



<https://doi.org/10.5559/di.34.3.04>

PSIHOLOŠKA DOBROBIT (NE)GLAZBENIKA: DOPRINOS OSOBINA LIČNOSTI I FUNKCIJA SLUŠANJA GLAZBE

Ina REIĆ ERCEGOVAC, Snježana DOBROTA, Marijo KRNIĆ
Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet, Split, Hrvatska

UDK: 159.932:78
159.937.22:78
159.954:78

Izvorni znanstveni rad

Primljeno: 10. veljače 2025.

Cilj istraživanja bio je ispitati doprinos osobina ličnosti i funkcija slušanja glazbe objašnjenju psihološke dobrobiti te utvrditi razlikuje li se doprinos funkcija glazbe objašnjenju psihološke dobrobiti glazbenika i neglazbenika. Istraživanje je provedeno na uzorku od 876 sudionika, studenata glazbenih akademija i studenata drugih studijskih programa koji nemaju nikakvo glazbeno obrazovanje iz Hrvatske, Bosne i Hercegovine, Srbije i Crne Gore. U istraživanju su iskorišteni sljedeći instrumenti: upitnik općih podataka, skala emocionalne stabilnosti, skala intelekta, skraćena inačica skale psihološke dobrobiti i skraćena inačica skale funkcija slušanja glazbe. Rezultati su pokazali da se glazbenici i neglazbenici razlikuju u funkcijama slušanja glazbe, pri čemu glazbenici, u odnosu na neglazbenike, slušaju glazbu više u funkciji divljenja i cijenjenja glazbe te identiteta. U ostalim funkcijama slušanja glazbe, kao ni u osobinama ličnosti ni u psihološkoj dobrobiti, nisu utvrđene razlike između neglazbenika i glazbenika. Osobine ličnosti bile su u oba poduzorka snažan prediktor psihološke dobrobiti, ali su uz njih i funkcije glazbe pokazale značajan zaseban doprinos psihološkoj dobrobiti. Rezultati su uputili na zaključak da se doprinos pojedinih funkcija slušanja glazbe psihološkoj dobrobiti ne razlikuje značajno između glazbenika i neglazbenika.

Ključne riječi: funkcije slušanja glazbe, emocionalna stabilnost, intelekt, psihološka dobrobit, (ne)glazbenici



Marijo Krnić, Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet, Poljička
cesta 35, 21000 Split, Hrvatska.
E-mail: mkrnic@ffst.hr

Glazba je sveprisutna u životu većine ljudi, a rezultati istraživanja potvrđuju kako ljudi, bez obzira na dob, provode mnogo vremena slušajući glazbu (Juslin i sur., 2011; Köhler i sur., 2023). Ona ima mnoge funkcije u kontekstu psihološkoga, društvenoga i kulturnoga razvoja pojedinca, a razumijevanje utjecaja glazbe na psihološko funkcioniranje pojedinca te percipiranje njezine koristi za dobrobit ljudi različite životne dobi predmet je mnogih istraživanja (Laukka, 2007; Rana, 2018). Neke od važnih odrednica slušanja glazbe i uloge glazbe u dobrobiti i funkcioniranju pojedinca jesu značajke ličnosti. Osobine ličnosti općenito su vrlo čest konstrukt u istraživanjima na području psihologije glazbe, jer je relativno dobro dokumentirana povezanost između osobina ličnosti i glazbenih preferencija te funkcija glazbe u životu pojedinca ili načina slušanja glazbe. U tom je kontekstu najčešće korišten model pet bazičnih osobina ličnosti (*Five-factor model – FFM*, McCrae i Costa, 1987) ili *Big Five* (Goldberg, 1990). Rezultati dosadašnjih istraživanja koja se bave doprinosom osobina ličnosti objašnjenju glazbenih preferencija uglavnom potvrđuju kako je intelekt značajan prediktor glazbenih preferencija (Dobrota i Reić Ercegovac, 2014; Nave i sur., 2018; Reić Ercegovac i Dobrota, 2011; Reić Ercegovac i sur., 2015). S obzirom na to da je jedan od ciljeva ovog istraživanja bio usporediti glazbenike i neglazbenike, pregledom literature je utvrđeno da postoje neke razlike u osobinama ličnosti između dvije skupine, no te su razlike relativno nekonzistentne i ovise o kontekstu istraživanja, načinu bavljenja glazbom, odnosno žanru glazbe, osim kada je riječ o otvorenosti ili intelektu. Većina rezultata upućuje na zaključak da glazbenici ostvaruju više rezultate na toj osobini ličnosti (Butkovic i Rancic Dopudj, 2017; Gjermunds i sur., 2020; Kuckelkorn i sur., 2021; Vaag i sur., 2018). Značajno su veće varijacije u razlikama u drugim osobinama ličnosti, pa je u nekim istraživanjima utvrđen viši neuroticizam, odnosno manja emocionalna stabilnost, u skupini glazbenika u odnosu na neglazbenike (Kuckelkorn i sur., 2021; Vaag i sur., 2018), dok se u nekim istraživanjima ta razlika nije pokazala značajnom (Butkovic i Rancic Dopudj, 2017; Gjermunds i sur., 2020). Istraživanja također upućuju na zaključak da se ne može govoriti o generalnoj razlici u ekstraverziji između glazbenika i neglazbenika (Gjermunds i sur., 2020; Vaag i sur., 2018), nego da postoje neke razlike u ekstraverziji unutar skupine glazbenika, a vezano uz način bavljenja glazbom (pjevanje, sviranje, vrsta instrumenta, žanr glazbe i dr.) (Benedek i sur., 2014; Kuckelkorn i sur., 2021). Kada je riječ o ugodnosti, neki rezultati sugeriraju da nema značajne razlike (Gjermunds i sur., 2020), dok je u nekim istraživanjima utvrđena niža ugodnost u skupini profesionalnih glazbenika u od-

nosu na neglazbenike ili glazbenike-amatere (Kuckelkorn i sur., 2021). Većina istraživanja pokazala je da glazbenici, u odnosu na neglazbenike, iskazuju nižu razinu savjesnosti (Gjermunds i sur., 2020; Kuckelkorn i sur., 2021; Vaag i sur., 2018). S obzirom na kontekst ovoga istraživanja u kojemu se uspoređivao doprinos funkcija slušanja glazbe i nekih osobina ličnosti psihološkoj dobrobiti između glazbenika i neglazbenika, a uzimajući u obzir rezultate ranijih istraživanja o snažnoj povezanosti emocionalne stabilnosti (neuroticizma) sa psihološkom dobrobiti (Brajša-Žganec i sur., 2014; Bratko i Sabol, 2006; De-Neve i Cooper, 1998; Grant i sur., 2009; Kokko i sur., 2013), kao i to da je otvorenost ili intelekt osobina za koju je najjasnije dokazano kako značajno diferencira glazbenike i neglazbenike te da je snažno povezana i s glazbenim preferencijama (Dobrota i Reić Ercegovac, 2014; Nave i sur., 2018; Reić Ercegovac i Dobrota, 2011; Reić Ercegovac i sur., 2015) i funkcijama slušanja glazbe (Chamorro-Premuzic i Furnham, 2007; Vella i Mills, 2017), u ovom su istraživanju odabrane upravo te dvije osobine ličnosti iz BigFive modela.

