

# ZAZNAVNA OBRAMBA - MIT ALI RESNIČNOST

Gaj Vidmar, Grega Repovš, Marjana Laibacher

**KLJUČNE BESEDE:** zaznavna obramba, pregled raziskav, podpražno zaznavanje, človekovo informacijsko procesiranje, eksperimentalni postopki

**KEYWORDS:** perceptual defence, research overview, subliminal perception, human information processing, experimental procedures

## POVZETEK

Prispevek podaja pregled pojmovanj in raziskav zaznavne obrambe ter predlaga smernice za nadaljnje eksperimentalno delo na tem področju. Najprej je opisan nastanek pojma zaznavna obramba, širši teoretični umestitvi problema pa je namenjena kratka predstavitev pogledov psihobiologije na podzavest in zgodovine pojmovanj obrambnih mehanizmov. Nato so z značilnimi eksperimenti predstavljena glavna obdobja raziskovanja zaznavne obrambe - od začetnih raziskav, preučevanja odgovornih efektov in zatona priljubljenosti problematike preko problema razlikovanja med zavedanjem in prepoznavanjem dražljajev do uporabe senzornega skaliranja. Predstavljena je še zaznavna vigilonost, v zaključku pa so podana možna izhodišča za nadaljnje preučevanje zaznavne obrambe in predlagane izboljšave eksperimentalnega postopka.

## ABSTRACT

The article brings an overview of perceptual defence theory and research and makes some suggestions for further experimental work in this field to be based upon. First, the way the concept of perceptual defence evolved is described. A wider conceptual frame for the problem is provided by a brief review of psychobiology of the unconscious and a summary of the history of defence mechanisms notions. The principal periods of perceptual defence research are then presented together with representative experiments. The initial researches, response effects, the decrease in popularity of perceptual defence, the problem of stimulus awareness versus stimulus recognition, the sensory scaling approach and the phenomenon of perceptual vigily are discussed. Finally, some presumptions are stated which might represent an adequate basis for future perceptual defence research, and some improvements in the experimental procedures are suggested.

## POJEM ZAZNAVNE OBRAMBE

V vsaki znanosti se včasih pojavijo teme, ki vzbudijo pozornost množice raziskovalcev in teoretikov in postanejo vodilne teme nekega obdobja ter vzrok mnogih žolčnih razprav in nasprotujočih si stališč. Ena izmed takih problematik je zaznavna obramba in tu bomo skušali podati pregled pojmovanj o njej.

Sam pojem zaznavne obrambe izhaja iz psihoanalitične teorije in je v neposredni zvezi s procesom represije - nezavednega potlačevanja, kot ga je opisal že Sigmund Freud.

Verjetno je vsakomur znan pojav zavestnega odstranjevanja neprijetnih vsebin iz zavesti. Ko moramo k zobozdravniku, se kar najbolj trudimo, da bi ne mislili nanj, ko smo že v čakalnici, pa se skušamo na razne načine zamotiti, da bi ne slišali neprijetnega zvoka, ki prihaja iz ordinacije, in se na vso moč trudimo, da se ne bi spomnili bolečin, ki smo jih trpeli ob zadnjem plombiranju. Opisani pojav imenujemo kognitivno izogibanje in je dobro znan v psihološki znanosti.

Psihoanalitiki nadalje trdijo, da obstaja tudi na nezavedni ravni podoben proces, katerega naloga je, da prepreči neprijetnim vsebinam, ki se nahajajo v nezavednem, dostop do zavesti. Ta proces imenujejo represija. Opravljenih je bilo mnogo eksperimentov, ki so skušali potrditi ali zavreči obstoj represije, vsi pa so jo obravnavali predvsem kot obrambo pred ego-ogrožujočimi spomini. Če je nezavedna represija mehanizem, ki preprečuje neprijetnim vsebinam dostop do zavesti, lahko predpostavimo, da represija nadzira tudi senzorne vhode, kot sta vid in sluh. Skrajni primer takega pojava naj bi bila histerična slepota, ko pacienti izgube sposobnost vida brez neposrednih organskih vzrokov.

Ob koncu štiridesetih in v začetku petdesetih let je bila razvita prva splošna raziskovalna strategija, ki se je lotevala preučevanja represije na perceptualni ravni. Pojav so operativno definirali kot zvišanje zaznavnega praga pod vplivom emocionalne vrednosti dražljaja in ga poimenovali zaznavna obramba. Prvi rezultati so predvsem zaradi svojega teoretičnega izhodišča sprožili plaz raziskav, pri čemer je razvoj potekal najprej bolj v teoretičnem, kasneje pa predvsem v metodološkem smislu. Lahko bi celo trdili, da sama teoretična podlaga kmalu ni bila več pomembna - raziskave so postale podobne odprtemu lovu na metodo, s katero bi se dalo pojav zaznavne obrambe dokončno potrditi ali zavreči.

V nadaljevanju se bomo najprej posvetili pogledu psihobiologije na podzavest, sledil bo sprehod skozi obrambne mehanizme (povzet predvsem po Lamovec, 1990), nato pa bomo natančneje spremljali razvoj eksperimentalnega preučevanja zaznavne obrambe skozi glavna obdobja. Kot zaključek bomo podali naš pogled na zaznavno obrambo in predpostavke, ki bi jih veljalo upoštevati pri načrtovanju eksperimentov s področja zaznavne obrambe.

