

Psihološka obzorja

Slovenska znanstveno-strokovna psihološka revija
(uradna revija Društva psihologov Slovenije)

Glavni in odgovorni urednik

dr. Luka Komidar

Horizons of Psychology

Official Journal of the Slovenian Psychologists' Association

Editor-in-Chief

Luka Komidar, PhD



Izdaja / Published by

Društvo psihologov Slovenije / Slovenian Psychologists' Association

Ljubljana

ISSN 1318-1874

Letnik (Volume) 21, Številka / Issue 3 & 4, 2012

Psihološka obzorja Horizons of Psychology

Slovenska znanstveno-strokovna psihološka revija
Official Journal of the Slovenian Psychological Association
Letnik (Volume) 21, Številka (Issue) 3 & 4, 2012, ISSN 1318-1874

Izdaja / Published by

Društvo psihologov Slovenije / Slovenian Psychological Association
Ulica Stare pravde 2, 1000 Ljubljana, Slovenija

Glavni in odgovorni urednik / Editor-in-Chief

Luka Komidar
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta
Oddelek za psihologijo
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija
Tel. +386 (0)1 241 1184, Fax: +386 (0)1 425 9301
e-pošta: luka.komidar@ff.uni-lj.si

Uredniški odbor / Editorial Board

Tina Kavčič
Katja Košir
Anja Podlesek
Vlasta Zabukovec
Urška Žugelj

Uredniški svet / Scientific Board

Tiziano Agostini
Karin Bakračević Vukman
Valentin Bucik
Gašper Cankar
Zlatka Cugmas
Petra Dolenc
Mojca Juriševič

Darja Kobal Grum
Lidija Magajna
Vlado Mihelj
Aljoscha Neubauer
Sonja Pečjak
Vesna Radonjić Miholič

Argio Sabadin
Meta Shawe-Taylor
Gregor Sočan
Lea Šugman Bohinc
Vladimir Takšič
Predrag Zarevski
Maja Zupančič

Lektoriranje povzetkov in ključnih besed, vsebinska obdelava in razvrstitev besedila: Urška Žugelj

Oblikovanje ovitka: Luka Komidar

Tehnično urejanje in prelom: Luka Komidar

Tisk: Tiskarna Vovk d.o.o., Domžale

Pogostost izhajanja: Na leto izidejo štiri številke

Ustanovitelj, izdajatelj in založnik: Društvo psihologov Slovenije

Naročniški naslov: Psihološka obzorja, Društvo psihologov Slovenije, Ulica Stare pravde 2, 1000 Ljubljana, Slovenija,
telefon/fax: +386 (0)1 282 1086

Davčna številka: SI 51264218

Poslovni račun: 02010-0091342732

© 2012 Društvo psihologov Slovenije. Revija je zaščitena z zakonom o avtorskih pravicah. Revija v celoti ali katerikoli njen del ne smeta biti razmnoževana ali posredovana na noben način (fotokopije, mikrofilmi, elektronsko posredovanje, snemanje, prevajanje) brez predhodnega pisnega privoljenja izdajatelja.

Bibliografski zapisi o prispevkih, objavljenih v reviji Psihološka obzorja, so ustrezno kategorizirani in vključeni v slovensko podatkovno zbirko COBIB. Revija je opredeljena kot pomembna in odmevna znanstvena in strokovna periodična publikacija v psihološki znanosti, torej so objave v njej visoko referenčne za napredovanje v znanstvenih in strokovnih nazivih.

Psihološka obzorja so indeksirana v PsycINFO, svetovni bibliografski bazi psihološke literature.

Revija izhaja s finančno podporo **Javne agencije za knjigo Republike Slovenije** ter **Znanstvenoraziskovalnega inštituta Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani**.

Vsebina

Znanstveni raziskovalnoempirični in teoretsko-pregledni prispevki

<i>Saša Zorjan in Katja Košir</i> Stabilnost samospoštovanja v odnosu do narcizma in psihološkega blagostanja	5
<i>Alja Lah in Urban Kordeš</i> Dialog s sanjami – Fenomenološka raziskava	15
<i>Saša Poljak Lukek</i> Ali lahko izkušnjo kaznovanja v vzgoji iz otroštva povezujemo z depresivnimi ali s tesnobnimi stanji v odraslosti?	29
<i>Sonja Čotar Konrad</i> Konfliktnost med mladostniki in starši: razvojno psihološki vidiki in sistemski vidik konfliktnosti v družini	37

Strokovni pregledni in empirični prispevki

<i>Tomaž Erzar, Tatjana Rožič, Katarina Kompan Erzar, Boštjan Čampa in Vesna Mirt Čampa</i> Spremljanje čustvenih izrazov v terapevtskem procesu: priredba kodirnega sistema SPAFF (Specific Affect Coding System)	47
<i>Teja Bandel</i> Relacijska družinska terapija kot ena od metod kompleksne rehabilitacije otrok z motnjo hiperaktivnosti in pozornosti ter njihovih družin	57
<i>Tina Bregant</i> Nevrokognitivne osnove numeričnega procesiranja	69

Novi doktorati in magisteriji

<i>Valentin Bucik</i> Predstavitev doktorske disertacije "Poznavanje znanstvene metodologije, možnost potvarjanja raziskav in veljavnost izsledkov" (dr. Silvana Gasar)	75
<i>Valentin Bucik</i> Predstavitev magistrske naloge "Nevropsihološke posledice obporodne dihalne stiske" (mag. David Gosar)	79
<i>Valentin Bucik</i> Predstavitev doktorske disertacije "Odnos med pozornostjo, spominom, izvršitvenimi funkcijami in splošno inteligentnostjo" (dr. Primož Žagavec)	81

Predstavitve, poročila, mnenja

<i>Jerica Radež</i> Poročilo z 10. Tedna možganov	83
<i>Alja Lah</i> Poročilo s 4. mednarodne konference Triple i: intuicija, ustvarjalnost in inovacija v suikidologiji v Piranu, Slovenija	85
Navodilo avtorjem prispevkov	91

Contents

Scientific papers (empirical research and theoretical papers/reviews)

<i>Saša Zorjan and Katja Košir</i> Self-esteem stability in relation to narcissism and psychological well-being	5
<i>Alja Lah and Urban Kordeš</i> Dialogue with dreams – A phenomenological research	15
<i>Saša Poljak Lukek</i> Can an experience of a punishment episode in childhood period be connected with depressive or anxiety conditions in adulthood?	29
<i>Sonja Čotar Konrad</i> Conflict between adolescents and parents: Developmental and systemic perspectives of conflict in family	37

Professional papers

<i>Tomaž Erzar, Tatjana Rožič, Katarina Kompan Erzar, Boštjan Čampa, and Vesna Mirt Čampa</i> Adaptation of the Specific Affect Coding System (SPAFF)	47
<i>Teja Bandel</i> Relational family therapy as one of the methods for complex rehabilitation of children with attention deficit/hyperactivity disorder and their families	57
<i>Tina Bregant</i> Brain mechanisms underlying numerical processing	69

New MA and PhD dissertations

<i>Valentin Bucik</i> Presentation of the doctoral dissertation “Knowledge of scientific methodology, possibility of research frauds, and validity of research results” (Silvana Gasar, PhD)	75
<i>Valentin Bucik</i> Presentation of the MA thesis “Neuropsychological consequences of neonatal hypoxia” (David Gosar, MA)	79
<i>Valentin Bucik</i> Presentation of the doctoral dissertation “The relationship between attention, memory, executive functions and general intelligence” (Primož Žagavec, PhD)	81

Presentations, reports, opinions

<i>Jerica Radež</i> Report from the 10 th Brain Awareness Week	83
<i>Alja Lah</i> Report from 4 th international conference Triple i: intuition, imagination and innovation in suicidology in Piran, Slovenia	85
Instructions for authors	93

Stabilnost samospoštovanja v odnosu do narcisizma in psihološkega blagostanja

Saša Zorjan^{1*} in Katja Košir²

¹Maribor

²Oddelek za temeljne pedagoške predmete, Pedagoška fakulteta, Univerza v Mariboru

Povzetek: Koncept stabilnosti samospoštovanja ima pomembno vlogo pri razumevanju medosebnega in psihološkega funkcioniranja posameznikov. Namen pričujoče raziskave je bil preveriti odnos med stabilnostjo samospoštovanja, narcisizmom in psihološkim blagostanjem. V raziskavi je sodelovalo 178 udeležencev (77 % žensk). Povprečna starost udeležencev je bila 20 let, v razponu od 18 do 26 let. Udeleženci so reševali vprašalnik narcisizma NPI, vprašalnik psihološkega blagostanja PWBS, lestvico nestabilnosti samospoštovanja ISES in lestvico samospoštovanja RSES. Lestvica samospoštovanja RSES je bila uporabljena za oceno tako stopnje kot stabilnosti samospoštovanja; slednjo smo operacionalizirali kot razpršenost stopnje samospoštovanja v času. Za namene pridobitve podatka o stabilnosti samospoštovanja so udeleženci lestvico samospoštovanja reševali 14 dni zapored, medtem ko so ostale mere izpolnili prvi dan sodelovanja. Glavni učinek stopnje samospoštovanja se je pokazal tako v odnosu do narcisizma kot psihološkega blagostanja, v obeh primerih so se z višanjem stopnje samospoštovanja višale tudi vrednosti narcisizma ter psihološkega blagostanja. Stabilnost samospoštovanja (razpršenost stopnje samospoštovanja v času) je, ob upoštevanju stopnje samospoštovanja, dodatno pojasnila statistično pomemben delež variance narcisizma in psihološkega blagostanja. Višje vrednosti stabilnosti samospoštovanja so se povezovale z nižjimi vrednostmi narcisizma ter višjimi vrednostmi psihološkega blagostanja. Ob primerjanju dveh različnih mer stabilnosti samospoštovanja smo ugotovili prisotnost precejšnje stabilnosti samospoštovanja pri posameznikih z bolj izraženim narcisizmom. Dobljeni rezultati so bili v skladu s postavljenimi hipotezami. V diskusiji je izpostavljena pomembnost upoštevanja tako stopnje kot stabilnosti samospoštovanja. Izpostavljene so tudi pomanjkljivosti pričujoče raziskave ter možnosti za nadaljnje raziskovanje.

Ključne besede: samospoštovanje, narcisizem, psihološko blagostanje

Self-esteem stability in relation to narcissism and psychological well-being

Saša Zorjan¹ and Katja Košir²

¹Maribor, Slovenia

²Department of Basic Pedagogical Studies, Faculty of Education, University of Maribor, Slovenia

Abstract: The concept of self-esteem stability has an important role in the understanding of interpersonal and psychological functioning of individuals. The purpose of this study was to examine the relationship between self-esteem stability, narcissism and psychological well-being. A total of 178 participants (77% female) participated in this study. The average age of the participants was 20, with the ages ranging from 18 to 26 years. The participants completed the following scales and questionnaires: Narcissistic Personality Inventory (NPI), Psychological Well-being Scales (PWBS), Instability of Self-esteem scale (ISES) and Rosenberg Self-esteem scale (RSES). The Rosenberg Self-esteem scale was used to measure both self-esteem level and self-esteem stability, which was defined as dispersion of self-esteem level in time. For the purpose of obtaining data on self-esteem stability, the participants were required complete the Rosenberg self-esteem scale for a sequence of 14 days, other measures were completed during the first day of participation in the study. The main effects for self-esteem level emerged for narcissism and psychological well-being, in both cases higher levels of self-esteem was associated to higher levels of narcissism and psychological well-being. Self-esteem stability additionally explained a significant proportion of variability in narcissism and psychological well-being. Self-esteem stability was negatively associated with higher levels of narcissism and positively associated with higher levels of psychological well-being, above and beyond the effect of self-esteem level. When comparing two different measures of self-esteem stability, the results revealed that people with higher level of narcissism tend to overestimate their self-esteem stability. The results were consistent with our hypotheses. The importance of considering both level and stability of self-esteem, limitations of the present study and possibilities for further research are also discussed.

Keywords: self-esteem, narcissism, psychological well-being

*Naslov/Address: Saša Zorjan, Smetanova ulica 80, 2000 Maribor, e-mail: sasa.zorjan@gmail.com

Stopnja in stabilnost samospoštovanja

Samospoštovanje je konstrukt, ki je že dolga leta predmet psiholoških raziskav. Najpogosteje se za merjenje samospoštovanja uporablja splošni faktor, ki predstavlja samospoštovanje kot osebnostno lastnost, neodvisno od konteksta in vsebine. Tako na primer Rosenberg (1989; v Kobal Grum in Avsec, 2007) definira samospoštovanje kot pozitivno oziroma negativno stališče do sebe.

Čeprav so raziskave, ki preučujejo samospoštovanje, pogoste, ostaja vloga le-tega v psihološkem funkcioniranju nejasna. Raziskovalci so namreč ugotovili, da se samopodoba in samospoštovanje z nekaterimi fenomeni, kot sta na primer učna uspešnost in delinkventno vedenje, povezujeta tako negativno kot pozitivno (Skaalvik in Hagtvet, 1990). Ob pregledu literature s področja stopnje samospoštovanja (angl. *self-esteem level*) lahko ugotovimo, da ta ni vedno dober napovednik izidov, kot so učna uspešnost, poklicni uspeh, zloraba škodljivih substanc in kriminaliteta (Baumeister, Campbell, Krueger in Vohs, 2003). Še posebej veliko neskladnih ugotovitev se pojavlja v zvezi s posamezniki z zelo visoko stopnjo samospoštovanja. Raziskave so namreč ugotovile, da so posamezniki z visokim samospoštovanjem zelo defenzivni, ko se soočijo z dejavniki, ki ogrožajo občutek lastne vrednosti (Baumeister, Heatherton in Tice, 1993). Te ugotovitve pa se zelo razlikujejo od pojmovanj znotraj kliničnega in humanističnega pogleda na samospoštovanje (Rogers, 1959; v Kernis, 2005). Predpostavlja se namreč, da negativne povratne informacije oziroma slab nastop na samovrednotenju posameznika, ki je sam s sabo resnično zadovoljen ter ima visoko samospoštovanje, ne morejo vplivati. Pri posameznikih z visokim samospoštovanjem bi torej pričakovali manj obrambnega odzivanja na dogodke, ki ogrožajo njihov občutek lastne vrednosti. Stopnja samospoštovanja sama po sebi torej prikazuje nepopolno sliko vloge samospoštovanja v psihološkem in medosebnem funkcioniranju.

V novejše raziskave s področja samospoštovanja avtorji poleg stopnje samospoštovanja vključujejo dodatni vidik samospoštovanja: stabilno proti nestabilnemu (angl. *stable vs. unstable*) samospoštovanju (Kernis in Lakey, 2010). Tako se posamezniki, katerih stopnja samospoštovanja je enaka (nizka/visoka), lahko bistveno razlikujejo po stabilnosti samospoštovanja. Posledično se bodo bistveno razlikovali tudi njihovi odzivi na dogajanje okoli njih in njihovo zaznavanje sveta. To lahko nazorno prikažemo pri posameznikih z visokim samospoštovanjem, ki se razlikujejo glede na stabilnost le-tega. Posamezniki s stabilnim visokim samospoštovanjem so zadovoljni s sabo, imajo občutke lastne vrednosti, ki so dobro zasidrani in relativno stabilni. Sprejemajo svoje slabosti in nimajo potrebe po superiornosti nad drugimi. Samospoštovanje jim je »dano« in si jim ga ni potrebno prislužiti ali potrjevati dan za dnem. Nasprotno pa nestabilno visoko samospoštovanje vključuje pozitivne, vendar plitve občutke lastne vrednosti, ki pogosto nihajo iz dneva v dan. Pri posameznikih z nestabilnim visokim samospoštovanjem so občutki njihove lastne vrednosti

pogosto odvisni od zunanjih kriterijev odličnosti, kot so na primer nadpovprečni dosežki na učnem ali športnem področju, privlačnost ali priljubljenost. Njihovi občutki lastne vrednosti se lahko ob pomanjkanju konstantnih zunanjih potrditev hitro znižajo (Kernis in Lakey, 2010).

Čeprav se koncept stabilnosti samospoštovanja pogosteje pojavlja v novejših raziskavah, ga je opisal že James (1950; v Kernis, Cornell, Sun, Berry in Harlow, 1993). Za tem ga je natančneje definiral še Rosenberg (1986; v Kernis in Lakey, 2010). Uporabil je izraz barometrično (angl. *barometric*) samospoštovanje, s čimer je imel v mislih kratkoročna nihanja v stopnji samospoštovanja. Stabilnost samospoštovanja se torej nanaša na velikost kratkoročnih nihanj, ki jih ljudje doživljamo v naših kontekstualno odvisnih vrednostnih sodbah o samih sebi, z drugimi besedami; gre za razpršenost stopnje samospoštovanja v času. Skladno s to definicijo se stabilnost samospoštovanja opredeli kot standardni odklon posameznikovih vsakodnevnih rezultatov na lestvici samospoštovanja. Večji standardni odklon nakazuje na bolj nestabilno samospoštovanje, medtem ko manjši standardni odklon nakazuje na večjo stabilnost samospoštovanja.

Nestabilnost samospoštovanja kaže na krhke in ranljive občutke o samem sebi, ki so pod močnim vplivom spremenljivih zunanjih informacij ter percepcij le-teh (Kernis, 2005). Pomen koncepta stabilnosti samospoštovanja za psihološko funkcioniranje je v stroki dobro empirično dokumentiran. Nestabilno samospoštovanje se povezuje z depresivnim razpoloženjem pri posameznikih, ki doživijo neuspeh (Roberts in Monroe, 1992), nejasno samopodobo (Kernis, Paradise, Whitaker, Wheatman in Goldman, 2000), večjo reaktivnostjo občutkov o samem sebi glede na vsakodnevne pozitivne in negativne dogodke (Greenier idr., 1999) in nižjo intrinzično motivacijo (Waschull in Kernis, 1996). Te in podobne ugotovitve nakazujejo na to, da imajo posamezniki z nestabilnim samospoštovanjem krhke občutke lastne vrednosti, ki so močno odvisni od dogodkov, ki so za posameznika pomembni. Pozitivna ocena lastne vrednosti je za te posameznike nujno odvisna od povratnih informacij iz zunanjega sveta in zunanje postavljenih kriterijev vrednosti posameznika. Pozitivna samopodoba in visoko samospoštovanje za njih nista mogoča brez posameznikov okoli njih, ki jim njihovo vrednost potrjujejo znova in znova. Iz teh razlogov so posamezniki z nestabilnim samospoštovanjem zelo defenzivni in bolj nagnjeni k pretirani samopromociji (Kernis in Lakey, 2010).

Poleg psiholoških vidikov ima lahko stabilnost samospoštovanja tudi pomembno vlogo pri napovedni vrednosti mer samospoštovanja. Posamezniki s stabilnim samospoštovanjem namreč manj variirajo v stopnji samospoštovanja na vsakodnevni ravni kot posamezniki z nestabilnim samospoštovanjem. To pomeni, da za posameznike s stabilnim samospoštovanjem obstaja večja verjetnost, da bodo njihove trenutne globalne samoocene bolj kongruentne z njihovo splošno stopnjo samospoštovanja. Vsak napovedni odnos, ki

ga najdemo med stopnjo samospoštovanja in kakšnim drugim konstruktom (na primer narcisizem, psihološko blagostanje), je torej močnejši zaradi teh posameznikov. Pri posameznikih z nestabilnim samospoštovanjem pa se lahko njihove trenutne globalne samoocene zelo razlikujejo od njihove povprečne stopnje samospoštovanja. Posledično je napovedni odnos med stopnjo samospoštovanja in drugimi spremenljivkami šibkejši ravno zaradi takih posameznikov (Kernis, Grannemann in Mathis, 1991).

Stabilnost samospoštovanja v odnosu do narcisizma

Ob pregledu empirično ugotovljenih značilnosti posameznikov z nestabilnim samospoštovanjem lahko potegnemo vzporednice z opredelitvami posameznikov z visoko izraženo osebnostno potezo narcisizma. Enako kot posamezniki z nestabilnim visokim samospoštovanjem se tudi posamezniki z visoko izraženim narcisizmom bolj reaktivno odzivajo na dogodke, ki so pomembni za oceno samega sebe (Bosson idr., 2008).

Visoko izražena osebnostna poteza narcisizma se povezuje z grandioznimi prepričanji glede lastne inteligentnosti, moči, fizične privlačnosti ter lastne unikatnosti. Raziskave tako konsistentno potrjujejo povezanost narcisizma in visoke stopnje samospoštovanja (Campbell in Buffardi, 1998). Raziskave vedno znova potrjujejo tudi precejevanje pozitivnih lastnosti s strani posameznikov z bolj izraženim narcisizmom ter netočnost njihovih samozaznav (Buffardi in Campbell, 2008). Stabilnost samospoštovanja je konstrukt, ki ima pozitivno konotacijo, zato je utemeljeno pričakovati, da bo pri posameznikih z visoko izraženim narcisizmom tudi na tem področju prišlo do precejevanja.

Osrednja predpostavka v večini teoretičnih modelov narcisizma v socialni psihologiji je uporaba socialnih odnosov za regulacijo samospoštovanja ter ohranjanje pozitivne samopodobe (glej npr. Campbell, 1999; Campbell, Brunell in Finkel, 2006; Morf in Rhodewalt, 1993). Posamezniki z visoko izraženo potezo narcisizma so torej bolj odvisni od zunanjih socialnih odnosov ter povratnih informacij kot tisti z nizko izraženo potezo narcisizma. To je v neki meri pogojeno z visoko emocionalno reaktivnostjo, ki je pri posameznikih z visoko izraženim narcisizmom povezana s povratnimi informacijami, ki se nanašajo na posameznika (Rhodewalt, Madrian in Cheney, 1998). Bolj kot od samih zunanjih dogodkov so posamezniki z bolj izraženim narcisizmom odvisni od povratnih informacij o njih samih. To napeljuje na predpostavko, da bodo vrednostne sodbe posameznikov z visoko izraženim narcisizmom o njih samih v splošnem pozitivne, vendar hkrati zelo nestabilne. Sklepamo lahko torej, da se bo stabilnost samospoštovanja, ob upoštevanju učinkov stopnje samospoštovanja, z narcisizmom povezovala negativno. Rezultati dosedanjih raziskav so precej nekonsistentni, saj so določene raziskave negativen odnos med narcisizmom in stabilnostjo samospoštovanja potrdile (Rhodewalt idr., 1998), medtem ko druge niso našle povezave (Bosson idr., 2008; Webster, Kirkpatrick, Nezlek, Smith in Paddock, 2007).

Stabilnost samospoštovanja v odnosu do psihološkega blagostanja

Stabilnost samospoštovanja se konceptualno povezuje tudi s psihičnim blagostanjem, ki ga definiramo kot posameznikovo kognitivno in afektivno oceno lastnega življenja (Ryff, 1989). Natančneje lahko koncept opredelimo kot psihološko blagostanje, ki ga lahko še bolj natančno definiramo z vključitvijo več komponent psihološkega blagostanja in tako zajema (1) sprejemanje sebe; (2) pozitivne medosebne odnose; (3) življenjski smisel; (4) osebno rast; (5) obvladovanje okolja in (6) avtonomnost. Opisan multifacetni pristop integrira bolj specifične konceptualizacije blagostanja, ki so se oblikovale znotraj področij duševnega zdravja, klinične psihologije, socialne psihologije ter psihologije osebnosti (Ryff, 1989).

Psihološko blagostanje je pomemben vidik posameznikovega psihološkega funkcioniranja in se pozitivno povezuje s stopnjo samospoštovanja (Baumeister idr., 2003; Ryff, 1989), vse več pozornosti pa se namenja tudi vlogi stabilnosti samospoštovanja v povezavi s psihološkim blagostanjem. V preteklih raziskavah je bilo ugotovljeno, da ima stabilnost samospoštovanja pomembno napovedno vrednost v odnosu do psihološkega blagostanja, tudi ob upoštevanju stopnje samospoštovanja (Paradise in Kernis, 2002). Te ugotovitve so skladne s teoretičnimi predpostavkami ter jih lahko utemeljimo s tem, da posamezniki z nestabilnim samospoštovanjem niso popolnoma prepričani o lastni vrednosti ter, da so njihove ocene samih sebe pogosto pogojene s »kriteriji odličnosti«, kot so uspeh na področju šolanja, športa ali privlačnost. Če v kakšni aktivnosti ne uspejo, se takoj vrednotijo veliko slabše kot sicer (Kernis in Lakey, 2010).

Dodatne raziskave so pokazale, da se učinki stabilnosti samospoštovanja na funkcioniranje posameznikov razlikujejo, ko primerjamo posameznike z visokim in nizkim samospoštovanjem. Odnos med stabilnostjo samospoštovanja in psihološkim blagostanjem se je v preteklih raziskavah preučeval pretežno pri posameznikih z visokim samospoštovanjem. Pri njih pričakujemo, da bo s stabilnostjo samospoštovanja naraščalo tudi psihološko blagostanje (Paradise in Kernis, 2002). Povedano na drugačen način, najvišje vrednosti psihološkega blagostanja pričakujemo pri posameznikih s kombinacijo tako visoke stopnje samospoštovanja kot tudi visoke stabilnosti samospoštovanja. Razlike med posamezniki s stabilnim in nestabilnim nizkim samospoštovanjem pa so veliko manj jasne, saj je bilo na tem področju izvedenih bistveno manj raziskav. Na podlagi ugotovitev, ki so preučevale vlogo stabilnosti samospoštovanja na drugih področjih psihološkega funkcioniranja, lahko vseeno predvidimo, da bo nestabilnost samospoštovanja povezana z nižjimi vrednostmi psihološkega blagostanja, tudi pri posameznikih z nizko stopnjo samospoštovanja. Večina raziskav namreč ugotavlja, da je nestabilnost samospoštovanja povezana z manj optimalnim psihološkim funkcioniranjem (Greenier idr., 1999,

Kernis idr., 2000; Roberts in Monroe, 1992; Waschull in Kernis, 1996). Predvidevamo, da se bo podoben vzorec pokazal tudi v odnosu do psihološkega blagostanja; posamezniki s kombinacijo nizke stopnje in nizke stabilnosti samospoštovanja bodo dosegali nižje vrednosti psihološkega blagostanja.

Namen

Z raziskavo smo želeli natančneje preveriti odnos med stabilnostjo samospoštovanja, narcisizmom ter psihološkim blagostanjem. Zanimalo nas je predvsem, ali ima stabilnost samospoštovanja, ob upoštevanju stopnje samospoštovanja ter nekaterih demografskih spremenljivk, dodatno napovedno vrednost.

Predpostavljali smo, da bosta tako stopnja kot stabilnost samospoštovanja pomembna napovednika rezultatov na lestvici narcisizma. Zanimala nas je tudi točnost ocene stabilnosti samospoštovanja, kjer smo predvidevali, da bodo posamezniki z bolj izraženim narcisizmom v večji meri precenjevali stabilnost svojega samospoštovanja v primerjavi s posamezniki z manj izraženim narcisizmom.

Predpostavili smo tudi, da bosta tako stopnja kot stabilnost samospoštovanja pomembna napovednika psihološkega blagostanja, ter da bo kombinacija visoke stopnje in stabilnosti samospoštovanja rezultirala v najvišjih vrednostih psihološkega blagostanja.

Metoda

Udeleženci

V raziskavo smo vključili 199 študentov Univerze v Mariboru (91,6 %) in Univerze v Ljubljani (8,4 %). Udeležence, ki vprašalnikov niso izpolnjevali vseh 14 dni, smo iz nadaljnjih analiz izločili. V nadaljnje analize smo vključili 178 udeležencev (89,4 %), od tega 77 % ženskega spola. Povprečna starost udeležencev je 20 let ($SD = 1,58$), v razponu od 18 do 26 let. Udeleženci so študenti različnih smeri, med njimi je največ študentov sociologije (40,5 %), sledijo študenti psihologije (34,3 %), predšolske vzgoje (9,1 %), računalništva in informatike (2,3 %) in nekaterih drugih smeri (manj kot 2 %).

Študenti Filozofske fakultete Univerze v Mariboru (74,7 %) so za sodelovanje v raziskavi dobili dodatnih 5 odstotkov pri zaključni oceni pri vajah iz psihologije. Drugi udeleženci za sodelovanje niso bili nagrajeni.

Pripomočki

Lestvica samospoštovanja RSES. Avtor lestvice je Morris Rosenberg (1965; v Zeigler-Hill, 2006). Uporabili smo slovensko priredbo lestvice (Lamovec, n.d.; v Avsec, 2007). Vsebuje 10 postavk (*na primer: Imam številne dobre lastnosti*). Udeleženci pri vsaki postavki na štiristopenjski lestvici (od 0 do 3) ocenijo, v kolikšni meri trditev za njih drži.

Koeficient notranje skladnosti na naših podatkih znaša 0,89. Rosenberg (1965; v Zeigler-Hill, 2006) navaja nekoliko nižji koeficient ($\alpha = 0,82$). A. Avsec (2007) poroča o podobnem koeficientu notranje skladnosti na slovenskem vzorcu ($\alpha = 0,81$). S komponentno analizo smo potrdili enodimenzionalno strukturo te lestvice tudi na našem vzorcu; izločena komponenta pojasni 44,73 % variance. Lestvica samospoštovanja je v osnovi namenjena oceni stopnje samospoštovanja, vendar jo lahko ob vzdolžnem merjenju uporabimo tudi kot mero stabilnosti samospoštovanja (Kernis, 2005). V nadaljevanju je podrobneje opisan proces ocene stopnje in stabilnosti samospoštovanja s pomočjo lestvice samospoštovanja RSES.

Stopnjo samospoštovanja smo s pomočjo te lestvice pridobili na dva načina. Prvo oceno udeleženčeve stopnje samospoštovanja smo dobili z rezultatom na lestvici RSES prvi dan sodelovanja v raziskavi. Drugo oceno stopnje samospoštovanja pa smo pridobili na podlagi izračuna povprečja vsakodnevnih doseženih rezultatov na lestvici RSES. Za namene vsakodnevne rabe lestvice smo prilagodili navodilo in udeležencem naročili, naj odgovarjajo v skladu s trenutnim počutjem. V raziskavah sta bila uporabljena oba pristopa (Kernis idr., 1991). Obe oceni stopnje samospoštovanja na našem vzorcu zelo visoko pozitivno korelirata ($\rho = 0,92$, $p < 0,01$)¹, zato smo v analize vključili le eno izmed ocen (povprečje vsakodnevnih rezultatov). Visoko število točk pomeni pozitivnost posameznikove globalne ocene o sebi (Avsec, 2007).

Stabilnost samospoštovanja² smo ocenili s pomočjo vsakodnevnih rezultatov na lestvici samospoštovanja RSES. Za vsakega od udeležencev smo izračunali standardno deviacijo vsakodnevnih rezultatov na lestvici samospoštovanja. Višja standardna deviacija predstavlja bolj nestabilno samospoštovanje.