Rezultati brojnih istraživanja (Agarwal i sur., 2022; Krause i sur., 2021; Miranda, 2019) potvrđuju kako je slušanje glazbe jedan od boljih načina osnaživanja psihološke dobrobiti, posebno kod mladih. Dobrobiti slušanja glazbe brojne su, a među ostalima može se istaknuti izazivanje pozitivnih afektivnih iskustava (Juslin i sur., 2008), reguliranje negativnih afektivnih iskustava (Radstaak i sur., 2014) ili unaprjeđenje socijalnih odnosa (Miranda i Claes, 2009). Iako, dakle, postoje dokazi o pozitivnim učincima slušanja glazbe na psihološku dobrobit pojedinaca, istraživanja koja se bave proučavanjem odnosa između funkcija slušanja glazbe i psihološke dobrobiti relativno su rijetka (Randall i Rickard, 2017; Saarikallio i sur., 2015). Jedan od najstarijih modela funkcija glazbe (Merriam, 1964) uključuje deset funkcija slušanja glazbe koje se mogu grupirati u tri skupine, i to: individualne (emocionalno izražavanje, uživanje u estetici, zabava i fizičke reakcije), socijalne (komunikacija, simbolička reprezentacija) i kulturne (konformizam, validacija institucija, kulturni kontinuitet i integracija). Schäfer i sur. (2013) govore o čak 129 funkcija slušanja glazbe koje sintetiziraju u tri skupine, i to: pobuđenost i regulacija raspoloženja, samosvijest i socijalna povezanost. Jedan od novijih i često rabljenih modela u istraživanjima jest onaj autorice Boer i sur. (2011, 2012), prema kojem se funkcije glazbe mogu grupirati na temelju dvije dimenzije, pri čemu se jedna odnosi na osobni ili socijalni (sociokulturni) fokus, a druga na afektivne ili kontemplacijske funkcije. Za mjerenje funkcija glazbe u životu ljudi navedeni autori kreirali su upitnik pod nazivom *The Ratings of Experienced Social, Personal and Cultural Themes of Music*

functions (RESPECT-Music scale) (Boer i sur., 2012). Skala sadrži 35 tvrdnji koje mjere deset funkcija glazbe, i to: funkcija društvenoga povezivanja glazbom s prijateljima, funkcija društvenoga povezivanja glazbom s obitelji, funkcija otpuštanja, emocionalna funkcija slušanja glazbe, glazba u funkciji plesa, pozadinska funkcija glazbe, glazba u funkciji održavanja fokusa, glazba u funkciji izražavanja političkih stavova, funkcija kulturnog identiteta i glazba u funkciji izražavanja osobnih vrijednosti. Isti su autori na međukulturnom uzorku studenata iz Njemačke, Kenije, Meksika, Novog Zelanda, Filipina i Turske utvrdili da studentice, u odnosu na studente, više slušaju glazbu zbog afektivnih razloga, odnosno ekspresije emocija, plesa te formiranja kulturnog identiteta. Uočene su razlike između sudionika iz raznih država, i to za socijalne i sociokulturne funkcije slušanja glazbe. Kulturne vrijednosti, poput individualizma / kolektivismu i sekularizma / tradicionalizma, mogu objasniti međukulturne razlike u glazbenim funkcijama. Tako sudionici iz više kolektivističkih kultura češće rabe glazbu za izražavanje vrijednosti i kulturnog identiteta te povezivanje s obitelji, dok sudionici iz sekularnih i individualističkih kultura više rabe glazbu za ples. Na uzorku hrvatskih i slovenskih studenata, Dobrota i sur. (2019) utvrdile su kako muškarci, u odnosu na žene, češće rabe glazbu za izražavanje političkih stavova, a žene češće za sve ostale funkcije.

Polazeći od socijalno-kognitivne teorije Alberta Bandure (2001) i pretpostavke da su za slušanje glazbe važna uvjerenja slušatelja o učincima glazbe te njihova očekivanja u vezi s postizanjem određenih ciljeva slušanjem glazbe, Groarke i Hogan (2018) izradili su instrument koji smo primijenili u ovom istraživanju. Pri izradbi Upitnika za ispitivanje funkcija slušanja glazbe (*The Adaptive Functions of Music Listening Scale – AFML*), autori su krenuli od 240 čestica generiranih na temelju četiri fokusne grupe s mladim i srednje odraslim sudionicima koji slušaju glazbu te na temelju analize literature i postojećih mjera za istraživanje funkcija slušanja glazbe. Od pretpostavljenih 38 mogućih funkcija glazbe (za svaku su generirali minimalno 5 čestica), zaključili su instrument sa 46 čestica koje mjere 11 funkcija glazbe, i to afektivnih (regulacija stresa; regulacija ljutnje; regulacija anksioznosti; snažno emocionalno iskustvo; ruminacija), kognitivnih (kognitivna regulacija; reminiscencija; divljenje i cijenjenje glazbe) i socijalnih (identitet; regulacija usamljenosti) te spavanje. Postoje određene sličnosti s konceptualizacijom Boer i sur. (2011, 2012), ali i razlike, posebno u socijalnim funkcijama glazbe, koje su znatno manje zastupljene u modelu Groarke i Hogan (2018). Socijalne funkcije slušanja glazbe povezane su sa psihološkom (Ryff i Keyes, 1995) i socijalnom dobrobiti (Keyes, 1998). Slično, afek-

tivne funkcije slušanja glazbe (regulacija raspoloženja, emocionalna regulacija) također su povezane sa subjektivnom dobrobiti (Groarke i Hogan, 2016), jer slušanje glazbe može povećati doživljaj sreće, zadovoljstva životom i pridonosi smislu života (Gillham i sur., 2011). Tarrant i sur. (2000) navode da i kognitivne funkcije slušanja glazbe imaju pozitivan učinak na dobrobit, a istraživanja su pokazala da slušanje refleksivnih glazbenih stilova može stimulirati samorefleksiju i poticati uvide kod pojedinca koji pridonose njegovoj dobrobiti (Groarke i Hogan, 2016). Habe i sur. (2023) istražile su povezanost između psihološke dobrobiti i društvenoga, intrapersonalnoga i sociokulturnoga konteksta slušanja glazbe. Rezultati tog istraživanja pokazali su da žene, u odnosu na muškarce, češće slušaju glazbu u intrapersonalnom i socijalnom kontekstu, da ostvaruju više rezultate u osobnom rastu i pozitivnim odnosima s drugim ljudima te da češće doživljavaju i pozitivne i negativne emocije tijekom slušanja glazbe. Funkcije glazbe u tom su istraživanju objasnile zanemariv dio varijance psihološke dobrobiti, pri čemu je slušanje glazbe u socijalnom i sociokulturnom kontekstu pridonijelo objašnjenju samo dva aspekta psihološke dobrobiti – osobnom rastu i pozitivnim odnosima s drugim ljudima. Intrapersonalne funkcije slušanja glazbe bile su prediktivne za pozitivan, a socijalne funkcije glazbe za negativan afekt.

Cilj je ovog istraživanja bio utvrditi doprinos osobina ličnosti i funkcija slušanja glazbe objašnjenju psihološke dobrobiti te utvrditi razlikuje li se doprinos funkcija glazbe objašnjenju psihološke dobrobiti studenata glazbenika i studenata neglazbenika. Naime, poznato je da se glazbenici i neglazbenici razlikuju u mnogim aspektima procesiranja glazbe, uključujući procesiranje ritma, harmonije, melodije i drugih obilježja glazbe (Gebrian, 2013). Štoviše, istraživanja upućuju i na strukturalne i funkcionalne razlike u mozgu između glazbenika i neglazbenika (Dawson, 2011; Gaser i Schlaug, 2003; Schlaug i sur., 2005), a koje su prisutne već na neurobiološkoj razini, i to izraženije što je ranije započelo bavljenje glazbom (Dawson, 2011). Razlike su posebno uočene u integraciji i povezanosti motornoga i auditornoga dijela kore velikoga mozga, pri čemu je audiomotorna povezanost izraženija kod glazbenika u odnosu na neglazbenike (Gebrian, 2013; Hou i sur., 2017). Osim u procesiranju glazbe i glazbenih obilježja skladbi, glazbenici i neglazbenici znatno se razlikuju i u načinu recepcije glazbenih djela (George i Ilavarasu, 2020), ali i u glazbenim preferencijama, pri čemu glazbenici, u odnosu na neglazbenike, više preferiraju kompleksno-refleksivnu glazbu, a glazbenice čak i veselo-konvencionalnu glazbu u odnosu na neglazbenice (Jovančević i sur., 2019). S obzirom na razlike u glazbenim preferen-

cijama između glazbenika i neglazbenika, u istraživanje se krenulo od pretpostavke da se glazbenici i neglazbenici razlikuju i u funkcijama slušanja glazbe, pri čemu se očekuje da će glazbenicima, u odnosu na neglazbenike, važnije funkcije biti divljenje i cijenjenje glazbe te identitet (H1). U istraživanje se krenulo i od pretpostavke da će osobine ličnosti i funkcije slušanja glazbe zasebno znatno pridonijeti psihološkoj dobrobiti i glazbenika i neglazbenika (H2) te da će se doprinos funkcija slušanja glazbe objašnjenju psihološke dobrobiti sudionika razlikovati između glazbenika i neglazbenika (H3).