## O PODZAVESTI Z VIDIKA PSIHIOBIOLOGIJE

Psihobiologija išče povezave (korelacije) občepsiholoških pojavov (merljivih vidikov učenja, spomina, motivacije in emocij) s strukturo in funkcijo živčnega sistema.

Podzavest predstavlja za psihobiologijo še težavnejši problem kot za druge psihološke panoge, in to predvsem z ontološkega vidika. Dokazljivost podzavestnih procesov otežujejo tako pojmovne kot metodološke dileme. Če

razumemo podzavest kot psihično stanje neke osebe, nam introspektivno poročilo te osebe nič ne pomaga, saj je vse psihično, o čemer lahko pri sebi poročamo, ipso facto nepodzavestno oziroma zavestno. Če pa zavzamemo položaj 'tretje osebe' in podzavest obravnavamo kot empiričen pojav, nad katerim opazovanec nima nikakršne epistemične 'oblasti', nam ostane le manifestno vedenje, kar zadošča za uporabo izraza podzavest v vsakdanjem pomenu odsotnosti zavedanja, ne pa tudi za teoretično pojmovanje podzavesti kot aktivnega in dinamičnega procesa, povezanega s čustvi, mišljenjem, zaznavanjem in dejanji. Zato je s psihobiološkega vidika nujno razlikovati med podzavestjo kot teoretičnim konstruktom in podzavestjo kot empiričnim dejstvom. Psihobiologiji je dostopna le druga oblika, saj dejstva lahko koreliramo le z drugimi dejstvi, ne pa s teorijo.

Za "psihobiologijo podzavestnega" je edina možna definicija podzavesti skupek psihičnih procesov, ki se kažejo v vedenju posameznika, vendar mu njihova vsebina ni dostopna, čeprav je pri polni zavesti. Ti procesi se morajo ločiti od pasivnih procesov, na primer utrujenosti in določenih oblik pozabljanja, in imeti morajo nenaključno (psihološko) zvezo s posameznikovimi zavestnimi motivi, kognicijami in zaznavami. Zveza se mora torej pokazati med čustvi, mislimi, dispozicijami oziroma dejanji na eni strani in psihološkimi stanji in procesi, nedostopnimi javnosti in posamezniku samemu, na drugi strani, psihobiologija pa lahko tu prida fiziološke korelate in tako priskrbi posredne dokaze podzavestnih procesov in stanj. Privzeta definicija podzavesti torej ni omejena na psihoanalitično relevantna dogajanja in je blizu paradigmi človekovega informacijskega procesiranja. Za enkrat ni nikakršnih dokazov, da bi bila podzavest, kot jo pojmuje Freud, posebna (značilna, razpoznavna) oblika (kvaliteta) kortikalnega procesiranja informacij. Psihobiologiji dajejo boljšo podlago za delo Janetova pojmovanja histerije (oziroma nevroz nasploh) kot zoženja polja zavesti, katerim se že odkriva nevrološke korelate, pa tudi s sodobno kognitivno psihologijo jih je lažje povezati.

Znana področja nevrofizioloških raziskav, ki jih lahko spravimo v zvezo s podzavestjo, so nevrokemija endorfinov, povezava metakontrasta, obsega neposrednega pomnjenja in vodenega priklica s povprečenimi evociranimi potenciali (AER), elektroencefalografija (EEG), elektromiografija (EMG) in elektrookulografija (EOG) pri psihiatričnih pacientih, študije lateralizacije (hemisferne specializacije oziroma dominance) ter študije lezij vizualnega projekcijskega korteksa, z nevrološkega vidika (z EEG, evociranimi potenciali in senzornimi potenciali) pa raziskujejo tudi podpražno zaznavanje.

Zanimiva je taksonomija podzavestnega, kot jo predlaga Robinson (1984). Da bi se izognili zmešnjavam in dvoumnostim, predlaga znanstvenikom in strokovnjakom različnih strok naslednjo delitev stanj oziroma procesov, ki spadajo v (preširoko) kategorijo podzavesti (delitev je svojevrstna nadgradnja tradicionalnega medicinskega oziroma psihološkega pojmovanja kvantitativnih nivojev zavesti oziroma budnosti):

Nezbudljiva nezavest (Unarousable unconsciousness): subjekt je somatsko popolnoma neaktiven, ne odgovarja niti na intenzivno stimulacijo. Ustrezen medicinski izraz je koma.

Vzбудljiva nezavest (Arousable unconsciousness): subjekt ne kaže nobene samonikle dejavnosti, reagira na intenzivno draženje, sicer pa je komatozen. Medicinski termin je sopor (polkoma).

Spanje (Sleep): v različnih oblikah spanja je subjekt bodisi (a) dovteten za zmerno stimulacijo in celo sugestijo bodisi (b) zmožen aktivnega vedenja nerefleksne narave. Sem spada torej tudi vigiambulizem (mesečništvo).

Zavestno spanje (Conscious sleep): pri tem gre za spanje s sanjami, ki se jih subjekt zaveda, bodisi v času njih samih bodisi ob prebujenju.