*Lestvica nestabilnosti samospoštovanja ISES.*² Avtorji lestvice so Henri Chabrol, Amélie Rousseau in Stacey Callahan (2006). Lestvica je izvorno v angleškem jeziku in je bila za namene raziskave prevedena po metodi prevoda in vzvratnega prevoda. V slovenski jezik sta lestvico prevedli dve strokovnjakinji s področja psihologije osebnosti. Prevod je bil v angleški jezik preveden s strani kompetentne prevajalke. Postopek smo ponavljali, dokler se angleški prevod slovenske priredbe ni skladal z izvorno lestvico. Lestvica vsebuje 4 postavke, ki se nanašajo na različne vidike nestabilnosti samospoštovanja (*na primer: Ob nekaterih priložnostih se počutim zelo nekoristno, ob drugih priložnostih pa zelo koristno*). Udeleženci na štiristopenjski lestvici (od

¹ Porazdelitev vključenih spremenljivk se je statistično pomembno razlikovala od normalne, zato smo uporabili Spearmanov ρ .

² Za namene izboljšane preglednosti in razumljivosti rezultatov smo v analizah uporabili obratne vrednosti spremenljivk nestabilnosti samospoštovanja (rezultat na lestvici ISES in lestvici RSES). Tako višja vrednost pri obeh merah pomeni stabilnejše samospoštovanje, nižja vrednost pa bolj nestabilno samospoštovanje.

0 do 3) ocenijo, v kolikšni meri trditev drži za njih. Višji rezultat na lestvici nestabilnosti samospoštovanja pomeni bolj nestabilno samospoštovanje, medtem ko nižji rezultat predstavlja bolj stabilno samospoštovanje. Koeficient notranje skladnosti na naših podatkih znaša 0,79. Avtorji lestvice poročajo o nekoliko višjem koeficientu notranje skladnosti ($\alpha = 0,89$). S komponentno analizo smo potrdili enodimenzionalno strukturo lestvice tudi na slovenskem vzorcu (izločena komponenta pojasni 62,74% variance).

Vprašalnik narcisizma NPI. Avtorja vprašalnika sta Robert Raskin in Howard Terry (1988). Uporabili smo priredbo v slovenskem jeziku, ki je bila izvedena na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete v Ljubljani. Podatka o avtorju priredbe nismo uspeli pridobiti. Vprašalnik sestavlja 40 parov postavk tipa prisilne izbire (na primer: *A – Nisem prepričan/-a, da bi bil/-a dober vodja, B – Vidim se kot dobrega vodjo*). Vsak odgovor, ki se nanaša na narcisizem, je vrednoten z eno točko. Višji rezultat na vprašalniku pomeni bolj izraženo osebnostno potezo narcisizma. Koeficient notranje skladnosti celotnega vprašalnika NPI znaša na naših podatkih 0,81. Avtorja vprašalnika navajata nekoliko višji koeficient notranje skladnosti ($\alpha = 0,83$).

Vprašalnik psihološkega blagostanja. Avtorica vprašalnika je Carol Ryff (1989). Uporabili smo priredbo v slovenskem jeziku (Avsec in Sočan, 2009). Vprašalnik sestavlja 84 postavk, s katerimi merimo kognitivni vidik subjektivnega zadovoljstva (na primer: *Ko pomislim na svoje življenje, sem zadovoljen s tem, kako so se stvari obrnile*). Vprašalnik vsebuje pozitivne in negativne postavke, pri katerih mora posameznik na šeststopenjski lestvici (od 1 do 6) oceniti, v kolikšni meri te trditve zanj držijo. Višji rezultat na vprašalniku predstavlja višje psihološko blagostanje posameznika. Vprašalnik zajema tudi šest poddimenzij, ki jih v pričujoči raziskavi podrobneje nismo analizirali. V rezultatih smo uporabili le skupni rezultat na vprašalniku. Koeficienti notranje skladnosti posameznih poddimenzij slovenske priredbe vprašalnika znašajo med 0,80 in 0,88. Na našem vzorcu se koeficienti notranje skladnosti posameznih dimenzij gibljejo med 0,75 in 0,89 ter 0,95 za celoten vprašalnik.

Postopek

Za zbiranje podatkov smo z uporabo spletne aplikacije Google Dokumenti (angl. *Google Docs*) ustvarili skupni vprašalnik, ki je vseboval vse instrumente in dodatna vprašanja o demografskih spremenljivkah udeležencev. Zbiranje podatkov je potekalo en mesec. Udeleženci so v raziskavi sodelovali 14 dni. Vprašalnike so reševali vse dni zaporedoma, ob približno istem času, v večernih urah dneva. Vsak od udeležencev je vsak dan prejel elektronsko pošto z opomnikom in podatkom o tem, katere vprašalnike naj izpolni tisti dan. Za zagotavljanje anonimnosti in možnosti longitudinalnega spremljanja rezultatov je vsak udeleženec prejel šifro ali pa si jo je izbral sam. Pred vsakim izpolnjevanjem vprašalnika je bil zahtevan vpis šifre. Na začetku izpolnjevanja (prvi dan) je vsak od udeležencev podal podatke o spolu, starosti,

univerzi in fakulteti, ki jo obiskuje, ter smeri študija. Nato so izpolnili štiri vprašalnike, ki so podrobneje opisani med pripomočki. Naslednjih 13 dni so udeleženci izpolnjevali Rosenbergovo lestvico samospoštovanja. Lestvica je bila za longitudinalno rabo modificirana tako, da je bilo udeležencem naročeno, naj odgovarjajo v skladu s trenutnim počutjem in ne na splošno. Na koncu vsakokratnega izpolnjevanja je bilo dodano še vprašanje o datumu in času izpolnjevanja. V nadaljnjo analizo smo vključili le tiste udeležence, ki so vprašalnike izpolnjevali vseh 14 dni zaporedoma.

Rezultati

Najprej smo izračunali opisne statistike in korelacije med spremenljivkami. Nadalje smo preverili odnos med stabilnostjo samospoštovanja in narcisizmom. Navajamo rezultate hierarhične regresije, kjer smo ocenili prispevek tako stopnje kot stabilnosti samospoštovanja k rezultatom narcisizma, preverili pa smo tudi točnost samoocene stabilnosti samospoštovanja pri posameznikih z različno izraženo potezo narcisizma. V nadaljevanju smo natančneje preverili tudi odnos med stabilnostjo samospoštovanja in psihološkim blagostanjem.

Osnovne opisne statistike in korelacije med spremenljivkami so prikazane v tabeli 1. Porazdelitev vključenih spremenljivk se je statistično pomembno razlikovala od normalne, zato smo uporabili Spearmanov ρ .

Preliminarne korelacijske analize so pokazale, da narcisizem statistično pomembno pozitivno korelira s stopnjo samospoštovanja ter s samoocenjeno stabilnostjo samospoštovanja, medtem ko s stabilnostjo samospoštovanja, ocenjeno kot razpršenost stopnje samospoštovanja (glej poglavje Pripomočki) korelira statistično pomembno negativno.

Vzorci korelacij med psihološkim blagostanjem in stabilnostjo samospoštovanja so prav tako odvisni od načina merjenja stabilnosti samospoštovanja. Tako psihološko blagostanje s samoocenjeno stabilnostjo samospoštovanja korelira statistično pomembno pozitivno, medtem ko s stabilnostjo samospoštovanja, ocenjeno kot razpršenost stopnje samospoštovanja v času, ne korelira statistično pomembno. S stopnjo samospoštovanja se tako narcisizem kot psihološko blagostanje povezujeta statistično pomembno pozitivno.

Stabilnost samospoštovanja in narcisizem

Odnos med stabilnostjo samospoštovanja in narcisizmom variira glede na stopnjo samospoštovanja. Zaradi tega smo izvedli hierarhično multiplo regresijo z metodo enter, kjer smo lahko preverili odnos med stabilnostjo samospoštovanja in narcisizmom ob upoštevanju stopnje samospoštovanja. V prvi korak smo vključili spremenljivki spol in stopnja samospoštovanja, v drugega pa stabilnost samospoštovanja. Rezultati hierarhične regresije so povzeti v tabeli 2.

Tabela 1. Osnovne opisne statistike za spremenljivke, vključene v raziskavo, in Spearmanovi koeficienti korelacije med njimi

	<i>M</i>	<i>SD</i>	RSES	RSES _{SD}	ISES	NPI
RSES	22,49	4,65				
RSES _{SD}	9,76	2,18	-0,15			
ISES	5,41	2,07	0,36**	-0,05		
NPI	14,13	6,26	0,28**	-0,16*	0,17*	
PWBS	379,87	45,84	0,45**	0,05	0,23**	0,20**

Opombe. RSES = povprečje vsakodnevnih rezultatov na lestvici samospoštovanja; RSES_{SD} = standardna deviacija vsakodnevnih rezultatov na lestvici samospoštovanja; ISES = rezultat na lestvici nestabilnosti samospoštovanja; NPI = skupni rezultat na vprašalniku narcizma; PWBS = skupni rezultat na vprašalniku psihološkega blagostanja.

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

Rezultati so pokazali, da spremenljivki spol in stopnja samospoštovanja v prvem koraku pojasnita 9,0% variance skupnega rezultata na vprašalniku NPI. Glavni učinek spola v prvem koraku ni bil statistično pomemben, medtem ko je stopnja samospoštovanja pojasnila statistično pomemben delež variabilnosti skupnega rezultata na vprašalniku.

V drugem koraku hierarhične regresije smo k modelu dodali še stabilnost samospoštovanja. Tudi ta povezava je bila statistično pomembna in je, ob upoštevanju stopnje samospoštovanja, dodatno pojasnila statistično pomembno večji delež variance v rezultatu na vprašalniku narcizma, $\Delta R^2 = 0,05$; $F(3, 174) = 9,44$; $p < 0,001$. Skupno model pojasni 14 % variabilnosti rezultata na vprašalniku narcizma. Po Cohenu (1988; v Elis, 2010) lahko to opredelimo kot srednje visok delež pojasnjene variabilnosti.

Na podlagi rezultatov lahko za posameznike z višjo stopnjo samospoštovanja pričakujemo višje vrednosti na vprašalniku narcizma. Ob upoštevanju učinkov stopnje samospoštovanja ima stabilnost samospoštovanja negativne regresijske uteži, kar kaže na to, da lahko pri posameznikih z nestabilnim samospoštovanjem pričakujemo višje vrednosti na vprašalniku narcizma.

Tabela 2. Povzetek analize hierarhične regresije za spol, stopnjo in stabilnost samospoštovanja kot prediktorje dosežkov na lestvici narcizma

Prediktor	ΔR^2	<i>B</i>	95% IZ za <i>B</i>	β
1. korak	0,09***			
Spol		-2,05	[-4,17, 0,68]	-0,14
Stopnja SŠ		0,35	[0,16, 0,54]	0,26***
2. korak	0,05**			
Spol		-2,15	[-4,22, -0,08]	-0,15*
Stopnja SŠ		0,31	[0,12, 0,50]	0,23**
Stabilnost SŠ		-0,62	[-1,03, -0,22]	-0,22**
Skupni R^2	0,14***			
SM 90 % IZ za R^2	0,06			

Opombe. $N = 178$. SM 90 % IZ = spodnja meja 90-odstotnega intervala zaupanja; vrednosti za spol: 0 = moški, 1 = ženski.

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Točnost samoocene stabilnosti samospoštovanja.

Kot je razvidno iz tabele 1, je korelacija med obema merama stabilnosti samospoštovanja zelo nizka in statistično nepomembna. To kaže na določena odstopanja v stabilnosti samospoštovanja, ko je ta merjena prek izračuna standardnih deviacij rezultatov večkratnih merjenj od tega, ko je merjena s samooceno. Zaradi tega smo se odločili preveriti tudi razlike v točnosti ocene stabilnosti samospoštovanja med posamezniki z bolj oziroma manj izraženim narcizmom. Glede na mere srednjih vrednosti narcizma (mediana) smo udeležence glede na to spremenljivko razdelili na dva dela; in sicer na posameznike z nizko in visoko izraženim narcizmom. Predvidevamo, da je izračunana standardna deviacija večkratnih merjenj samospoštovanja z lestvico RSES (v nadaljevanju $S\check{S}_{SD}$) boljši indikator dejanske stabilnosti kot pa rezultat na lestvici stabilnosti samospoštovanja ISES (v nadaljevanju $S\check{S}_{SP}$). Posledično smo spremenljivko $S\check{S}_{SD}$ določili kot dejansko stabilnost samospoštovanja, spremenljivko $S\check{S}_{SP}$ pa kot samooceno stabilnosti samospoštovanja.

Zaradi primerljivosti rezultatov smo obe meri samospoštovanja ($S\check{S}_{SD}$ in $S\check{S}_{SP}$) standardizirali in pridobili z-vrednosti teh spremenljivk. Od standardizirane spremenljivke dejanske stabilnosti samospoštovanja $S\check{S}_{SD}$ smo nato odšteli standardizirane vrednosti spremenljivke samoocene stabilnosti samospoštovanja $S\check{S}_{SP}$ in tako določili mero pod- oziroma precenjevanja stabilnosti samospoštovanja. Pozitiven rezultat tako predstavlja podcenjevanje stabilnosti samospoštovanja (posameznik ima bolj stabilno samospoštovanje, kot to sam ocenjuje); medtem ko negativen rezultat predstavlja precenjevanje stabilnosti samospoštovanja (posameznik ima manj stabilno samospoštovanje, kot to sam ocenjuje).

Za preverjanje razlik v točnosti ocene stabilnosti samospoštovanja med posamezniki z nizko in posamezniki z visoko izraženim narcizmom smo primerjali aritmetični sredini spremenljivke točnosti ocene samospoštovanja med obema skupinama udeležencev. Udeležence smo glede na mediano ($Mdn = 14$) razdelili v dve skupini: tiste z visoko izraženim narcizmom in tiste z nizko izraženim narcizmom.

Posamezniki z bolj izraženim narcisizmom so v povprečju precejševali stabilnost svojega samospoštovanja ($M = -0,24$, $SD = 1,56$, $min = -5,25$, $max = 2,84$), medtem ko so posamezniki z manj izraženim narcisizmom v povprečju podcenjevali stabilnost svojega samospoštovanja ($M = 0,27$, $SD = 1,25$, $min = -3,44$, $max = 3,16$). Razlika je statistično pomembna ($U = 3157,00$, $p = 0,04$, $r = -0,16$), kar smo preverili z Mann-Whitney U testom.

Stabilnost samospoštovanja in psihološko blagostanje

Zanimalo nas je, ali je stabilnost samospoštovanja statistično pomemben napovednik psihološkega blagostanja, ob upoštevanju učinkov spola in stopnje samospoštovanja. Izvedli smo hierarhično regresijo z metodo enter. V prvem koraku smo v model vključili spol in stopnjo samospoštovanja, v drugem koraku pa smo vnesli stabilnost samospoštovanja. Rezultati hierarhične regresije so povzeti v tabeli 3.

Spremenljivki spol in stopnja samospoštovanja v prvem koraku pojasnita 25 % variabilnosti psihološkega blagostanja. K modelu največ prispeva stopnja samospoštovanja. Pomemben delež variance psihološkega blagostanja pojasni tudi spol. Ob upoštevanju spola in stopnje samospoštovanja je stabilnost samospoštovanja dodatno pojasnila statistično pomemben delež variance psihološkega blagostanja, $\Delta R^2 = 0,05$; $F(3, 174) = 24,56$; $p < 0,001$. Celoten model pojasni skupno 30 % variance psihološkega blagostanja, kar lahko po Cohenu (1988; v Elis, 2010) opredelimo kot visok delež pojasnjene variabilnosti. Glede na rezultate, lahko pričakujemo višje psihološko blagostanje pri ženskah ter pri posameznikih z višjo stopnjo in (ob upoštevanju učinkov spola in stopnje samospoštovanja) višjo stabilnostjo samospoštovanja.

Da bi preverili ali je sočasna višja izraženost tako stopnje kot stabilnosti samospoštovanja povezana z višjim psihološkim blagostanjem, smo udeležence razvrstili v tri kategorije: tiste, ki so na obeh merah dosegli rezultat pod mediano ($N = 40$), tiste, ki so na obeh merah dosegli

rezultat nad mediano ($N = 36$), ter vse ostale ($N = 102$).

Rezultati analize variance so pokazali, da so se oblikovane skupine udeležencev med seboj statistično pomembno razlikovale v psihološkem blagostanju, $F(2, 175) = 10,92$; $p < 0,001$; parcialna $\eta^2 = 0,11$.

Najvišje vrednosti psihološkega blagostanja so dosegali posamezniki z visoko stopnjo in visoko stabilnostjo samospoštovanja ($M = 407,80$; $SD = 33,92$), nekoliko manj posamezniki s kombinacijo nizke stopnje in visoke stabilnosti samospoštovanja oziroma obratno ($M = 376,88$; $SD = 44,61$), najnižje vrednosti psihološkega blagostanja pa so dosegali tisti z nizko stopnjo in nizko stabilnostjo samospoštovanja ($M = 362,35$; $SD = 47,88$). Ali so razlike med skupinami statistično pomembne smo preverili s Scheffejevim post hoc testom. Razlike med prvo (stopnja in stabilnost SŠ pod mediano) in tretjo skupino (kombinacija nizke stopnje in visoke stabilnosti samospoštovanja oziroma obratno) niso bile statistično pomembne. Razlike so se izkazale kot statistično pomembne pri primerjavi druge skupine (stopnja in stabilnost SŠ nad mediano) z ostalima skupinama (stopnja in stabilnost SŠ pod mediano ter stopnja in stabilnost SŠ kombinirano).

Razprava

Stabilnost samospoštovanja in narcisizem

Rezultati so pokazali, da se narcisizem pozitivno povezuje s stopnjo samospoštovanja, kar se sklada s preteklimi ugotovitvami (Brown in Zeigler-Hill, 2004; Campbell, 2001) in kaže na to, da lahko pri posameznikih z bolj izraženim narcisizmom pričakujemo višje samovrednotenje (Campbell in Buffardi, 1998). Glede povezave med narcisizmom in stabilnostjo samospoštovanja so rezultati nekoliko manj jasni zaradi nepovezanosti dveh uporabljenih mer stabilnosti samospoštovanja, kar problematiziramo nekoliko kasneje. Če se osredotočimo na pogostejše uporabljano mero stabilnosti samospoštovanja (variacije v večkrat merjenem samospoštovanju), se rezultati skladajo s pričakovanji in ugotovitvami nekaterih preteklih raziskav (Rhodewalt idr., 1998).

Preverili smo tudi, ali stopnja in stabilnost samospoštovanja napovedujeta narcisizem. Rezultati so pokazali, da lahko višje vrednosti na vprašalniku narcisizma pričakujemo pri posameznikih z višjo stopnjo samospoštovanja ter nestabilnim samospoštovanjem, kar se sklada s pričakovanji. Samopodoba ter samospoštovanje posameznikov z bolj izraženim narcisizmom sta pretirano odvisna od povratnih informacij drugih oseb (Rhodewalt idr., 1998), kar take posameznike vodi k vedenju, ki je zelo osredotočeno na iskanje zunanjih potrditev. Čeprav posamezniki z višje izraženim narcisizmom "uporabljajo" druge ljudi za zviševanje lastne vrednosti, pa jim ti hkrati predstavljajo vedno prisotno grožnjo za njihovo samospoštovanje (Morf in Rhodewalt, 1993), saj omogočajo socialno primerjavo, ki ni nujno vedno

Tabela 3. Povzetek analize hierarhične regresije za spol, stopnjo in stabilnost samospoštovanja kot prediktorje dosežkov na vprašalniku psihološkega blagostanja

Prediktor	ΔR^2	B	95% IZ za B	β
1. korak	0,25***			
Spol		29,83	[15,72, 43,95]	0,28***
Stopnja SŠ		4,41	[3,13, 5,69]	0,45***
2. korak	0,05**			
Spol		30,58	[16,88, 44,28]	0,28***
Stopnja SŠ		4,69	[3,43, 5,94]	0,48***
Stabilnost SŠ		4,65	[1,99, 7,32]	0,22**
Skupni R^2	0,30***			
SM 90 % IZ za R^2	0,21			

Opombe. $N = 178$. SM 90 % IZ = spodnja meja 90-odstotnega intervala zaupanja; vrednosti za spol: 0 = moški, 1 = ženski.

** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

v njihov prid. Čeprav se v raziskavah največ pozornosti namenja reaktivnosti, povezani z negativnimi povratnimi informacijami, je tukaj pomembno poudariti, da so posamezniki z višje izraženim narcisizmom občutljivi tako na pozitivne kot negativne povratne informacije, kar rezultira v bolj ekstremnih emocionalnih reakcijah (Kernis in Lakey, 2010). Zaradi tega lahko predvidevamo, da so posamezniki z bolj izraženim narcisizmom izpostavljeni velikim nihanjem v lastnem samospoštovanju, kar potrjujejo tudi rezultati naše raziskave.

Meri stabilnosti samospoštovanja, ki smo ju v pričujoči raziskavi uporabili, nista statistično pomembno korelirali, kar nakazuje na pomembne razlike v oceni stabilnosti samospoštovanja, ko primerjamo bolj "neposredno" samooceno stabilnosti samospoštovanja ter oceno stabilnosti samospoštovanja na podlagi nihanj v vsakodnevnem samospoštovanju.

Glede na izsledke raziskav, ki so preučevale točnost ocen posameznikov z bolj izraženo osebnostno potezo narcisizma na drugih področjih, kot so na primer inteligentnost, moč in fizična privlačnost (Buffardi in Campbell, 2008), smo predvidevali, da bodo ti posamezniki precenjevali stabilnost lastnega samospoštovanja. Rezultati so predvidevanja potrdili. Ugotovili smo, da posamezniki z bolj izraženo osebnostno potezo narcisizma bistveno bolj precenjujejo stabilnost svojega samospoštovanja v primerjavi s posamezniki z manj izraženo osebnostno potezo narcisizma. Precenjevanje stabilnosti samospoštovanja tistih z bolj izraženim narcisizmom se sklada z ugotovitvami raziskav, da visoko narcisistični posamezniki precenjujejo svoje pozitivne lastnosti in imajo precej netočne samoznave (Buffardi in Campbell, 2008). Dodatna zanimiva ugotovitev je, da posamezniki z manj izraženim narcisizmom v povprečju podcenjujejo stabilnost svojega samospoštovanja. Čeprav posebnega odnosa z mero točnosti ocene stabilnosti samospoštovanja pri tej skupini nismo predvideli, je rezultat vendarle presenetljiv. Ker raziskav na tem področju primanjkuje, bi bilo ta odnos potrebno še podrobneje preučiti.

Stabilnost samospoštovanja in psihološko blagostanje

Predstavljeni rezultati kažejo, da sta tako stopnja kot stabilnost samospoštovanja pomembna dejavnika psihološkega blagostanja. Potrdili smo ugotovitve preteklih raziskav (npr. Ryff, 1989), da je stopnja samospoštovanja statistično pomemben napovednik psihološkega blagostanja (pričakujemo lahko višje vrednosti psihološkega blagostanja pri posameznikih z višjo stopnjo samospoštovanja). Ugotovitev, da lahko preko stopnje samospoštovanja napovedujemo psihološko blagostanje kaže na pomembno vlogo samospoštovanja pri pozitivnem kognitivnem in emocionalnem vrednotenju lastnega življenja (Ryff, 1989). Dodatno smo uspeli pokazati, da stabilnost samospoštovanja, ob upoštevanju stopnje samospoštovanja, pojasni dodaten, statistično

pomembno velik delež variabilnosti v psihološkem blagostanju. To kaže na pomembno vlogo stabilnosti samospoštovanja v psihološkem blagostanju, ter se sklada z ugotovitvami preteklih raziskav, ki nestabilno samospoštovanje konsistentno povezujejo z negativnimi psihološkimi izidi, npr. depresivnim razpoloženjem, nejasno samopodobo, nižjo intrinzično motivacijo itd. (npr. Kernis idr., 2000; Roberts in Monroe, 1992; Waschull in Kernis, 1996). Pokazali smo tudi, da posamezniki z visoko stopnjo ter stabilnostjo samospoštovanja dosegajo višje vrednosti psihološkega blagostanja, kot posamezniki z visoko stopnjo samospoštovanja ter nizko stabilnostjo samospoštovanja ali obratno. Ugotovitev dodatno potrjuje ključno vlogo stabilnosti samospoštovanja v psihološkem funkcioniranju. Ena izmed možnih interpretacij teh rezultatov je, da enako kot višja stopnja stabilnega samospoštovanja predstavlja osnovo za učinkovito psihološko funkcioniranje, prisotnost nestabilnih občutkov samospoštovanja učinkovito psihološko funkcioniranje otežuje. To se lahko dogaja tudi indirektno, preko pogostejšega obrambnega vedenja, jeze ali emocionalne reaktivnosti (Kernis in Lakey, 2010). Nestabilno samospoštovanje lahko preko pogostega samopoveličevanja in uporabe obrambnih strategij tako prepreči bolj učinkovite odzive (Paradise in Kernis, 2002).

Vse našete ugotovitve kažejo na pomembnost upoštevanja tako stopnje kot stabilnosti samospoštovanja, pri napovedovanju izidov ter psihološkega funkcioniranja.

Zaključki

Rezultati pričujoče raziskave osvetljujejo pomembno vlogo stabilnosti samospoštovanja za psihološko funkcioniranje posameznikov ter kažejo na veliko napovedno vrednost stabilnosti samospoštovanja pri teh izidih.

Pričujoča raziskava ima določene omejitve, ki so lahko pomembno prispevale k rezultatom. Težava se pojavlja pri merjenju stabilnosti samospoštovanja. Čeprav je izračun standardnih deviacij že utečena praksa v raziskavah stabilnosti samospoštovanja, se pojavlja vprašanje, ali je lestvica samospoštovanja RSES dovolj občutljiva za odkrivanje subtilnih razlik v stabilnosti samospoštovanja. Prav tako pa se pojavljajo vprašanja glede resnosti pristopa udeležencev k reševanju. Glede na to, da so udeleženci 14 dni zaporedoma reševali vprašalnik samospoštovanja RSES, lahko hitro pride do rutinskega, avtomatičnega odgovarjanja na vprašalniku. Ker pri spletnem načinu administracije vprašalnika nimamo nadzora nad vedenjem udeležencev med reševanjem, je pomislek glede veljavnosti njihovega samoporočanja potrebno upoštevati pri interpretaciji rezultatov. Kot pomanjkljivost lahko izpostavimo tudi način merjenja stopnje samospoštovanja. Prvo merjenje samospoštovanja (reševanje lestvice samospoštovanja prvi dan) in povprečje rezultatov v štirinajstih dneh reševanja sta izjemno visoko

korelirala ($\rho = 0,92$, $p < 0,01$), kar nakazuje na to, da ti dve spremenljivki prikazujeta isti konstrukt. Vseeno pa moramo upoštevati dejstvo, da je bila uporaba lestvice samospoštovanja RSES zaradi longitudinalne rabe prilagojena tako, da je od udeleženca zahtevala reševanje glede na trenutno počutje in ne na splošno, kot je to v izvorni rabi lestvice. Najbolj optimalno bi bilo, če bi lestvico samospoštovanja udeleženci rešili nekaj časa pred vsakodnevnim reševanjem (na primer en mesec prej), navodilo pa bi bilo enako, kot se uporablja pri enkratnem merjenju (reševanje lestvice na splošno in ne glede na trenutno počutje). To bi bilo vsekakor dobro upoštevati pri morebitnih nadaljnjih raziskavah tega področja. Da bi raziskovalne rezultate lahko posploševali na celotno slovensko študentsko populacijo, bi bilo potrebno pridobiti vzorec, proporcionalen s slovenskim prebivalstvom glede na spol, starost, smer študija in še glede na kakšen drug demografski podatek. Dodaten pomislek pri udeležencih povzroča možnost, da se udeleženci sistematično razlikujejo od tistih, ki se pri raziskavi niso odločili sodelovati, kar lahko vpliva na dobljene rezultate.

V nadaljnjih raziskavah bi bilo dobro bolj poglobljeno preučiti povezave stabilnosti samospoštovanja z narcisizmom in s psihološkim blagostanjem. Potrebno bi bilo še bolj raziskati odnos med stabilnostjo samospoštovanja z drugimi konstrukti pri posameznikih z nizkim samospoštovanjem, saj so avtorji na tem področju do sedaj raziskovali predvsem posameznike z visokim samospoštovanjem. V raziskovanje povezanosti stabilnosti samospoštovanja in narcisizma bi bilo dobro vključiti tudi različne podtipе narcisizma (odkriti in prikriti narcisizem), katerih uporaba je v raziskavah narcisizma vse bolj aktualna (glej npr. Rose, 2002).

Zaradi korelacijske narave naših podatkov je potrebna previdnost pri nakazovanju na morebitne kavzalne zveze med pojavi. Za takšne sklepe bi bile potrebne longitudinalne raziskave. Vseeno pa je pomemben prispevek te raziskave ta, da dodatno kaže na razlike znotraj skupine posameznikov z isto stopnjo samospoštovanja (bodisi nizko, bodisi visoko), ki se pogosto, vendar v določenih primerih neupravičeno, obravnava kot homogena skupina.