METODA

Sudionici

Ispitivanje je provedeno online-upitnikom na uzorku od 1095 sudionika, studenata različitih studijskih programa iz društvenoga, humanističkoga i interdisciplinarnoga područja iz Splita (Hrvatske), Beograda i Užica (Srbija), Nikšića (Crna Gora), Sarajeva (Bosna i Hercegovina, kanton Sarajevo) i Mostara (Bosna i Hercegovina) te studenata glazbenih akademija (Osijek, Split, Pula, Zagreb, Beograd, Mostar, Cetinje). U uzorku je bilo 71 % sudionika iz Hrvatske, 14 % iz Bosne i Hercegovine te 15 % iz Srbije i Crne Gore. Sudionici iz raznih država nisu se međusobno razlikovali ni u jednoj zavisnoj varijabli (p za emocionalnu stabilnost = 0,297; p za intelekt = 0,07; p za psihološku dobrobit = 0,779; p za funkcije glazbe = 0,175; 0,241; 0,079; 0,059), osim jedne funkcije glazbe – reminiscencije ($p < 0,01$). S obzirom na vrstu studija, bilo je 243 studenata glazbenih akademija te 852 studenta ostalih studija. Iz te su skupine u daljnjim analizama izostavljeni sudionici koji imaju neku glazbenu edukaciju (glazbena škola, privatna glazbena poduka), pa je u skupni neglazbenika bilo 633 studenata. Stoga je konačan uzorak činilo 876 sudionika. Prosječna dob sudionika nije se značajno razlikovala između glazbenika i neglazbenika ($M_{\text{glazbenici}} = 22,27$, $SD = 3,78$, raspon 18-47; $M_{\text{neglazbenici}} = 22,16$, $SD = 5,05$, raspon = 18-49). U skupini neglazbenika bilo je 47 studenata i 586 studentica, a u skupini glazbenika 83 studenta i 160 studentica. U obje skupine bili su zastupljeni studenti svih godina prijediplomskoga i diplomskoga studija, odnosno integriranoga prijediplomskoga i diplomskoga studija ($N_1 = 153$, $N_2 = 117$, $N_3 = 144$, $N_4 = 155$, $N_5 = 64$ u skupini neglazbenika te $N_1 = 40$, $N_2 = 49$, $N_3 = 37$, $N_4 = 92$, $N_5 = 25$ u skupini glazbenika).

Instrument i postupak ispitivanja

Za potrebe istraživanja konstruiran je anketni upitnik, koji se sastojao od četiri dijela. U prvom dijelu upitnika nalazila su se pitanja kojima su prikupljeni sociodemografski podaci o sudionicima (spol, dob, stručna sprema / naziv fakulteta, studijske

grupe i godina studija) te pitanje o glazbenoj edukaciji (glazbena škola ili privatna glazbena poduka). U drugom dijelu upitnika iskorištene su dvije podskale iz *International Personality Item Pool* (Goldberg, 2001), i to podskala neuroticizma / emocionalne stabilnosti (10 čestica) i podskala intelekta (10 čestica). Zadatak sudionika bio je na skali procjene od 1 do 5 procijeniti koliko se svaka tvrdnja odnosi na njih, pri čemu je 1 značilo potpuno netočno za mene, a 5 potpuno točno za mene. S obzirom na to da je analiza pouzdanosti uputila na dobru pouzdanost obiju podskala (*Cronbach α* = 0,80 za emocionalnu stabilnost te *Cronbach α* = 0,79 za intelekt), formirana su dva ukupna rezultata kao sume procjena na 10 tvrdnji koje su činile pojedinu podskalu. Deskriptivni parametri podskala prikazani su u Tablici 1.

U trećem dijelu upitnika upotrijebljena je skraćena hrvatska inačica Skale psihološke dobrobiti (Ryff i Keyes, 1995), koja je namijenjena mjerenju šest aspekata ljudske aktualizacije: (1) *samoprihvatanje* (engl. *Self-Acceptance*) kao odrednica samoaktualizacije, optimalnoga funkcioniranja i zrelosti; (2) *pozitivni odnosi s drugima* (engl. *Positive Relations with Others*) uključuju održavanje toplih i povjerljivih međuljudskih odnosa, sposobnost pružanja ljubavi, empatije, stvaranja prijateljstava i identifikaciju s drugima; (3) *autonomija* (engl. *Autonomy*) odnosi se na samoodređenje, neovisnost i regulaciju vlastita ponašanja; (4) *upravljanje okolinom* (engl. *Environmental Mastery*) predstavlja sposobnost pojedinca da izabere ili stvori okruženja prikladna njegovim psihološkim stanjima; (5) *smisao života* (engl. *Purpose in Life*) uključuje uvjerenja koja daju osjećaj da život ima svrhu i smisao; (6) *osobni rast* (engl. *Personal Growth*) podrazumijeva kontinuiran razvoj osobnih potencijala, naglašavajući važnost otvorenosti iskustvima, suočavanja s novim izazovima ili zadacima u raznim životnim razdobljima. Upitnik se sastojao od 18 tvrdnji, a zadatak sudionika bio je na skali od 1 do 7 procijeniti koliko se svaka tvrdnja odnosi na njih, pri čemu je 1 značilo potpuno netočno za mene, a 7 potpuno točno za mene. Faktorska je analiza uputila na strukturu potpuno drugačiju od strukture izvornika, pri čemu je izlučeno četiri faktora, a čestice su se kombinirale na drukčiji način nego što je to utvrđeno u izvorniku skale. Ipak, i druga su istraživanja provedena u Hrvatskoj i zemljama regije pokazala strukturu koja nije sukladna izvorniku (Brajša-Žganec i sur., 2014; Habe i sur., 2023). Provjerom pouzdanosti cijele skale utvrđena je zadovoljavajuća pouzdanost, no uz jednu tvrdnju koja je imala nisku povezanost s ukupnim rezultatom (*Ponekad se osjećam kao da sam učinio/učinila sve što treba u životu*). Izostavljanjem te tvrdnje pouzdanost cijele skale iznosila je *Cronbach α* = 0,82, pa je ukupan rezultat formiran kao zbroj procjena na 17 tvrdnji. Deskriptivni pokazatelji podskale prikazani su u Tablici 1.

Posljednji dio Upitnika činila je skraćena inačica Skale funkcija slušanja glazbe (Groarke i Hogan, 2018). Skala se sastojala od 46 tvrdnji, a zadatak sudionika bio je procijeniti na skali od 1 do 5 (pri čemu 1 znači uopće se ne slažem, a 5 potpuno se slažem) koliko se svaka tvrdnja odnosi na njih. Skala u izvorniku ima 11 podskala ili faktora – regulacija stresa (4 čestice); regulacija anksioznosti (7 čestica); regulacija ljutnje (7 čestica); regulacija usamljenosti (3 čestice); ruminacija (4 čestice); reminiscencija (4 čestice); snažno emocionalno iskustvo (6 čestica); divljenje i cijenjenje glazbe (3 čestice); kognitivna regulacija (2 čestice); identitet (4 čestice) i spavanje (2 čestice) (Groarke i Hogan, 2018). Eksploratornom faktorskom analizom izlučeno je devet faktora (karakteristični korijeni redom: 19,7, 3,66, 2,29, 1,82, 1,61, 1,44, 1,31, 1,19, 1,08), pri čemu je 13 čestica imalo najviša zasićenja na prvom faktoru, i to čestica koje su prema izvornoj strukturi raspoređene na tri odvojena faktora (regulacija stresa, ljutnje i anksioznosti). Dio čestica (npr. *Potpuno sam zaokupljen/zaokupljena slušanjem glazbe; Osjećam se manje usamljeno kada slušam glazbu*) imao je zasićenja sličnih vrijednosti na tri ili više faktora. Nakon izostavljanja takvih čestica ponovljena faktorska analiza ponudila je rješenje sa šest interpretabilnih faktora visoke pouzdanosti, pa je formirano šest ukupnih rezultata na sljedećim podskalama – Regulacija stresa, ljutnje i anksioznosti; ruminacija; divljenje i cijenjenje glazbe; reminiscencija; snažno emocionalno iskustvo; identitet. Deskriptivni pokazatelji podskale prikazani su u Tablici 1.