Zavestno nezavedanje (Conscious unawareness): subjekt pri zavesti se ne zaveda določenih dražljajev, ki vplivajo na tok njegovih zavednih misli in dejanj. Za ta nivo je značilno, da se subjekt tako učinkujočih dražljajev ne more zavedati, četudi je nanje pozoren. Dražljaji so podpražni, pa vendar lahko vplivajo na zaznavanje in/ali vedenje.

Zavestna nepozornost (Conscious inattentiveness): za razliko od prejšnjega nivoja se pri tem subjekt nekaterih nanj učinkujočih dražljajev ne zaveda zato, ker nanje ni pozoren, ob ustrezni usmeritvi pozornosti pa se lahko zave njihovih zaznav.

V tej shemi bi psihoanalitično "podzavest" lahko umestili v zavestno nepozornost, morda tudi v zavestno nezavedanje, ne pa v 'pravo' podzavest, pač pa je klasifikacija v veliki meri kompatibilna z Janetovo teorijo. Nenazadnje lahko predlagana shema poleg hevristične vrednosti nudi tudi nov pogled na nenadne in osupljive vpoglede oziroma odstranitve blokov, o katerih pri psihoanalizi poročajo pacienti oziroma terapevti. Nedvomno se odkrivanje globokih skrivnosti represije in pozavesti sliši bolj privlačno kot

raziskovanje prozaičnih pojavov nepozornosti in nezavedanja, a značilnosti človekovega informacijskega procesiranja zaradi tega, ker niso psihoanalitične, niso nič manj psihološke.

## O OBRAMBEM VEDENJU Z VIDIKA PSIHLOGIJE OSEBNOSTI

Pojem obrambnih mehanizmov izvira iz psihoanalize in je v začetnem obdobju Freudovega dela vključeval različne specifične oblike, med katerimi je pomembno mesto imela represija (potlačitev). Kasneje sta za Freuda obramba in potlačitev postala sinonima, s čimer se je pojem potlačitve razširil, obrambno delovanje pa naj bi izviralo iz anksioznosti, nastale pri poskusih zadovoljevanja gonskih vzgibov, ki jih okolje kaznuje. V zadnji fazi svojega ustvarjanja je Freud potlačevanje spet ločil od obrambnih mehanizmov, a mu je namenil osrednjo vlogo in videl njegov pomen predvsem v ohranjanju ega ter menil, da lahko deluje na ideje, čustva, telesne spremembe in vedenje.

Represija kot nekaj na moč individualnega, nepredvidljivega in specifičnega je začuda postala predmet ogromnega števila empiričnih raziskav. Prvo obdobje le-teh, ki je trajalo do sredine tridesetih let našega stoletja, zaznamujejo preprosti eksperimenti v zvezi z asociacijami in reprodukcijo prijetnega in neprijetnega gradiva. Drugo obdobje pomeni preverjanje represije kot vpliva čustev na spomin, prevedeno v teorijo polja Kurta Lewina, iz tega časa pa je znano predvsem delo Zeigarnikove, Rosenzweiga in Dembojeve.

Ob koncu petdesetih let se je kot odmev na Brunerjeve raziskave pojavila psihološka usmeritev "new look", ki se je osredotočila na zaznavanje pod vplivom potreb, pričakovanj in naravnosti. Nastopilo je tudi novo pojmovanje obrambnih mehanizmov, ki je psihoanalitično terminologijo zamenjalo z izrazjem spoznavnih procesov in psihologije osebnosti. Obrambni mehanizmi naj bi delovali na dveh ravneh. Prva raven se nanaša na proces nastajanja zaznave, ki je kombinacija zunanjih dražljajev in notranjih spominskih sledi. Vključuje sekvence medsebojno povezanih delnih procesov, ki se pričnejo s pričakovanjem, ki povzroči selektivno usmeritev pozornosti. Pod vplivom trenutnih potreb in predhodnih izkušenj tako nastane bolj ali manj veridčna zaznava (lahko je celo popačena ali pa do nje sploh ne pride). Druga raven predstavlja prehod iz zaznavnega prepoznavanja v reflektivno zavedanje vsebin. Na tej višji stopnji gre za dinamično razumevanje afektivnega pomena zaznave. Sekvenca delnih procesov je pretežno pod

vplivom notranjih dejavnikov in vključuje višje spoznavne procese. Kljub prepoznavi objekta na zaznavni ravni pa lahko ta sekvenca povsem izostane ali pa pride do raznih disociacij (med zaznavo in njenim pomenom, med razumsko oceno in čustvenim vpogledom). Izkrivljanje zaznav in odsotnost višje ravni zaznavanja služita obrambi samospoštovanja oziroma preprečevanju anksioznosti. Obrambno vedenje določajo in usmerjajo osebni dejavniki, in sicer s pričakovanji, ki vplivajo na selektivno pozornost. Če grožnje ne moremo zmanjšati z ustreznim neposrednim vedenjem, bomo to dosegli s kognitivnim prestrukturiranjem situacije - obrambe so torej lahko predvsem zaznavne ali pretežno kognitivne. Obrambni mehanizmi sicer delujejo avtomatično, pod pragom zavedanja, a ker na isti način delujejo tudi zaznavni in miselni procesi, postane predpostavka o nezavednem (podzavestnem) v psihoanalitičnem smislu nepotrebna.