Literatura

- Avsec, A. (2007). Lestvica samospoštovanja RSES. V A. Avsec (ur.), *Psihodiagnostika osebnosti* (str. 103–110). Ljubljana, SLO: Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.
- Avsec, A. in Sočan, G. (2009). Validacija slovenske oblike Vprašalnika psihološkega blagostanja RPWB. *Psihološka obzorja*, 18(4), 19–36.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. in Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44.
- Baumeister, R. F., Heatheron, T. F. in Tice, D. M. (1993). When ego treats lead to self-regulation failure: Negative consequences of high self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(1), 141–156.
- Bosson, J. K., Lakey, C. E., Campbell, W. K., Zeigler-Hill, V., Jordan, C. H. in Kernis, M. H. (2008). Untangling the links between narcissism and self-esteem: A theoretical and empirical review. *Social and Personality Psychology Compass*, 2/3, 1415–1439.
- Brown, R. P. in Zeigler-Hill, V. (2004). Narcissism and the nonequivalence of self-esteem measures: A matter of dominance? *Journal of Research in Personality*, 38(6), 585–592.
- Buffardi, L. E. in Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 1303–1314.
- Campbell, W. K. (1999). Narcissism and romantic attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1254–1270.
- Campbell, W. K. (2001). Is narcissism really so Bad? *Psychological Inquiry*, 12, 214–216.
- Campbell, W. K., Brunell, J. K. in Finkel, E. J. (2006). Narcissism, interpersonal self-regulation, and romantic relationships: An agency model approach. In E. J. Finkel in K. D. Vohs (ur.), *Self and Relationships: Connecting intrapersonal and interpersonal processes* (str. 57–83). New York: Guilford.
- Campbell, W. K. in Buffardi, L. E. (1998). The lure of the noisy ego: Narcissism as a social trap. V H. A. Wayment in J. J. Bauer (ur.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (str. 23–32). Washington, DC, ZDA: American Psychological Association.
- Chabrol, H., Rousseau, A. in Callahan, S. (2006). Preliminary results of a scale assessing instability of self-esteem. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38(2), 136–141.
- Elis, P. D. (2010). *The essential guide to effect sizes: Statistical power, meta-analysis, and the interpretation of research results*. New York, NY, ZDA: Cambridge University Press.
- Greenier, K. D., Kernis, M. H., McNamara, C. W., Washull, S. B., Berry, A. J., Herlocker, C. E. in Abend, T. A. (1999). Individual differences in reactivity to daily events: Examining the roles of stability and level of self-esteem. *Journal of Personality*, 67(1), 185–208.
- Kernis, M. H. (2005). Measuring self-esteem in context: The importance of stability of self-esteem in psychological functioning. *Journal of Personality*, 73, 1569–1605.
- Kernis, M. H., Cornell, D. P., Sun, C-R., Berry, A. in Harlow, T. (1993). There's more to self-esteem than whether it is high or low: The importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(6), 1190–1204.
- Kernis, M. H., Grannemann, B. D. in Mathis, L. C. (1991). Stability of self-esteem as a moderator of the relation between level of self-esteem and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(1), 80–84.
- Kernis, M. H. in Lakey, C. E. (2010). Fragile versus secure high self-esteem: Implications for defensiveness and

- insecurity. V R. M. Arkin, K. C. Oleson in P. J. Carroll (ur.), *Handbook of the uncertain self* (str. 360–378). New York, NY, ZDA: Psychology Press.
- Kernis, M. H., Paradise, A. W., Whitaker, D. J., Wheatman, S. R. in Goldman, B. N. (2000). Master of one's psychological domain? Not likely if one's self-esteem is unstable. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1297–1305.
- Kobal Grum, D. in Avsec, A. (2007). Samospoštovanje [Self-esteem]. V A. Avsec (ur.), *Psihodiagnostika osebnosti [Psychodiagnosics of personality]* (str. 93–102). Ljubljana, SLO: Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.
- Morf, C. C. in Rhodewalt, F. (1993). Narcissism and self-evaluation Maintenance: Explorations in object relations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19(6), 668–676.
- Paradise, A. W. in Kernis, M. H. (2002). Self-esteem and psychological well-being: Implications of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(4), 345–361.
- Raskin, R. in Terry, H. (1988). A principal-components analysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890–902.
- Rhodewalt, F., Madrian, J. C. in Cheney, S. (1998). Narcissism, self-knowledge organization, and emotional reactivity: The effect of daily experiences on self-esteem and affect. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(1), 75–87.
- Roberts, J. E. in Monroe, S. M. (1992). Vulnerable self-esteem and depressive symptoms: Prospective findings comparing three alternative conceptualizations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(5), 804–812.
- Rose, P. (2002). The happy and unhappy faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, 33(3), 379–391.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Skaalvik, E. M. in Hagtvet, K. A. (1990). Academic achievement and self-concept: An analysis of causal predominance in a developmental perspective. *Journal of Personality & Social Psychology*. 58(2), 292–307.
- Waschul, S. B. in Kernis, M. H. (1996). Level and stability of self-esteem as predictors of children's intrinsic motivation and reasons for anger. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(1), 4–13.
- Webster, G. D., Kirkpatrick, L. A., Nezek, J. K., Smith, C. V. in Paddock, E. L. (2007). Different slopes for different folks: Self-esteem instability and gender as moderators of the relationship between self-esteem and attitudinal aggression. *Self and Identity*, 6(1), 74–94.
- Zeigler-Hill, V. (2006). Discrepancies between implicit and explicit self-esteem: Implications for narcissism and self-esteem instability. *Journal of Personality*, 74(1), 119–144.

Dialog s sanjami – Fenomenološka raziskava

Alja Lah^{1*} in Urban Kordeš²

¹Dobrova

²Pedagoška fakulteta, Univerza v Ljubljani

Povzetek: Osnovni cilj raziskave je bil preveriti, kako se spreminjajo vsebina, dinamika in doživljanje sanj, če vanje usmerimo pozornost. Hkrati nas je zanimalo, kako se sanjske vsebine odzivajo na trenutne življenjske okoliščine, predvsem na teoretska pričakovanja sanjalca. Namen raziskave je bilo kvalitativno razumevanje fenomena z očmi tistih, ki so ga doživeli. Zaradi tega je bila kot metodološko orodje izbrana multipla (primerjalna) fenomenološka študija primera. Osem udeležencev smo spremljali v razdobju štirih mesecev, od tega so se drugo polovico časa s sanjami intenzivno ukvarjali. Razdeljeni so bili v tri skupine – glede na interpretacijsko shemo, ki je bila udeležencem predstavljena. Poleg transkriptov fenomenoloških intervjujev so bili analizirani tudi sanjski dnevniki, ki so jih udeleženci vodili ves čas raziskave. Rezultati raziskave se skladajo s Friedmanovo hipotezo o »dialogu s sanjami«: med sanjami in budnim življenjem poteka dvosmerna izmenjava. Pri udeležencih se je pokazalo, da se sanje spreminjajo skladno s pričakovanji sanjalca in njegovimi teoretskimi predstavami. Udeleženci so poročali tudi o vplivu v obratno smer, torej sanj na mišljenje in vedenje. Povečanje pozornosti na sanje je pri udeležencih poleg intenzitete in tipa sanj spremenilo tudi njihovo pomenskost. Med drugim so rezultati pokazali, da je narasel delež eksistencialnih in transcendentnih sanj na račun vsakdanjih sanj.

Ključne besede: sanje, analiza sanj, simboli, fenomenološko raziskovanje, študije primera

Dialogue with dreams – A phenomenological research

Alja Lah¹ and Urban Kordeš²

¹Dobrova, Slovenia

²Faculty of Education, University of Ljubljana, Slovenia

Abstract: The primary purpose of this research was to explore how the content, dynamics and experience of dreams change with increased attention to dreaming. We were also interested in the way dream content is influenced by a person's everyday life circumstances and theoretical concepts about dreams. The purpose of the study was qualitative understanding of phenomenon through the eyes of those who experienced it. Therefore a multiple (comparative) phenomenological case study was chosen. The research employed eight participants who explored their dreams by keeping dream diaries for four months; in the second half of this interval they were also actively involved in their dreams. They were divided into three groups, according to the interpretational scheme presented to them. Dream content and transcribed phenomenological interviews were analysed. The results confirm Friedman's hypothesis about "dialogue with dreams", i.e. the existence of a two-way exchange between dreams and waking life. Dreams of our participants changed according to their expectations and theoretical concepts. Participants also reported changing their thoughts and actions according to their dreams. Paying attention to dreams changed the intensity and type of dreams, as well as dreams' importance to the dreamer. Among other things, the results have shown that the portion of existential and transcendental dreams has risen and the portion of mundane dreams decreased.

Key words: dreams, dream analysis, symbols, phenomenological research, case reports

Raziskovanje sanj

V zadnjih dveh desetletjih se raziskovanju sanj ponovno posveča večja pozornost. Glavni vzrok so nove možnosti raziskovanja fizioloških korelatov sanjanja, ki so se pojavile z razvojem nevroznanosti (Hobson, 2002; Hobson, Pace-Schott in Stickgold, 2000; Solms, 2000), komplementarno s tem pa postajajo vse pomembnejše tudi prvoosebne in fenomenološke raziskave sanj. Kaže se namreč potreba po raziskovanju obeh aspektov sanjanja: fiziološkega in doživljajskega. Razvoj fenomenološkega raziskovanja kot empirične metode je prinesel poskuse raziskovanja fenomena sanjanja »kot se nam kaže« (Galindo, 2008; Kozmova in Wolman, 2006; Madioni, 2005; Schweitzer, 1996), v skladu z idejami Husserlove metode fenomenološke redukcije (Husserl, 1997).

Fenomenološko obarvano raziskovanje sanj se je pojavilo že v 19. stoletju, ko je De Saint-Denis (1867, po Hobson, 1988) zagovarjal prvoosebno raziskovanje sanj. Prakticiral je sistematično samoopazovanje in menil, da bi morali raziskovati sam proces sanjanja in sanje kot take (brez nujnega navezovanja na druge duševne fenomene). Boss (1985) je skladno z eksistencialno fenomenologijo menil, da se je treba med podrobnim raziskovanjem sanj držati fenomena sanj, ne pa iskati skritih pomenov, kot je to poskušal Freud. Tudi Jung je bil mnenja, da je »smiselno več pozornosti posvetiti dejanski obliki in vsebini sanj« (Jung, 2003, str. 30). Hall (1953a) je menil, da bi sama narava sanj lahko služila kot namig o tem, kako se jim približati. Po njegovem so »sanje privatna predstava za sanjalca« (Hall, 1953a, odstavek 4), torej jih lahko najbolje razišče sanjalec sam. Hunt (1989, po Bulkeley, 1997) je poudaril, da celostne slike sanj ne moremo dobiti samo s preučevanjem pacientov ali ljudi v laboratoriju. Da bi spoznali, za kaj pri sanjanju pravzaprav gre, bi po njegovem morali podatke zbirati v antropoloških študijah, sanjskih dnevnikih in domačih sanjah.

V zadnjem času so se razvile tudi metode raziskovanja sanj, ki združujejo tako kvalitativne kot kvantitativne podatke. Primer je Q-metodologija, ki upošteva subjektivnost in edinstvenost doživljanja sanj vsakega posameznika posebej, tako da se od udeležencev zahteva rangiranje zapisov sanj in se jih nato statistično obdela s faktorsko analizo (Parker in Alford, 2010). Drug primer sodobnega raziskovalnega pristopa je delo Domhoffa (1999), ki s pomočjo svojega statističnega programa in baze 20.000 sanjskih poročil kvantitativno analizira vsebino sanj. Še en primer je numerično podprta fenomenologija (Kuiken in Miall, 2001), ki poleg vsebinske analize sanjskih poročil uporablja tudi apliciranje vprašalnikov in na koncu tudi klastersko analizo.

Teorije o funkcijah sanj

Podobno, kot so se razvile raznolike metode raziskovanja sanj, se razlikujejo tudi teoretske razlage njihovih funkcije. O naravi te vloge so mnenja med raziskovalci deljena. Spekter sega od povsem nevroloških do kliničnoterapevtskih razlag. Znotraj kognitivne

nevroznanosti prevladuje mnenje, da je sanjanje epifenomen, ki nima biološke funkcije. Sanje naj bi bile stranski proizvod nevrofizioloških funkcij med spanjem REM (Antrobus, 1993; Crick in Mitchinson, 1995; Flanagan, 1995; Hobson, 2002; Hobson idr., 2000; Solms, 2000). Znotraj psiholoških teorij poudarjajo, da je sanjanje funkcionalno za posameznika, kot pomoč pri psihični adaptaciji na aktualno budno življenje (Hartmann, 2010; Kramer, 1993). Med klinično interpretativnimi teorijami zasledimo pogosta mnenja, da so sanje pokazatelj posameznikove narave in njegovih konceptualnih sistemov (Adler, 1956, po Bulkeley, 1997; Hall, 1953a; Perls, 1970, po Bulkeley, 1997), da nam sanje sporočajo informacije o delu duševnosti, ki naj bi bil prikrit (Freud, 2000a; Jung, 2009), ter tako skrbijo za duševno ravnovesje in razvoj posameznikovih potencialov (Boss, 1985; French in Fromm, 1964, po Bulkeley, 1997; Jung, 2009; Piaget, 1962).

Nekateri raziskovalci pa so mnenja, da sanje lahko prevzamejo vse našteje vloge. Sanje dojemajo kot način mišljenja oziroma mentalnega funkcioniranja (Foulkes, 1999; Hartmann, 2010), ki ima mnogo različnih funkcij in nalog. Hunt (1989, po Bulkeley, 1997) je na primer predpostavljal, da obstaja več tipov sanj, ki se pojavljajo različno pogosto ob različnih priložnostih in časih. Vsak tip sanj zajema drugačno kombinacijo kognitivnih procesov in mogoče tudi različne funkcije. Tudi Busink in Kuiken (1996) sta pokazala, da obstaja več tipov sanj, ki v sanjalcu vzbudijo različne emocije in pustijo različno močan vtis. Hartmann (2010) na sanje gleda kot na skrajno točko kontinuuma mentalnega funkcioniranja in lahko torej podobno kot mišljenje opravljajo različne naloge. Jung sam (2009, str. 42) je dejal, da »njegova teorija niti ni edina možna niti ne razloži popolnoma fenomena sanjskega življenja«. Po njegovem bi bilo neprimerno poskusiti razumeti vse zavestne fenomene, z vidika teorije izpolnitve želja ali instinktivne teorije, in ravno tako malo verjetno je možno skržiti sanjske fenomene na tako preprosto razlago.

Odnos med doživljanjem sanjskih vsebin in budnim doživljanjem

Kakšen fenomen so torej sanje, da dopuščajo toliko interpretativne svobode? Kako to, da jih raziskovalci lahko razlagajo tako različno in so prepričani o svojem prav? Odgovoru na ta vprašanja se je morda približal Friedman (2007), ki je v svojem raziskovanju pomena sanj udeležencem predstavljal različne sanjske teoretike in hkrati opazoval njihove sanje. Izkazalo se je, da se je vsebina sanj udeležencev spreminjala skladno s teorijo, ki jo je takrat predstavil. Zaključil je, da se sanje spreminjajo tako, da se ujemajo s teoretskimi predstavami sanjalca. Predstave lahko izhajajo iz posameznikovih konceptov o sanjah, teorije, po kateri interpretira svoje sanje, ali teorije, ki ji je naklonjen terapevt. Tudi King in DeCicco (2009) opisujeta povezavo med sanjsko vsebino, dnevnimi preokupacijami in koncepti o sanjah.

Friedman (2007) meni, da ta značilnost sanj prepriča vsakega sanjskega teoretika, da je na pravi poti, saj v sanjah vedno najde tisto, kar pričakuje. Po njegovem to pomeni, da so vse teorije o sanjah na neki način pravilne, saj se sanje prilagajajo »jeziku« in »svetu« posameznika. Podobno je Hunt (1989, po Bulkeley, 1997) menil, da imajo vsi teoretiki delno prav, a nobeden ne zavzame dovolj širokega pogleda, da bi v svojo teorijo vključil vso raznovrstnost sanj.

Ne glede na to, kako si razlagamo rezultate Friedmanovih (2007) raziskav, je očitno, da je raziskovanje sanjskih vsebin nemogoče brez razumevanja povezave z vsakdanjim doživljanjem sanjalca. Le raziskovanje povezave lahko pripelje do polnejšega razumevanja obeh udeležencev v sanjskem dialogu: sanjskih vsebin in doživljanja vsakdanjega življenja. Že Jung (2009) in kasneje tudi Friedman (2007) sta omenjala, da so sanje v konstantnem dialogu z našo zavestjo. Ideja, da lahko razumevanje celotnega dialoga pripelje do popolnejšega razumevanja sanj in sanjalca, je bila osnovni povod za tvorbo naših raziskovalnih vprašanj, saj še v nobeni raziskavi ni bila dokončno potrjena.

Namen raziskave

Preveriti smo želeli, ali sanje lahko spreminjajo svojo obliko in funkcijo, da ustrezajo trenutnim življenjskim okoliščinam in teoretskim pričakovanjem sanjalca. Naše prvo raziskovalno vprašanje je bilo tako usmerjeno v iskanje razlik v vsebini sanj, glede na različne predstave oziroma koncepte o sanjah.

Obstajajo indici (Friedman, 2007), da se sanje na opazovanje odzivajo, kar pomeni, da jih ne moremo obravnavati kot neodvisen, od raziskovalca ločen fenomen. De Saint-Denis (1867; po Hobson, 1988) je na primer pokazal, da lahko pridobimo globlji dostop (boljše pomnjenje, možnost upravljanja sanj) do sanj že samo s tem, da jim posvetimo pozornost. Tudi Freud je opazil, da »število sanj, ki se jih človek spomni, ko se zbudi, znatno naraste pri vsakomur, ki se ukvarja s sanjami« (Freud, 2000a, str. 517). Temu je bilo posvečeno drugo osrednje raziskovalno vprašanje: ali oziroma kako se spreminjajo vsebina sanj, dinamika in intenziteta doživljanja sanj, če vanje usmerimo pozornost?

Metoda

Izbira metode

Ocenili smo, da je kvalitativno fenomenološko raziskovanje ustrezen pristop za odgovor na naša raziskovalna vprašanja, ker omogoča raziskovanje in upoštevanje obeh vidikov sanjskega dialoga: vsebine sanj ter doživljanja sanjalca. Sanjanje je privatno, subjektivno doživetje, ki ga ni možno direktno opazovati (Strauch in Meier, 1996). V prostih zapisih sanj se ljudje večinoma osredotočajo na konkretne opisne značilnosti sanj (kje, kdaj, kaj, kdo; Kahan in LaBerger, 1996, str. 237), kar

pa raziskovalcem ne omogoča prepoznavati doživljanje sanjalca. Purcell, Moffitt in Hoffmann (1993) so poudarili, da nekateri aspekti subjektivnega doživljanja v spontanih opisih sanj niso najbolje zajeti. V skladu z ugotovitvami drugih avtorjev (Montangero, Pasche in Willequet, 1996) smo upali, da nam bo fenomenološki intervju kot raziskovalna metoda pomagal do subtilnejšega opisa sanjskega in budnega doživljajskega sveta udeležencev. Tako dobljeni rezultati namreč pripomorejo k razumevanju fenomena z očmi tistih, ki so ga doživeli (Patton, 2002).

Fenomenološki pristop se razlikuje od vseh drugih v tem, da je njegov cilj opisovati in ne razlagati (Kotnik, 2003). Pozornost je torej preusmerjena iz vprašanja, kaj in zakaj doživljamo, v vprašanje, kako to doživljamo (Petitmengin, 2006). Pri tem nam pomaga fenomenološki intervju, kjer »raziskovalec poskuša s svojimi vprašanji odpirati prostor sogovorncu« (Kordeš, 2008, str. 19). Dialog usmerja v teme, ki so za udeleženca najbolj žive in niso nujno vnaprej predpostavljene, s tem omogoča širjenje zavedanja njegovega doživljanja. Še posebej pomembno je, da je raziskovalec čim bolj odprt, vnaprej ustvarjene sodbe, ideje, prepričanja, pričakovanja pa pusti ob strani oziroma jih postavi v oklepaj (Kotnik, 2003).

Fenomenološko raziskovanje kot empirično raziskovalni pristop se zanima za doživljanje raziskovanih fenomenov, ne da bi se spraševali o »iluziji« ali »resničnosti« njihovega obstoja (Kotnik, 2003). Glede na splošno sprejeto mnenje, da so sanje »mentalni doživljaj oziroma halucinacija« (Hobson idr., 2000, str. 3), se v tem primeru torej izognemo spraševanju po izvoru ali pomenu sanj. Posvečamo se vprašanju, kako sanje doživlja posameznik in kaj pomenijo zanj osebno.

Za fenomenološke študije je značilno majhno število udeležencev (Creswell, 2009), saj ne upamo na posploševanje podatkov, temveč na iskanje značilnih vzorcev in opisa dinamike dogajanja (Mesec, 1997). Kljub temu se marsikdaj izkaže, da so doživljajski podatki, pridobljeni z metodo individualnega, poglobljenega (torej ponavljajočega se in odprtega) raziskovanja, presenetljivo splošni. Omejevanje števila udeležencev raziskovalcu omogoča, da lahko vsakemu udeležencu posveti več časa, kar pripomore k ohranitvi informacijsko bogatih podatkov (Alderson, 2004), ki pa se lahko izkažejo kot ključni za razumevanje kompleksnosti sanjanja. S takim pristopom k sanjam ne moremo upati na indukcijo spoznanj, lahko pa pomagajo pri določitvi temeljnih strukturnih elementov, ki bodo morda nekoč pripeljali do uspešnejših kvantitativnih raziskav (Kordeš, 2009). V pričujoči raziskavi smo poskušali zagotoviti konstruktno veljavnost s tem, da smo natančno in razvidno opisali postopek, da smo postopno razvijajoča se razmišljanja in opazovanja opisali v nastajanju in vsako ugotovitev razvidno utemeljili v elementih empiričnega gradiva (Mesec, 1997). Pred natančnim opisom uporabljene metode je smiselno na kratko opisati odnos raziskovalcev do raziskovalnega področja. Raziskovalni tim sta sestavljala: raziskovalka, ki je že nekaj let zbirala in brala literaturo s področja psihologije sanj, in raziskovalec – kognitivni

znanstvenik in fenomenolog s preglednim poznavanjem nevropsiholoških študij lucidnega sanjanja, vendar brez raziskovalnih izkušenj s tega področja. Raziskovalca sta si delila zanimanje za področje, obema se je zdela Friedmanova hipoteza o dialogu s sanjami smiselna in verjetna (Friedman, 2007).

Udeleženci

V raziskavi je sodelovalo osem udeležencev; pet žensk in trije moški, starih od 25 do 30 let, trije so bili redno zaposleni, eden je bil študent, štirje pa so bili v obdobju zaključka študija in iskanja službe. Udeleženci so bili izbrani priložnostno. Pogoja za vključitev v raziskavo sta bila, da se udeleženci pred tem s sanjami še niso ukvarjali ter da jih raziskovanje sanj in sodelovanje v raziskavi zanima. To je nadvse pomemben dejavnik v vseh fenomenoloških raziskavah, saj so udeleženci tudi sami na neki način raziskovalci. Nadvse zaželeno je, da pokažejo zanimanje za raziskovalni proces, saj ta od njih nemalokrat zahteva, da žrtvujejo svoj čas in dovolijo, da raziskovalec vstopi v njihov zasebni prostor.

Postopek raziskave

Raziskava je imela dve fazi, ki sta se razlikovali po intenzivnosti, s katero so se udeleženci ukvarjali s sanjami. Vsaka faza je trajala približno dva meseca. V prvi fazi raziskave so se udeleženci ukvarjali s sanjami pasivno. Dobili so nalogo, da v sanjski dnevnik zjutraj zapišejo svoje sanje, če se jih spomnijo. V drugi fazi so se udeleženci ukvarjali s sanjami aktivno. Še naprej so si jih na enak način zapisovali v sanjski dnevnik, poleg tega pa je bil z vsakim od njih enkrat na teden izveden intervju o vsebini sanj po načelih fenomenološkega intervjuja. Dobivali so tudi različne naloge, kako sanje priklicati ali si jih bolje zapomniti.

V drugi fazi raziskave so bili udeleženci razdeljeni v tri skupine, ki smo jih imenovali: fenomenološka skupina, Freudova skupina in Jungova skupina. Pogovori vsake od teh skupin so imeli drugačno vsebino. Z udeležencema fenomenološke skupine (Ivan in Ana) je raziskovalka opravila fenomenološke intervjuje, usmerjene v doživljanje in osmišljanje sanjskih vsebin. Pri tem je poskušala svoje koncepte »dati v oklepaj«, ju pozorno poslušati in voditi pogovor v smer, ki se ji je zdela najbolj živa za sogovorca. Udeležence Freudove skupine (Maja, Klara in Sergej) je poleg intervjuvanja o vsebini sanj poučevala o Freudovi teoriji sanj in jih seznanjala s pripadajočo sanjsko simboliko. Sledeč njegovemu konceptualnemu sistemu je z udeleženci tudi poskušala ustrezno interpretirati njihove sanje. Poleg tega smo jim priskrbeli literaturo o Freudovi teoriji. Podobno je potekalo delo z udeleženci Jungove skupine (Tina, Valerija in Jure), le da je raziskovalka njim predstavljala Jungovo sanjsko teorijo in simboliko. Udeleženci so bili seznanjeni z vsemi podrobnostmi raziskave, z izjemo tega, da so razdeljeni v različne skupine.

V treh časovno različnih stadijih raziskave so bili z udeleženci izvedeni delno strukturirani intervjuji,

katerih namen je bil raziskati doživljanje in koncepte udeležencev ter njihov odnos do sanj. Delno strukturirani intervju omogoča fleksibilnost pri postavljanju dodatnih vprašanj, kar pripomore k pridobivanju poglobljenih podatkov (Schulte, 2008). Tudi ti so bili zasnovani kot fenomenološki intervju. Prvi intervju je bil izveden pred začetkom raziskave. Drugi intervju je bil izveden po končani prvi fazi raziskave, ko so se udeleženci dva meseca pasivno ukvarjali s sanjami. Tretji intervju je bil izveden po končani drugi fazi raziskave, ko so se udeleženci dva meseca aktivno ukvarjali s sanjami. Vse intervjuje je vodila ista raziskovalka.

Pripomočki

Udeleženci so pisali sanjske dnevnike, kamor so zapisovali svoje sanje vsakič, ko so si jih zapomnili. V drugi fazi raziskave je bila ob vsakem intervjuju izpolnjena tabela z vnaprej določenimi kategorijami, ki je bila pripravljena v skladu z vsebinsko analizo sanj po Domhoffu (1999). Kategorije so bile: ljudje, živali, predmeti ali simboli, situacije ali dogodki, pojmi, prostor, čas, čustva in občutki med sanjami ter zjutraj, senzorne zaznave (vid, sluh, vonj, okus, dotik, gibanje), predvedenje, misli, perspektiva, stopnja realnosti.

Postopek analize delno strukturiranih intervjujev

Transkribirani zvočni posnetki intervjujev so bili obdelani po načelih kvalitativne vsebinske analize Glaserja in Straussa (1967) ter Flicka (2006). Kot tehnična pomoč pri kodiranju je bil uporabljen računalniški program za analizo kvalitativnih podatkov NVivo (2006).

Na začetku je bila opravljena podrobna analiza rezultatov ene udeleženke po postopku teoretičnega kodiranja (Glaser in Strauss, 1967). Ta vsebujetri faze: odprto kodiranje (pripisovanje kod različnih ravni abstraktnosti posameznim delom besedila v slogu možganske nevihte, kar pripomore k ohranjanju ustvarjalnega duha ob prvem stiku s snovjo (Mesec, 1997), osno kodiranje (združevanje kategorij v bolj abstraktne kategorije in vzpostavljanje hierarhije) in odnosno kodiranje (identificiranje osrednje teme in odnosov med kategorijami). Pri postopku odprtega kodiranja sta sodelovala oba raziskovalca, začel pa se je, že preden so bili opravljeni vsi intervjuji. Kodiranje je bilo delno deduktivno in delno induktivno: nekatere kategorije so bile vnaprej določene s teoretskim okvirom raziskave (dialog s sanjami, koncepti o sanjah, odnos do sanj, pomnjenje sanj, zapisovanje sanj, občutja, povezana s sanjami, karakteristike sanj, pridobitve iz sanj, vsebina sanj), pri formiranju drugih kategorij pa smo poskušali zajeti novo odkrite nepredvidene vsebine. Ena enota kodiranja je lahko spadala v več kategorij.

Rezultat poglobljene analize enega primera je bil sistem kategorij, na osnovi katerega je bila v naslednjem koraku izvedena analiza ostalih primerov in primerjava med njimi. Analize intervjujev drugih udeležencev so bile opravljene po postopku tematskega kodiranja (Flick, 2006). Ta metoda, ki je posebej primerna za primerjalne

študije, predvideva uporabo enakih kategorij (v našem primeru rezultatov analize prvega primera), kljub temu pa smo odprti za podatke, ki bi morebiti zahtevali tvorbo novih kategorij.

Postopek analize vsebin sanj

Tudi pri analizi vsebine sanj smo kategorije določili vnaprej, tako da so omogočale čim boljše primerjavo med primeri. Kodirali smo po treh oseh: tipologija sanj (po Businku in Kuikenu, 1996), emocije ter »jungovski« in »freudovski« simboli.

Emocije v sanjah

Emocije smo delili glede na valenco in intenziteto. Upoštevali smo samo neposredno omembo emocij v zapisih sanj (neprijetne emocije: strah, jeza, gnus, žalost; prijetne emocije: veselje, navdušenje, mirnost; močne emocije: kadar je udeleženec posebej poudaril, da je emocionalna komponenta igrala zelo pomembno vlogo v določenih sanjah).

Tipi sanj

Sanje smo razvrstili v skladu s tipologijo, ki sta jo Busink in Kuiken (1996) empirično oblikovala z metodo numerično podprte fenomenologije. Kuiken in sodelavci so za raziskovanje doživljanja sanj uporabljali vprašalnike. V članku (Kuiken, Lee, Eng in Singh, 2006) pa ugotavljajo, da bi bile manj strukturirane oblike zbiranja podatkov verjetno primernejše. Naša raziskovalna metoda, uporaba delno strukturiranih intervjujev, sledi tem predlogom.

Omenjena klasifikacija loči naslednje tipe sanj, vsakega od teh karakterizira njegov značilni profil emocij, občutkov, ciljev, skrbi, stilov gibanja, senzoričnih fenomenov, samorefleksije ter poteka sanj:

- nočne more ali anksiozne sanje: močan strah in izogibanje bolečini, živi slušni in vohalni fenomeni, fizične metamorfoze. Posledice v budnosti: opreznost in strah glede nevidnih nevarnosti;
- eksistencialne sanje: močna žalost, neučinkovito gibanje, teme separacije, izgube ter osebne integritete, močni in jasni telesni občutki, spontano spreminjanje emocij. Posledice v budnosti: refleksija emocij, katerih si pred tem ni upal priznati;
- transcendentalne sanje: zanesenost, čudenje, magični dosežki, nenavadni izvori svetlobe, spremembe v vizualno prostorski orientaciji. Posledice v budnosti: konsideracija pred tem ignoriranih spiritualnih možnosti;
- alienacijske sanje: emocionalno vznemirjenje in skrbi glede interpersonalne učinkovitosti;
- vsakdanje sanje: v primerjavi s prejšnjimi niso nič posebnega in jih hitro pozabimo.

Sanje z vsaj tremi značilnostmi določenega tipa so bile uvrščene med ta tip. Sanje z manj kot tremi značilnostmi

katerakoli tipa sanj pa so bile uvrščene med vsakdanje sanje.

Simboli v sanjah

Sestavili smo seznama vsebin sanj in simbolov, ki se najpogosteje in najznačilneje pojavljajo v Freudovi in Jungovi literaturi (Freud, 2000a, 2000b; Jung, 2003, 2009). Pri tem smo si pomagali s Hallovim izčrpnim seznamom psihoanalitičnih simbolov (Hall, 1953b). Ta seznama smo uporabili za kategorizacijo elementov iz sanjskih poročil.

Elemente v posameznih kategorijah (freudovski simboli, jungovski simboli, neprijetne emocije, prijetne emocije, močne emocije, pet tipov sanj) smo sešteli, tako da smo dobili vsote vseh elementov v kategoriji za vsakega udeleženca posebej in za vsako fazo raziskave posebej (1. in 2. faza). Iz teh vsot so bili, sledeč vsebinski analizi sanj (Domhoff, 2002), izračunani deleži tipov sanj in simbolov (npr. št. jungovskih simbolov / št. vseh simbolov) ter povprečno število emocij in simbolov v sanjah (npr. št. jungovskih simbolov / št. vseh sanj). Omenjeni indeksi ilustrirajo pogostnost pojavljanja določenih kategorij v doživljanju naših udeležencev in razmerja med njimi.

Rezultati in razprava 1: Proces ukvarjanja s sanjami

Zbrano gradivo smo analizirali z namenom, da bi – skladno z raziskovalnim vprašanjem – zaznali morebitne spremembe doživljanja sanjskih vsebin pri povečani pozornosti procesu sanjanja. Glavni cilj analize je bilo odnosno (v našem primeru kronološko) kodiranje izbranih doživljajskih kategorij (emocije, tipi, simboli). Rezultati tega procesa so – skupaj z razpravo – prikazani v naslednjem poglavju.

Pri kvalitativnem raziskovanju se večkrat primeri, da med analizo pridemo do ugotovitev, po katerih se nismo spraševali. V našem primeru je kodiranje besedila pripeljalo do spoznanj, ki omogočajo vpogled v nekatere aspekte raziskovanja sanj oziroma dela s sanjami. V tem poglavju opisujemo izbrana spoznanja, ki niso neposredno vezana na raziskovalna vprašanja, vendar se nam zdijo ravno tako pomembna. Povezana so s pomnjenjem sanjskih vsebin, z vlogo soraziskovalca v fenomenološkem raziskovanju ter s spreminjanjem odnosa do sanj skozi proces njihovega opazovanja.