● **TABLICA 1**
Deskriptivni
pokazatelji korištenih
mjera

Varijable		Cronbach α	M	SD	N	Asime- tričnost	Splo- štenost
Osobine ličnosti	Emocionalna stabilnost	0,80	31,99	6,33	10	-0,27	-0,13
	Intelekt	0,79	37,57	5,31	10	-0,18	0,01
Dobrobit	Psihološka dobrobit	0,82	91,6	12,57	17	-0,53	0,12
Funkcije slu- šanja glazbe	Regulacija stresa, ljutnje i anksioznosti	0,96	60,64	14,66	16	-0,70	0,13
	Ruminacija	0,87	14,16	4,11	4	-0,45	-0,40
	Divljenje i cijenjenje	0,82	12,04	2,91	3	-0,83	-0,07
	Reminiscencija	0,74	15,71	3,44	4	-0,60	-0,21
	Snažno emocionalno iskustvo	0,93	24,03	5,32	6	-0,83	0,27
	Identitet	0,78	14,95	3,66	4	-0,58	-0,01

N – broj tvrdnji

Istraživanje je provedeno tijekom akademske godine 2023./2024. u online-okruženju. Uzorak je bio prigodan, tako da su studenti bili zamoljeni za sudjelovanje u istraživanju u okviru redovite nastave na fakultetima i akademijama, u čemu su sudjelovali autori te kolege nastavnici na suradnim visokoškolskim ustanovama. Nakon usmene molbe autora i nastavnika

studentima je dostavljena poveznica za ispunjavanje upitnika u virtualnim učionicama (npr. Google Classroom), odnosno e-mailom, ovisno o uvriježenom načinu komunikacije nastavnika sa studentima na visokoškolskim ustanovama.

S obzirom na to da su parametri sploštenosti i asimetričnosti za sve varijable bili u rasponu od -1 do +1, u analizi podataka uzeti su parametrijski postupci – korelacijske analize, t-testovi za nezavisne uzorke te hijerarhijske regresijske analize. Analiza podataka izvršena je u statističkoj aplikaciji STATISTICA (TIBCO 14.0.).

REZULTATI

● **TABLICA 2**
Razlike između
neglazbenika i
glazbenika u ispitanim
varijablama (rezultati
t-testova)

U Tablici 2 prikazane su razlike u zavisnim varijablama između studenata glazbenih akademija i ostalih studenata u uzorku. S obzirom na veći broj varijabli, primijenjena je Bonferronijeva korekcija *p*-vrijednosti kako bismo smanjili mogućnost dobivanja lažno pozitivnih rezultata. Vidi se da se dvije skupine značajno razlikuju jedino u dvije funkcije glazbe – divljenju i cijenjenju glazbe te identitetu, čime se može potvrditi polazna hipoteza istraživanja (H1).

	Neglazbenici (<i>N</i> = 633)		Glazbenici (<i>N</i> = 243)		<i>t</i> (<i>df</i> = 874)	<i>p</i>	Korigirani <i>p</i> *
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>			
Emocionalna stabilnost	3,17	0,61	3,27	0,67	-2,16	0,031	0,279
Intelekt	3,73	0,52	3,82	0,56	-2,06*	0,040	0,360
Psihološka dobrobit	5,38	0,73	5,34	0,80	0,63	0,531	0,477
Regulacija stresa, anksioznosti i ljutnje	3,81	0,90	3,65	1,02	2,22*	0,027	0,240
Ruminacija	3,52	1,03	3,53	1,10	-0,14	0,889	0,800
Divljenje i cijenjenje	3,85	1,00	4,21	0,90	-4,89**	<0,001	<0,001
Reminiscencija	3,94	0,85	3,85	0,92	1,33	0,183	0,164
Snažno emocionalno iskustvo	3,90	0,90	4,08	0,92	-2,65**	0,008	0,074
Identitet	3,64	0,93	3,90	0,89	-3,77**	<0,001	0,001

* Bonferronijeva korekcija *p*-vrijednosti zbog broja testiranih varijabli.

U Tablici 3 prikazana je matrica korelacija svih varijabli u istraživanju, posebno za dva poduzorka, uz Bonferronijevu korekciju *p*-vrijednosti s obzirom na velik broj testova. Rezultati su pokazali da u oba poduzorka postoji značajna pozitivna povezanost između osobina ličnosti i psihološke dobrobiti. Nadalje, u oba poduzorka samo je jedna funkcija glazbe bila povezana sa psihološkom dobrobiti glazbenika, i to s regulacijom stresa, anksioznosti i ljutnje kod neglazbenika, odnosno s divljenjem i cijenjenjem glazbe kod glazbenika. U poduzorku neglazbenika, intelekt je bio pozitivno povezan sa svim funkcijama glazbe, osim ruminacijom, dok je emocionalna stabilnost bila negativno povezana s ruminacijom, reminiscencijom i snaž-

➔ TABLICA 3
Matrica korelacija svih
varijabli u istraživanju

nim emocionalnim iskustvom. U poduzorku glazbenika intelekt je bio pozitivno povezan sa svim funkcijama glazbe, osim s ruminacijom i regulacijom stresa, anksioznosti i ljutnje, dok je emocionalna stabilnost bila jedino povezana s ruminacijom, i to negativno.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1 Spol (m-1; ž-2)	-	0,07	-0,03	-0,08	0,12	0,10	-0,03	0,03	0,05	0,01	0,01
2 Dob	0,02	-	0,13	0,09	0,15*	0,01	-0,08	0,07	0,02	0,01	0,02
3 Emocionalna stabilnost	-0,27**	0,06	-	0,07	0,37**	0,00	-0,23**	0,00	-0,15*	-0,16**	-0,06
4 Intelekt	0,10	-0,02	-0,04	-	0,34*	0,18**	0,08	0,25**	0,20**	0,25**	0,22*
5 Psihološka dobrobit	0,00	0,02	0,39**	0,33**	-	0,15*	-0,12	0,13	0,11	0,04	0,05
6 Regulacija stresa, anksioznosti i ljutnje	0,13	-0,08	-0,04	0,17	0,08	-	0,40**	0,36**	0,47**	0,68**	0,79**
7 Ruminacija	0,23*	-0,20	-0,35**	0,21	-0,13	0,45**	-	0,23**	0,50**	0,60**	0,47**
8 Divljenje i cijenjenje	0,06	0,04	0,02	0,24**	0,24**	0,42**	0,25**	-	0,30**	0,39**	0,43**
9 Reminiscencija	0,19	-0,10	-0,19	0,23*	0,07	0,42**	0,50**	0,33**	-	0,65**	0,50**
10 Snažno emocionalno iskustvo	0,20	-0,02	-0,18	0,34**	0,07	0,57**	0,58**	0,48**	0,53**	-	0,70**
11 Identitet	0,07	-0,02	-0,03	0,26**	0,10	0,76**	0,46**	0,46**	0,43**	0,67**	-

* $p < 0,05$ (uz Bonferronijevu korekciju p -vrijednosti); ** $p < 0,01$ (uz Bonferronijevu korekciju p -vrijednosti).