Nov pogled na obrambne mehanizme je povzročil tudi povečano zanimanje za medosebne razlike v obrambni naravnosti. Ker nekateri obrambni mehanizmi delujejo v smeri izogibanja, drugi pa v smeri približevanja ogrožujočemu dražljaju, je os izogibanje-približevanje postala temelj nove osebne dimenzije, ki so jo poimenovali represija-senzitizacija (R-S). Na enem koncu kontinuuma so osebe, pri katerih prevladujejo reakcije izogibanja dražljajem, ki vzbujajo anksioznost, in njihovim posledicam (tipi takih reakcij so represija - blokiranje razumevanja, zanikanje - blokiranje zaznave in racionalizacija - kognitivno prestrukturiranje), na drugem koncu pa se nahajajo osebe, katerih vedenje vključuje poskuse zmanjšanja anksioznosti s približevanjem dražljaju in njegovim obvladovanjem (sem spadata intelektualizacija - razcep med čutvi in razumom ter obsesivno-kompulzivno vedenje).

Na tej podlagi je Byrne (1961) sestavil lestvico represije-senzitizacije (R-S Scale), ki je dokaj zanesljiva, vsebinsko validirana pa je bila s poskusi, ki so ugotavljali prisotnost oziroma odsotnost različnih vrst zaznavne obrambe. Z lestvico so izvedli številne poskuse, ki so pokazali tipične osebne lastnosti (različno visoke korelate) represorjev oziroma senzitizerjev, hkrati pa so se osebe obeh skrajnosti razlikovale tudi v prepričanju, kaj lestvica meri (stopnjo osebne motenosti po mnenju represorjev, po mnenju senzitizerjev pa iskrenost). Raziskovali so tudi povezavo med R-S in psihično motenostjo (motenost je bila navadno sorazmerna s stopnjo senzitizacije) ter med R-S in običajno vznurjenostjo živčnega sistema (pri represorjih je višja, a se je manj zavedajo). Faktorska analiza pa je skupaj z drugimi raziskavami

pokazala, da gre pri lestvici R-S za dva neodvisna faktorja: defenzivnost (ker lestvica temelji na samooceni, lahko visoka izraženost tega faktorja 'umetno ustvari represorja') in negativno emocionalnost (anksioznost). To je problem, ki ga tudi s kombinacijo več instrumentov zaradi visoke korelacije R-S z anksioznostjo ni mogoče rešiti. Vsekakor se raziskave represije- senzitivacije v zadnjem času ne ukvarjajo več toliko z lastnostmi ene in druge vrste ljudi, temveč poskušajo razvozlati sam proces represije.

Lestvici R-S je soroden instrument, ki je nastal na podlagi delitve ljudi v iskalce dodatnih informacij in ubežnike pred informacijami v realnih stresnih situacijah. To je Millerjeva lestvica vedenjskega sloga (MBSS), ki s pomočjo predstavitve hipotetičnih stres vzbujajočih situacij, v katerih konstruktivna akcija ni možna, meri dimenzijo izostritev-otopitev (monitoring-blunting). Tudi pri tej lestvici so korelati zelo zanimivi, saj so izostrovalci pokazali višje splošno vzburjenje, po drugi strani pa se je fiziološko vzburjenje zmanjšalo pri obeh ekstremnih skupinah, če je bila količina prejetih informacij v stresni situaciji ustrezna (velika za izostrovalce in majhna za otopljevalce).

## **OBDOBJE PRVIH RAZISKAV ZAZNAVNE OBRAMBE (1948-1960)**

Prvo obdobje so znanomovale mnoge raziskave, ki so potrjevale obstoj zaznavne obrambe. Eksperimenti so temeljili na tahistoskopski prezentaciji dražljajev (besed ali slik) z različnimi emocionalnimi naboji ter na beleženju časov prezentacij, ki so bili potrebni za pravilno prepoznavanje posameznega dražljaja.

Tipičen primer take raziskave je na populaciji študentov izvedel McGinnies (1949). Vsakemu študentu je tahistoskopsko prikazal posamezno besedo in ga vprašal, kaj je videl. Če je bil odgovor napačen, je besedo znova prikazal, vendar tokrat za malce daljši čas. Na podlagi rezultatov je zaključil, da "tabu besede", kot so penis (penis) ali posiljena (raped), vzbujajo anksioznost in so zato bolj inhibirane kot "nevtralne besede" (npr. jabolko - apple).

Dixon (1971) povzema zaključke o tem obdobju takole:

Časovni prag za pravilno poročanje emocionalno ogrožujočih ali anksioznost vzbujajočih besed ali slik se pomembno razlikuje od tistega za bolj nevtralne dražljaje.



Med stopnjo emocionalne produktivnosti vidnih dražljajev in pragom prepoznavanja zanje obstaja odnos v obliki obrnjene U krivulje.

Psihohalvanski refleksi, zabeleženi pred pravilnim prepoznavanjem, so višji za emocionalne kot za nevtralne dražljaje.

Ugibanje pred pravilno prepoznavo se razlikuje med emocionalnimi in nevtralnimi besedami.