Poročanje o sanjah

Kodiranje transkribiranih poročil udeležencev je pripeljalo do identifikacije 36 tem, med katerimi so se najpogosteje pojavljale: pomnjenje, zapisovanje in poročanje o sanjah.

Udeleženci, ki so v intervjujih poročali o večji motivaciji in želji po ukvarjanju s sanjami, so si jih zapomnili več kakor pred raziskavo. Pomen motivacije za pomnjenje sanj je identificiral že Freud (2000a), potrdila pa so ga nevrološka raziskovanja Solmsa (2000), ki kažejo, da

poškodba možganskih predelov, odgovornih za motivacijo, popolnoma eliminira sanje (oz. spomine). Belicki (1987, po Bulkeley, 1997) je podrobneje identificiral dejavnike, ki vplivajo na pomnjenje sanj. Ugotavlja na primer, da se spomin za sanje pogosto izboljša v obdobjih močnejšega stresa. Ta učinek naj bi bil še posebej opazen pri ženskah. Naši podatki te ugotovitve ne potrjujejo (med potekom raziskave so tri udeleženke poročale o stresu zaradi trenutnih osebnih okoliščin, ravno v tem obdobju pa se je število zapomnjenih sanj pri njih zmanjšalo), vendar pa nimamo dovolj natančnih podatkov o osebnem počutju, da bi lahko o tem dovolj utemeljeno sodili.

Zapisovanje sanj se je vsem udeležencem zdelo težavno in časovno potratno. Predvsem se jim je zdelo problematično verbalizirati sanjske spomine in z njimi povezane občutke.

»Kaj pa takrat, ko ne moreš verbalizirat sanj? Ko so samo kakšni občutki, liki, barve, ampak jih ne znaš.« (Valerija)

Zaradi frustracije pri opisovanju celostnega občutka, ki so ga pustile sanje, se je nekaterim zapisovanje zdelo nesmiselno.

»Ful se razblini občutek, ki si ga imel o sanjah, če jih zapišeš. Vedno bolj ko pišeš, vedno bolj ugotavljaš, da ne moreš zapisat res tistega občutka, ki si ga imel, in da opisuješ itak samo neke banalne stvari, ki niso zares bistvene. In pol sem čisto zgubila motivacijo ... Če sanj ne zapišeš, ti pustijo avtentičen medel občutek. Če pa jih zapišeš, jih nepristno urediš.« (Tina)

Kljub neprijetnostim procesa zapisovanja se je izkazalo, da je ta del ukvarjanja s sanjami bistven. Nekateri udeleženci so poročali, da se ob zapisovanju sanj sproti spominjajo dodatnih podrobnosti.

Beleženje sanjskih vsebin je konstruktiven proces. Nobenega načina ni, da bi lahko jasno razločili dejansko sanjsko vsebino od interferenc, ki so posledica procesa pomnjenja (ki je spet nadalje obarvano s pričakovanji, koncepti, motivi itd.) in verbalizacije. Fenomenološki način raziskovanja dopušča raziskovanje sanj kot »se kažejo«, s hkratnim zavedanjem pomembnosti konteksta, odnosa in motivov.

Fenomenološki dialog – odpiranje dodatnega prostora za osmišljanje sanjskih vsebin

Primerjava odgovorov udeležencev iz prvega (pred raziskavo) in drugega intervjuja (po pasivni fazi raziskave) je pokazala, da ni prišlo do velikih sprememb v doživljanju sanj in odnosu do sanj. Šest udeležencev je poročalo, da je bistveno razliko v njihovem odnosu do sanj prinesel dialog o sanjah (v drugi fazi raziskave). Nekateri so spremembo opisali na način, da je treba postaviti »pravo vprašanje«, ki pripomore k osmišljanju sanjske vsebine.

To kaže na pomembnost soraziskovalca, ki omogoča širjenje zavedanja sanjalčevega doživljanja. S svojimi vprašanji mu pomaga »odkriti« področja doživljajskega sveta, ki se jih morda prej ni zavedal ali pa morda samo ni znal pogledati v pravo smer (Kordeš, 2009).

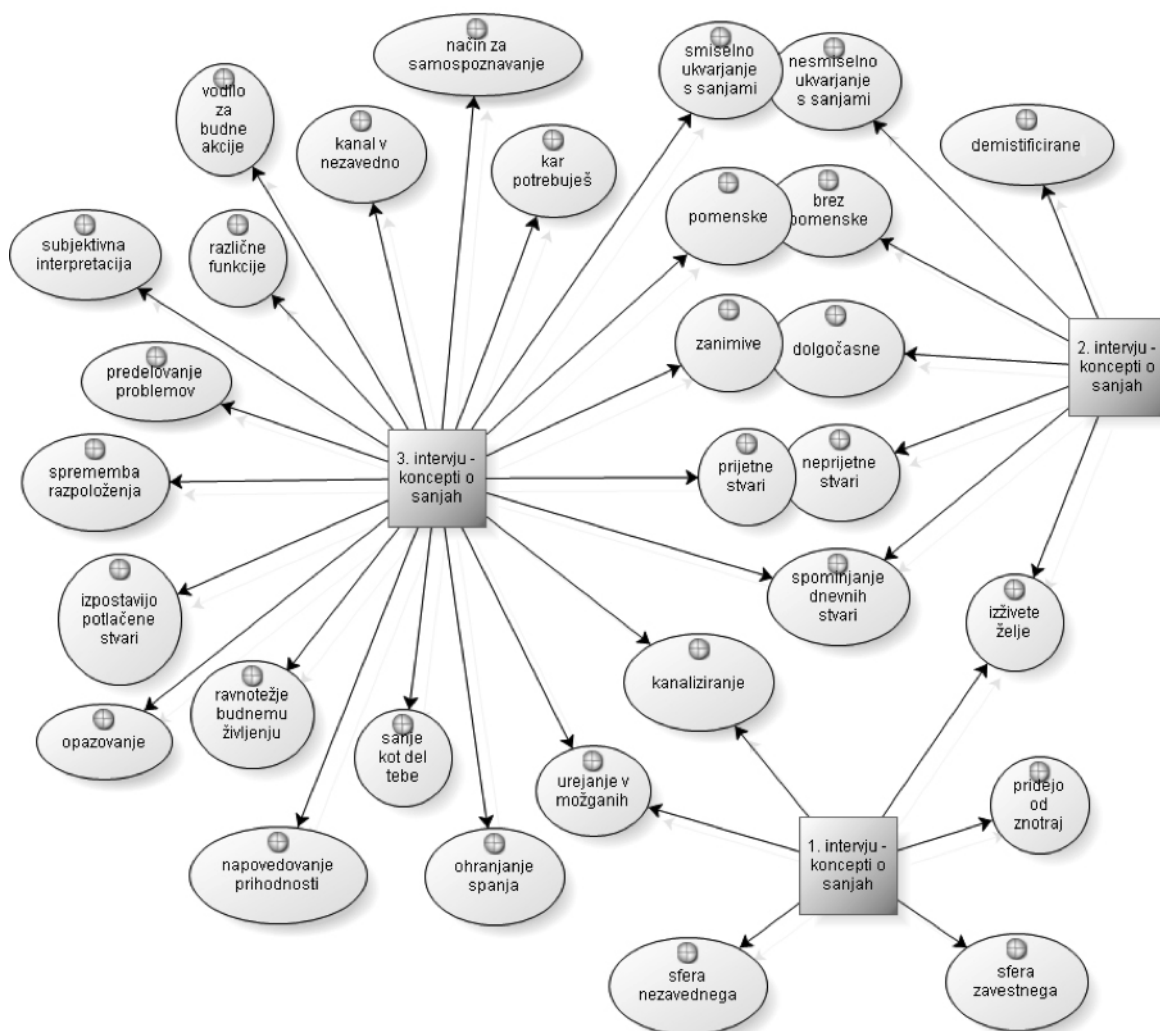
»Ko si mi ti povedala, v bistvu si me bolj vodila čez vse to, vedela si, katera vprašanja postaviti, vedela si, v katero smer. Takrat sem več razmišljala. Poskušala sem tudi sama, sicer ne vztrajno, nisem pa prišla do nekih zaključkov.« (Klara)

Kaže, da se je posvečanja pozornosti sanjam treba naučiti, saj nas vsakodnevno življenje ne spodbuja, da bi to področje razvijali. Boss (1985) je bil mnenja, da je doživljanje sanj samo drugačen način doživljanja sveta in je oboje enako vredno naše pozornosti. Poudarjal je, da naučeno razmišljanje in gledanje na stvari osiromaši naše doživljanje sveta, delo s sanjami pa lahko to popravi. V ljudstvu Senoi na primer otroke že od malega učijo posvečati pozornost sanjam, saj imajo te v njihovi kulturi veliko vrednost. Z namenom spoznavanja smiselnosti ali možne vrednosti sanjanja, bi se bilo morda treba začeti ozirati po tem delu doživljanja. Še prej pa bi se bilo treba naučiti, kam pogledati in v kaj usmeriti pozornost. Tega so se udeleženci naučili v drugi fazi raziskave in spoznali, da lahko s posvečanjem pozornosti sanjam marsikaj pridobijo, kot je že v 19. stoletju pokazal tudi de Saint-Denis (1867, po Hobson, 1988).

Spreminjanje konceptov o sanjah skozi raziskavo

S programom NVivo je bil ustvarjen primer »zemljevida« konceptov (slika 1), ki prikazuje spreminjanje odnosa do sanj pri udeleženci Tini skozi tri intervjuje (pred začetkom raziskave, po prvi – pasivni – fazi in ob koncu, po drugi fazi oz. dvomesečnem aktivnem ukvarjanju s sanjami). Prikazani koncepti so kode prvega reda (parafraze izjav udeleženke). Sprememba je tako kvantitativna – v količini konceptov – kot kvalitativna – različni koncepti. Količina konceptov po končani drugi fazi (v tretjem intervjuju) verjetno kaže na povečano pozornost, ki jo je udeleženka v drugi fazi posvečala sanjam. Nekaj konceptov iz prvega in drugega intervjuja se je ohranilo, nekaj konceptov iz drugega intervjuja pa se je spremenilo. V drugem intervjuju, torej po dveh mesecih pasivnega ukvarjanja s sanjami (samo zapisovanje sanj), je imela pretežno negativen odnos do sanj, sanje so bile zanjo »brezpomenske«, »dolgočasne«, »nesmiselne« itd. V tretjem intervjuju po dvomesečnem aktivnem ukvarjanju s sanjami se je odnos spremenil. Sanje je začela videti kot »pomenske«, »zanimive«, »smiselne«.

»V prvi fazi, ko sem jih samo zapisovala, sem si mislila, ok pač, kar nekaj se dogaja, stalno se neki dogaja, pa brez veze, ane. Zdaj je pa moj odnos bolj: imam čisto rada svoje sanje, v redu so take, kot so, so v resnici še celo zanimive.« (Tina)



Slika 1: Spreminjanje konceptov o sanjah skozi tri intervjuje.

Podobne spremembe smo opazili tudi pri drugih udeležencih: večina je postopoma začela odkrivati smisel v dialogu s sanjami. Vedno intenzivnejše posvečanje pozornosti sanjam je odprlo nova področja doživljanja. Splošna percepcija tega področja je bila, da skriva velike potenciale za samospoznavanje in kreativno reševanje problemov.

»Se pravi malo drugače pogledat na situacijo kot tako, ki se mi trenutno dogaja, malo drugače pogledat na osebe, kako jih doživljam, da ni tisto, kakor si jaz razlagam v budnem življenju, edino, pa da lahko še drugače dojemam osebe. Predvsem res te poglede iz druge plati, to mi je bilo ful všeč, k ti odpre obzorje.« (Valerija)

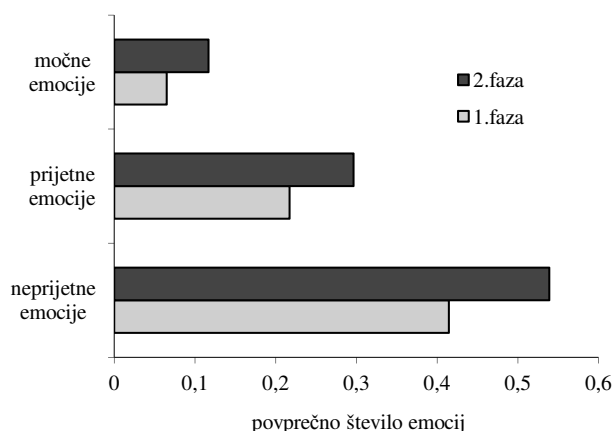
»Po moje če bi še celo to naredila, spravila vse nasvete sanj v akcijo, bi bilo pač še ful boljše. Je pa gotovo nekaj, kar ti vsaj da mislit, če ne drugega.« (Tina)

Rezultati in razprava 2: Dialog s sanjami

Zaključek prejšnjega poglavja kaže na to, da ukvarjanje s sanjami vpliva na »budni« del »sanjskega dialoga«, torej na koncepte in sploh na odnos do sanj. V tem poglavju bomo na podlagi rezultatov analize sanjskih dnevnikov in fenomenoloških delno strukturiranih intervjujev poskušali orisati vplive na »sanjsko« stran: kako se spreminjajo vsebine, dinamika in intenziteta doživljanja sanj. V analizi smo se osredotočili na tri glavne kategorije doživljajskih vsebin: emocije, tipologijo in sanjsko simboliko.

Emocije v sanjah

Ob vsakem poročilu o sanjah so udeleženci poročali, ali so vsebino sanj spremljale emocije in kakšna je bila njihova valenca. Po mnenju udeleženke Ane je emocionalni vidik sanj celo pomembnejši kakor kognitivni.



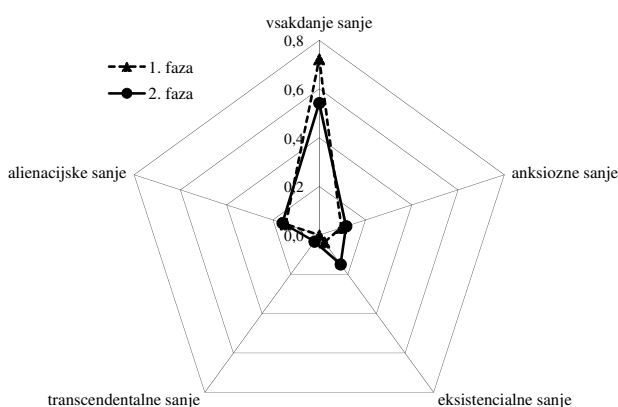
Slika 2: Povprečno število emocij v sanjah v 1. in 2. fazi raziskave.

»Ja, mislim, da sem prvič govorila bolj o nekem kognitivnem nivoju, zdej se mi zdijo pa ful emocionalne (sanje). Da mogoče je to razlika. Da mogoče je tist celo bolj irelevantno, dejansko kaj se ti prikazuje, kot neki občutki, ki jih doživljaš, da je temu bolj za zaupat pa se temu bolj treba posvečat.« (Ana)

Pri udeležencih so v povprečju prevladovala neprijetne emocije (slika 2), kar je skladno z rezultati drugih raziskovalcev (Hall, 1953a; Domhoff, 1999). V drugi fazi raziskave (torej ob intenzivnejšem ukvarjanju s sanjami) se je povečalo povprečno število vseh emocij (slika 2).

Tipi sanj

Kot rečeno, smo razdelili sanje na pet tipov s pomočjo izbrane tipologije (Busink in Kuiken, 1996). Da bi ugotovili, kako na sanjske vsebine vpliva ukvarjanje s sanjami, je bila izvedena primerjava porazdeljenosti po tipih med prvo in drugo fazo. Na splošno so bile sanje v drugi fazi bolj izoblikovane, izrazitejše, raznovrstnejše, v njih so se pojavljale močnejše emocije.



Slika 3: Razporeditev deležev tipov sanj v 1. in 2. fazi raziskave.

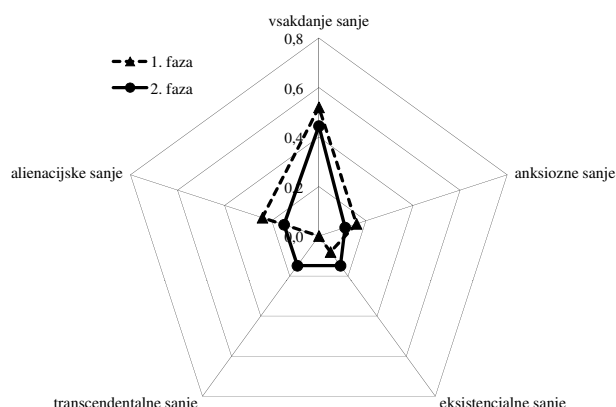
V povprečju je opazen upad vsakdanjih sanj ter porast eksistencialnih in transcendentalnih sanj iz prve v drugo fazo raziskave. Kljub upadu pa je delež vsakdanjih sanj še vedno prevladoval (slika 3).

Delež anksioznih in alienacijskih sanj sta se, odvisno od udeleženca, večala ali manjšala (slika 4), v povprečju pa sta ostala enaka v prvi in drugi fazi (slika 3). Zanimivo se je delež alienacijskih sanj, v katerih se pojavljajo teme interpersonalne učinkovitosti in zavrnitve, močno povečal pri dveh udeleženkah, ki sta bili v tistem času zaskrbljeni glede novega in negotovega partnerstva.

Delež eksistencialnih in transcendentalnih sanj se je pri udeležencih v povprečju povečal (slika 3). Raziskave so pokazale, da eksistencialnim sanjam, v katerih se pojavljajo teme izgube ljubljenih oseb, bolezni in separacije, v budnosti sledi kombinacija globokega samozavedanja, eksistencialne zaskrbljenosti, prostorsko in časovno neomejenega občutka življenja v vseh stvareh ter rekonstrukcija osebnih vrednot in smisla življenja. Transcendentalnim sanjam, v katerih se pojavljajo magične in vesele teme, pa sledi zanesen, spiritualen občutek osvoboditve od vsakodnevnih misli in težav (Busink in Kuiken, 1996; Kuiken idr., 2006; Kuiken in Sikora, 1993). Udeleženci te raziskave so poročali o zelo podobnih občutkih in mislih, ki so jih spodbudile sanje. Dobili so uvide v svojo življenjsko situacijo, spoznali so, kaj je zanje zares pomembno. Skozi take in podobne teme so dobili poglobljeno zavedanje o sebi in svetu. Vse to kaže na verjetno povezavo med spremenjenimi vrstami sanj in osebnimi spremembami udeležencev. Nekaj primerov takih uvidov:

»Tiste sanje, v katerih je umrl, so ble res grozne! Ampak zdaj sem si oddahnila, ker vem, da se kaj takega lahko zgodi in da me to ne bo ubilo, življenje bo šlo naprej.« (Valerija)

»Potem se mi je pa ta element zdel ful bolj pomemben, to, da sem pač bila noseča (v sanjah) in da sedaj to pomeni, da ne kadim: in kaj to pomeni o meni, ali si upam, ali si ne upam, zaradi



Slika 4: Razporeditev deležev tipov sanj v 1. in 2. fazi raziskave pri udeležencu Ivanu.

česar si ne upam? ... to se mi zdijo taka ful dobra vprašanja.» (Tina)

»Dobiš nek drug pogled na stvari, k se ti dogajajo, ne pa samo tisto, kar se ti na prvi občutek zgodi, da se bolj poglobiš, pa iz čist drugega vidika.« (Jure)

Videti je, da je večja pozornost sanjam pripeljala do eksistenčno pomembnejših sanjskih izkušenj udeležencev. Gre za spremembo sanj ali za spremembo odnosa do sanj? Morda so se udeleženci naučili drugače gledati na neprijetne sanje. Ne kot nekaj strašnega, temveč kot nekaj vrednega razmisleka. Po mnenju štirih udeležencev so bile sanje v drugi fazi »prizanesljivejše«. Neprijetne sanje so v tem času pogosto razumeli kot opozorilo ali sporočilo, ki jim lahko pomaga. Tudi Kuiken je pokazal, da nekatere nočne more za sanjalce niso stresne, temveč imajo lahko konstruktivne učinke (Kuiken idr., 2006).

»Ja, mati je v sanjah umrla brez slovesa, to je bilo eno tako sporočilo, da se premalo vidimo, in sem jo potem poklicala.« (Valerija)

Če vse doslej povedano povzamemo, ugotovimo, da so bile spremembe v doživljanju udeležencev in vsebini sanj povezane s povečanjem zanimanja za sanje, spremenjenimi predstavami o sanjah in spremembami v trenutnih življenjskih situacijah. Pri nekaterih udeležencih, iz poročil katerih smo zaznali, da se jim ni povečal interes za ukvarjanje s sanjami, se tipologija sanj ni bistveno spremenila, pri udeležencih, ki so poročali o večjem interesu, pa se je bistveno spremenila. Iz tega sklepamo, da sta želja in zanimanje bistvena faktorja pri ukvarjanju s sanjami.

Previsoka pričakovanja od sanj lahko pripeljejo do razočaranja, z besedami Klare »sanje ne dajejo hitrih odgovorov«. Udeleženci, ki so imeli pozitiven odnos do sanj in so verjeli, da imajo sanje pomen, so ukvarjanje s sanjami doživljali kot precej bolj smiselno in so tudi več pridobili od tega. Njihova življenjska situacija in vsakdanji dogodki so vplivali na tipe sanj in prevladujoče vsebine, ki so se pojavljale v nekem obdobju. Kot se je izkazalo, pa so tudi predstave o sanjah vplivale na vsebino sanj in njihovo razumevanje.

Predstave o sanjah

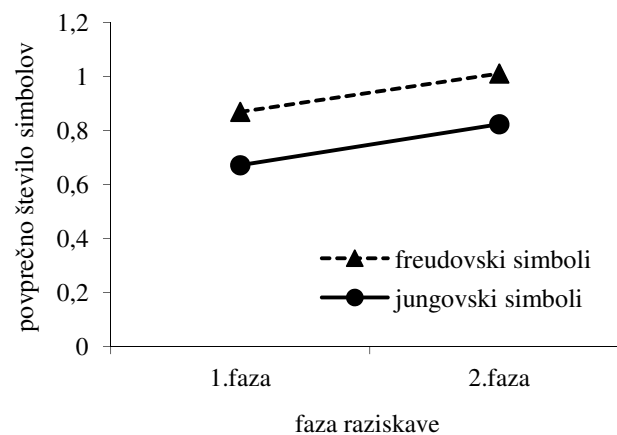
Da bi zaznali vpliv predstav in modelov o sanjah na njihovo vsebino, smo v drugi fazi raziskave razdelili udeležence v tri skupine: od teh smo pri dveh v pogovore o sanjah vključili nekaj poučevanja o Freudovih oziroma Jungovih interpretacijah in simbolih. S člani prve skupine smo poskušali interpretirati njihove sanje po Freudovih načelih, s člani druge skupine po Jungovih, člane tretje skupine pa smo samo spraševali o sanjskih vsebinah in njihovem doživljanju, ne da bi jim ponudili kakršnokoli interpretacijo.

Zanimalo nas je torej, ali in kako se v sanjskih vsebinah zrcalijo sanjalčevi koncepti in predstave o

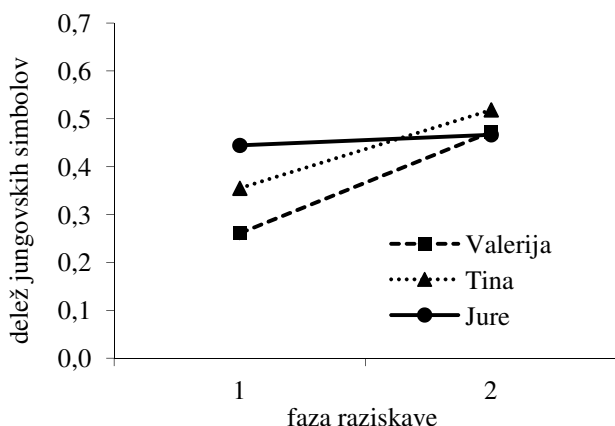
sanjah. Kot rečeno, smo na podlagi seznamov freudovskih in jungovskih simbolov kategorizirali elemente iz sanjskih poročil. Na tej točki je treba pojasniti, da smo – v skladu s fenomenološkim okvirom raziskave – poskušali opazovati sanje, »kot se kažejo«, kar pomeni, da smo se odrekli interpretacijam vseh vrst. Za nas sta bila seznama sanjskih simbolov le nabora tem, ki so značilne za enega od dveh izbranih interpretativnih oziroma konceptualnih sistemov. Primerjava vsebine sanj z naboroma nam je omogočila relativno preprost način klasifikacije sanj oziroma detekcije odsevov enega ali drugega konceptualnega sistema v sanjskih vsebinah. Da bi to lahko dosegli, smo sestavili nabora najpogostejših tem, značilnih za oba sistema, za katera je veljalo: a) da sta izključujoča in b) da sta (približno) enako obsežna. Seznama torej predstavljata nabor tem, ki se najpogosteje pojavljajo v delih Freuda oziroma Junga, iz njiju pa so izključene teme, ki so obema avtorjema skupne. Njun namen torej ni verodostojna reprezentacija katerega od sistemov, temveč smo ju videli le kot orodje za distinkcijo. Seznama sta obsegala: freudovski 48 simbolov, jungovski pa 55 simbolov. Analiza je potekala tako, da smo v transkriptih sanjskih vsebin preprosto prešteli pogostnost pojavljanja posameznega tipa simbolov. Teme, ki so se najpogosteje pojavljale v sanjah udeležencev: avto, hoja po stopnicah, pištola, postelja, ples, tunel, soba, steklenica (freudovski simboli); mati, oče, morje, pes, stranišče, policaj, gora, krog (jungovski simboli).

V vseh sanjah je, v skladu s pričakovanji, povprečno število freudovskih simbolov večje od povprečnega števila jungovskih simbolov. Freudovski simboli namreč zajemajo bolj vsakdanje predmete in aktivnosti (na primer vožnja z avtom). Jungovski simboli pa zajemajo več podob, ki ne izhajajo iz vsakodnevnega življenja (na primer mandale in magična bitja). Redkejšje pojavljanje simbolov in arhetipov, ki jih omenja v svojih teorijah, je napovedal že Jung (2009).

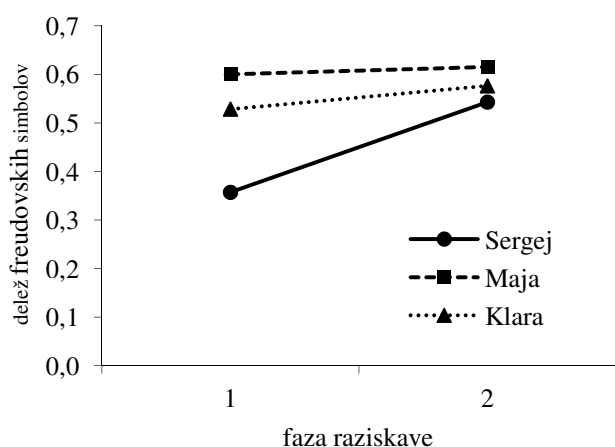
Zanimivo je, da se je povprečno število simbolov, tako freudovskih kot jungovskih, pri vseh udeležencih v drugi fazi povečalo. Udeleženci so praviloma tudi poročali o tem,



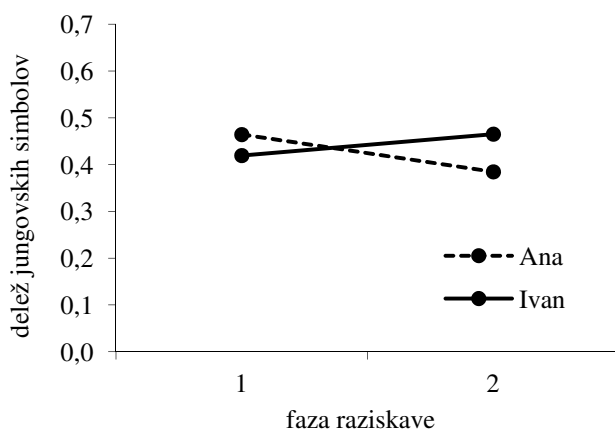
Slika 5: Sprememba povprečnega števila (freudovskih in jungovskih) simbolov v sanjah pri vseh udeležencih med 1. in 2. fazo raziskave.



Slika 6: Delež jungovskih simbolov v sanjah iz 1. in 2. faze v Jungovi skupini udeležencev.



Slika 7: Delež freudovskih simbolov v sanjah iz 1. in 2. faze v Freudovi skupini udeležencev.



Slika 8: Delež jungovskih simbolov v sanjah iz 1. in 2. faze v fenomenološki skupini udeležencev.

da so bile sanje v drugi fazi bolj izoblikovane in izrazite, kar bi lahko pojasnili s Hallovo teorijo (Hall, 1953b), po kateri naj bi simboli učinkovito, zgoščeno in natančno predstavili kompleksne misli, pomene in čustva. Njihov

namen naj bi bil razjasnjevanje in ne skrivanje. Povečanje povprečnega števila simbolov v sanjah lahko torej povežemo z izboljšanjem predstavnosti in pomenskosti.

Delež jungovskih simbolov je pri udeležencih, ki so se v drugi fazi raziskave seznanjali z Jungovo teorijo sanj, narasel (slika 6). Pri udeležencu Juretu je porast zelo majhen, pri drugih dveh udeleženkah pa bolj očiten. Ob tem velja omeniti, da je v Jungovi skupini udeležencev raziskovanje sanj Jureta najmanj zanimalo.

Delež freudovskih simbolov je pri udeležencih, ki so se v drugi fazi raziskave seznanjali s Freudovo teorijo sanj, narasel (slika 8). Pri tem je porast pri Sergeju precej večji kakor pri Maji in Klari.

Pri udeležencih, ki se v drugi fazi nista seznanjala z nobeno od teorij, temveč sta samo predelovala svoje sanje skozi fenomenološki dialog, ni opazne konsistentnosti sprememb v deležu simbolov iz prve v drugo fazo raziskave. V sanjah Ane se je delež jungovskih simbolov zmanjšal, v sanjah Ivana pa povečal. Delež freudovskih simbolov pa se je spreminjal komplementarno z jungovskimi.

Dejstvo, da se je pri prvi in drugi skupini povečal delež tistih simbolov, ki so ustrezali teoretskemu modelu, s katerim se je skupina ukvarjala, bi lahko interpretirali kot potrditev Friedmanove (2007) hipoteze, da se sanje spreminjajo v skladu s teoretskimi predstavami. Povprečna sprememba deleža simbolov pri Jungovi skupini je 13 %, povprečna sprememba pri Freudovi pa 8 %. Pri tretji, fenomenološki skupini, kot rečeno, ni prišlo do konsistentne spremembe, ampak se je pri enem udeležencu povečal delež freudovskih simbolov, pri drugem pa zmanjšal. Povprečna absolutna velikost spremembe pri tej skupini je 6 %, kar je primerljivo z drugo skupino. Ta podatek nam kaže na možnost, da je zgornja interpretacija napačna, da torej opažene spremembe sanjskih vsebin niso nujno povzročene s spremembo teoretskega modela.