Bilješka. Pearsonovi koeficijenti korelacije u poduzorku neglazbenika prikazani su iznad dijagonale, a u poduzorku glazbenika ispod dijagonale.

● **TABLICA 4**
Rezultati HRA s
psihološkom dobrobiti
sudionika kao
kriterijem

U Tablici 4 prikazani su rezultati dviju hijerarhijskih regresijskih analiza sa psihološkom dobrobiti kao kriterijem, a sociodemografskim značajkama, osobinama ličnosti i funkcijama glazbe kao prediktorima.

		Neglazbenici		Glazbenici	
		β	95 % C.I.	β	95 % C.I.
1. korak	Spol	0,12**	[0,04, 0,20]	0,00	[-0,12, 0,12]
	Dob	0,14**	[0,06, 0,22]	0,02	[-0,10, 0,13]
	$R (R^2)$	0,19 (0,04)		0,02 (0,00)	
	$F (2,630) / (2,240)$	11,49**		0,031	
2. korak	Spol	0,16**	[0,09, 0,19]	0,09	[-0,02, 0,20]
	Dob	0,06	[-0,01, 0,13]	0,00	[-0,11, 0,11]
	Emocionalna stabilnost	0,35**	[0,28, 0,42]	0,43**	[0,32, 0,54]
	Intelekt	0,33**	[0,26, 0,40]	0,34**	[0,23, 0,45]
	$R (R^2)$	0,52 (0,27)		0,53 (0,28)	
	ΔR^2	0,23**		0,28**	
3. korak	$F (4,628) / (4,238)$	57,55**		23,31**	
	Spol	0,12**	[0,06, 0,19]	0,09	[-0,02, 0,20]
	Dob	0,06	[-0,01, 0,13]	-0,04	[-0,04, 0,07]
	Emocionalna stabilnost	0,32**	[0,25, 0,39]	0,40**	[0,27, 0,51]
	Intelekt	0,31**	[0,24, 0,38]	0,31**	[0,20, 0,43]
	Regulacija stresa, anksioznosti i ljutnje	0,23**	[0,11, 0,34]	-0,01	[-0,16, 0,17]
	Ruminacija	-0,12**	[-0,21, -0,03]	-0,16**	[-0,31, -0,17]
	Divljenje i cijenjenje	0,04	[-0,03, 0,12]	0,18**	[0,05, 0,30]
	Reminiscencija	0,17**	[0,08, 0,26]	0,08	[-0,05, 0,22]
	Snažno emocionalno iskustvo	-0,09	[-0,20, 0,03]	0,00	[-0,18, 0,16]
	Identitet	-0,16**	[-0,28, -0,04]	0,01	[-0,20, 0,17]
	$R (R^2)$	0,56 (0,31)		0,57 (0,33)	
	ΔR^2	0,04**		0,05**	
	$F (10,622) / (10, 233)$	27,83**		11,34**	

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

U prvom koraku analiza uvedene su varijable spola i dobi, u drugom koraku osobine ličnosti, a u trećem, posljednjem koraku analize, funkcije slušanja glazbe. Osobine ličnosti, uvedene u drugom koraku, očekivano su značajno pridonijele objašnjenju psihološke dobrobiti u oba poduzorka. Završni korak analize na poduzorku neglazbenika pokazao je da i funkcije slušanja glazbe imaju zaseban značajan doprinos, pri čemu samostalan značajni prediktorski koeficijent ima slušanje glazbe u funkciji regulacije stresa, anksioznosti i ljutnje, reminiscencija te ruminacija (negativno) i identitet (negativno). U završnom su koraku i osobine ličnosti te spol zadržali značajne prediktorske koeficijente, a ukupno su prediktori objasnili

31 % varijance psihološke dobrobiti. Slično, analiza na uzorku glazbenika pokazala je da prediktori ukupno objašnjavaju 33 % varijance psihološke dobrobiti. Doprinos osobina ličnosti sličan je kao i u uzorku neglazbenika, a među funkcijama glazbe značajan samostalan prediktorski koeficijent imale su dvije funkcije – divljenje i cijenjenje glazbe (pozitivno) te ruminacija (negativno). Iako su različite funkcije glazbe u dvama poduzorcima imale značajan prediktorski koeficijent u posljednjem koraku analize, usporedba intervala pouzdanosti prediktorskih koeficijenata (Tablica 3) pokazuje da se oni preklapaju u oba uzorka, iz čega proizlazi zaključak da se doprinos prediktora objašnjenju psihološke dobrobiti ne razlikuje značajno između glazbenika i neglazbenika, čime možemo odbaciti polaznu hipotezu istraživanja (H3). Rezultati potvrđuju polaznu hipotezu (H2) jer u oba poduzorka i osobine ličnosti i funkcije slušanja glazbe značajno pridonose psihološkoj dobrobiti. Također, može se zaključiti da slušanje glazbe zbog ruminiranja i kod glazbenika i kod neglazbenika negativno pridonosi psihološkoj dobrobiti.

RASPRAVA

Cilj ovoga istraživanja bio je usporediti glazbenike i neglazbenike s obzirom na doprinos osobina ličnosti (emocionalne stabilnosti i intelekta) i funkcija slušanja glazbe objašnjenju psihološke dobrobiti. Naime, unatoč velikom broju istraživanja o doprinosu glazbe psihološkoj dobrobiti, istraživanja su rijetko analizirala je li taj doprinos bitan samo za glazbenike (profesionalne, amatere i sl.) ili i za opću populaciju. S obzirom na neminovne razlike između glazbenika i neglazbenika u odnosu prema glazbi (percepciji glazbe, slušanju glazbe, glazbenim sposobnostima), postavlja se pitanje pridonosi li slušanje glazbe na drugačiji način dobrobiti pojedinca ako je riječ o glazbeniku ili osobi koja se ne bavi i nije se nikada bavila profesionalno glazbom niti je educirana u glazbi. Osim toga, u literaturi ne možemo pronaći konzistentne nalaze o razlikama u funkcijama slušanja glazbe između glazbenika i neglazbenika, a treba napomenuti i metodološke razlike, s obzirom na to da su u nekim istraživanjima uzorci glazbenika bili samo profesionalni glazbenici koji se bave različitim žanrovima glazbe i oblicima (izvođači pjevači, instrumentalisti, skladatelji i sl.), a u nekima glazbenici amateri.

Rezultati ovoga istraživanja potvrdili su očekivani doprinos osobina ličnosti (emocionalne stabilnosti i intelekta) objašnjenju psihološke dobrobiti, što je u skladu s rezultatima ranijih istraživanja koja upućuju na osobine ličnosti kao važne odrednice dobrobiti, pri čemu je upravo emocionalna (ne)stabilnost jedan od najznačajnijih korelata psihološke dobrobiti (Brajša-Žganec i sur., 2014; Bratko i Sabol, 2006; DeNeve i Cooper, 1998;

Grant i sur., 2009; Kokko i sur., 2013), i kada ju definiramo u smislu pozitivnog afekta i ugone (hedonistički pristup), ali i kao zadovoljstvo životom, odnosno usmjerenost rastu i razvoju pojedinca (eudamonijski pristup) (Mann i sur., 2021). Rezultati ranijih istraživanja također upućuju na to da je intelekt pozitivno povezan sa psihološkom dobrobiti, iako su te veze obično manje izražene nego u slučaju emocionalne stabilnosti (Anglim i sur., 2020; Kokko i sur., 2013). Osim što rezultati ovoga istraživanja potvrđuju povezanost te osobine ličnosti i psihološke dobrobiti, intelekt se pokazao pozitivno povezanim i s većinom funkcija slušanja glazbe, osim ruminacije (u oba poduzorka), odnosno regulacije stresa, anksioznosti i ljutnje (u poduzorku glazbenika). Iako ruminacija nije bila povezana s intelektom, emocionalna stabilnost bila je negativno povezana s ruminacijom u oba poduzorka, a u poduzorku neglazbenika i s reminiscencijom i snažnim emocionalnim iskustvom. Premda prijašnja istraživanja upućuju na zaključak da emocionalno nestabilniji pojedinci češće rabe glazbu za regulaciju raspoloženja (Miranda i Blais-Rochette, 2018), to nije izravno potvrđeno u ovom istraživanju, jer se emocionalna stabilnost nije pokazala važnom za regulaciju stresa, anksioznosti i ljutnje. Ipak, potvrdilo se da su emocionalno manje stabilne osobe sklonije rabiti glazbu za reminiscenciju i ruminiranje te doživljavanje intenzivnih emocija. Rezultati prijašnjih istraživanja na uzorcima sudionika sklonih višem neuroticizmu i depresivnosti pokazali su da kod sudionika koji imaju tendenciju ruminirati slušanje tužne glazbe može pojačati simptome depresivnosti (Garrido i Schubert, 2015). Štoviše, pojedinci skloniji ruminiranju, u odnosu na one koji manje ruminiraju, provode više vremena slušajući glazbu koja potiče negativne emocije, a osim toga Chen i suradnici (2007) potvrđuju kako takvi pojedinci i ne iskazuju stvarnu želju da izađu iz negativnog raspoloženja.