Velika večina raziskovalcev je bila torej ob koncu petdesetih let prepričana, da za dokazanost zaznavne obrambe obstaja dovolj trden eksperimentalni material.

## ZAZNAVNA OBRAMBA NASPROTI ODGOVORNIM EFEKTOM

'Trdnemu eksperimentalnemu materialu' so začeli mnogi znanstveniki kmalu oporekati. Jedro njihove kritike je temeljilo na ugovoru, da do navidezno višjih pragov ne prihaja zaradi zaznavne obrambe, temveč zaradi procesov, ki so vključeni v odgovarjanje.

Za primer si oglejmo kritiko Howesa in Solomona (1951). Avtorja sta, kot poudarja Mischel (1986), doslej opisanim eksperimentom očitala bistveni pomanjkljivosti:

Opozorila sta, da so uporabljene tabu besede v primerjavi z nevtralnimi precej manj znane poskusnim osebam, saj se redkeje pojavljajo v angleškem jeziku, zato ni čudno, da so jih preizkušanci kasneje prepoznali. Daljši časi prepoznavanja tako izražajo stopnjo poznanosti besed, ne pa nezavedne obrambe proti njihovem pomenu. Pokazala sta, da pride do 'zaznavne obrambe' pri nekaterih besedah, kot so flume (kanal, rečno korito), chaise (vrsta lahke kočije) ali rapt (v ekstazi, začaran, radoveden).

Nadalje sta opozorila, da so bile poskusne osebe postavljene v dokaj neprijeten položaj. V tipičnem postopku je profesor ali asistent sprejel študenta in mu na tahistoskopu predstavil kratek in nejasen dražljaj. Naloga poskusne osebe je bila v bistvu igra ugibanja, v kateri je morala iz bežnih fragmentov sestaviti pravo besedo. Recimo, da je v prvem poskusu videla "r" in "p" in predpostavila, da bi lahko pisalo "rope" (vrv). V naslednjem poskusu je lahko pomislila: "Hudiča, saj to je izgledalo kot 'rape' (posilstvo)!", vendar

je vseeno raje ponovila "rope", kot pa svojo slutnjo povedala profesorju ali asistentu v znanstveni atmosferi laboratorija. Poskusna oseba je tako namerno zadrževala odgovor, dokler ni bila popolnoma prepričana, da je njena zaznava pravilna, za kar je moral biti čas prikaza precej daljši.

Tovrstnim kritikam je sledilo mnogo izvirnih eksperimentov, ki naj bi odpravljali pojav represije odgovorov oziroma odgovornih efektov, vendar to nikomur ni uspelo. Zajonc (1962) je svoj eksperiment, v katerem so morale osebe na tabu besede odgovarjati z nevtralnimi in na nevtralne s tabu besedami, zaključil z besedami, da eksperiment "ni uspel razkriti nič pomembnega o efektu zaznavne obrambe. Pokazalo se je, da prag prepoznavanja ni odvisen od tega, kar je poskusna oseba videla, ampak od tega, kar je morala povedati".

## ZATON RAZISKAV ZAZNAVNE OBRAMBE

Po začetnem velikem navdušenju je začelo število raziskav na temo zaznavne obrambe nezadržno upadati. Množica raziskav ni dala možnosti enoznačne interpretacije rezultatov in postalo je jasno, da se zaznavne obrambe ne da demonstrirati z enostavnimi eksperimenti. Zaznavna obramba tako ni bila več vroča tema psiholoških diskusij.

A kljub temu - ali pa prav zaradi tega - je v naslednjih letih sledilo nekaj zelo dobro pripravljenih eksperimentov, ki so nudili vpogled v pojav zaznavne obrambe. Veliko jih je ob novih temah, ki so polnile strokovne psihološke revije, ostalo neopaženih in brez odmeva. V nadaljevanju si bomo ogledali nekatere izmed njih.

## PRAG ZAVEDANJA NASPROTI PRAGU PREPOZNAVANJA

Dixon (1971) predpostavlja naslednji napaki prejšnjih eksperimentov:

Vsi se zanašajo na tahistoskopsko predstavitev.

Vsi uporabljajo isto paradigmo tako za preučevanje kot za demonstracijo fenomena.

V ponavljanju tega vzorca naletijo eksperimenti na dve težavi. S tahistostopsko predstavitvijo se vsak preizkušanec zaveda pojava dražljaja, zato se lahko zave tudi kakega drugega aspekta dražljaja. Vsak tahistoskopski blisk lahko priskrbi nekaj delnih informacij, delna (zavedno zaznana) informacija o dražljaju pa se nahaja na kontinuumu s popolno informacijo in prav nič, razen subjektovega poročila, v paradigmi ne označuje kje. Subjektovo poročilo pa je sestavljeno iz dveh informacijskih virov: enega iz dražljaja in enega iz dogodkov, ki imajo lahko (ali pa tudi ne) zvezo s samim dražljajem. Iz vsega sledi, da je zelo težko, če ne celo nemogoče, določiti, koliko informacije je poskusna oseba zavestno prejela.