Ne najdemo nobenega drugega faktorja, s katerim bi lahko pojasnili opažene spremembe, razen povsem naključnih fluktuacij. Zaradi tega se nam še vedno zdi Friedmanova hipoteza najverjetnejša razlaga. O tem pričata: konsistentnost sprememb prve in druge skupine in odsotnost povprečne spremembe pri tretji skupini. Zaradi omejene možnosti posploševanja rezultatov je treba na to interpretacijo gledati kot na utemeljeno teorijo (»grounded theory«, Glaser in Strauss, 1967). Kot rečeno, pa red velikosti sprememb pri tretji skupini zmanjšuje trdnost te interpretacije. Rezultati kažejo potrebo po nadaljnji raziskavi, kjer bi na isti način spremljali udeležence še skozi enega ali več (dolžinsko primerljivih) ciklov.

Splošna razprava

Rezultati predstavljene raziskave prispevajo k debati o povezavi med sanjskimi vsebinami in privzetimi koncepti oziroma prepričanji. Večina pridobljenih podatkov nakazuje, da povečana pozornost na sanjske vsebine le-te spremeni, s tem pa se spremenijo tudi odnos do sanjanja in tipi sanj – sanje postanejo bivanjsko pomembnejše.

V primeru, da ima Friedman (2007) prav in se sanje resnično prilagajajo konceptualnemu sistemu sanjalca, bi to pomenilo, da interpretacijske teorije sanj ne držijo. Absolutni kodirni sistemi za dešifriranje (interpretacijo) sanjskih vsebin bi bili v tem primeru nemogoči in nesmiselni – izomorfna preslikava med sanjskimi dogodki in vsebinami budnega doživljanja verjetno ne obstaja. Z veliko verjetnostjo lahko trdimo, da se doživetja vsakodnevnega življenja odražajo v sanjskih vsebinah. Zelo verjetno pa tudi sanjske vsebine vplivajo na budni del življenja. Metafora dialoga med obema stranema se kaže kot zelo primerna. Dialog je lahko bolj ali manj intenziven, vsekakor pa je izmenjevanje pomenov in vsebin obojestransko. Na podlagi navedenih spoznanj sicer ne moremo zavreči psihoanalitskih teorij sanj (to je bolj prepričljivo opravila večina sodobnih teoretskih modelov), vsekakor pa kažejo na potrebno dopolnitev – namesto o enosmernem toku informacij bi bilo bolj smiselno govoriti o interakciji med nezavednim in zavestnim.

Naši intervjuji so pokazali globoko ukoreninjeno težnjo po osmišljanju in pripisovanju pomena (mar ni del tega tudi vztrajno teoretsko iskanje funkcije sanj?). Mnoge izjave udeležencev (pomoč pri prilagojenem vsakodnevnem funkcioniranju, predelovanje problemov na ravni sanj, pridobivanje informacij iz sanj) bi nekateri avtorji (Freud, 2000a; Hall, 1953a; Hartmann, 2010; Jung, 2009; Kramer, 1993; Piaget, 1962) interpretirali kot potrditve tez o funkcionalnosti sanj. Namen in fenomenološka naravnost naše raziskave nista bila usmerjena v odgovarjanje na vprašanje o funkcionalnosti. Morda pa lahko naše ugotovitve kljub temu pripomorejo k razumevanju okvirov, ki bi jih moral upoštevati vsak teoretski model:

1. Med sanjami in budnim življenjem poteka dvosmerna izmenjava, zaradi tega bi bilo verjetno bolj smiselno raziskovati lastnosti interakcije kot pa same sanjske vsebine.
2. Povečanje pozornosti sanjam (ukvarjanje s sanjami) poleg intenzitete in tipa sanj spremeni (oziroma obogati) tudi njihovo pomenskost. To bi lahko pomenilo, da imamo opraviti z različnimi fenomeni: na eni strani spektra so sanjske vsebine kot bolj ali manj naključni spomini na doživljanje med spanjem, na drugi strani pa je intenziven dialog med budnim in sanjskim doživljanjem (ki lahko privede do lucidnih sanj in drugih, kvalitativno drugačnih oblik doživljanja).

Refleksija in kritično ovrednotenje

Kot pri vseh kvalitativnih raziskavah je bila tudi pri opisani glavna težava zagotavljanje veljavnosti in splošnosti. V našem primeru smo poskušali povečati veljavnost s konsenzualno validacijo (Mesec, 1997), ki smo jo opravili z vsemi udeleženci. Narava raziskave je omogočila tudi visoko ekološko veljavnost (Flick, 2006),

saj so bili podatki zbrani v vsakdanjem in naravnem okolju. Podatki so bili v vseh primerih zbrani na primerljiv način, saj je vse intervjuje vodila ista raziskovalka. K zanesljivosti je pripomogla informacija iz dveh virov: zapisov sanj in intervjujev. Očitna slabost raziskave je bilo priložnostno nabiranje udeležencev (kljub temu, da so bili okviri za izbiro dokaj jasno definirani).

Računalniški program za analiziranje kvalitativnih podatkov NVivo je bil v veliko pomoč, a tako kot vsaka tehnologija je imel svoje slabosti. Nekateri raziskovalci so proti uporabi računalniških programov v kvalitativnem raziskovanju zaradi strahu, da bi ti odvrgli pozornost raziskovalca od resničnega analitskega dela – branja, razmišljanja, razumevanja teksta itd. (Lee in Fielding, 1991). Program je zelo olajšal proces kodiranja, pregled nad kodami in operiranje z njimi, seveda pa ni nadomestil analitičnega dela raziskovalca. Zelo pomembna prednost programa je, da tehniko in proces kodiranja raziskovalca naredi transparentno. S tem se poveča veljavnost raziskave (Flick, 2006).

Kljub bolj transparentnemu in urejenemu načinu kodiranja pa se s tem nismo izognili interpretativnemu vplivu predrazumevanj in pričakovanj raziskovalcev. V skladu s tezo, da jasna eksplikacija raziskovalčevih predrazumevanj zmanjša vpliv le-teh na analizo (Kordeš, Gimpelj in Bojc, 2012), bi bilo verjetno smiselno pred začetkom empiričnega dela raziskave natančno preiskati pričakovanja ter odnos udeleženi raziskovalcev do teme. K veljavnosti raziskave pa bi gotovo pripomoglo tudi sprotne beleženje morebitnih sprememb teh parametrov.

V refleksiji opravljenega dela smo se veliko ukvarjali z vprašanjem, koliko (če sploh) bi lahko zmanjšali obseg intervjujev in za koliko (če sploh) bi lahko skrajšali faze raziskave, da bi še vedno dobili smiselne rezultate. Dejstvo je, da je intenzivna in dolgotrajna raziskovalna zasnova dokaj obremenila udeležence. Kljub temu menimo, da ne en ne drug poskus racionalizacije ne bi bil smel: izkušnje fenomenoloških raziskovalcev (Hurlburt, 1992) namreč kažejo, da je ponavljanje (torej dolgotrajna in intenzivna raziskava) najboljše zagotovilo za poglobljeno fenomenološko študijo. Udeleženci fenomenoloških raziskav morajo postati soraziskovalci. To pomeni, da so primerni samo tisti, ki jih področje raziskave vsaj malo zanima (kar predstavlja še eno metodološko težavo).

Kakšne so perspektive in ideje za nadaljnje delo? Zelo zanimivo bi bilo spremljati dolgoročne učinke raziskave (oziroma ukvarjanja s sanjami) na odnos udeležencev do sanj. Zanimivo bi bilo izvedeti, ali po daljšem času še posvečajo pozornost sanjam, ali so sanje postale večji del njihovega vsakdana, kako se spreminja vsebina sanj, ali jim sanje tudi brez pomoči soraziskovalca nudijo vir informacij o sebi in svetu itd.

Pričujoča raziskava je pripeljala do nekaterih dokaj jasno definiranih kategorij, ki bi jih – s primerjavo z nekaterimi drugimi fenomenološkimi študijami sanj – lahko pretvorili v kvantitativne spremenljivke. Na tak način bi lahko predstavljeno raziskavo uporabili kot pilotsko študijo pri oblikovanju širše, kvantitativne raziskave dialoga s sanjami.

Za konec naj še enkrat poudarimo, da je raziskovanje sanj lep primer udeležene raziskovanja. Dokler ne bo odkrita neinvazivna nevrološka metoda, ki bi omogočala tretjeosebno »opazovanje« duševnih vsebin, lahko sanje raziskujemo samo tako, da vanje posegamo: naša raziskava kaže, kako aktivno opazovanje sanj spremeni njihovo pogostnost, intenziteto in sporočilnost. Seveda si lahko predstavljamo raziskave sanj, kjer bi učinek opazovanja poskusili zmanjšati na minimum (sem spadajo na primer kvantitativne raziskave (Domhoff, 1999; Hall, 1953a). Postavlja pa se vprašanje, ali lahko tovrstne raziskovalne zasnove dosežejo celoten spekter fenomenov, povezanih s sanjami. Na osnovi spoznanj pričujoče raziskave bi lahko dokaj zanesljivo trdili, da ne.

Če sprejmemo (metodološko zelo problematično) stališče, da se fenomen sanj ne da zadovoljivo raziskati izključno z uporabo raziskovalnih zasnov, ki poskušajo minimizirati vpliv raziskovanja na raziskovani pojav, nas to vodi do dveh možnih sklepov. Lahko se odločimo za »Kantovo« stališče (Kant je bil znan nasprotnik psihološkega raziskovanja, saj je trdil, da raziskovanje področja, ki ga sam akt raziskovanja spreminja, ne more biti znanstveno). Lahko pa sledimo nasvetu kibernetika von Foersterja (1991), ki je predlagal razvoj metod, ki bi upoštevale soodvisnost opazovalca in opazovanega sistema (t. i. udeležene raziskovanja).

Zahvala

Zahvaljujeva se prof. dr. Janeku Musku za pomoč pri delu raziskave in dr. Mateju Černigoju za konstruktivne pripombe.

Literatura

- Alderson, K. G. (2004). A phenomenological investigation of same-sex marriage. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 13, 107–122.
- Antrobus, J. (1993). Dreaming: Could we do without it? V A. Moffitt, M. Kramer in R. Hoffmann (ur.), *The functions of dreaming*. Albany, NY, ZDA: State University of New York Press.
- Boss, M. (1985). *Novo tumačenje snova [New interpretations of dreams]*. Zagreb, HR: Naprijed. (Originalno delo izdano 1903)
- Bulkeley, K. (1997). *An introduction to the psychology of dreaming*. Westport, CT, ZDA: Praeger.
- Busink, R. in Kuiken, D. (1996). Identifying types of impactful dreams: A replication. *Dreaming*, 6, 97–119.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Thousand Oaks, CA, ZDA: Sage.
- Crick, F. in Mitchison, G. (1995). REM-sleep and neural nets. *Behavioral Brain Research*, 69, 147–55.
- Domhoff, G. W. (1999). New directions in the study of dream content using the Hall/Van den Castle coding system. *Dreaming*, 9, 115–137.
- Domhoff, G. W. (2002). Using content analysis to study dreams: Applications and implications for the humanities. V K. Bulkeley (ur.), *Dreams: A reader on the religious, cultural, and psychological dimensions of dreaming* (str. 307-319). New York, NY, ZDA: Palgrave.
- Flanagan, O. (1995). Deconstructing dreams: The spandrels of sleep. *Journal of Philosophy*, 92, 5–27.
- Flick, U. (2006). *An introduction to qualitative research*. London, VB: Sage.
- Foulkes, D. (1999). *Children's dreams and the development of consciousness*. Cambridge, MA, ZDA: Harvard University Press.
- Freud, S. (2000a). *Interpretacija Sanj [The interpretation of dreams]*. Ljubljana, SLO: Studia humanitatis. (Originalno delo izdano 1900)
- Freud, S. (2000b). *Očrt psihoanalize [An outline of psychoanalysis]*. Ljubljana, SLO: Društvo za teoretsko psihoanalizo. (Originalno delo izdano 1938)
- Friedman, J. (2007). *The dream workbook*. London, VB: Carroll & Brown.
- Galindo, T. N. (2008). Tending the living dream image: A phenomenological study. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 68(11-B), 7680.
- Glaser, B. G. in Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. New York, NY, ZDA: Aldine de Gruyter.
- Hall, C. S. (1953a). A cognitive theory of dreams. *The Journal of General Psychology*, 49, 273–282.
- Hall, C. S. (1953b). A cognitive theory of dream symbols. *The Journal of General Psychology*, 48, 169–186.
- Hartmann, E. (2010). Meteorite or gemstone? Dreaming as one end of a continuum of functioning: Implications for research and for the use of dreams in therapy and self-knowledge. *Dreaming*, 20, 149–168.
- Hobson, J. A. (1988). *The dreaming brain*. New York, NY, ZDA: Basic Books.
- Hobson, J. A. (2002). *Dreaming: An introduction to the science of sleep*. Oxford, NY, ZDA: Oxford University Press.
- Hobson, J. A., Pace-Schott, E. in Stickgold, R. (2000). Dreaming and the brain: Toward a cognitive neuroscience of conscious states. *Behavioral and brain sciences*, 23(6), 793–842.
- Hurlburt, R. (1992). *Sampling normal and schizophrenic inner experience*. New York, NY, ZDA: Plenum Press.
- Husserl, E. (1997). *Ideje za čisto fenomenologijo in fenomenološko filozofijo [Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy]*. Ljubljana, SLO: Slovenska matica. (Originalno delo izdano 1859)
- Jung, C. G. (2003). *Človek in njegovi simboli [Man and his symbols]*. Ljubljana, SLO: Mladinska knjiga. (Originalno delo izdano 1964)
- Jung, C. G. (2009). *Dreams*. London, NY, ZDA: Routledge Classics.

- Kahan, T. L. in LaBerge, S. (1996). Cognition and metacognition in dreaming and waking: Comparison of first and third-person ratings. *Dreaming*, 6, 235–249.
- King, D. B. in DeCicco, T. L. (2009). Dream relevance and the continuity hypothesis: Believe it or not? *Dreaming*, 19(4), 207–217.
- Kordeš, U. (2008). Fenomenološko raziskovanje v psihoterapiji [*Phenomenological research in psychotherapy*]. *Kairos*, 2(3–4), 9–21.
- Kordeš, U. (2009). How to research experience? V E. Žerovnik, O. Markič in A. Ule (ur.), *Philosophical insights about modern science* (str. 215–232). New York, NY, ZDA: Nova Science Publishers.
- Kordeš, U., Gimpelj, A. in Bojc, K. (2012). V iskanju objektivnosti v socialnopedagoškem raziskovanju [In search of objectivity in socialpedagogical research]. *Socialna pedagogika*, 16(1), 21–45.
- Kotnik, R. (2003). *Pouk filozofije kot osebno doživljanje: Izkustveno poučevanje filozofije kot aplikacija načel Gestalt terapije [Teaching philosophy as personal experience: Phenomenological teaching of philosophy as an application of Gestalt therapy]*. Maribor, SLO: Pedagoška fakulteta.
- Kozmova, M. in Wolman, R. N. (2006). Self-awareness in dreaming. *Dreaming*, 16(3), 196–214.
- Kramer, M. (1993). The selective mood regulatory function of dreaming: an update and revision. V A. Moffitt, M. Kramer in R. Hoffmann (ur.), *The functions of dreaming*. Albany, NY, ZDA: State University of New York Press.
- Kuiken, D. in Miall, D. S. (2001). Numerically aided phenomenology: Procedures for investigating categories of experience. On-line Journal Forum: *Qualitative Social Research*, 2(1). Pridobljeno s spletnega naslova <http://qualitative-research.net/fqs-eng.htm>
- Kuiken, D., Lee, M. N., Eng, T. C. in Singh, T. (2006). The influence of impactful dreams on self-perceptual depth and spiritual transformation. *Dreaming*, 16, 258–279.
- Kuiken, D. in Sikora, S. (1993). The impact of dreams on waking thoughts and feelings. V A. Moffitt, M. Kramer in R. Hoffman (ur.), *The functions of dreams* (str. 419–475). New York, NY, ZDA: Suny Press.
- Lee, R. M., in Fielding, N. (1991). Computing for qualitative research: Options, problems and potential. V N. Fielding in R. M. Lee (ur.), *Using computers in qualitative research*. London, VB: Sage.
- Madioni, F. (2005). Confronting subjectivity with dreams: A phenomenological study of intentionality and affect. *L'Evolution Psychiatrique*, 70(2), 357–368.
- Mesec, B. (1997). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu [Introduction to qualitative research in social work]*. Ljubljana, SLO: Visoka šola za socialno delo.
- Montangero, J., Pasche, P. in Willequet, P. (1996). Remembering and communicating the dream experience: What does a complementary morning report add to the night report? *Dreaming*, 6, 131–145.
- NVivo (verzija 7) [Računalniški program] (2006). Victoria, Australia: QSR International. Dostopno na <http://www.qsrinternational.com>
- Parker, J. in Alford, C. (2010). How to use Q-Methodology in dream research: Assumptions, procedures and benefits. *Dreaming*, 20(3), 169–183.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. Thousand Oaks, CA, ZDA: Sage.
- Petitmengin, C. (2006). Describing one's subjective experience in the second person: An interview method for the science of consciousness. *Phenomenology and cognitive science*, 5, 229–262.
- Piaget, J. (1962). *Play, dreams, and imitation in childhood*. New York, NY, ZDA: W. W. Norton.
- Purcell, S., Moffitt, A. in Hoffmann, R. (1993). Waking, dreaming, and self-regulation. V A. Moffitt in M. Kramer (ur.), *The functions of dreaming*. Albany, NY, ZDA: State University of New York Press.
- Schulte, S. A. (2008). *Learning from dreams: A phenomenological study* (Neobjavljena doktorska disertacija). Capella University, Ann Arbor, MI, ZDA.
- Schweitzer, R. (1996). A phenomenological study of dream interpretation among the Xhosa-speaking people in rural South Africa. *Journal of Phenomenological Psychology*, 27(1), 72.
- Solms, M. (2000). Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 23, 843–850.
- Strauch, I. in Meier, B. (1996). *In search of dreams: Results of experimental dream research*. Albany, NY, ZDA: State University of New York Press.
- Von Foerster, H. (1991). Through the eyes of the other. V Steier, F. (ur.), *Research and reflexivity* (str. 63–75). London, VB: Sage Publications.

Ali lahko izkušnjo kaznovanja v vzgoji iz otroštva povezujemo z depresivnimi ali s tesnobnimi stanji v odraslosti?

Saša Poljak Lukek*
Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

Povzetek: Kaznovanje, ki ga razumemo kot odziv staršev na neželjeno vedenje otroka in pomeni omejevanje takega vedenja, je sestavni del vzgojnega delovanja staršev v družini. Tesnobna in depresivna stanja skozi paradigmo afektivne regulacije predstavljajo ponovni neuspehi poskus približevanja in iskanja stika v odnosu. V raziskavi, v katero je bilo vključenih 197 posameznikov, smo preučevali povezave med kaznovanjem v vzgoji in motnjami razpoloženja v odraslosti. Depresivna stanja v odraslosti se statistično pomembno, vendar šibko pozitivno povezujejo z izkušnjo telesnega kaznovanja, kazni in restitucije ter psihičnega nasilja obeh izmed staršev. Tesnobna stanja se statistično pomembno, vendar šibko pozitivno povezujejo z izkušnjo psihičnega nasilja obeh staršev in z izkušnjo telesnega nasilja ter kazni in restitucije matere. Udeleženci, ki dosegajo kriterije za diagnozo depresije, so bili pri 10 letih starosti statistično pomembno pogosteje telesno kaznovani (od obeh staršev), vzgajani s kaznijo in z restitucijo (od očeta) ter s psihičnim nasiljem (od očeta) kot udeleženci brez diagnoze depresije. Paradigma afektivne regulacije je predstavljena kot možna razlaga povezav med izkušnjami kaznovanja kot vzgojnega sredstva v otroštvu in poznejšimi težavami v razpoloženju odrasle osebe. Kaznovanje v vzgoji, pri čemer starši ne ohranjajo stika z otrokom, je lahko prva izkušnja negativnega afekta, ki je jedro tesnobnih in depresivnih stanj. Motnje razpoloženja v odraslosti pa lahko razumemo kot ponovni neuspeh vzpostavitve ravnotežja med zunanjimi informacijami in notranjim doživljanjem, ki je bilo prvotno porušeno ob izkušnji kaznovalne vzgoje.

Ključne besede: vzgojne prakse, kaznovanje, depresivnost, anksioznost, uravnavanje čustev

Can an experience of a punishment episode in childhood period be connected with depressive or anxiety conditions in adulthood?

Saša Poljak Lukek
Faculty of Theology, University of Ljubljana, Slovenia

Abstract: Punishment, when understood as parents' response to undesirable behavior of a child and representing gradual restricting of such behavior, is an essential part of parents' role in the family. In the context of the paradigm of affective regulation, anxiety and depression states represent another unsuccessful attempt of trying to get closer and to find a connection in the relationship. This study, conducted on 197 participants, addressed the connection between punishment in upbringing and behavior disturbances in adulthood. Depressive states in adulthood were statistically significantly, although weakly connected with the experience of corporal punishment, punishment and restitution, and psychological aggression from both parents. Anxiety states were statistically significantly, although weakly connected with the experience of psychological aggression from both parents and with the experience of corporal punishment, and punishment and restitution of the mother. The participants who attained the criteria for diagnosis of depression were more exposed to corporal punishment at the age of 10 years (from both parents), punishment and restitution (from the father) and psychological aggression (from the father) compared to the participants without the diagnosis of depression. The paradigm of affective regulation is presented as a possible explanation of the connection between experiences of punishment as a way of upbringing in childhood and later mood disorders in adulthood. Punishment during upbringing that is not accompanied by parents' maintaining of the connection with the child can present the first experience of negative affection, which is the core of anxiety and depressive states. The mood disorders in adulthood can be understood as another failure when trying to reestablish the balance between external information and internal experiences that were primarily disturbed by the experience of punishment when growing up.

Key words: childrearing practices, punishment, depression, anxiety, emotional regulation

**Naslov/Address:* dr. Saša Poljak Lukek, Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani, Poljanska cesta 6, 1000 Ljubljana, e-mail: sasa.poljak@teof.uni-lj.si

Kaznovanje kot vzgojno sredstvo

Ko otroka definiramo kot bitje s potenciali, vzgojo razumemo kot težnjo k razvijanju teh potencialov in spodbujanju k moralnemu in sprejemljivemu načinu vedenja (Peček Čuk in Lesar, 2009). Cilj vzgoje je tako integracija otrok v družino in okolje z nadzorom, zahtevami, discipliniranjem in odzivanjem na neželjeno vedenje otroka (Anderson in Sabatelli, 2007). Discipliniranje v vzgoji lahko opredelimo kot ciljno usmerjeno vplivanje staršev na otroka z namenom oblikovanja sprejemljivega, prilagojenega vedenja otroka in njegove samokontrole (Salkind, 2002), pri čemer kaznovanje opredeljujemo kot enega izmed načinov discipliniranja otrok v družini (Socolar, Savage in Evans, 2007; Socolar, Savage, Keyes-Elstein in Evans, 2005; Straus in Fauchier, 2007). Med kaznovalne vzgojne metode štejemo telesno kaznovanje, psihično nasilje, omejevanje privilegijev in restitutivno vedenje (Straus in Fauchier, 2007).

Raziskave so pokazale, da so starši kljub razširjenosti kaznovanih načinov discipliniranja (Poljak, 2009; Straus in Stewart, 1999) pri odzivanju na otrokovo neželjeno vedenje pretežno uporabljali nekaznovalne načine discipliniranja (Kornhauser in Pleterski-Rigler, 2007; Poljak, 2009; Socolar idr., 2005; Straus in Field, 2003). V Sloveniji je več kot polovica staršev poročala o uporabi vsaj ene oblike telesnega kaznovanja oziroma vsaj ene oblike psihičnega nasilja kot načina discipliniranja otrok v družini; tretjina staršev je svojega otroka v zadnjem letu našeškala, udarila oziroma klofnila, šestina staršev je za telesno kaznovanje že uporabila kuhalnico, krtačo, pas ali drug predmet (Poljak, 2009).

Številni raziskovalci so iskali povezave med kaznovalnimi vzgojnimi metodami in razvojem problematičnega vedenja (Aucoin, Frick in Bodin, 2006; Gershoff, 2002; Grogan-Kaylor, 2004; Lynch idr., 2006; Mulvaney in Mebert, 2007; Straus, 1994; Straus in Mouradian, 1998; Straus, Sugarman in Giles-Sims, 1997) ter problematičnega čustvovanja pri otroku (Aucoin idr., 2006; MacMillan idr., 1999). Izkazalo se je, da so imeli otroci, ki so bili redno fizično kaznovani, več vedenjskih težav kot otroci brez izkušnje fizičnega kaznovanja (Aucoin idr., 2006). Kaznovanje v vzgoji se je povezovalo z antisocialnim vedenjem (Grogan-Kaylor, 2004; Straus in Mouradian, 1998; Straus idr., 1997), impulzivnim vedenjem (Aucoin idr., 2006; Straus in Mouradian, 1998) ter tudi z depresivnimi in s tesnobnimi motnjami (MacMillan idr., 1999). Nekateri avtorji pa so opozarjali, da se večina povezav nanaša na nasilno fizično kaznovanje v družini, medtem ko so bili dokazi za povezavo med drugimi oblikami kaznovanja in poznejšim razvojem vedenjskih in čustvenih težav šibki (Baumrind, Larzelere in Cowan, 2002; Larzelere, 2000; Lynch idr., 2006; Oddone Paolucci in Violato, 2004; Trumbull, Larzelere, Wolraich in Trumbull, 1999). Raziskava, ki je izključila posameznike z izkušnjo zlorabe v otroštvu, je pokazala na statistično pomembne razlike med posamezniki, ki so bili v otroštvu telesno kaznovani, in tistimi, ki niso bili. Posamezniki z izkušnjo telesnega kaznovanja v otroštvu

so doživljali več tesnobe, pogosteje so postali odvisni od alkohola in imeli več vedenjskih težav (MacMillan idr., 1999). Psihični mehanizmi, ki naj bi se oblikovali pri izkušnji kaznovalne vzgoje in se povezujejo s poznejšimi vedenjskimi in čustvenimi težavami, pa ostajajo precej nepojasneni. F. W. K. Harper in I. Arias (2004) v svojem delu predlagata, da naj bi bil občutek sramu dejavnik, ki oblikuje povezavo med kaznovanjem v vzgoji in jezo pri moških ter povezavo med kaznovanjem in depresijo pri ženskah. Kazen v vzgoji poleg telesnega kaznovanja vključuje tudi psihično nasilje, omejevanje in restitutivno vedenje (Straus in Fauchier, 2007), za katere pa še ni zadostnih dokazov o njihovem odnosu s poznejšimi vedenjskimi in čustvenimi težavami.

Tesnobna in depresivna stanja skozi paradigmo afektivne regulacije

Tesnobno stanje je neprijeten telesni občutek in psihična napetost, ki ni (tako kot pri strahu) usmerjena na trenutno situacijo in neposredne okoliščine, ampak v pričakovane negativne posledice v prihodnosti (Barlow in Durand, 2005). Doživljanje tesnobe v odnosih lahko povzroči, da oseba drugega ne more videti kot nekoga, h kateremu lahko gre po pomoč ali oporo, ampak kot nekoga, ki je nevaren in vir vseh negativnih afektov, ki jih telo ne more pomiriti (Gostečnik, 2007). Negativni afekt oziroma psihična vznemirjenost, ki jo poznamo pri tesnobnih stanjih, je značilna tudi za depresivna stanja. Medtem ko je za tesnobno stanje značilna telesna vznemirjenost, depresivno razpoloženje spremlja odsotnost pozitivnega afekta (Brown, Chorpita in Barlow, 1998). V odnosih se depresivna stanja kažejo kot odsotnost empatije (Gostečnik, 2007) oziroma kot zanikanje čustvenih reakcij, ki jih posameznik doživlja kot ogrožajoča, saj meni, da jih bodo osebe ob izražanju čustev zapustile (Miller, 1979).

Depresivna in tesnobna stanja se odražajo z vedenjem. Carver in Scheier (2003) v kontekstu paradigme afektivne regulacije izhajata iz predpostavke, da vedenje usmerja težnja po izogibanju oziroma težja po približevanju določenemu cilju. Če so vzgojni ukrepi za otroka nerazumljiv razkorak med notranjim doživljanjem in zunanji informacijami, otrok svoje vedenje prilagaja v smeri zmanjševanja teh razlik. Carver in Scheier (2003) menita, da depresivno stanje povzroča občutek neuspeha pri zmanjševanju različnosti med zunanji informacijami in notranjim doživljanjem ter da tesnobno stanje povzroči neuspeh pri izogibanju razkoraku med notranjim doživljanjem in zunanji informacijami. Z vidika relacijske družinske paradigme (Gostečnik, 2004) so depresivna stanja nedosežena želja po odnosu, v katerem se oseba čuti brezpogojno sprejeta, ljubljena in zaželena. Tesnobno stanje pa lahko z vidika relacijske paradigme (Gostečnik, 2004) razložimo s poskusom izogibanja že poznani psihični bolečini. Oseba, ki v otroštvu ni bila slišana v svojih potrebah in čustvih, se pred vnovično bolečino zavaruje z izogibanjem soočenja s čustvenimi odzivi.

Kaznovanje kot vzgojno sredstvo ter tesnobna in depresivna stanja v odraslosti

Kaznovanje v vzgoji naj bi preprečevalo neželjeno vedenje otroka. Ta naj bi svoje vedenje prilagodil okolici glede na pričakovane posledice kazni. Ko otrok razume povezavo med kaznijo in lastnim vedenjem, lahko vedenje oblikuje tako, da se kazni izogne (Peček Čuk in Lesar, 2009). Tako lahko odnos med izkušnjo kaznovanja v vzgoji in vedenjem (tudi v odraslosti) pojasnimo z oblikovanjem vzorcev izogibajočih in kontrolirajočih vedenjskih vzorcev (Carver in Scheier, 2003). Ti so funkcionalni, če vzgajani uspe povezati kazen s svojim vedenjem, in lahko postanejo nefunkcionalni, če kaznovanje predstavlja nevarnost, ki se ji ne more izogniti. V kontekstu prisotnosti kaznovanja v otroštvu lahko depresivna stanja v odraslosti razumemo kot izraz vnovičnega neuspeha pri vzpostavljanju odnosov, ki jih je kaznovanje prekinilo, in tesnobna stanja kot izraz vnovičnega neuspeha pri izogibanju bolečini, ki jo je povzročilo kaznovanje v vzgoji.