Povezanost spola i funkcija slušanja glazbe može se interpretirati jedino na poduzorku glazbenika, s obzirom na izrazito malen udio muških sudionika u poduzorku neglazbenika. Rezultati su pokazali da glazbenice, u odnosu na glazbenike, češće rabe glazbu za ruminiranje (Tablica 3), a to je funkcija glazbe koja je, kako je već navedeno, povezana s pojedincima sklonijima neuroticizmu. Moguće je da je rezultat prema kojem glazbenice, u odnosu na glazbenike, više slušaju glazbu u svrhu ruminacije zapravo posredovan manjom emocionalnom stabilnošću žena (Costa i sur., 2001; Murphy i sur., 2021; Vecchione i sur., 2012), što je u skladu i s utvrđenom povezanosti između spola i emocionalne stabilnosti (Tablica 3).

Usporedba rezultata funkcija slušanja glazbe između glazbenika i neglazbenika pokazala je da studenti glazbe, u odnosu na ostale, značajno češće rabe glazbu u funkciji identiteta te

za divljenje i cijenjenje glazbe. Glazbenici se tijekom obrazovanja educiraju za analitičko slušanje glazbe, uz prepoznavanje glazbeno-izražajnih sastavnica, na temelju kojega dolazi do cjelovitoga percipiranja glazbenoga djela. Od neglazbenika se stoga razlikuju u procesiranju svih obilježja glazbe (Gebrian, 2013) te načinu recepcije glazbe (George i Ilavarasu, 2020), pa se dobivene razlike u funkcijama glazbe mogu pripisati upravo navedenim razlikama između glazbenika i neglazbenika.

Rezultati hijerarhijske regresije na poduzorku neglazbenika pokazali su da funkcije slušanja glazbe značajno doprinose psihološkoj dobrobiti i nakon doprinosa osobina ličnosti, pri čemu značajnu ulogu ima slušanje glazbe u svrhu regulacije stresa, ljutnje i anksioznosti te reminiscencije, dok je uloga ruminacije i identiteta negativna. Ovi su rezultati u skladu s podacima koji pokazuju da je slušanje glazbe moćno sredstvo poboljšavanja psihološke dobrobiti, posebno kod adolescenata (Ribeiro i sur., 2021), a većinu uzorka u istraživanju činili su kasni adolescenti. Metaanaliza 102 studije koje su se bavile fiziološkim reakcijama na slušanje glazbe potvrdila je značajan efekt slušanja glazbe na smanjenje stresa (de Witte i sur., 2020), što implicira i pozitivne učinke na psihološku dobrobit.

Rezultati u poduzorku glazbenika pokazali su da višoj psihološkoj dobrobiti značajno pridonosi slušanje glazbe u funkciji divljenja i cijenjenja glazbenih djela, dok negativan doprinos ima slušanje glazbe u funkciji ruminacije. Osim što se kod svih sudionika pokazalo da slušanje glazbe zbog ruminiranja smanjuje psihološku dobrobit, razni prediktorski koeficijenti u dva poduzorka za ostale funkcije glazbe ipak ne govore dovoljno snažno u prilog doprinosu funkcija glazbe psihološkoj dobrobiti glazbenika i neglazbenika, jer su dodatne analize pokazale značajno preklapanje intervala pouzdanosti prediktorskih koeficijenata u dva poduzorka.

Prije zaključka, osvrnut ćemo se na nedostatke provedenog istraživanja, koji se prije svega odnose na metrijska obilježja primijenjenih instrumenata i neke značajke uzorka. Kako je već navedeno, struktura hrvatske inačice Skale psihološke dobrobiti (Ryff i Keyes, 1995) nije se pokazala odgovarajućom podacima u ovom istraživanju. Naime, skala je izvorno namijenjena mjerenju šest aspekata psihološke dobrobiti koji imaju jedan, nadređeni faktor, no provedene analize pokazale su loše pristajanje podataka modelu sa šest faktora, pa je iskorišten samo jedan ukupni rezultat, i to uz izostavljanje dijela čestica. Budući da je slično već utvrđeno u prijašnjim istraživanjima na našim uzorcima (Brajša-Žganec i sur., 2014; Habe i sur., 2023), potrebno je adaptirati skalu ili uzeti druge dostupne instrumente za mjerenje ovih aspekata psihološke dobrobiti. Primijenjena inačica Skale funkcija slušanja glazbe (Groarke i Ho-

gan, 2018) također je pokazala određena odstupanja od izvornika, koji je namijenjen mjerenju čak 11 funkcija slušanja glazbe, no s obzirom na sadržaj čestica i dobre pokazatelje pouzdanosti, mišljenja smo da se skala i dalje može rabiti, uz određene adaptacije. Nadalje, u poduzorku neglazbenika, udio sudionika i sudionica bio je izrazito neravnomjeran, pa se ne mogu izvoditi zaključci o ulozi spola u poduzorku neglazbenika, posebno stoga što rezultati prijašnjih istraživanja upućuju na različitosti i u funkcijama slušanja glazbe i glazbenim preferencijama između muškaraca i žena. Konačno, s obzirom na to da je riječ o prigodnom uzorku, moguće je da su se istraživanju odazvali u većoj mjeri studenti koji inače imaju više glazbene preferencije ili češće slušaju glazbu, odnosno glazba im ima važnu ulogu u životu, što je svakako relevantno za istraživanje funkcija glazbe. S obzirom na to da su u istraživanju sudjelovali sudionici iz Hrvatske, ali i susjednih zemalja (Bosna i Hercegovina, Srbija, Crna Gora), moguća je minimalna jezična barijera za dio sudionika, s obzirom na to da su mjerni instrumenti bili na hrvatskom jeziku. Međutim, s obzirom na to da se službeni jezici u navedenim zemljama razlikuju prije svega u standardizaciji i normi, dok nema značajne razlike u međusobnoj razumljivosti i strukturi jezika, mišljenja smo da ovaj nedostatak nije mogao utjecati na rezultate.

Unatoč nedostacima, istraživanje je pridonijelo boljem razumijevanju funkcija slušanja glazbe, kako između glazbenika i neglazbenika, tako i u doprinosu funkcija slušanja glazbe psihološkoj dobrobiti. Naime, iako je povezanost glazbe i psihološke dobrobiti ekstenzivno istraživana u mnogim studijama te se pozitivna povezanost između glazbe i dobrobiti smatra nedvojbenom (što je preopćenit zaključak i proizlazi iz metodološki različitih studija i ispitivanja u različitim kontekstima – npr. svakodnevno pozadinsko slušanje glazbe; slušanje glazbe kao oblik terapije; slušanje glazbe u kliničkim uzorcima s poteškoćama mentalnog zdravlja; slušanje glazbe u adolescenciji kao proces identifikacije s vršnjacima i dr.), istraživanja se rijetko bave odnosnom razloga *zašto* ljudi slušaju glazbu i pozitivnih učinaka glazbe na dobrobit pojedinca. Posebno je to rijetko u skupinama koje se glazbom (ne) bave profesionalno i kojima je glazba dio osobnog i/ili profesionalnog identiteta. Stoga je važno istaknuti da je i ovo istraživanje pokazalo specifičnu ulogu raznih razloga slušanja glazbe u objašnjenju psihološke dobrobiti (neke su pozitivne, neke negativne, a za neke nije utvrđena nikakva povezanost).