Obstaja še druga, s prvo povezana komplikacija. Prag prepoznavanja je signaliziran s subjektivim poročilom o stvari, ki vpliva na fenomenološko reprezentacijo same sebe. Dražljaj tako izpolnjuje tri vloge: je tisti, ki vpliva na lastno (fenomenološko) pojavnost pri subjektu, tisti, ki je prikazan, in tisti, s katerim se o prezentaciji poroča. In še en pomislek obstaja: če je zaznavna obramba v osnovi čutilna, potem nastopi pred verbalnim poročilom, po katerem jo prepoznamo. A kako potem lahko res spoznamo njeno pravo naravo, če lahko njen učinek že izgine, še predno pride do poročanja?

Dixon (1971) zato predlaga pogled na problem iz drugega zornega kota. Med sprejemom dražljaja in verbalnim poročilom so zajeti trije sistemi: čutenje, razsojanje in odgovarjanje. Na vsakega od teh sistemov vplivajo tako specifični faktorji (npr. občutljivost pri čutnem sistemu) kot tudi skupni faktorji (prejšnje izkušnje, stopnja vzbujenosti), ki pa lahko na vsakega od sistemov vplivajo v drugo smer. Poskusi razlage fenomena, kot je zaznavna obramba, morajo zato vključevati analizo dogajanja na zgodnejši stopnji. V našem primeru, ko zaznavna obramba vpliva na prag prepoznavanja, moramo pozornost usmeriti na prag zavedanja, kar nam nudi več prednosti: s preučevanjem praga zavedanja lahko ugotovimo, ali sta prag zavedanja in prag prepoznavanja povezana (kar je nujno, če je zaznavna obramba v osnovi res čutna), hkrati pa je poročanje "vidim - ne vidim" neodvisno od vsebine dražljaja. Istočasno nam uspe tudi tisto, kar je pri preučevanju praga prepoznavanja vedno spodletelo: učinek vsebine dražljaja na prag in učinek praga na poročanje sta ločena.

Na podlagi takega razmišljanja je Dixon (1958, po Dixon, 1971) izvedel eksperiment, kjer je meril spremembe v občutljivosti enega očesa, medtem ko je drugemu prezentiral dražljaje s podpražno jakostjo. Tak eksperimentalni

načrt naj bi imel tri prednosti: loči vhodni in izhodni kanal; podpražnost je dosežena z jakostjo namesto s trajanjem dražljaja, tako da subjekt ne ve, da je stimuliran, hkrati pa ni potrebno nadzirati, koliko vidi, ker ne vidi ničesar; in odvisna spremenljivka je vidna občutljivost (ali zavedanje) za emocionalno nevtralen, brezpomenski dražljaj - svetlobno točko.

Naloga poskusne osebe je bila s pritiskanjem na kontrolni gumb vzdrževati stanje, ko je temnejša točka nevidna, svetlejša pa ravno še vidna. Rezultati so pokazali, da se ob subliminalni prezentaciji emocionalno vzburljivih besed desnemu očesu zmanjša občutljivost levega očesa, s katerim je poskusna oseba 'nadzorovala' par točk. Avtor dodaja, da bi bilo fenomen, četudi je poskus pokazal njegovo obrambno naravo, treba jemati zgolj kot vratarja informacijskega toka, ki lahko prehod zapira ali odpira.

Naslednji eksperiment (Dixon in Haider, 1961, po Dixon, 1971) je popravil nekatere slabosti prvega. Dražljajski material so sestavljale štiri besede, tako da sta imeli emocionalni besedi "cancer" (rak) in "breast" (prsi) večjo frekvenco kot nevtralni besedi "stance" (poza) in "recant" (preklicati), kar izključuje vpliv redkosti emocionalnih besed kot kritični faktor pri spremembi praga. Več deset neodvisnih ocenjevalcev je pred tem rangiralo štiri besede glede na stopnjo "vzbujanja neprijetnih emocij". Med subliminalne dražljaje pa je bil vključen tudi pravokotnik enake velikosti in svetlosti kot prezentirane besede, kar naj bi izključilo vpliv same svetlobe na prag. Rezultati podpirajo tiste iz prejšnjega eksperimenta: beseda "cancer" je povzročila pragove, ki so bili pomembno večji od tistih pred predstavitvijo dražljaja in hkrati pomembno večji od tistih pri besedah "stance" in "recant".

## PRISTOP SENZORNEGA SKALIRANJA

Nekoliko drugačno paradigmo merjenja zaznavne obrambe je razvil Worthington (1969). Predpostavil je, da bo, če emocionalno vzburljajoč dražljaj zviša prag zaznavanja, oseba ta dražljaj zaznala kot temnejšega od objektivno enako svetlega nevtralnega dražljaja.

Preverjanja svoje predpostavke se je Worthington lotil na dva načina, v obeh pa je uporabil metodo primerjanja parov. V prvem eksperimentu je na zaslon istočasno projiciral dve besedi enake svetlosti pod mejo prepoznavanja, tako da ju je preizkušanec zaznal le kot pramena svetlobe in ni vedel, da predstavljata besedi. Preizkušancem je povedal, da se pramena minimalno

razlikujeta v svetlosti, njihova naloga pa je povedati, kateri je svetlejši. Eksperiment ni dal statistično pomembnih rezultatov in zdelo se je, da tovrstni pristop ni uspešen.