Chorpita in Barlow (1998) pojasnjujeta, da je izvor razvoja nagnjenosti k tesnobnemu razpoloženju v zgodnjem odnosu med starši in otrokom, v katerem se otrok uči kontrolirati vedenje, čustvovanje in mišljenje. Otroka starši, ki se na njegove potrebe odzivajo pozitivno in konsistentno, učijo, kako lahko kontrolira svoje doživljanje in okolico ter kako njegovo vedenje vpliva na okolico (Chorpita in Barlow, 1998). Negativno, pretirano in grobo kaznovalno odzivanje na otrokove potrebe tako lahko povzroči nezmožnost obvladovanja notranjega doživljanja in zunanjih dražljajev, kar lahko povzroči tesnobna stanja. Ob intenzivnem in dlje trajajočem izpostavljanju nasilnim kaznovalnim vzgojnimi ukrepi lahko tesnobno doživljanje razumemo kot odziv na nekoč doživete nevarnosti (Rothschild, 2000). Oseba v odraslem odnosu lahko ob dražljaju, ki spominja na pretekle zlorabe, podoživi strah in jezo, ki se lahko razvije v skrajne oblike tesnobnega doživljanja, kot je na primer panični napad. Oseba si v tem primeru čustev ne more razložiti oziroma jih nadzirati, saj na videz niso povezana s trenutno situacijo, kar le še povečuje občutek nemoči, krivde in strahu. Hindy in Schwarz (1994) sta z raziskavo odnosov pri odraslih ugotovila, da so posamezniki z večjo tendenco k tesnobnemu doživljanju v odnosih svoje starše pogosteje opisovali kot neredne pri izražanju naklonjenosti in ljubezni ali kot zelo posesivne v odnosu do njih. Nepredvidljiva in posesivna vzgoja pomeni neprestano nevarnost zaradi nepredvidljivih posledic in nepredvidljivega kaznovanja, stalni neuspeh pri izogibanju pričakovani nevarnosti pa oblikuje afekt tesnobnega stanja v odraslosti (Carver in Scheier, 2003).

Za razlago depresivnih stanj kot posledice neuspelega približevanja zelenemu cilju moramo iskati drugačne razlage. Depresivna stanja so v primerjavi s tesnobnimi v manjši meri povezana z izgubljenim občutkom kontrole in v večji meri z občutkom manjvrednosti ter s podrejenim, pokornim vedenjem. Stuewig in L. McCloskey (2005) sta z longitudinalno raziskavo preučevala povezavo med doživljanjem sramu in krivde v otroštvu in depresivnimi

simptomi v odraslosti. Ugotovila sta, da je bilo doživljanje sramu povezano s kritiziranjem, z odklanjanjem in s sramotenjem na strani staršev v obdobju mladostništva in da je bilo doživljanje krivde povezano z oddaljenim odnosom med starši in otrokom v obdobju mladostništva. A. Miller (1979) tako vedenje staršev opisuje kot izraz njihove nemoči razumeti otrokove potrebe in se na njih ustrezno odzvati, s čimer v odnosu z otrokom prevladuje skrb za starševske, in ne otrokove potrebe. Pri tem poudarja, da osebe, ki iščejo strokovno pomoč zaradi neobvladljivih depresivnih stanj, pogosto opisujejo nemoč, nekonsistentnost in neodločnost svojih staršev. Starši, ki kažejo nemoč tudi s kaznovalnimi vzgojnimi ukrepi, v otroku vzbudijo strah za lasten obstoj, ki se lahko odraža tudi v depresivni simptomatiki v odraslosti. Po paradigmi afektivne regulacije lahko depresivno stanje povzroči ponovni neuspehi poskus približevanja zelenemu cilju (ohranjanje odnosa) oziroma zmanjševanja različnosti med zunanjimi informacijami in notranjim doživljanjem (Carver in Scheier, 2003).

Kaznovanje v vzgoji naj bi oblikovalo pogoje za doživljanje depresivnih in tesnobnih stanj v odraslosti, pri čemer še vedno nimamo dokončnega odgovora na vprašanje, kateri psihološki mehanizmi se oblikujejo z izkušnjo kaznovalne vzgoje, ki to povezavo omogočajo. Dozdajšnje raziskave so pokazale, da telesno kaznovanje lahko povezujemo s poznejšimi razpoloženjskimi motnjami v odraslosti (MacMillan idr., 1999; Stuewig in McCloskey, 2005). Če naj bi vzgoja zajemala tudi kaznovanje (Anderson in Sabatelli, 2007; Maccoby in Martin, 1983; Peček Čuk in Lesar, 2009), se zastavlja vprašanje, kateri načini kaznovanja v vzgoji lahko prispevajo k razvoju avtonomne osebnosti in ohranjajo funkcionalnost v odnosih ter kako lahko kaznovanje v vzgoji povezujemo s poznejšimi težavami v odraslosti. Pričujoča raziskava želi odgovoriti na vprašanje, ali se metode kaznovanja v vzgoji med seboj razlikujejo glede na povezave z depresivnimi in s tesnobnimi stanji v odraslosti in kateri načini omejevanja vedenja v vzgoji vodijo v oblikovanje funkcionalnih načinov vedenja in čustvovanja ter za katere lahko predvidevamo, da prispevajo k težavam v čustvenem doživljanju odrasle osebe.

Metoda

Udeleženci

Vprašalnik je izpolnilo 197 študentov dveh fakultet Univerze v Ljubljani, od tega 29 moških (14,7 %) in 168 žensk (85,3 %). Povprečna starost udeležencev je bila 21,3 leta ($SD = 4,21$). Med vprašanimi je bilo 96 (48,7 %) samskih, 68 (34,5 %) jih je bilo v odnosu, vendar niso živeli s partnerjem, 22 (11,2 %) jih je živelo s partnerjem, 2 (1 %) sta bila poročena in 8 (4,1 %) jih svojega statusa ni opredelilo. Pri 131 (66,5 %) udeležencih so bili starši poročeni in so živeli skupaj, pri 34 (17,3 %) so bili ločeni, pri 19 (9,6 %) je bil vsaj eden od staršev pokojni, pri 8 (4,1 %) so biološki starši živeli skupaj, a niso bili poročeni, pri

4 (2 %) pa starši nikoli niso živeli skupaj. Odhod enega od staršev zaradi ločitve ali smrti se je za 28 (14,2 %) udeležencev zgodil pred 10. letim starosti, za 22 (11,2 %) po 10. letu starosti in za 3 (1,5 %) pri 10. letih starosti.

Pripomočki

V raziskavi je uporabljen zbirnik vprašalnikov mednarodne raziskave o starševstvu (Straus, 2010a). V raziskavo je do zdaj vključenih več držav, in sicer dve afriški, štiri azijske, ena država Oceanije, deset evropskih držav (leta 2009 se je pridružila tudi Slovenija), dve latinskoameriški, ena srednjevzhodna, dve državi Severne Amerike in Združene države Amerike, ki so nosilke raziskave (Straus, 2010b). Besedilo izvirnika so za raziskavo v Sloveniji prevedli trije neodvisni prevajalci, nato pa je bila usklajena različica znova prevedena v angleščino. Angleška različica je bila poslana avtorjem izvirnika, njihove pripombe pa so bile upoštevane pri oblikovanju končne različice vprašalnika, ki je bila uporabljena v raziskavi.

DDI – vprašalnik o dimenzijah discipliniranja (Straus in Fauchier, 2007). Šestindvajset trditev vprašalnika se nanaša na dva načina discipliniranja, in sicer nekaznovalnega in kaznovalnega. Lestvica kaznovalnega discipliniranja vključuje štiri podlestvice za različne načine kaznovalnega discipliniranja: telesno kazen (štiri postavke), omejevanje privilegijev (štiri postavke), kazen in restitucijo (tri postavke) ter psihično nasilje (štiri postavke) (Straus in Fauchier, 2007). Odgovorni format postavk predstavlja večstopenjska lestvica, s katerimi ugotavljamo pogostost uporabe posameznega kaznovalnega načina discipliniranja otrok v družini v zadnjem letu. Uporabljena je devet-stopenjska lestvica, pri čemer prva stopnja pomeni nikoli uporabljen kaznovalni način discipliniranja, deveta pa, da je kaznovalni način uporabljan vsaj dvakrat dnevno. Za nadaljnjo analizo smo podatke iz večstopenjskih lestvic prevedli v frekvence pogostosti uporabe posameznega načina discipliniranja v zadnjem letu. Zanesljivost vprašalnika dimenzij discipliniranja so avtorji ugotavljali s pilotsko raziskavo med 498 študenti, pri čemer je Cronbachov alfa koeficient za kaznovalno discipliniranje matere znašal 0,89, za kaznovalno discipliniranje očeta pa 0,88. Cronbachov alfa koeficient v predstavljeni raziskavi je za kaznovalno discipliniranje matere znašal 0,88, za kaznovalno discipliniranje očeta pa 0,84.

MDI – vprašalnik o depresiji (Olsen, Jensen, Noerholm, Martiny in Bech, 2003). Zajema dvanajst trditev, s katerimi merimo intenzivnost depresivnega stanja (blaga depresija, zmerna depresija, resna depresija). Odgovorni format postavk predstavlja Linkertova pet-stopenjska lestvica. Kriterijska veljavnost je bila preverjena na podlagi Hamiltonove lestvice depresivnosti (HAM-D; Olsen idr., 2003). Ugotovili so, da je korelacija med lestvicama visoko pozitivna ($r = 0,86$; Olsen idr., 2003). Interna konsistentnost lestvice, ocenjena v okviru mednarodne raziskave o starševstvu, je bila zadovoljiva ($\alpha = 0,89$).

Kontrolni seznam simptomov (CLS-90) s tremi trditvami ocenjuje tesnoba doživljanja posameznika (Olsen, Mortensen in Bech, 2004). Odgovorni format postavk predstavlja pet-stopenjska lestvica. Vrednost Loevingerjevega koeficienta (0,50) kaže na zadostno zanesljivost tesnobe lestvice (Olsen idr., 2004). Cronbachovalfa koeficient, ocenjen v okviru mednarodne raziskave o starševstvu, je za kontrolni seznam simptomov znašal 0,79.

Postopek

Vprašalniki mednarodne raziskave o starševstvu so bili razdeljeni med študente in študentke dveh fakultet Univerze v Ljubljani. Z informiranim soglasjem so jim bile podane vse informacije o raziskavi, potem so bili povabljeni k sodelovanju. Študentje v Sloveniji za udeležbo pri raziskavi niso prejeli nikakršnega plačila oziroma dodatnih kreditnih točk, ki bi jih lahko uveljavljali pri svojih študijskih obveznostih. Sodelovanje je bilo prostovoljno, izvajalci raziskave so zagotovili anonimnost. Udeleženci so bili pozvani, naj ne podpisujejo vprašalnika, in se pred izpolnjevanjem niso identificirali. Študentje, ki so se odločili za sodelovanje, so izpolnjene vprašalnike oddali v škatlo. Če se za sodelovanje niso odločili, so oddali prazen vprašalnik v isto škatlo, pri čemer ni bilo mogoče ugotoviti, kateri izmed študentov vprašalnika ni izpolnil.

Za raziskavo je bilo, kot nalaga protokol, pridobljeno soglasje etične komisije. Za pristop k raziskavi je bilo pridobljeno soglasje matične fakultete koordinatorice raziskave za Slovenijo. V nadaljevanju raziskovanja pa je protokol izvedbe raziskave odobrila tudi Komisija Republike Slovenije za medicinsko etiko.

Zaradi potencialnega tveganja raziskave, ki se navezuje na izpolnjevanje vprašanj, povezanih z občutljivimi temami o družinskih odnosih, z agresijo med družinskimi člani, s preteklostjo kriminalnega vedenja in psihološko stisko, so vsi udeleženci ob koncu izpolnjevanja vprašalnika prejeli dokument z informacijami o raziskavi in ustreznimi kontaktnimi podatki za pomoč v stiski. Vprašanja o nezakonitem vedenju ne vključujejo kaznivih dejanj, ki jih je treba zakonsko prijaviti po uradni dolžnosti.

Rezultati

Razširjenost kaznovalnih načinov vzgoje

Opisne statistike, predstavljene v tabeli 1, se nanašajo na razširjenost posameznih kaznovalnih načinov vzgoje otrok v družini. Več kot 90 % mater in očetov je vsaj enkrat uporabilo kaznovalni način discipliniranja. Več kot polovica jih je uporabila telesno kaznovanje in kar 92,4 % mater in 88,3 % očetov psihično nasilje.

Poleg podatkov predstavljenih v tabeli 1, smo dodatno ugotovili, da so matere udeležencev raziskave (v povprečju) v 39 % uporabljale kaznovalne načine discipliniranja in v 61 % nekaznovalne načine. Večina (58 %) očetov naj bi pri vzgoji uporabljala nekaznovalne načine, 42 % očetov

Tabela 1: Odstotek staršev, ki so pri udeležencevih desetih letih uporabljali posamezni kaznovalni način discipliniranja ($N = 197$)

način discipliniranja	razširjenost – mati (%)	razširjenost – oče (%)
KAZNOVALNO DISCIPLINIRANJE	96,6	92,5
TELESNA KAZEN	58,9	56,1
stresti oziroma trdo prijeto otroka, da bi pridobili njegovo/njeno pozornost	44,4	44,4
našeškati, udariti oziroma klofniti otroka	51,3	45,0
uporabiti kuhalnico, krtačo, pas oziroma drugi predmet	25,5	20,2
umiti otrokova usta z milom, dali začimbo na njegov jezik ali naredili kaj podobnega	1,5	2,1
OMEJEVANJE PRIVILEGIJEV	68,4	63,8
odvzeti žepnino, igračo ali druge privilegije zaradi neprimerne vedenja	43,1	37,4
poslati otroka v posteljo brez obroka	7,1	5,3
odvzeti žepnino, igračo ali drugi privilegij, dokler otrok ne naredi, kar se zahteva	38,7	36,6
zadržati otroka doma oziroma mu omejili aktivnosti zunaj doma zaradi njegovega neprimerne vedenja	57,9	48,4
KAZEN IN RESTITUCIJA	87,1	81,1
naložiti otroku dodatna opravila kot posledico neprimerne vedenja	68,9	63,3
od otroka zahtevati, da se oddolži za svoje neprimerno vedenje	44,1	39,6
prisiliti otroka, da se opraviči oziroma reče, da mu je žal za neprimerno vedenje	70,3	64,9
PSIHIČNO NASILJE	92,4	88,3
kričati oziroma vpiti na otroka	82,9	73,7
otroku skušati zbuditi občutek sramu oziroma krivde	56,1	53,2
zadrževati naklonjenost oziroma se vesti hladno pred otrokom ter ga ne objeti oziroma poljubiti	43,2	45,2
otroku reči, da je len, površen, nepremišljen ali podobno	74,6	69,7

pa kaznovalne. Med kaznovalnimi načini discipliniranja je najpogostejši način kaznovanja pri materah in očetih psihično nasilje, ki pri materah zajema 21 % vseh vzgojnih ukrepov in pri očetih 24 %.

Povezave med kaznovalnimi načini vzgoje in poznejšimi prilagoditvami v odraslosti

V tabeli 2 smo za izračun mere povezanosti med ordinalno (oceno prilagoditev v odraslosti, ki se kažejo kot ali depresivna ali tesnobna stanja) in razmernostno spremenljivko (pogostost uporabe načinov discipliniranja) uporabili Spearmanov korelacijski količnik. Depresivna stanja v odraslosti se statistično pomembno, vendar šibko pozitivno povezujejo s pogostostjo telesnega kaznovanja, s kaznijo in z restitucijo ter s psihičnim nasiljem obeh staršev. Tesnobna stanja se statistično pomembno, vendar šibko pozitivno povezujejo s pogostostjo psihičnega

nasilja obeh staršev ter s pogostostjo telesnega nasilja ter kazni in restitucije matere.

S Kolmogorov-Smirnov testom smo ugotovili, da na 5-odstotni ravni tveganja porazdelitve dosežkov na vseh lestvicah kaznovalnega discipliniranja statistično pomembno odstopajo od normalne porazdelitve. Za testiranje hipotez o različnosti mer centralne tendence med neodvisnimi vzorci smo uporabili neparametrični Mann-Whitneyjev test. Glede na stopnjo depresivnosti obstajajo statistično pomembne razlike ($U = -2,036$, $p = 0,042$) med skupino udeležencev raziskave, katerih očetje so se odločali za telesno kazen ($N = 128$, povprečje rangov = 100,02, vsota rangov = 12803), in skupino tistih, katerih očetje telesnega kaznovanja niso izvajali ($N = 60$, povprečje rangov = 82,72, vsota rangov = 4963). Udeleženci raziskave, katerih očetje so se odločali za telesno kazen, torej dosegajo statistično pomembno višjo stopnjo depresivnosti v odraslosti od oseb, ki o očetovem

Tabela 2. Korelacijski koeficienti (Spearmanov ρ) med načini discipliniranja matere ter očeta in prilagoditvami v odraslosti ($N = 197$)

	KAZNOVALNO DISCIPLINIRANJE		Telesno kaznovanje		Omejevanje privilegijev		Kazen in restitucija		Psihično nasilje	
	mati	oče	mati	oče	mati	oče	mati	oče	mati	oče
Depresivna stanja	0,20**	0,32**	0,17*	0,26**	0,06	0,11	0,19*	0,19*	0,17*	0,33**
Tesnobna stanja	0,20**	0,28**	0,18*	0,12	0,06	0,05	0,15*	0,09	0,18*	0,22**

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

Tabela 4. Statistike Mann-Witheyvega testa za primerjavo med skupino brez simptomov depresije in skupino s simptomi depresije glede na način kaznovanja matere v vzgoji

	Brez simptomov	S simptomi depresije	U	p
	M_{rang}	M_{rang}		
Telesna kazen	92,95	117,38	-2,346	0,019
Omejevanje privilegijev	96,58	96,11	-,044	0,965
Kazen in restitucija	93,82	113,13	-1,780	0,075
Psihično nasilje	93,51	114,55	-1,947	0,052

Tabela 5. Statistike Mann-Witheyvega testa za primerjavo med skupino brez simptomov depresije in skupino s simptomi depresije glede na način kaznovanja očeta v vzgoji

	Brez simptomov	S simptomi depresije	U	p
	M_{rang}	M_{rang}		
Telesna kazen	88,67	117,65	-2,865	0,004
Omejevanje privilegijev	90,96	103,13	-1,186	0,236
Kazen in restitucija	90,46	111,16	-1,979	0,048
Psihično nasilje	87,02	124,64	-3,606	0,000

telesnem kaznovanju ne poročajo. Za preostale kaznovalne načine vzgoje ničelne hipoteze o razlikah med skupinami ne moremo ovreči.

Pri nadaljnjem testiranju hipotez različnosti skupin glede na pogostost kaznovanja smo z Mann-Witneyjevim testom preverjali razlike med skupinama udeležencev brez simptomov za diagnozo depresije ($N = 162$) in udeležencev s simptomi depresije ($N = 32$; tabeli 3 in 4). Udeleženci, ki dosežajo kriterije za diagnozo depresije, so bili pri 10 letih starosti statistično pomembno pogosteje telesno kaznovani (od obeh staršev) ter vzgajani s kaznijo in z restitucijo (od očeta) ter s psihičnim nasiljem (od očeta) kot udeleženci, ki ne dosežajo kriterijev za diagnozo depresije.

Razprava

Podatki o pogostosti kaznovanih ukrepov kažejo na dejstvo, da kaznovanje predstavlja pomemben del vzgoje otrok v družini, saj večina udeležencev poroča o njihovi uporabi. Rezultati raziskave potrjujejo povezave med depresivnim in tesnobnim doživljanjem posameznika v odraslosti in izkušnjami kaznovalnega discipliniranja v otroštvu. Izkušnja s pretirano omejevalnim vedenjem staršev lahko vpliva na sposobnost nadzora v odraslosti oziroma onemogoča učinkovito kontroliranje lastnega doživljanja (Chorpita in Barlow, 1998) in s tem onemogoča funkcionalne prilagoditve odrasle osebe. Depresivna stanja, ki se kažejo kot obup, negativna razpoloženost, utrujenost, nezanimanje, odsotnost odnosov, otopelost (Brown idr., 1998), so statistično pomembno povezana s telesnim kaznovanjem in psihičnim nasiljem kot vzgojnim sredstvom tako matere kot očeta. Korelacijski koeficienti za omenjeni spremenljivki so pozitivni, a nizki in višji pri kaznovanih vzgojnih metodah očeta. Tudi Mann-Whitneyjev test kaže na statistično pomembne razlike med udeleženci glede na prisotnost telesnega kaznovanja očeta. Večjo povezanost očetovih kaznovanih vzgojnih metod z depresivnimi simptomi v odraslosti bi lahko pripisali

dejstvu, da so lahko depresivna stanja del izogibajočega se vedenja odraslega oziroma izraz pretirane odgovornosti in dolžnosti, ki jo posameznik čuti glede na pretekle izkušnje (Carver in Scheier, 2003), in da velik del občutka odgovornega delovanja posameznik razvije v odnosu z očetom (Gostečnik, 2009). Ko izkušnje kaznovanja iz preteklosti nalagajo posamezniku občutek odgovornosti, ki ga ni sposoben dosežati, razvije izogibajoče se vedenje s ciljem izoginitve vsakršnemu afektu. Izogibanje povečuje občutek nemoči in oblikuje občutek izgubljene kontrole (Caprara, Regalia in Bandura, 2002; Caprara idr., 1998; Futa, Nash, Hansen in Garbin, 2003), kar lahko povzroča depresivne simptome. Rezultati Mann-Whitneyjevega testa kažejo, da udeleženci brez simptomov za diagnozo depresije poročajo o manjši pogostosti kaznovanja v vzgoji kot udeleženci s simptomi depresije. Kaznovalni vzgojni ukrepi, pri katerih starši ne ohranjajo stika z otrokom oziroma pri katerih se ne odzivajo na njihove potrebe, so lahko prva izkušnja negativnega afekta, ki se kaže kot razkorak med notranjim doživljanjem in zunanjimi informacijami (Carver in Scheier, 2003), ki ga otrok in pozneje odrasli skuša omiliti. Negativni afekt, ki se pri odraslem odraža v psihični vznemirjenosti, ki je ne uspe umiriti, je jedro depresivnih simptomov (Brown idr., 1998).

Podobne povezave ugotavljamo tudi za tesnobna stanja, ki se statistično pomembno (a šibko) povezujejo s telesnim kaznovanjem matere in tudi psihičnim nasiljem matere in očeta. Povečan občutek tesnobe lahko glede na izsledke predhodnih raziskav povežemo z zmanjšanim občutkom kontrole (Chorpita in Barlow, 1998). Kaznovalni načini vzgoje oziroma predvsem telesna kazen in psihično nasilje staršev omejujeta sposobnost samokontrole. Če telesno kazen in psihično nasilje opredelimo kot načina negativnega odzivanja na otrokove potrebe, lahko ta onemogoča razvoj občutka kontrole, če otroku ob takem kaznovanju ne uspe povezati posledic s svojim vedenjem in nima občutka, da lahko kontrolira te posledice. Omejevanje privilegijev kot način kaznovalnega

discipliniranja se ne povezuje z depresivnimi oziroma s tesnobnimi stanji v odraslosti. Kazen in restitucija pa se le blago povezuje s poznejšimi prilagoditvami v odraslosti. Obstaja torej možnost, da se telesna kazen in psihično nasilje kot kaznovalno discipliniranje odražata v prilagoditvah otroka drugače kot omejevanje privilegijev in kazen oziroma restitucija. S stališča samozaznavanja bi lahko rekli, da predvsem omejevanje privilegijev kot kaznovalna vzgojna metoda ne vpliva tako odločilno na občutek kontrole oziroma da je otrok ob takem načinu kaznovanja sposoben oblikovati občutek nadzora, kar pomeni, da je sposoben tudi v odraslosti ohranjati občutek kontrole nad svojimi zaznavami in odzivi ter da s tem zmanjšuje možnost za depresivna oziroma tesnobna stanja. Tudi B. Rothschild (2000) meni, da je tesnobno doživljanje v sedanosti lahko posledica odziva na nekoč doživeto nevarnost oziroma izpostavljanja dlje trajajočim kaznovalnim vzgojnim ukrepom.

Raziskava nudi izhodišča za razumevanje povezav med kaznovanjem v vzgoji in poznejšimi motnjami razpoloženja odrasle osebe. Glede na dejstvo, da so korelacije kljub statistični pomembnosti nizke in da so primerjave med skupinami s precej različnim številom, bi bilo za posploševanje rezultatov potrebno še dodatno raziskovanje. Težav v prilagoditvah odrasle osebe seveda ne moremo pripisati zgolj načinu vzgoje. Integrativni pristop k psihopatologiji vzroke motenj razpoloženja pripisuje odnosu med biološkimi danostmi in stresnimi dogodki v odnosih (Barlow in Durand, 2005). Tudi na podlagi predstavljenih rezultatov kaznovanje v vzgoji lahko opišemo kot stresni dogodek v odnosu, ki ob zadostnih bioloških danostih prispeva k razvoju depresivnih oziroma tesnobnih simptomov. Predvsem telesno kaznovanje in psihično nasilje prepoznavamo kot vzgojna načina, za katera lahko predvidevamo, da prispevata k težavam v čustvenem doživljanju odrasle osebe.

Pri navajanju zaključkov raziskave moramo upoštevati njene omejitve. Posploševanje rezultatov na celotno populacijo omejuje dejstvo, da je bilo v raziskavo vključenih več žensk kot moških, torej vzorec po spolu ni uravnotežen. V nekaterih skupinah, kot je bilo že omenjeno, pa je bilo malo udeležencev. Prav tako se vprašanja o načinih discipliniranja nanašajo na retrospektivno poročanje na podlagi spomina udeleženca iz otroštva, kar lahko pomeni nevarnost glede popačenosti podatkov. Depresivne osebe lahko zaradi pristranskosti spominskega priklica svoje otroštvo doživljajo bolj negativno. Pri tem je treba poudariti, da rezultati o načinih discipliniranja, pri katerih to spremenljivko ocenjujejo otroci, kažejo podobno razširjenost kot raziskava, v kateri so enako spremenljivko ocenjevali starši (Poljak, 2009). Raziskava kljub omejitvam prispeva k razumevanju povezav med vzgojo in prilagoditvami v odraslosti ter odpira nova raziskovalna vprašanja. S preverjanjem učinkovitosti psihoterapevtskega dela z motnjami razpoloženja lahko ugotovljamo, ali naslovitev izkušenj iz vzgoje pozitivno vpliva na izid terapije oziroma na omilitev motenj. Zastavlja pa se tudi vprašanje, ali lahko s spreminjanjem vzorcev vzgoje v družinah vplivamo na zmanjševanje depresivnih in tesnobnih stanj v odraslosti.

Literatura

- Anderson, S. A. in Sabatelli, R. M. (2007). *Family interaction: A multigenerational developmental perspective*. Boston, MA, ZDA: Pearson Education.
- Aucoin, K., Frick, P. J. in Bodin, S. D. (2006). Corporal punishment and child adjustment. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 27(6), 527-541.
- Barlow, D. H. in Durand, V. M. (2005). *Abnormal psychology. An integrative approach*. Belmont, CA, ZDA: Wadsworth.
- Baumrind, D., Larzelere, R. E. in Cowan, P. A. (2002). Ordinary physical punishment: Is it harmful? Comment on Gershoff (2002). *Psychological Bulletin*, 128(4), 580-589.
- Brown, T. A., Chorpita, B. F. in Barlow, D. H. (1998). Structural relationships among dimensions of the DSM-IV anxiety and mood disorders and dimensions of negative affect, positive affect, and autonomic arousal. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(2), 179-192.
- Caprara, G. V., Regalia, C. in Bandura, A. (2002). Longitudinal impact of perceived self-regulatory efficacy on violent conduct. *European Psychologist*, 7(1), 63-69.
- Caprara, G. V., Scabini, E., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Regalia, C. in Bandura, A. (1998). Impact of adolescents' perceived self-regulatory efficacy on familial communication and antisocial conduct. *European Psychologist*, 3(2), 125-132.
- Carver, C. S. in Scheier, M. F. (2003). Self-regulatory perspectives on personality. V T. Millon in M. J. Lerner (ur.), *Handbook of psychology: Vol. 5. Personality and social psychology* (str. 185-208). Hoboken, NJ, ZDA: Wiley & Sons.
- Chorpita, B. F. in Barlow, D. H. (1998). The development of anxiety: The role of control in the early environment. *Psychological Bulletin*, 124(1), 3-21.
- Futa, K. T., Nash, C. L., Hansen, D. J. in Garbin, C. P. (2003). Adult survivors of childhood abuse: An analysis of coping mechanisms used for stressful childhood memories and current stressors. *Journal of Family Violence*, 18(4), 227-239.
- Gershoff, E. T. (2002). Corporal punishment by parents and associated child behaviors and experiences: A meta-analytic and theoretical review. *Psychological Bulletin*, 128(4), 539-579.
- Gostečnik, C. (2004). *Relacijska družinska terapija [Relational family therapy]*. Ljubljana, SLO: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2007). *Relacijska zakonska terapija [Relational marital therapy]*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2009). *Me imata kaj rada [Do you two care about me]*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Grogan-Kaylor, A. (2004). The effect of corporal punishment on antisocial behavior in children. *Social Work Research*, 28(3), 153-162.
- Harper, F. W. K. in Arias, I. (2004). The role of shame in predicting adult anger and depressive symptoms

- among victims of child psychological maltreatment. *Journal of Family Violence*, 19(6), 367-375.
- Hindy, C. G. in Schwarz, J. C. (1994). Anxious romantic attachment in adult relationships. V M. B. Sperling in W. H. Berman (ur.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspective* (str. 179-203). New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Kornhauser, P. in Pleterski-Rigler, D. (2007). Zagotovimo našim otrokom mladost brez telesnega kaznovanja [Let us assure the youth without corporal punishment for our children]. V P. Kornhauser (ur.), *Zagotovimo našim otrokom mladost brez telesnega kaznovanja [Let us assure the youth without corporal punishment for our children]* (str. 54-98). Ljubljana, SLO: Zveza prijateljev mladine Slovenije.
- Larzelere, R. E. (2000). Child outcomes of nonabusive and customary physical punishment by parents: An updated literature review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 3(4), 199-221.
- Lynch, S. K., Turkheim, E., D'Onofrio, B. M., Mendle, J., Emery, R. E., Slutske, W. S. in Martin, N. G. (2006). A genetically informed study of the association between harsh punishment and offspring behavioral problems. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 190-198.
- Maccoby, E. E. in Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. V P. H. Mussen (ur.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (str. 1-101). New York, NY, ZDA: John Wiley.
- MacMillan, H. L., Boyle, M. H., Wong, M. Y., Duku, E. K., Fleming, J. E. in Walsh, C. A. (1999). Slapping and spanking in childhood and its association with lifetime prevalence of psychiatric disorders in a general population sample. *Canadian Medical Association Journal*, 161(7), 805-820.
- Miller, A. (1979). *The drama of the gifted child: The search for the true self*. New York: Basic Books.
- Mulvaney, M. K. in Mebert, C. J. (2007). Parental corporal punishment predicts behavior problems in early childhood. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 389-397.
- Oddone Paolucci, E. in Violato, C. (2004). A meta-analysis of the published research on the affective, cognitive, and behavioral effects of corporal punishment. *The Journal of Psychology*, 138(3), 197-221.
- Olsen, L. R., Jensen, D. V., Noerholm, V., Martiny, K. in Bech, P. (2003). The internal and external validity of the Major Depression Inventory in measuring depressive states. *Psychological Medicine*, 33(2), 351-356.
- Olsen, L. R., Mortensen, E. L. in Bech, P. (2004). The SCL-90 and SCL-90R versions validated by item response models in a Danish community sample. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 110(3), 225-229.
- Peček Čuk, M. in Lesar, I. (2009). *Moč vzgoje: Sodobna vprašanja teorije vzgoje [The power of childrearing: Current questions on the theory of childrearing]*. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije.
- Poljak, S. (2009). Discipliniranje otrok v družini - načini, stališča in medgeneracijske povezave [Disciplining children in the family: practices, attitudes and crossgenerational connections]. *Psihološka obzorja*, 18(4), 93-113.
- Rothschild, B. (2000). *The body remembers: The psychophysiology of trauma and trauma treatment*. New York, NY, ZDA: W. W. Norton & Company.
- Salkind, N. J. (2002). *Child development*. New York, NY, ZDA: Micmillan Library Reference.
- Socolar, R. R. S., Savage, E. in Evans, H. (2007). A longitudinal study of parental discipline of young children. *Southern Medical Journal*, 100(5), 472-477.
- Socolar, R. R. S., Savage, E., Keyes-Elstein, L. in Evans, H. (2005). Factors that affect parental disciplinary practices of children aged 12 to 19 months. *Southern Medical Journal*, 98(12), 1181-1191.
- Straus, M. A. (1994). *Beating the devil out of them: Corporal punishment in American families*. San Francisco, CA, ZDA: Jossey-Bass/Lexington Books.
- Straus, M. A. (2010a, 22. junij). International parenting study. Pridobljeno 1. spetembra 2010, s spletne strani <http://pubpages.unh.edu/~mas2/IPS.htm>
- Straus, M. A. (2010b, 24. avgust). Preliminary list of nations in the international parenting study. Pridobljeno 1. oktobra 2010, s spletne strani <http://pubpages.unh.edu/~mas2/IPS-Nations.htm>
- Straus, M. A. in Fauchier, A. (2007). *Manual for the Dimensions of Discipline Inventory (DDI)*. Durham, NH, ZDA: Family Research Laboratory.
- Straus, M. A. in Field, C. J. (2003). Psychological aggression by american parents: National data on prevalence, chronicity and severity. *Journal of Marriage and Family*, 65(4), 795-808.
- Straus, M. A. in Mouradian, V. E. (1998). Impulsive corporal punishment by mothers and antisocial behavior and impulsiveness of children. *Behavioral Sciences and the Law*, 16, 353-374.
- Straus, M. A. in Stewart, J. H. (1999). Corporal punishment by American parents: National data on prevalence, chronicity, severity, and duration, in relation to child and family characteristics. *Clinical Child & Family Psychology Review*, 2(2), 55-70.
- Straus, M. A., Sugarman, D. B. in Giles-Sims, J. (1997). Spanking by parents and subsequent antisocial behavior of children. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 151(8), 761-767.
- Stuewig, J. in McCloskey, L. A. (2005). The relation of child maltreatment to shame and guilt among adolescents: Psychological routes to depression and delinquency. *Child Maltreatment*, 10(4), 324-336.
- Trumbull, D. A., Larzelere, R. E., Wolraich, M. in Trumbull, D. A. (1999). To spank or not to spank. *Pediatrics*, 103, 696-698.