U zaključku možemo istaknuti nekoliko glavnih rezultata. Potvrđen je značajan doprinos emocionalne stabilnosti i intelekta psihološkoj dobrobiti i glazbenika i neglazbenika te je pokazano da i nakon kontrole osnovnih sociodemografskih varijabli i osobina ličnosti funkcije slušanja glazbe dodatno značajno pridonose psihološkoj dobrobiti.

Također, rezultati su pokazali da glazbenici slušaju glazbu više zbog divljenja i cijenjenja glazbe i jer je glazba važan dio njihova identiteta. S druge strane, rezultati nisu potvrdili pretpostavku o različitom doprinosu funkcija slušanja glazbe psihološkoj dobrobiti glazbenika i neglazbenika, ali su jasno pokazali da slušanje glazbe ne pridonosi dobrobiti kada glazbu slušamo u svrhu ruminiranja. Na temelju rezultata moguće je samo pretpostaviti da neglazbenicima slušanje glazbe u funkciji regulacije stresa i negativnog afekta pridonosi višoj psihološkoj dobrobiti, dok glazbenicima uživanje u glazbi kroz divljenje i svojevršno strahopoštovanje prema glazbi, a što je rezultat njihova dubljeg i drugačijeg razumijevanja glazbe u odnosu na neglazbenike (Dawson, 2011; Gebrian, 2013), može pridonijeti višoj psihološkoj dobrobiti. S obzirom na navedene nedostatke provedenog istraživanja i rezultate, ove pretpostavke ostaju za provjeru u idućim istraživanjima.

LITERATURA

Agarwal, T., Singh, B., Kapadnis, C., Bhonsale, I. i Jabade, S. (2022). Effects of music listening on coping strategies and multiple intelligence in music-experienced and music-nonexperience adolescents. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6), 4002–4011.

Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J. i Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(4), 279–323. <https://doi.org/10.1037/bul0000226>

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>

Benedek, M., Borovnjak, B., Neubauer, A. C. i Kruse-Weber, S. (2014). Creativity and personality in classical, jazz and folk musicians. *Personality and Individual Differences*, 63(100), 117–121. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.064>

Boer, D., Fischer, R., Strack, M., Bond, M. H., Lo, E. i Lam, J. (2011). How shared preferences in music create bonds between people: Values as the missing link. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(9), 1159–1171. <https://doi.org/10.1177/0146167211407521>

Boer, D., Fischer, R., Tekman, H. G., Abubakar, A., Njenga, J. i Zenger, M. (2012). Young people's topography of musical functions: Personal, social and cultural experiences with music across genders and six societies. *International Journal of Psychology*, 47(5), 355–369. <https://doi.org/10.1080/00207594.2012.656128>

Brajša-Žganec, A., Ivanović, D. i Burušić, J. (2014). Dimenzije psihološke dobrobiti hrvatskih studenata: spolne razlike i povezanost s osobinama ličnosti. *Napredak*, 154(1-2), 29–46.

Bratko, D. i Sabol, J. (2006). Osobine ličnosti i osnovne psihološke potrebe kao prediktori zadovoljstva životom: rezultati on-line istraživanja. *Društvena istraživanja*, 15(4-5 (84-85)), 693–711. <https://hrcak.srce.hr/file/16710>

Butkovic, A. i Rancic Dopudj, D. (2017). Personality traits and alcohol consumption of classical and heavy metal musicians. *Psychology of Music*, 45(2), 246–256. <https://doi.org/10.1177/0305735616659128>

Chamorro-Premuzic, T. i Furnham, A. (2007). Personality and music: Can traits explain how people use music in everyday life? *British Journal of Psychology*, 98(2), 175–185. <https://doi.org/10.1348/000712606X111177>

Chen, L., Zhou, S. i Bryant, J. (2007). Temporal changes in mood repair through music consumption: Effects of mood, mood salience, and individual differences. *Media Psychology*, 9(3), 695–713. <https://doi.org/10.1080/15213260701283293>

Costa, P. T., Jr., Terracciano, A. i McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322–331. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.322>

Dawson, W. J. (2011). How and why musicians are different from non-musicians. *Medical Problems of Performing Artists*, 26(2), 65–78. <https://doi.org/10.21091/mppa.2011.2011>

de Witte, M., Spruit, A., van Hooren, S., Moonen, X. i Stams, G. J. (2020). Effects of music interventions on stress-related outcomes: A systematic review and two meta-analyses. *Health Psychology Review*, 14(2), 294–324. <https://doi.org/10.1080/17437199.2019.1627897>

DeNeve, K. M. i Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197–229. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>

Dobrota, S. i Reić Ercegovic, I. (2014). Students' musical preferences: The role of music education, characteristics of music and personality traits. *Croatian Journal of Education*, 16(2), 363–384. <https://doi.org/10.15516/cje.v16i2.824>

Dobrota, S., Reić Ercegovic, I. i Habe, K. (2019). Gender differences in musical taste: The mediating role of functions of music. *Društvena istraživanja*, 28(4), 567–586. <https://doi.org/10.5559/di.28.4.01>

Garrido, S. i Schubert, E. (2015). Music and people with tendencies to depression. *Music Perception*, 32(4), 313–321. <https://doi.org/10.1525/mp.2015.32.4.313>

Gaser, C. i Schlaug, G. (2003). Brain structures differ between musicians and non-musicians. *The Journal of Neuroscience*, 23(27), 9240–9245. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.23-27-09240.2003>

Gebrian, M. (2013). *The differences between musicians' and nonmusicians' brains*. <https://mollygebrian.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/10/the-differences-between-musicians-and-nonmusicians-brains.pdf>

George, M. i Ilavarasu, J. (2021). Development and psychometric validation of the music receptivity scale. *Frontiers in Psychology*, 11, 585891. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.585891>

Gillham, J., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., Winder, B., Peterson, C., Park, N., Abenavoli, R., Contero, A. i Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31–44. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.536773>

- Gjermunds, N., Brechan, I., Johnsen, S. Å. K. i Watten, R. G. (2020). Personality traits in musicians. *Current Issues in Personality Psychology*, 8(2), 100–107. <https://doi.org/10.5114/cipp.2020.97314>
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative description of personality, the big five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216–1229. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.6.1216>
- Goldberg, L. R. (2001). *International Personality Item Pool: A scientific col-laboratory for the development of advanced measures of personality traits and other individual differences*. <http://ipip.ori.org/ipip>
- Grant, S., Langan-Fox, J. i Anglim, J. (2009). The big five traits as pre-dictors of subjective and psychological well-being. *Psychological Reports*, 105(1), 205–231. <https://doi.org/10.2466/PRO.105.1.205-231>
- Groarke, J. M. i Hogan, M. J. (2016). Enhancing wellbeing: An emerg-ing model of the adaptive functions of music listening. *Psychology of Music*, 44(4), 769–791. <https://doi.org/10.1177/0305735615591844>
- Groarke, J. M. i Hogan, M. J. (2018). Development and psychometric evaluation of the adaptive functions of music listening scale. *Frontiers in Psychology*, 9, 1–19. <https://doi.org/10.3398/fpsyg.2018.00516>
- Habe, K., Dobrota, S. i Reić Ercegovac, I. (2023). Functions of music. Fo-cused on the context of music listening, and psychological well-being in late adolescence regarding gender differences. *Frontiers in Psycho-logy*, 14, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1275818>
- Hou, J., Rajmohan, R., Fang, D., Kashfi, K., Al-Khalil, K., Yang, J., We-stney, W., Grund, C. M. i O'Boyle, M. W. (2017). Mirror neuron activa-tion of musicians and non-musicians in response to motion captured piano performances. *Brain and Cognition*, 115, 47–55. <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2017.04.001>
- Jovančević, A., Milicevic, N. i Zdravić Mihailović, D. (2019). Differen-ces in music preferences between musicians and non-musicians. *Facta Universitatis, Series: Visual Arts and Music*, 5(1), 31–39. <https://doi.org/10.22190/FUVAM1901031J>
- Juslin, P. N., Liljeström, S., Laukka, P., Västfjäll, D. i Lundqvist, L. O. (2011). Emotional reactions to music in a nationally representative sample of Swedish adults: Prevalence and causal influences. *Musicae Scientiae*, 15(2), 174–207. <https://doi.org/10.1177/1029864911401169>
- Juslin, P. N., Liljeström, S., Västfjäll, D., Barradas, G. i Silva, A. (2008). An experience sampling study of emotional reactions to music: Listener, music, and situation. *Emotion*, 8(5), 668–683. <https://doi.org/10.1037/a0013505>
- Keyes, C. L. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121–140. <https://doi.org/10.2307/2787065>
- Köhler, F., Schäfer, S. K., Lieb, K. i Wessa, M. (2023). Differential asso-ciations of leisure music engagement with resilience: A network ana-lysis. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 23(3), 100377. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2023.100377>
- Kokko, K., Tolvanen, A. i Pulkkinen, L. (2013). Associations between personality traits and psychological well-being across time in middle adulthood. *Journal of Research in Personality*, 47(6), 748–756. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.07.002>

