJU I AKO SE SLAŽETE SA SVIME ŠTO JE IZNAD NAPISANO, MOLIM VAS DA ISPUNITE SLJEDEĆE:

POTPIS: \_\_\_\_\_

IME I PREZIME TISKANIM SLOVIMA: \_\_\_\_\_

DATUM: \_\_\_\_\_

POTPIS SVJEDOKA (VODITELJICA AKTIVNOSTI U UDRUZI OZANA): \_\_\_\_\_

IME I PREZIME SVJEDOKA TISKANIM SLOVIMA: \_\_\_\_\_

DATUM: \_\_\_\_\_

HVALA NA SUDJELOVANJU!





# ZAHVALNICA

---

ZA UGODAN RAZGOVOR I SUDJELOVANJE  
U ISTRAŽIVANJU

"OSTVARIVANJE PRIJATELJSKIH ODNOSA I  
DRUŠTVENA UKLJUČENOST ODRASLIH OSOBA S  
INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA"