Prispelo: 23.2.2012

Sprejeto: 6.5.2013

Konfliktnost med mladostniki in starši: razvojno psihološki vidiki in sistemski vidik konfliktnosti v družini

Sonja Čotar Konrad*

Pedagoška fakulteta, Univerza na Primorskem

Povzetek: Problematika konfliktnosti med mladostnikom in starši je kljub porastu števila raziskav v tujini v Sloveniji še vedno relativno neraziskano področje. Aktualnost konfliktov v družini odraža tudi naraščajoče število agresivnih izražanj družinskih sporov v slovenski družbi, ki s tem dnevno postavlja znanost pred nove strokovne izzive. V članku najprej opredelimo konfliktnost v družini in pojem ločimo od drugih sorodnih pojmov. Prispevek prinaša tudi pomembna teoretična in empirično podprta izhodišča za razumevanje razlogov konfliktnosti v družini, natančneje konfliktnosti med mladostnikom in starši. Kritično predstavljamo razvojno psihološki vidik konfliktov med mladostnikom in starši, kjer soočamo in ocenjujemo štiri danes aktualne možne perspektive razvojno-psihološke razlage konfliktnosti: psihoanalitični vidik, socio-biološki, kognitivno razvojni in socio-relacijski vidik. Nazadnje pa v prispevku osvetlimo konfliktnost med mladostniki in starši kot element spremembe celotnega družinskega sistema skozi prizmo soočanja družine s stresom v skladu s Burr-Kleinovim modelom in omenjen model ovrednotimo na osnovi hipotetično predstavljenega primera delovanja družine.

Ključne besede: konflikti, družinski odnosi, mladostniki, starši, stres

Conflict between adolescents and parents: Developmental and systemic perspectives of conflict in family

Sonja Čotar Konrad

Faculty of Education, University of Primorska

Abstract: Despite the growing number of studies on family conflict abroad this issue still remains relatively unexplored in Slovenia. The importance of this issue is also evident from the increasing incidence of aggressive behaviour in family disputes in the Slovenian society. This represents new challenges science is faced with daily. Firstly, this paper tries to define the concept of family dispute and to separate it from other related concepts. Secondly, we provide a valuable theoretical and empirical understanding of reasons that determine conflict in the family, and more specifically the conflict between adolescents and their parents. The article critically points out the psychological and developmental aspect of the conflict between adolescents and their parents, where four possible developmental psychological perspectives and interpretations of conflicts in family are confronted and evaluated: the psychoanalytic perspective, the socio-biological, the cognitive developmental and the socio-relational aspects. Finally, the article tries to illuminate conflict in family as an element of change of the entire family system through the prism of family coping with stress adopting the Burr-Klein model (1994) and to evaluate the model on the basis of a hypothetically presented case of family functioning.

Key words: conflicts, family relations, adolescents, parents, stress

**Naslov/Address:* dr. Sonja Čotar Konrad, Pedagoška fakulteta, Univerza na Primorskem, Cankarjeva 5, 6000 Koper, e-mail: sonja.cotarkonrad@pef.upr.si

Opredelitev obravnavanega problema in namena prispevka

Konfliktnost v družini je tematika, ki je danes še posebno aktualna in pred stroko postavlja vedno nova vprašanja. Analiza doslej objavljenih študij na Slovenskem pokaže primanjkljaj tako na področju jasnega definiranja pojma konfliktnosti v družini kot tudi pomanjkanje enoznačnih empiričnih podatkov s področja konfliktnosti med mladostnikom in starši. Jedrni problem obravnave in namen prispevka je kritično predstaviti in analizirati razlage konfliktnosti med mladostnikom in starši z vidika nekaterih danes v svetu aktualnih teoretično-empiričnih izhodišč: psihoanalitičnega vidika, sociobiološkega vidika, kognitivno razvojnega vidika in socio-relacijskega vidika. V prispevku bomo v okviru posameznega vidika razlage mladostniške konfliktnosti s starši medsebojno integrirali dosedanja spoznanja in kritike posamezne perspektive. Primerjavo in ovrednotenje nekaterih v tuji literaturi pogostih razumevanjih in pojasnjevanjih narave konfliktnosti med mladostnikom in starši bomo nadgradili s celostnim sistemskim pristopom razumevanja družinske dinamike. V skladu s sistemskim vidikom dojemanja družine bomo s pomočjo pri nas še neznanega Burrovega in Kleinovega modela (Burr in Klein, 1994) soočanja družine s stresom predstavili celostni pristop k razumevanju konfliktnosti v družini in na osnovi predstavitve hipotetičnega primera družinske konfliktnosti ovrednotili tudi njegovo nadaljnjo uporabno vrednost.

Opredelitev konfliktnosti v družini

Kljub mnogim poskusom opredeljevanja ostaja konfliktnost danes še vedno relativno nejasen pojem, pri čemer pregled literature (npr. Emery, 1992; Jaycox in Repetti, 1993) pokaže, da ostaja pojem 'konfliktnost v družini' zaradi svoje kompleksnosti še bistveno bolj neopredeljen. Ena izmed opredelitev konfliktnosti v družini opisuje konfliktnost z vedenji med družinskimi člani, ki se pojavljajo na intervalu od verbalnega izražanja nestrinjanja prek kritiziranja pa vse do dejanj fizične agresije (Jaycox in Repetti, 1993). Emery (1992) trdi, da ima konflikt v družini v osnovi enako temeljno strukturo kot druge oblike socialnih konfliktov, vendar pa se pomembno razlikuje vsaj v treh vidikih: (1) pogostosti - zaradi večje fizične prisotnosti, nujne delitve nalog in dolgoročnega sodelovanja članov družine je konflikt v družini pogostejši in se mu družinski člani težje izogonejo; (2) normativnosti - zaradi dinamike medsebojnih odnosov pomeni običajno in normativno posledico prehodov v individualnem razvoju posameznika in skupinskem razvoju družine; (3) funkcionalnosti - zaradi svoje socialne, čustvene in praktične funkcije pa je konflikt v družini nosilec dodane vrednosti in velikega vpliva na posameznika, njegove medosebne odnose in družbo nasploh. Vidimo lahko, da omenjene tri dimenzije Emeryjeve opredelitve bolj kot na strukturo konflikta v družini opozarjajo na njegovo

vsebinsko in funkcijo. Nekoliko bolj se na samo strukturo konflikta v svoji zgodnejši opredelitvi osredotoči Shantz (1987), ki meni, da je konflikt časovno opredeljena socialna epizoda z nekaterimi razlikovalnimi značilnostmi, kot so (1) *pojavnost in intenzivnost* (pogostost in čustvena intenzivnost konflikta), (2) *vsebina* (tematika konflikta), (3) *začetek konflikta in nasprotovanje* (vedenja, s katerimi se prične konflikt), (4) *rešitev* (vedenja, ki zaključijo konflikt) in (5) *izid* (posledice) konflikta. Menimo, da pri dinamiki konflikta lahko jasno ločimo potek konflikta v vsaj treh stopnjah: začetek (Shantzejeva pojavnost in intenzivnost konflikta), nato vedenje, dogajanje med konfliktom samim (kamor lahko uvrstimo Shantzejevo opredelitev vsebine konflikta in začetka nasprotovanja v konfliktu) ter zaključek konflikta (ki se po Shantzeju kaže kot rešitev in izid konflikta). Sklepamo, da začetek, dogajanje in vedenje med konfliktom ter zaključek konflikta predstavljajo različne, vendar med seboj prepletene in povezane komponente konflikta, ki pa jih študije pogosto ne upoštevajo (npr. Adams in Laursen, 2007; Laursen in Collins, 1994). Dejstvo je, da osredotočanje na zgolj eno izmed karakteristik konflikta izkrivlja in neustrezno predstavlja značilnosti in funkcije konflikta. Kljub temu se mnoge študije danes doma in v tujini še vedno osredotočajo izključno na preučevanje frekvence, ..., torej pogostosti nesoglasij med mladostnikom in starši (npr. Adams in Laursen, 2007; Zupančič in Svetina, 1995–2002), čeprav so po drugi strani vse pogostejše kritike, da pogostost konfliktnosti daje zgolj omejeno informacijo o naravi in pomenu konflikta za mladostnike in njihove družinske odnose (Perry, Perry in Kennedy, 1992). Študije namreč kažejo, da sta stopnja izraženosti negativnih čustev in strategije reševanja konflikta dve komponenti, ki pomembneje in bolj učinkovito napovedujeta učinek konflikta kot pa njegova pogostost (Gottman, 1979; Laursen in Hartup, 1989). Tako menimo, da bi bilo bistveno bolje, če bi se v prihodnje raziskave osredotočale na preučevanje kvalitete, narave konfliktnosti v družini in izida konflikta ne pa zgolj njegove kvantitete.

Teoretične perspektive razlage konflikta med mladostnikom in starši v okviru mladostnikovega razvoja

Več študij je z različnimi teoretičnimi pristopi (npr. Deković, 1999; Paikoff in Brooks-Gunn, 1991) poskušalo razložiti spremembe v stopnji in pogostosti konfliktov na prehodu iz otroštva v mladostništvo in dalje med mladostništvom do zgodnje odraslosti, vendar do danes še ni bilo jasnega dogovora o tem, zakaj do teh sprememb pride (Steinberg in Sheffield Morris, 2001). Tako so si študije danes edine zgolj v dejstvu, da se v začetku mladostništva poveča stopnja prerekanja in prepiranja med mladostnikom in starši. Ob tem pa še vedno ni jasnega konsenza med raziskovalci, zakaj se tovrstni negativni odnosi med mladostnikom in staršem pojavijo. To dejstvo so skušali razložiti z več različnih perspektiv:

psihoanalitičnega in neoanalitičnega vidika (Blos, 1979; Holmbeck, 1996), sociobiološkega vidika (Steinberg, 1989), s pomočjo kognitivno razvojnega (Collins, 1990) in sociorelacijskega vidika (Laursen in Collins, 1994). Omenjene perspektive bomo v nadaljevanju prispevka predstavili, medsebojno primerjali in kritično ovrednotili.

Psihoanalitični in neoanalitični vidik

Neoanalitiki (Blos, 1979) opisujejo psihološko in biološko preurejanje odnosov kot posledico fizične zrelosti mladostnika, pri katerem naj bi biološke spremembe v času pubertete ponovno obudile mladostnikove ojdipske želje. Slednje naj bi bile med mladostništvom vzrok za intrapsihične konflikte med idom in superegom. Konfliktnost ter sočasna težnja po ločevanju od staršev in nenavezanosti nanje sta po mnenju neoanalitikov normativen proces usklajevanja medsebojnih odnosov in zmanjšanja notranje tesnobe mladostnika.

O podobnem govori tudi Holmbeck (1996), ki pravi, da mladostniki na prehodu v mladostništvo začnejo zaznavati preveliko navezanost na starše (ang. *overattached*) in nediferenciranost od njih (ang. *undifferentiated*). Zato se morajo in želijo na tej stopnji svojega razvoja soočiti z lastno vpetostjo v družinske odnose. To pa ne pomeni zaostrovanja odnosa s starši, ampak predvsem novo definiranje in izpogajanje družinskih vlog na način, da ohranijo bližnje odnose tako s starši kot z vrstniki. Prav preusmeritev na odnose z vrstniki in s tem povečana čustvena oddaljenost od staršev (Blos, 1979) naj bi po mnenju neoanalitikov pomenila zmanjšanje notranje napetosti mladostnikov v odnosu do staršev. Konflikti, ki se pojavljajo med to redefinicijo vlog v družini, pa imajo predvsem funkcijo olajšati proces osamosvajanja mladostnika (Holmbeck, 1996).

Na osnovi omenjenega psihoanalitičnega razumevanja nastanka povečane konfliktnosti med mladostnikom in starši v obdobju prehoda iz otroštva v mladostništvo so avtorji trdili, da gre za t.i. »obdobje nevihte in groma« (ang. *storm and stress*, A. Freud, 1958, po Holmbeck, 1996). Vendar pa nasprotno nekemu splošno uveljavljenemu prepričanju t.i. »nevihtnega obdobja« ugotavljamo, da obstaja le malo empirične podpore za trditev, da bi bili za odnose med mladostniki in starši značilni skrajni nivoji konfliktnega vedenja. Celo več: študije kažejo, da obstajajo visoke stopnje konfliktov med mladostnikom in starši le v posameznih redkih primerih družin, pri čemer izjemno intenzivna konfliktnost pomeni navadno pomemben napovedni dejavnik tudi za neprilagojeno vedenje mladostnikov v zgodnjem mladostništvu nasploh (npr. Adams in Laursen, 2007; Montemayor, 1986). Na osnovi podanih empiričnih ugotovitev lahko zaključimo, da samemu začetku in nastopu pubertete le stežka pripišemo vzrok za povečano intenzivno konfliktnost v družini. Tovrstne zelo intenzivne konfliktnosti se v določeni meri pojavljajo zgolj pri posameznih družinah, obenem pa, kot pravi že Hill (1985, str. 235), stopnja teh

vedenj ni »dovolj velika, da bi pomenila bazo za splošno razvojno teorijo« večine družin z mladostniki.

Sociobiološki vidik

Podobno izhodišče kot psihoanalitična perspektiva zagovarja tudi avtor sociobiološkega vidika. Steinberg (1981, 1987) v svojih študijah namreč ponuja evolucijsko ali t.i. sociobiološko razlago pojava konfliktnosti mladostnika v odnosih s starši, pri čemer meni, da se povečana količina konfliktov prav tako pojavi z nastopom pubertete mladostnikov. Omenjen vidik podkrepi z empiričnimi podatki v svojih zgodnjih študijah, kjer navaja (Steinberg, 1981), da je zgodnji cikel nastopa pubertete mladostnika povezan s povečano konfliktnostjo v odnosu z mamo. Na novo nastajajoče napetosti med mladostnikom in starši ne utemeljuje z ojdipskimi težnjami mladostnika, ampak jih opredeli v okviru svoje t.i. distančne hipoteze. Avtor distančno hipotezo utemeljuje s spremembo v kvaliteti odnosov (Steinberg, 1990), v katerih se z razvojem pubertete pojavi večja čustvena oddaljenost med mladostnikom in starši, kar naj bi vodilo tudi v pogostejšo konfliktnost v teh odnosih. Omenjeno potrjujejo tudi nekateri drugi empirični podatki študij, ki večjo čustveno oddaljenost med zgodnjim mladostnikom in starši opisujejo kot manj psihološke bližine, manjšo pogostost in intenzivnost izražanja pozitivnih čustev med mladostnikom in starši (Collins, 1990), manj medsebojnega sprejemanja (Collins in Russel, 1991), srednji nivo konfliktne vpletenosti (Hill in Holmbeck, 1987), spremembe v naravi pravil in standardov ter manj mladostnikove vpletenosti v družinske aktivnosti (Holmbeck, Paikoff, Brooks-Gunn, 1995; Paikoff in Brooks-Gunn, 1991). Steinberg (1990) pa dodaja, da je prav zgodnja pubertetna zrelost tista, ki sproži povečano konfliktnost tega razvojnega obdobja. Ugotavlja namreč, da se zgodnja pubertetna zrelost deklet in zgodnja pubertetna zrelost fantov povezuje s povečano konfliktnostjo mladostnikov z mamo, a ne nujno tudi z očetom; obdobje povečane čustvene oddaljenosti ali začasnih motenj v odnosu med mladostnikom in starši pa se pojavi kmalu po nastopu pubertetnega razvoja pri fantih in dekletih, posebej še v diadi mati-hči (prav tam). Sočasno s pojavom evolucijskega pristopa pa kritiki te perspektive menijo (Laursen in Collins, 1994), da zaradi metodološke in konceptualne pomanjkljivosti Steinbergove raziskave ne ponujajo ustreznega argumenta za razumevanje sprememb v konfliktnosti med mladostniki in starši ob nastopu pubertete. Rezultati o t.i. *distančni hipotezi*, torej povečanju oddaljenosti mladostnikov od staršev kot posledici mladostnikove pubertetne zrelosti, naj bi bili namreč zbrani zgolj na osnovi poročanj mladostnikov o povečanju oddaljenosti od staršev (in ne tudi poročanj staršev). Zato nekateri avtorji opozarjajo, da gre pri tem predvsem za mladostnikov *subjektivni občutek* povečanja oddaljenosti od staršev in ne tudi za starševske izkušnje oddaljenosti od mladostnika (Deković, 1999; Steinberg, 1988). Vprašanja o metodoloških pomanjkljivostih, na katera opozarjajo kritiki sociobiološke perspektive, pa

lahko deloma ovržemo tudi z nekaterimi empiričnimi podatki študij (Fletcher, Steinberg in Williams-Wheeler, 2004; Schwarz, Barton-Henry in Pruzinsky, 1985), ki poročajo, da so pri napovedovanju mladostnikovega ponotranjanja ali pozunanjanja konfliktnih vedenj (in s tem povečane konfliktnosti v odnosu s starši, op. avtorice) pomembnejši napovedni dejavnik predvsem mladostnikova subjektivna dojetanja starševskih praks in bistveno manj percepcije lastnih vzgojnih praks samih staršev. Strinjamo se, da podatki, pridobljeni s strani obeh vpletenih v odnos, prinašajo večjo objektivnost pridobljene informacije, ne moremo pa trditi, da bi bila predstavljena distančna hipoteza v okviru sociobiološke perspektive razumevanja povečane konfliktnosti v družini v celoti metodološko in vsebinsko sporna, če je v raziskavo vključen zgolj mladostnik sam.

Povzamemo lahko, da psihoanalitična in sociobiološka razlaga utemeljmeta naraščanje pojavnosti in intenzivnosti konfliktov z nastopom pubertetne zrelosti mladostnika in postavljata v vlogo 'sprožilca' konflikta mladostnika samega. Po drugi strani pa v nadaljevanju predstavljena socio-kognitivna perspektiva utemeljuje bodisi pogostejše konflikte bodisi več kompromisnih rešitev v odnosih med mladostnikom in starši kot posledico reorganizacije mentalnih sposobnosti mladostnika, torej s prehajanjem med stopnjami sociokognitivnega razvoja mladostnika (Younnis in Smollar, 1985).

Kognitivno razvojni vidik

Podobno kot psihoanalitična in sociobiološka perspektiva tudi kognitivno razvojni vidik vidi izhodišče konfliktnosti v razvojnih spremembah mladostnika samega. Za Selmana (1980) in Younnisa (Younnis in Smollar, 1985) pomeni namreč mladostnikov kognitivni razvoj izhodišče za 'prevetritev' mladostnikovega razumevanja starševskih zahtev. Mladostniki naj bi tako med mladostništvom vedno pogosteje želeli videti starše v luči enakopravnega in enakovrednega sogovornika. To pomeni mladostnikovo pogostejše izražanje zahtev po enakopravnem obravnavanju in vključevanju v pogovore o družinski problematiki, še posebej pa o vsebinah, ki se nanašajo na njegove lastne pravice, delovanje in vedenja v ali izven družinske skupnosti nasploh. Zagovorniki kognitivno razvojnega vidika menijo, da ima prav kognitivni razvoj posameznika pomembno vlogo pri tem, da mladostniki postajajo po eni strani vedno bolj odprti za razumevanje in sprejemanje psihološke realnosti drugega sogovornika (starša, op. avtorice), po drugi strani pa postajajo do starševskih zahtev vedno bolj kritični. Morebitno starševsko zavračanje povečane težnje mladostnika k recipročnosti in horizontalnosti v odnosu in vztrajanje pri konvencionalni poziciji, da je njihova odločitev in videnje problema edina pravilna in mogoča, legalna in legitimna, še povečuje konfliktnost v odnosu z mladostnikom. Spremembe in neujemanja v zaznavah in pričakovanjih, ki jih starši in mladostniki imajo o sebi in drug o drugem, lahko potemtakem v družini oblikujejo

klimo medsebojnega neujemanja v različnih vidikih družinskega delovanja in v množici pomembnih družinskih tematik. Tako npr. Smetana (1989, 1995) dokazuje, da se odstopanja v razumevanju različnih družinskih tematik s strani mladostnikov in staršev povečajo prav ob nastopu zgodnjega mladostništva in se povezujejo z naraščanjem konfliktnosti v tem obdobju. Na ta način naj bi neujemanje med starševim in mladostnikovim videnjem problematik posegala v povezave med razvojno spremembo (npr. težnjo po osamosvajanju mladostnika, op. avtorice) in stopnjo konfliktnosti med mladostnikom in staršem. Natančneje lahko kognitivno razvojni vidik razlage konfliktnosti v odnosu med mladostniki in starši utemeljimo npr. skozi vprašanje družinskega postavljanja pravil, kar predstavlja eno pomembnih dimenzij podpiranja mladostnikove samostojnosti (Sorkhabi, 2010). Način, kako starši že v začetku oblikujejo pravila in pričakovanja, ki se nanašajo na aktivnosti mladostnika, in način, kako starši omejujejo mladostnikovo samostojnost, pomeni enega izmed izvorov konfliktnosti med mladostnikom in starši. Raziskave, ki so se nanašale na preučevanje mladostnikove udeležbe pri odločanju v družini, ugotavljajo, da je t.i. skupno ali dvostransko odločanje, ko mladostniki sodelujejo v procesu sprejemanja odločitev, v primerjavi z enostranskim starševskim odločanjem ali enostranskim mladostnikovim odločanjem, povezano s pozitivnimi razvojnimi izidi mladostnika. Med temi študije omenjajo učno kompetentnost, visoko samospoštovanje, notranjo motiviranost, manjšo stopnjo delinkventnosti, deviantnosti in manjšo stopnjo dojemljivosti za negativne vplive vrstnikov (Brown, Mounts, Lamborn in Steinberg, 1993; Fuligni in Eccles, 1993). Menimo namreč, da skozi družinsko postavljanje pravil starši dopuščajo ali omogočajo, da se mladostnik v skladu s svojo stopnjo kognitivnega razvoja postopoma uči razumevanja in medsebojne povezave več perspektiv in pričakovanj v smiselno oblikovana in socialno sprejemljiva družinska pravila. S tem krepi sposobnost lastnega odločanja in doseganja večje samostojnosti in neodvisnosti v življenju nasploh.

Glede na predstavljen vidik konfliktnosti v družini ocenjujemo, da kognitivno razvojna perspektiva opredeljuje vlogo konfliktnosti med mladostnikom in starši predvsem kot tvorno možnost družine, da po obdobju otroštva ponovno izpelje pogajanja o družinskih vlogah in odnosih – od bolj hierarhičnih v zgodnjem mladostništvu do bolj enakovrednih, enakopravnih v poznem mladostništvu (Adams in Laursen, 2007; Goossens, 2006; Grotevant in Cooper, 1985; Steinberg, 1990) – odnosov, ki z nastopom mladostništva postajajo v svoji vsebini in obliki kot strogo hierarhični docela nefunkcionalni. Nadalje pa kognitivno razvojni vidik vidi porast konflikta med mladostnikom in starši v kognitivni reorganizaciji mladostnika. Pri tem kognitivna perspektiva predvideva, da naj bi kognitivni razvoj mladostnika spodbudil revizijo mladostnikovega pojmovanja sebe in njegovih odnosov z drugimi. Kognitivna razvojna perspektiva tako poudarja predvsem nezveznost pojava konfliktnosti med mladostnikom

in starši, saj meni, da hierarična razporeditev vlog v družini v otroštvu preprečuje možnosti za nastanek intenzivnejših konfliktnih odnosov med otrokom in staršem. V mladostništvu pa naj bi se zaradi kognitivne reorganizacije mladostnika in njegove težnje po večji enakopravnosti v odnosih pojav intenzivne konfliktnosti med mladostniki in starši bistveno povečal.

Predstavljen kognitivno razvojni vidik razumevanja sprememb v konfliktnosti med mladostniki in starši prinaša pomembno informacijo o vlogi miselnih reprezentacij mladostnika pri dojetanju in argumentaciji socialnih odnosov. Po drugi strani pa vidimo pomanjkljivost predstavljene perspektive predvsem v preveliki osredotočenosti zgolj na kognitivni vidik konflikta in neupoštevanje vloge sprememb v kvaliteti čustvene izraznosti mladostnikov in staršev v medsebojnih konfliktih.

Primerjava psihoanalitične, socio-biološke in kognitivno razvojne perspektive razumevanja porasta konfliktnosti med mladostnikom in starši na prehodu iz otroštva v mladostništvo pokaže, da je omenjenim perspektivam skupno dvoje: (1) izhodišče o nezveznosti pojava konfliktnosti v družini, torej predpostavka, da se večja in kvalitativno drugačna konfliktnost med mladostnikom in starši pojavi šele z začetkom mladostniškega obdobja, in (2) osredotočenost perspektiv na izvor konflikta v razvojnopsiholoških spremembah v mladostniku samem. Nasprotno zgoraj omenjenim vidikom razlage družinske konfliktnosti pa sociorelacijski vidik, ki ga predstavljamo v nadaljevanju, poudarja (1) kontinuiteto narave odnosov med mladostnikom in starši ter (2) vidi izvor nesoglasij med mladostniki in starši v medsebojnih relacijah, oziroma v obeh udeležencih konflikta in ne zgolj v mladostniku samem.

Sociorelacijski vidik

Sociorelacijska perspektiva gradi svoje teoretično izhodišče v teoriji izmenjave (Kelly, idr., 1983), ki pravi, da se odnosi oblikujejo, ko sta dve strani vpleteni v konsistentno nagrajujoče izmenjave. Bližina se razvije kot posledica stopnjevanje količine vložene kapitala v odnos in iz njega pridobljenih prednosti. Za razvoj in ohranjanje tesne povezanosti v odnosu je potrebna integracija posameznikovih ciljev in vedenj, kar pa v interakciji z drugo osebo neizogibno izzove konflikt. Vlaganje v odnos torej pomeni, da bo posameznik minimaliziral potencialno škodo, ki bi ob konfliktu lahko nastala, da bi še naprej ohranjal koristi iz obstoječega odnosa. Za mladostnike velja, da se njihovi tesni odnosi navadno nanašajo na starše in prijatelje. Za te relacije je značilna najvišja stopnja medsebojne povezanosti in soodvisnosti (Argyle in Furnham, 1982), kar mladostnikom vedno znova ponuja 'varno bazo' za raziskovanje zunanjega okolja. Zaznave in pričakovanja v tesnih odnosih (npr. s starši, op. avtorice) predstavljajo mladostniku posebne mehanizme varovanja in preprečevanja nenadnih fizičnih, socialnih in kognitivnih sprememb, ki bi lahko ogrozile

njegov občutek varnosti in stabilnosti v odnosih s starši. Kljub temu da so nekatere spremembe v odnosih nujno potrebne za prilagajanje na nov (družinski, op. avtorice) razvojni kontekst, pa naj bi bil proces spreminjanja letnega z vidika sociorelacijske perspektive postopen in kontinuiran (Collins, 1990). Laursen in Collins (1994) posledično ugotavljata, da obstajajo večje razlike v vedenju med konfliktom med različnimi tipi družinskih odnosov (npr. partnerski odnos, starševski odnos, op. avtorice) kot pa razlike glede na starost mladostnika. Avtorja namreč zagovarjata tezo, da naj bi se povečana konfliktnost v odnosih med mladostnikom in starši ne začela z nastopom mladostništva, ampak se – če je že prisotna – nadaljuje na osnovi težavnih odnosov med otrokom in starši že od otroštva dalje. Glede na omenjeno predpostavko o kontinuiteti narave (družinskih) odnosov zagovorniki sociorelacijskega vidika trdijo, da naj bi se vedenje mladostnika v družinskih interakcijah spreminjalo bolj kot posledica kvalitete odnosov samih in situacij, v katerih se konflikti pojavijo, kot pa posledica začetka pubertete ali sprememb v starosti mladostnika (Laursen in Collins, 1994).

Sociorelacijska perspektiva je v primerjavi z zgoraj omenjenimi perspektivami naredila korak naprej tudi pri vprašanju sprožilca in izvora konfliktnosti med mladostnikom in starši. Opozarja namreč, da je potrebno v raziskovanje konfliktnosti vključiti ne zgolj mladostnikove razvojnopsihološke značilnosti, ampak tudi vpliv in delovanje staršev v odnosih z mladostniki ter njihova prepričanja o mladostnikih. Slednje empirično potrjujejo tudi nekatere študije (npr. Smetana, 2005). Avtorica v skladu s teorijo socialnih področij (ang. *social domain theory*; Smetana, 2005) namreč ugotavlja, da se staršev poseganje na osebna področja mladostnikovega delovanja, npr. mladostnikov stil oblačenja, pričeske, mladostnikova izbira prijateljev, ipd. (in ne zgolj na področje moralnega, konvencionalnega ali bonitetnega delovanja, kjer mladostniku, npr. prepovedujejo tisto, kar je zanj ali njegovo okolico škodljivo) povezuje z visoko pogostostjo medsebojnih konfliktov in s težavami v psihosocialnem mladostnikovem prilagajanju (Smetana, Crean, Campione-Barr, 2005).