Drugače pa je bilo z drugim eksperimentom. Tokrat so morali preizkušanci zopet primerjati pare 'pramenov' svetlobe, ki pa niso bili prikazani simultano, temveč sukcesivno z arbitrarno določenim presledkom 10 sekund. Tolmačenje je bilo naslednje: če emocionalna vsebina res spremeni prag zaznavanja, ga spremeni za celotno vidno polje istočasno, zato zajame obe prikazani besedi istočasno. Da bi se lahko pojavil efekt, je tako potrebno dražljaja časovno ločiti, presledek pa mora biti dovolj dolg za spremembo praga. Predviden čas za spremembo naj bi bil 5 do 6 sekund, 10 sekund pa se je zdela dovolj 'varna' meja. Nadaljnja analiza je pokazala, da se dobljene rezultate da skalirati, vrstni red od fenomenološko najtemnejše do najsvetlejše besede pa se je dobro ujemal z razporeditvijo od emocionalno najbolj negativne do emocionalno najbolj nevtralne besede, ki jo je opravila skupina 160 študentov (korelacija je znašala 0.85).

## ZAZNAVNA VIGILNOST

Vrsta eksperimentov s konca štiridesetih in prve polovice petdesetih let, ki so jih izvedli psihologi, kot so Atkinson, Brunner, McClelland, McGinnies (po Mischel, 1985), kaže na večjo občutljivost preizkušancev za dražljaje, ki so povezani z njihovimi potrebami ali imajo za njih večji pomen (večjo vrednost) kot 'nevtralni' dražljaji. Zvišana občutljivost se kaže bodisi kot nižji prag prepoznavanja bodisi kot selekcija 'relevantnih' dražljajev kot najbolj izrazitih v primeru, ko so bili vsi dražljaji pod prepoznavnim pragom. Fenomen so poimenovali zaznavna vigilnost.

Vsi omenjeni avtorji se strinjajo, da vigilnost obstaja oziroma da obstaja odnos med motivacijo in percepcijo in da je ta odnos organizmu koristen v smislu večje občutljivosti za dražljaje, ki zadovoljujejo potrebe. Neskladanje pa obstaja pri razlagi mehanizma tega pojava.

## ZAKLJUČEK

Z razvojem psihoanalitične teorije, predvsem pojma nezavednega potlačevanja (represije), se je v psihološki znanosti pojavil pojem zaznavne obrambe - represije na zaznavnem nivoju. Zaradi predpostavke o subliminalni percepciji, ki jo vsebuje, ter zaradi navidezno lahke preverljivosti fenomena, je bilo izvedeno ogromno eksperimentov, ki so skušali potrditi ali zavreči obstoj zaznavne obrambe. Eksperimenti so bili sprva zelo 'naivni' in slabo metodološko zastavljeni, ob stalni in vsestranski kritiki pa so postajali vedno boljši. Zanimanje za sam pojav zaznavne obrambe je sicer počasi zatonilo, a ravno v času zatona in po njem so bili izvedeni metodološko najboljši eksperimenti.

Primerne predpostavke za nadaljnje raziskovanje zaznavne obrambe bi lahko bile:

Zaznavna obramba je pojav, ko zaradi emocionalne kvalitete dražljaja pride do spremembe zaznavnega praga.

Nivo informacijskega procesiranja, na katerem deluje zaznavna obramba, je pod nivojem, ki je (še) dostopen zavesti. Ali drugače: nivoju procesiranja, na katerem deluje zaznavna obramba, so dostopni tudi dražljaji, ki so sicer prešibki, da bi lahko prišli do zavesti.

Smer spremembe zaznavnega praga je odvisna od strukture osebnosti in se v grobem sklada z dimenzijo represija-senzitizacija.

Kadar ima človek možnost, da uporabi aktivne mehanizme obrambe pred dražljaji, jih bo uporabil.

Pri zasnovi eksperimentov bi bilo verjetno treba več pozornosti posvetiti izbiri emocionalno različno nabitih besed. Emocionalni naboj, ki ga nosi določena beseda, najbrž ni univerzalen, pač pa se razlikuje od posameznika do posameznika. Vsak posameznik ima z označencem, katerega označevalec je določena beseda, različne izkušnje (lahko popolnoma nasprotni kot nekdo drug), zato bi bilo 'vplivne' besede verjetno potrebno izbirati za vsakega preizkušanca posebej. Pri tem pa postopki, ki se 'odvijajo' na zavestnem nivoju (kot na primer Q-sort), najbrž ne bi bili primerni, pač pa bi besede lahko izbirali s pomočjo beleženja psihogalvanskega refleksa.

Naslednja izboljšava eksperimentalnega postopka bi bila lahko uporaba obeh polov emocionalnega naboja besed. Eksperimenti so pokazali, da lahko osebe na neprijetne dražljaje reagirajo obrambno (z višanjem zaznavnega praga), lahko pa tudi ravno obratno (z nižanjem zaznavnega praga). Kako pa reagirajo na prijetne, emocionalno pozitivne dražljaje? Temeljijo procesi, udeleženi v zaznavni obrambi, zgolj na intenzivnosti emocionalnega naboja dražljaja, ali je (in če, kako?) potrebno upoštevati tudi njihovo valenco?