Krause, A. E., Dimmock, J., Rebar, A. L. i Jackson, B. (2021). Music listening predicted improved life satisfaction in university students during early stages of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11, 631033. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.631033>

Kuckelkorn, K. L., de Manzano, Ö. i Ullén, F. (2021). Musical expertise and personality – differences related to occupational choice and instrument categories. *Personality and Individual Differences*, 173, 110573. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110573>

Laukka, P. (2007). Uses of music and psychological well-being among the elderly. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 215–241. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9024-3>

Mann, F. D., DeYoung, C. G., Tiberius, V. i Krueger, R. F. (2021). Stability and well-being: Associations among the Big Five domains, metatraits, and three kinds of well-being in a large sample. *Journal of Personality*, 89(4), 720–737. <https://doi.org/10.1111/jopy.12611>

McCrae, R. i Costa, P. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81–90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.81>

Merriam, A. P. (1964). *The anthropology of music*. Northwestern University Press.

Miranda, D. (2019). A review of research on music and coping in adolescence. *Psychomusicology: Music, Mind, and Brain*, 29(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/pmu0000229>

Miranda, D. i Blais-Rochette, C. (2018). Neuroticism and emotion regulation through music listening: A meta-analysis. *Musicae Scientiae*, 24(466), 342–355. <https://doi.org/10.1177/1029864918806341>

Miranda, D. i Claes, M. (2009). Music listening, coping, peer affiliation and depression in adolescence. *Psychology of Music*, 37(2), 215–233. <https://doi.org/10.1177/0305735608097245>

Murphy, S. A., Fisher, P. A. i Robie, C. (2021). International comparison of gender differences in the five-factor model of personality: An investigation across 105 countries. *Journal of Research in Personality*, 90, 104047. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2020.104047>

Nave, G., Minxha, J., Greenberg, D. M., Kosinski, M., Stillwell, D. i Rentfrow, J. (2018). Musical preferences predict personality. *Psychological Science*, 29(7), 1145–1158. <https://doi.org/10.1177/0956797618761659>

Radstaak, M., Geurts, S. A. E., Brosschot, J. F. i Kompier, M. A. J. (2014). Music and psychophysiological recovery from stress. *Psychosomatic Medicine*, 76(7), 529–537. <https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000000094>

Rana, M. (2018). Role of music in the development of psychological well-being. *Indian Journal of Positive Psychology*, 9(1), 155–158. <https://doi.org/10.15614/ijpp.v9i01.11763>

Randall, W. M. i Rickard, N. S. (2017). Reasons for personal music listening: A mobile experience sampling study of emotional outcomes. *Psychology of Music*, 45(4), 479–495. <https://doi.org/10.1177/0305735616666939>

Reić Ercegovac, I. i Dobrota, S. (2011). Povezanost između glazbenih preferencija, sociodemografskih značajki i osobina ličnosti iz petfaktorskoga modela. *Psiholojske teme*, 20(1), 47–65.

- Reić Ercegovac, I., Dobrota, S. i Kuščević, D. (2015). Relationship between music and visual art preferences and some personality traits. *Empirical Studies of the Arts*, 33(2), 207–227. <https://doi.org/10.1177/0276237415597390>
- Ribeiro, F. S., Lessa, J. P. A., Delmolin, G. i Santos, F. H. (2021). Music listening in times of COVID-19 outbreak: A Brazilian study. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647473>
- Ryff, C. D. i Keyes, L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
- Saarikallio, S., Gold, C. i McFerran, K. (2015). Development and validation of the Healthy-Unhealthy Music Scale. *Child and Adolescent Mental Health*, 20(4), 210–217. <https://doi.org/10.1111/camh.12109>
- Schäfer, T., Sedlmeier, P., Stadtler, C. i Huron, D. (2013). The psychological functions of music listening. *Frontiers in Psychology*, 4, 511. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00511>
- Schlaug, G., Norton, A., Overy, K. i Winner, E. (2005). Effects of music training on the child's brain and cognitive development. *Annals of the New York Academy of Science*, 1060(1), 219–230. <https://doi.org/10.1196/annals.1360.015>
- Tarrant, M., North, A. C. i Hargreaves, D. J. (2000). English and American adolescents' reasons for listening to music. *Psychology of Music*, 28(2), 166–173. <https://doi.org/10.1177/0305735600282005>
- Vaag, J., Sund, E. i Bjerkeset, O. (2018). Five-factor personality profiles among Norwegian musicians compared to the general workforce. *Musicae Scientiae*, 22(3), 434–445. <https://doi.org/10.1177/1029864917709519>
- Vecchione, M., Alessandri, G., Barbaranelli, C. i Caprara, G. (2012). Gender differences in the Big Five personality development: A longitudinal investigation from late adolescence to emerging adulthood. *Personality and Individual Differences*, 53(6), 740–746. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.05.033>
- Vella, E. J. i Mills, G. (2017). Personality, uses of music, and music preference: The influence of openness to experience and extraversion. *Psychology of Music*, 45(3), 338–354. <https://doi.org/10.1177/0305735616658957>

Psychological Well-Being of (Non)Musicians: Contribution of Personality Traits and Functions of Music Listening

Ina REIĆ ERCEGOVAC, Snježana DOBROTA, Marijo KRNIĆ
University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences,
Split, Croatia

The aim of the research was to examine the contribution of personality traits and the functions of listening to music to the explanation of psychological well-being, and to determine whether the contribution of the functions of music to the

explanation of the psychological well-being of musicians and nonmusicians differs. The research was conducted on a sample of a total of 876 participants, students of music academies and students of other study programmes from Croatia, Bosnia and Herzegovina, Serbia and Montenegro. The following instruments were used in the research: a general data questionnaire, an emotional stability scale, an intellect scale, a shortened version of the psychological well-being scale and a shortened version of the music listening function scale. The results showed that musicians and non-musicians differ in personality traits (musicians scored higher on both traits) and in the functions of music listening, whereby non-musicians listen to music more for stress and affect regulation, while for musicians, awe and appreciation, strong emotional experience, and identity are more important functions of music. Personality traits were a strong predictor of psychological well-being in both subsamples, but in addition to them, the functions of music also showed a significant separate contribution to psychological well-being. The results led to the conclusion that the contribution of functions of music listening to psychological well-being does not differ significantly between musicians and non-musicians.

Keywords: music listening functions, emotional stability, intellect, psychological well-being, (non)musicians



Međunarodna licenca / International License:
Imenovanje-Nekomercijalno / Attribution-NonCommercial