Če bi se naslonili na Worthingtonov eksperiment, bi se morda dalo kaj spremeniti na bolje tudi pri sami izvedbi. Namesto svetlosti samih subliminalno prikazanih besed bi preizkušanci lahko presojali svetlost njihove podlage, s čimer bi se dodatno preprečila možnost, da bi na preizkušance vplivali drugi dejavniki kot le sprememba zaznavnega praga, saj posameznik ne bi ocenjeval dražljaja, ki je emocionalno nabit.

V splošnem bi moral bilti za preučevanje zaznavne obrambe primeren poglobljen eksperiment z manjšim številom poskusnih oseb. Izkušnje psihofizike namreč kažejo, da osnovni zaznavni fenomeni pod vplivom neodvisnih spremenljivk bolj variirajo intrapersonalno kot interpersonalno, zato lahko ugotovitve poglobljenih raziskav na posamezniku posplošujemo na širšo populacijo.

Pregled problematike zaznavne obrambe smo zaključili z nekaj sugestijami glede možnih osvežitev eksperimentalnega pristopa. S tem smo po eni strani potrdili, da je problem zaznavne obrambe v psihologiji vse prej kot dorečen, po drugi strani pa se na področju znanosti ravno v odpiranju vedno novih vprašanj in v nenehnem preverjanju trditev iz preteklosti kaže napredek pri preučevanju nekega pojava.

## REFERENCE

1. Byrne, D. (1961). The Repression-Sensitisation Scale: Rationale, Reliability, and Validity. *Journal of Personality*, 29, 334-349.
2. Dixon, N.F. (1971), Subliminal Perception - The Nature Of A Controversy, London: McGraw-Hill.
3. Howes, D.H., Solomon, R.L. (1951). Visual Duration Treshold as a Function of Word-Probability. *Journal of Experimental Psychology*, 41, 401-410.
4. Lamovec, T. (1990). Pojmovanje obrambnih mehanizmov nekdanj in danes. *Anthropos*, 22, 1-2, 65-76.
5. McGinnies, E. (1949). Emotionality and Perceptual Defence. *Psychological Review*, 56, 244-251.
6. Mischel, W. (1986). Introduction to Personality - A New Look, Fourth Edition. Chicago: Holt, Reinhart and Winston.
7. Robinson, D.N. (1984). Psychobiology and the Unconscious. V Bowers, S.K., Meithenbaum D. (Ed.), *The Unconscious Reconsidered*. New York: John Wiley and Sons.
8. Worthington, A.G. (1969). Paired Comparison-Scaling Of Brightness Judgements: A Method for the Measurement of Perceptual Defence. *British Journal of Psychology*, 60, 3, 363-368.
9. Zajonc, R.B. (1962). Response Supression in Perceptual Defence. *Journal of Experimental Psychology*, 64, 206-214.

## OSTALI VIRI

1. Barber, P.J. (1975). Experimenter Bias and Subliminal Perception. *British Journal of Psychology*, 66, 3, 357-372.
2. Barber, P.J., De la Mahotiere, C. (1982). Perceptual Defence: Attempted Replication Using the Dark Adaptation Paradigm. *Canadian Journal of Psychology*, 36, 1, 94-104.
3. Bootzinn, R.R., Stephens, M.W. (1967). Individual Differences and Perceptual Defence in the Absence of Response Bias. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6, 4, 408-412.
4. Dember, W.N., Warm J.S (1979). *Psychology Of Perception*, 2nd Edition. New York: Holt, Reinhart and Winston.
5. Freeman, J.T. (1954). Set or Perceptual Defence? *Journal of Experimental Psychology*, 48, 4, 283-288.



6. Lamovec, T. (1990). Pojmovanje obrambnih mehanizmov nekdanj in danes (2.del). *Anthropos*, 22, 3-4, 197-208.
7. Natsoulas, T. (1965). Converging Operations for Perceptual Defence. *Psychological Bulletin*, 64, 6, 393-401.

## PODPORNIM VIDIKOM

Alenka Koboli

**KLJUČNE BESEDE:** supervizija, razvoj supervizije, usmerjenost supervizije

**KEY WORDS:** supervision, development of supervision, elements of supervision

### POVZETEK

Supervizija kot proces in metoda poklicne refleksije se iz ožjega, predvsem psihoterapevtskega dela tudi pri nas širi na različna področja, ki jih pokrivajo poklici, kjer je delo z ljudmi bistvena prvina. Torej tudi socialni in pedagoški poklici. V prispevku predstavljam nekatere značilnosti razvoja supervizijske misli, njeno teoretično utemeljenost in praktično usmerjenost. Evaluiram zlasti dva elementa, ki jih supervizija zaobsega, in sicer izobraževalni in podporni vidik. Poskušam odgovoriti na dilemo, ali lahko supervizija integrira oba cilja in kako. Pri tem se opiram na integrativne modele supervizije. Le-ti združujejo elemente sistemske teorije, psihodinamskega razumevanja, teorij učenja, spoznanj socialne konstrukcije tudi poklicne realnosti, znanje o skupinah in strukturiranju skupin in kontekst odnosov v profesionalnem polju.