Vprašanje povezanosti med konfliktnostjo in starševimi prepričanji o njihovih vlogah v odnosih z mladostniki navajajo tudi novejšje študije (npr. Holmes, Bond in Byrne, 2008), ki se specifično nanašajo na značilnosti konfliktnosti med materami in mladostniki. Gre za to, da avtorji (prav tam) analizirajo t.i. *epistemološke perspektive mater*, njihova prepričanja o vedenju in razmišljanju ter pojmovanja o samem sebi kot konstruktorju znanja, ki pomenijo širši kognitivni okvir prepričanj, ki jih usmerja pri razumevanju in odzivanju na svoje otroke (Siegel in McGilicuddy-DeLisi, 2002). Tovrstne epistemološke perspektive napovedujejo stil komunikacije in strategije reševanja konfliktov med materjo in mladostnikom (prav tam). Zato začne mladostnik ob usvajanju in razvijanju svoje lastne kognitivne perspektive pogosto dvomiti v avtoriteto, resnico, osebna mnenja, logičnost postavljenih

družinskih in družbenih pravil, itd, torej vsebin, ki pomenijo pomemben del epistemološkega sistema prepričanj mater (in staršev nasploh, op. avtorice). Prepričanja staršev o vlogi posameznega družinskega člana posledično določajo, kako bodo na mladostnikove dvome in pobude odreagirali. Starši, ki so prepričani, da je znanje in vedenje produkt medsebojne diskusije, analize in kompromisa, bodo najverjetneje odprti za mladostnikove predloge med konflikti, nasprotno pa bodo starši, ki vidijo svoje epistemološke sisteme kot zaprt in dokončen set nespremenljivih dejstev, za ideje in stališča mladostnikov manj tolerantni in manj dostopni. Ob tem tudi empirični podatki študij kažejo, da slednja skupina mater¹ z relativno zaprtim epistemološkim sistemom dejansko poroča o intenzivnejših konfliktih z mladostniki (Holmes, Bond in Byrne 2008).

Sociorelacijska perspektiva pomeni pomembno nadgradnjo prej predstavljenih perspektiv predvsem v točki, ko konfliktnost med mladostniki in starši razume kot vprašanje kvalitete relacij med udeleženci konflikta in pri iskanju izvora konfliktnosti ne izhaja iz enega samega sprožilca konfliktnosti (razvojnopsiholoških značilnosti mladostnika), ampak poudarja vlogo obeh udeležencev konflikta – mladostnika in starša. Po drugi strani pa sociorelacijska perspektiva, podobno kot psihoanalitična, sociobiološka in kognitivno razvojna perspektiva, v svoje razumevanje konfliktnih odnosov med mladostniki in starši pomanjkljivo vključuje vprašanje vloge in pomena ob konfliktih prisotnih relativno intenzivnih čustev med mladostnikom in starši.

Povzamemo torej lahko, da sociobiološka in neoanalitična razlaga sprememb v pojavnosti konfliktnosti glede na starost mladostnika predvidevata, da bosta pojavnost in intenzivnost konfliktnosti v odnosih med mladostnikom in starši naraščala kot posledica nastopa pubertetnega razvoja, medtem ko sociokognitivna perspektiva utemeljuje povečanje konfliktnosti z mladostnikovim kvalitativno drugačnim pojmovanjem relacij in argumentov za starševno vedenje. Sociorelacijska perspektiva pa nadalje predpostavlja, da če se že bodo pojavile z mladostnikovo starostjo povezane spremembe v odnosu, bodo te postopne in kontinuirane in posledica delovanja vseh vpletenih v konflikt med mladostniki in starši. Sklepamo, da je vsem perspektivam skupna interpretacija o konstruktivni vlogi konflikta v družini, in sicer, da pomeni konflikt v odnosu med mladostnikom in starši pot h konstruktivnim spremembam v družini in k večji diferenciaciji mladostnika od staršev (Cicognani in Zani, 2010). Vidik celostne sistemske razlage delovanja in vplivanja konflikta na družinske odnose kot celote pa smo zajeli z Burr-Kleinovim (Burr in Klein, 1994) modelom soočanja družine z družinskim stresom.

Analiza konfliktnosti v družini s sistemskega vidika soočanja družine z družinskim stresom

Olson (1997, str. 261) meni, da se »vsi stresorji bodisi začnejo bodisi končajo v družini«. Pri tem pa družinske stresorje avtorji definirajo kot »diskretne življenjske dogodke ali tranzicije, ki vplivajo na družinsko enoto in sprožijo (ali imajo potencial sprožiti) spremembe v družinskem socialnem sistemu« (Olson, Lavee in McCubin, 1988, str. 19).

Menimo, da med tovrstne stresorje lahko uvrstimo tudi konfliktnost v družini, natančneje konflikt med mladostnikom in starši, ki ga analogno opredelimo kot družinski dogodek, ki vedno znova sproža najprej spremembe v odnosu med mladostnikom in staršem, nato pa tudi v družini in njenem delovanju na sploh. Zato bomo v nadaljevanju uporabili Burr - Kleinov model družinskega stresa in soočanja družine s stresorji na primeru soočanja s konfliktnostjo med mladostnikom in staršem. Tovrstne aplikacije Burr-Kleinovega modela ni doslej zaslediti niti v tuji niti slovenski literaturi.

Burrov in Kleinov model družinskega stresa (Burr in Klein, 1994) pomeni enega izmed novejših konceptov stresa v družini, ki sta ga opredelila na osnovi teorije skupin in teorije logičnih tipov (Watzlawick, Weakland in Fisch, 1974). Teorija delovanja skupine razlaga, kako se lahko spremembe pojavijo v nekem sistemu in kljub temu sistem ostaja in se ohranja kot celota, med tem ko teorija logičnih tipov opredeljuje, kako člani skupine izkušajo spremembe pri prehajanju iz nižjega logičnega nivoja delovanja skupine na višji logični nivo delovanja skupine. Z združevanjem posameznih elementov obeh teoretičnih ozadij sta avtorja predvidevala razvojno teorijo družinskega stresa, ki sloni na treh teoretičnih nivojih stresa. Burr in Klein (1994) sta izhajala iz predpostavke, da se bo družina ob soočanju s stresom navadno najprej skušala prilagoditi s specifičnimi, manjšimi in konkretnimi spremembami v posameznih družinskih procesih (npr. spremembe v nalogah posameznega družinskega člana, kot so prevzemanje odgovornosti mladostnika za del gospodinjstvih opravil), šele nato se bo zatekla v globlje in bolj abstraktne spremembe v družinskem sistemu (npr. premislek o kvaliteti vzgoje, vrednotah družine, ipd.). Avtorja menita, da naj bi se stres pojavljal na enem izmed treh nivojev abstrakcije, prvem, drugem ali tretjem nivoju stresnosti. Če se družina odziva na stres na *prvem nivoju* (ang. *level I stress*), pomeni, da spreminja svoja pričakovanja glede posameznih družinskih vlog in modificira določena družinska pravila. Če so tovrstne spremembe učinkovite pri spoprijemanju s stresorji, družina preide v stanje okrevanja in prevzame nadzor nad delovanjem stresorja. Tak primer naj bi bil, na primer, rojstvo novega družinskega člana, pri čemer se spremembe v družinskih vlogah kažejo kot nove naloge, ki jih prevzameta oče in mati ter spremembe pravil kot dogovori o tem, kdo bo previjal, kdo hranil dojenčka, ipd.

¹ Predmet raziskave je bil le odnos med mamo in mladostniki; očetje v študijo niso bili vključeni.

Večina družin se s tovrstnimi spremembami zadovoljivo in učinkovito sooča s stresorjem, ko pa so procesi prvega nivoja neučinkoviti, se družina sooči z bolj kompleksno situacijo, ki pomeni prehod na *drugi nivo* soočanja s stresom (ang. *level II stress*, Burr in Klein, 1994).

Delovanje družine na drugi stopnji stresnosti pomeni, da mora družina poseči po globljih spremembah v svojem delovanju, da bi se mogla bolj učinkovito soočiti s stresom. Navadno se tovrstni pristopi nanašajo na spremembe v odnosih med družinskimi člani. Tako mora, na primer, družina, ki vzgaja mladostnika, oblikovati nova pravila in pričakovanja za posamezne družinske vloge, kot so uvedba 'policijske ure', prenos posameznih nalog pri opravljanju gospodinjstkih opravil na mladostnika, ipd. Družina mora prav tako ponovno opredeliti svoj odnos do discipline, odgovornosti in načina, kako bo pristopala do mladostnika. Namesto pričakovanja, da bo mladostnik samoumevno sledil novo postavljenim pravilom, morajo starši ponovno premisliti, kako se bodo z mladostnikom dogovarjali in kakšne bodo posledice neupoštevanja postavljenih pravil. Prav slednje navadno prinaša bistvene spremembe v odnosu med mladostnikom in starši. Prvotni odnos med staršem in otrokom, ko je bil starš vsemogočna figura in otrokov skrbnik, se spreminja v bolj enakovreden odnos med mladostnikom in starši, ki postajajo vedno bolj osebna avtoriteta.

Ko pa so procesi drugega nivoja neučinkoviti, je družina v težavnejši situaciji in mora pri svojem soočanju s stresorji preiti na *tretji nivo* delovanja (ang. *level III stress*, Burr in Klein, 1994). Družina, ki je prisiljena izkusiti tretji nivo soočanja s stresorji, je v celoti in z vsakim svojim delom prepojena s težavami in se v bistvu sooča z najbolj temeljnimi vprašanji svoje vrednostne orientacije in filozofije lastnega obstoja in delovanja družine. Tako se na primer starši, katerih mladostnik je obsojen na zaporno kazen zaradi mladostniškega kriminala, lahko počutijo poražene in preobremenjene kljub temu, da so skušali svojega otroka vzgajati po svojih najboljših močeh. Če se želijo učinkovito soočiti npr. s hudim stresom odhoda mladostnika v prevzgojni zavod ali zapor, se morajo psihološko odreči vsaj delu odnosa in čustvene povezanosti z mladostnikom in ponovno poiskati odgovore na vprašanja, kaj pomeni biti družina in biti starš v tovrstni situaciji. Burr in Klein (1994) menita, da mora družina, ki se s stresorji sooča na tretjem nivoju, poiskati tudi odgovore na temeljna moralna in religiozna vprašanja človekovega obstoja.

V skladu s predstavljenim modelom menimo, da se družina, ki se sooča s povečano stopnjo konfliktnosti v odnosu med mladostnikom in starši, na tovrstni stresor navadno odziva predvsem na prvem ali drugem nivoju stresnosti. Predvidevamo, da družina na prvem nivoju stresnosti deluje predvsem v obdobju prehajanja iz otroštva v zgodnje mladostništvo, ko mladostnik postopoma in delno uveljavlja diferenciacijo od staršev. S prehajanjem v srednje mladostništvo pa se kot posledica mladostnikovega sociokognitivnega razvoja, a hkrati njegove neizkušenosti pri uveljavljanju lastnih zahtev,

okrepi tudi mladostnikov konfliktni odnos s starši. Menimo, da je družina v tem obdobju mladostnikovega razvoja zaradi povečane težnje mladostnika po osamosvajanju in ločevanju od staršev, iskanju in redefiniranju svojega novega psihološkega prostora v družini, primorana delovati na drugem nivoju stresnosti. Če je družina potemtakem prej skušala s sorazmerno ustaljenimi procesi reševati morebitna nesoglasja med otroki in starši, pa mora v obdobju mladostništva tovrstne načine komunikacije ponovno reformulirati, spremeniti in redefinirati vloge družinskih članov ter ponovno postaviti novo, bolj enakovredno hierarhijo moči med njimi. Tudi na ta način konfliktnost med mladostniki in starši ohranja vlogo nosilca konstruktivnih sprememb v družini, o čemer poročajo mnoge študije tako pri nas kot tudi v tujini (npr. Adams in Laursen, 2007; Zupančič in Svetina, 1995–2002). Empirični podatki o družinskih odnosih v času mladostništva namreč konsistentno poročajo ne zgolj o destruktivni, ampak tudi o pomembno konstruktivni vlogi nesoglasij in konfliktnosti z vidika ponovnega pogajanja o družinskih vlogah in relacijah – od bolj hierarhičnih v zgodnjem mladostništvu do bolj egalitarnih in enakopravnih v poznem mladostništvu (Adams in Laursen, 2007; Goossens, 2006; Grotevant in Cooper, 1985; Steinberg, 1990). Čeprav študije kažejo, da je velika količina konfliktov za mladostnikov razvoj in nadaljnje prilagajanje škodljiva (Laursen in Collins, 1994), se raziskovalci danes strinjajo, da konflikt v zgodnjem mladostništvu, ki se navadno nanaša na obrobne vsakodnevne vsebine (npr. različna gospodinjstka opravila, zunanji videz mladostnika, opravljanje domačih nalog, opravljanje šolskih zadolžitvev, način preživljanja prostega časa, ipd.) (Allison in Schultz, 2004; Bosma, Jackson, Zijsling in Zani, 1996; Deković, 1999; Prinz, Foster, Ket in O'Leary, 1979), pomeni normativno in začasno motnjo, ki je predvsem funkcionalni dejavnik za spreminjanja družinskih odnosov. O podobnih rezultatih raziskav poročajo tudi slovenski avtorji (Košir, 2002; Puklek, 2001; Puklek Levpušček, 2001; Ule, 1995; Zupančič in Svetina, 1995–2002), ki pravijo, da se med mladostnikom in starši pojavljajo razhajanja glede pomembnih življenjskih vprašanj in vsakdanjih življenjskih problemov, da pa ti konflikti med mladostniki in starši niso veliki, temveč občasni do zmerno pogosti in navadno blage intenzitete (Zupančič in Svetina, 2004). Študije kažejo, da je zmerna količina konfliktov s starši povezana z boljšo sposobnostjo prilagajanja mladostnikov kot pa stanje brez ali s prepogostimi konflikti v družini (Adams in Laursen, 2007), po drugi strani pa avtorji dodajajo, da rezultati longitudinalnih raziskav kažejo, da zmerni konflikti ne prizadenejo kvalitete družinskih odnosov (Smetana, Metzger in Campione-Barr, 2004). Na osnovi omenjenih empiričnih podatkov sklepamo, da konfliktnost v družini med mladostnikom in starši najpogosteje eskalira zgolj do drugega nivoja stresnosti (Burr in Klein, 1994) in le redko, v izjemnih primerih preide na tretji nivo stresnosti.

Ovrednotenje Burr–Kleinovega modela (Burr in Klein, 1994) pokaže njegov pomemben doprinos k razlagi odzivov družine na stres. Model namreč predvideva

kvalitativno spreminjanje medsebojnih odnosov družinskih članov glede na različne stopnje stresnosti, s katero se soočajo. Avtorja (prav tam) poudarjata spiralno stopnjevanje nabora vedenj, prepričanj in vrednot skozi tri nivoje soočanja družine s spremembami, ki jih mora družina spremeniti, da bi se mogla uspešno soočiti s težavami in uravnovesiti družinsko delovanje.

Obenem pa kritična analiza Burr - Kleinovega (Burr in Klein, 1994) modela soočanja družine s stresom razkrije vsaj dve pomembni pomanjkljivosti modela. Čeprav se na eni strani model naslanja na sistemsko paradigmo, pa v svoji opredelitvi kot prvo pomanjkljivost ugotovimo premalo natančno vključevanje vseh ključnih pojmov, ki so značilni za sistemsko pojmovanje družine (kot so npr. povezanost, hierarhija moči, medsebojno sovplivanje podsistemov, komunikacija, ipd.). Ker model še vedno ostaja empirično nepreverjen, lahko na vprašanje o povezanosti med konfliktom v družini in njegovim vplivom na preostalo družinsko strukturo navajamo le rezultate nekaterih drugih študij. Tako npr. avtorji Gehring, Wentzel, Feldman in Munson (1990) poročajo, da konflikt v družini prinaša spremembe v povezanosti v smeri zmanjševanja kohezivnosti družinskih diad vpletenih v konflikt (npr. zakonskega para) ali družine kot celote. Nadalje še ugotavljajo, da se pojavljajo tudi spremembe v razporejanju moči v družini, torej spremembe v prilagodljivosti družine, in sicer v smeri, da tisti družinski člani, ki niso vpleteni v konflikt, poročajo o izgubi moči (vpliva), pri čemer ima konflikt med mladostnikom in materjo na tem področju največji učinek (prav tam). Sklepamo torej lahko, da prevzame diada, v kateri konflikt nastaja, večjo moč in vpliv za vnašanje sprememb v družino. Tako predvidevamo, da so v obdobju mladostništva, ko se pogostejše konfliktne relacije pojavljajo v diadi mladostnik–starš, prav te diade ključne nosilke sprememb v družini, v kateri prav ti odnosi določajo delovanje družine nasploh.

Druga pomanjkljivost modela pa se, podobno kot pri psihoanalitični, kognitivno razvojni, socio-relacijski in deloma tudi sociobiološki perspektivi, kaže v odsotnosti upoštevanja čustvene komponente konflikta med mladostniki in starši. Slednja namreč pomeni pomembno informacijo o kvaliteti medsebojnih odnosov in napoveduje vedenje med konfliktom ter morebitne spremembe v kvaliteti odnosov ob izidu konflikta.

Zaključek in predlogi za nadaljnje raziskave

Prispevek razjasnjuje področje konfliktnosti v družini s pomočjo štirih razvojno-psiholoških perspektiv in s sistemskega vidika soočanja družine s stresom. Analiza konfliktnih odnosov med mladostnikom in starši s pomočjo razvojno psiholoških elementov razvoja mladostnika pomeni danes pomemben korak k lažjemu razumevanju kompleksnosti družinskih odnosov. Novejše študije poudarjajo predvsem prednost sociorelacijskega pojmovanja odnosa med mladostnikom in starši, ki govori o postopnosti sprememb v stopnji in kvaliteti konfliktnosti

ter zagovarja tezo, da se spremembe v odnos vnašajo tako s strani mladostnika kot s strani starša. Sociorelacijski vidik analize odnosa med mladostnikom in starši prinaša tudi pomembna izhodišča za razumevanje specifičnosti in narave konfliktnosti medsebojnih odnosov med mladostnikom in staršem glede na spol in starost mladostnika, posebej z očetom in posebej z mamo. Prav teze o specifičnosti odnosov v posamezni družinski diadi pomembno opozarjajo na to, da se je v preventivnem, terapevtskem ali mediacijskem delu z družinami potrebno posvetiti tako vsakemu podsistemu posebej kot tudi celotni družini skupaj, vendar pa podrobna predstavitev in analiza omenjenih specifičnih relacij znotraj družine presega namen in obravnavan problem tega članka.

Za celostno obravnavanje družine pa nam prispevek ponuja analizo konfliktnosti v družini s pomočjo sistemskega pristopa Burrovega in Kleinovega modela družinskega soočanja z družinskim stresom (Burr in Klein, 1994).

Na osnovi kritične analize štirih pristopov k obravnavanju konfliktnosti med mladostniki in starši menimo, da bi bilo potrebno tudi na Slovenskem bodoče raziskave na področju konfliktnosti med mladostniki in starši zasnovati posebej pozorno. Pri tem bi bilo potrebno upoštevati dejstvo, da smiselno informacijo o naravi konflikta ne daje zgolj merjenje pogostosti konfliktov in njegove vsebine (tematike konflikta), ampak bi bilo potrebno biti pozoren tudi na merjenje kvalitete konflikta, torej njegove intenzivnosti, prisotnosti valence in stopnje čustvene izraznosti družinskih članov ter poteka konflikta nasploh (torej vprašanje začetka, sprožilca konflikta, vedenja med konfliktom samim in izidom konflikta ter vplivom konflikta na kasnejše relacije med vpletenimi družinskimi člani).

Kot odgovor na vprašanje, zakaj se povečana konfliktnost med mladostniki in starši pojavi prav v obdobju mladostništva, bi bilo potrebno zasnovati longitudinalno raziskavo, ki bi omogočila spremljanje družinskih relacij z vključevanjem zaznav in čustvenih odnosov tako s strani staršev kot mladostnikov in bi skozi daljše časovno obdobje preverjala v teoriji navedene morebitne vzroke za večjo konfliktnost med mladostniki in starši (npr. pubertetna zrelost, spremembe v sociokognitivni stopnji razvoja mladostnika, ipd.).

Članek nenazadnje prinaša tudi pomembno aplikativno vrednost, saj s predstavitev različnih možnih vzročnih dejavnikov za razumevanje povečanja konfliktnosti med mladostniki in starši, opozarja na pomembnost različnih pristopov k obravnavi konfliktnosti v posameznih družinskih podsistemih (npr. mati - hči, oče - hči, ipd).

Literatura

- Adams, R. in Laursen, B. (2007). The correlates of conflict: Disagreement is not necessarily detrimental. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 445–458.
- Allison, B. in Schultz, J. B. (2004). Parent-adolescent conflict in early adolescence. *Adolescence*, 39, 101–119.

- Argyle, M. in Furnham, A. (1982). Sources of satisfaction and conflict in different long-term relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 481–493.
- Bosma, H., Jackson, S. E., Zijsling, D. H. in Zani, B. (1996). Who has the final says? Decisions on adolescence behaviour within the family. *Journal of Adolescence*, 19, 277–291.
- Blos, P. (1979). *The adolescent passage*. Madison, CT, ZDA: International Universities Press.
- Brown, B. B., Mounts, N., Lamborn, S. D. in Steinberg, L. (1993). Parenting practices and peer group affiliation. *Child Development*, 64(2), 467–482.
- Burr, W. R. in Klein, S. R. (1994). Reexamining family stress: New theory and research. Thousand Oaks, CA, ZDA: Sage Publications.
- Cicognani, E. in Zani, B. (2010). Conflict styles and outcomes in families with adolescent children. *Social development*, 19(2), 427–436.
- Collins, W. A. (1990). Parent-child relationship in the transition to adolescence: Continuity and change in interaction, affect and cognition. V R. Montemayor, G. Adams in T. Gulotta (ur.), *From childhood to adolescence: A transitional period?* (str. 85–106). Beverly Hills, CA, ZDA: Sage.
- Collins, W. in Russell, G. (1991). Mother-child and father-child relationships in middle adolescence: A developmental analysis. *Developmental Review*, 11, 99–136.
- Deković, M. (1999). Parent-adolescent conflict: Possible determinants and consequences. *International Journal of Behavioral Development*, 23(4), 977–1000.
- Emery, R. E. (1992). Family conflict and their developmental implications: A conceptual analysis of meanings for the structure of relationships. V C. Uhlinger Shantz in W. W. Hartup (ur.), *Family conflicts and conflicts in child and adolescent development* (str. 270–301). New York, NY, ZDA: Cambridge University Press.
- Fletcher, A. C., Steinberg, L. in Williams-Wheeler, M. (2004). Parental influences on adolescent problem behaviour: Revisiting Stattin and Kerr. *Child Development*, 75, 781–796.
- Fulgini, A. J. in Eccles, J. S. (1993). Perceived parent-child relationships and early adolescent's orientation toward peers. *Developmental Psychology*, 29(4), 622–632.
- Gehring, T. M., Wentzel, K. R., Feldman, S. S. in Munson, J. (1990). Conflict in families of adolescents: The impact on cohesion and power structures. *Journal of Family Psychology*, 3(3), 290–309.
- Goossens, L. (2006). The many faces of adolescent autonomy: Parent-adolescent conflict, behavioural decision-making, and emotional distancing. V S. Jackson, in L. Goossens (ur.), *Handbook of adolescent development* (str. 135–153). New York, NY, ZDA: Psychology Press.
- Gottman, J. M. (1979). *Marital interaction: Experimental investigations*. San Diego, CA, ZDA: Academic Press.
- Grotevant, H. D. in Cooper, C. R. (1985). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development*, 56, 415–428.
- Hill, J. P. (1985). Family relations in adolescence: Myths, realities and new directions. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 111, 233–248.
- Hill, J. P. in Holmbeck, G. N. (1987). Familial adaptation to biological change during adolescence. V R. M. Lerner in T. T. Foch (ur.), *Biological-psychosocial interactions in early adolescence: A life span perspective* (str. 207–223). Hillsdale, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum.
- Holmbeck, G. N. (1996). A model of family relational transformation during the transition to adolescence: Parent-adolescent conflict and adaptation. V J. A. Graber, J. Brook-Gunn in J. C. Peterson (ur.), *Transitions through adolescence: Interpersonal domains and context*. (str. 167–199). Mahwah, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum Associates.
- Holmbeck, G. N., Paikoff, R. L. in Brooks-Gunn, J. (1995). Parenting adolescents. V M. Bornstein (ur.), *Handbook of parenting: Vol. I: Children and parenting* (str. 91–118). Mahwah, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum.
- Holmes, T. R., Bond, L. A. in Byrne, C. (2008). Mothers' beliefs about knowledge and mother-adolescent conflict. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25 (4), 561–586.
- Jaycox, L. H. in Repetti, R. L. (1993). Conflict in families and the psychological adjustment of preadolescent children. *Journal of Family Psychology*, 7(3), 344–355.
- Kelly, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., McClintock, E., Peplau, L. A. in Peterson, D. R. (1983). *Close relationships*. San Francisco, CA, ZDA: Freeman.
- Košir, K. (2002). Povezanost med subjektivnim življenjskim zadovoljstvom ter odnosi mater do njihovih mladostnikov [Connection between subjective life satisfaction and mothers' relationships to their adolescents]. *Psihološka obzorja*, 11(1), 97–110.
- Laursen, B. in Collins, W. A. (1994). Interpersonal conflict during adolescence. *Psychological Bulletin*, 115, 197–209.
- Laursen, B. in Hartup, W. W. (1989). The dynamics of preschool children's conflict. *Merrill-Palmer Quarterly*, 35, 281–297.
- Montemayor, R. (1986). Family variation in parent adolescence storm and stress. *Journal of Adolescent Research*, 1, 15–31.
- Olson, D. H. (1997). Family stress and coping: A multisystem perspective. V S. Dremann. *The family on the threshold: Trends and implications of the 21st century* (str. 259–282). Mahwah, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum.
- Olson, D. H., Lavee, Y. in McCubbin, H. I. (1988). Types of families and family response to stress across the family life cycle. V D. M. Klein in J. Adams (ur.),

- Social stress and family development* (str. 16–43). New York, NY, ZDA: Guilford Press.
- Paikoff, R. L. in Brooks-Gunn, J. (1991). Do parent-child relationships change during puberty? *Psychological Bulletin*, 110, 47–66.
- Perry, D. G., Perry, L. C. in Kennedy, E. (1992). Conflict and the development of antisocial behavior. V C. U. Shantz in W. W. Hartup, (ur.), *Conflict in child and adolescent development* (str. 301–329). Cambridge, VB: Cambridge University Press.
- Prinz, R. J., Foster, S. L., Kent R. N. in O'Leary, K. D. (1979). Multivariate assesment of conflict in distressed and non-distressed mother-adolescent dyads. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 12, 691–700.
- Puklek, M. (2001). *Razvoj psihološkega osamosvajanja mladostnikov v različnih socialnih kontekstih* (Neobjavljen doktorski disertacija) [*The development of adolescent psychological individuation in different social contexts* (Unpublished doctoral thesis)]. Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, Slovenija.
- Puklek Levpušček, M. (2001). Razvoj vedenjske avtonomije mladostnikov v odnosu do staršev in vrstnikov [The development of behavioural individuation of adolescents in relation to parents and peers], *Anthropos*, 1(3), 63–74.
- Selman, R. L. (1980). *The growth of interpersonal understanding*. New York, NY, ZDA: Academic Press.
- Schwarz, J. S., Barton-Henry, M. L. in Pruzinsky, T. (1985). Assesing child-rearing behaviors: A comparison of ratings made by mother, father, child and sibling on CRPBI. *Child Development*, 56, 462–479.
- Shantz, C. U. (1987). Conflict between children. *Child development*, 58, 283–305.
- Siegel, I. E. in McGillicuddy-DeLisi, A. V. (2002). Parental beliefs are cognitions: The dynamic belief system model. V M. H. Bornstein (ur.), *Handbook of parenting: Vol. 3. Being and becoming a parent* (2. izd., str. 485–508). Mahwah, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum.
- Smetana, J. G. (1989). Adolescents' and parents' reasoning about actual family conflict. *Child Development*, 60, 1052–1067.
- Smetana, J. G. (1995). Parenting styles and conceptions of parental authority during adolescence. *Child Development*, 66, 299–316.
- Smetana, J. G. (2005). Adolescent-parent conflict: Resistance and subversion ad developmental process. V L. Nucci (ur.), *Conflict, contradiction, and contrarian elements in moral development and education* (str. 69–91). Mahwah, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum.
- Smetana, J. G., Crean, H. F. in Campione-Barr, N. (2005). Adolescents' and parents' changing concepts of parental authority. *New directions for child and adolescent development*, 108, 31–46.
- Smetana, J. G., Metzger, A. in Campione-Barr, N. (2004). African American adolescents' relationships with parents: Developmental transitions and longitudinal patterns. *Child Development*, 75, 932–947.
- Sorkhabi, N. (2010). Sources of parent-adolescent conflict: Content and form of parenting. *Social behavior and personality*, 38(6), 761–782.
- Steinberg, L. D. (1981). Transformations in family relations at puberty. *Developmental Psychology*, 17, 833–840.
- Steinberg, L. D. (1987). Impact of puberty on family relations: Effect of pubertal status and pubertal timing. *Developmental Psychology*, 23(3), 451–460.
- Steinberg, L. D. (1988). Reciprocal relations between parent-child distance and pubertal maturation. *Developmental Psychology*, 24, 122–128.
- Steinberg, L. D. (1989). Pubertal maturation and parent-adolescent distance: An evolutionary perspective. V G. R. Adams, R. Montemayor in T. P. Gullota (ur.), *Biology of adolescent behavior and development* (str. 71–97). Newbury Park, CA, ZDA: Sage.
- Steinberg, L. D. (1990). Interdependence in the family: Autonomy, conflicts and harmony in the parent-adolescent relationship. V S. S. Feldman in G. R. Eliot (ur.), *At the treshold: The developing adolescent* (str. 833–840). Cambridge, MA, ZDA: Harvard University Press.
- Steinberg, L. in Sheffield Morris, A. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology* 52, 83–110.
- Ule, M. (1995). Odraščanje v Sloveniji [Growing up in Slovenia]. V M. Ule in V. Miheljak (ur.) *Pri(e)hodnost mladine [The future of youth]* (str. 63–134). Ljubljana: DZS.
- Watzlawick, P., Weakland, J. in Fish, R. (1974). *Change: Principles of problem formation and problem resolution*. New York, NY, ZDA: W.W. Norton.
- Younnis, J. in Smollar, J. (1985). *Adolescent relations with moters, fathers and friends*. London: University of Chicago Press.
- Zupančič, M. in Svetina, M. (1995–2002). *Rezultati intervjujev o odnosih med mladostniki in družino [The results of the interviews on relationships between adolescents and family]*. Neobjavljeno gradivo na katedri za razvojno psihologijo, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Zupančič, M. in Svetina, M. (2004). Socialni razvoj v mladostništvu [Social development in adolescence]. V L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija [Developmental psychology]* (str. 589–612). Ljubljana, SLO: Znanstveno raziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Spremljanje čustvenih izrazov v terapevtskem procesu: priredba kodirnega sistema SPAFF (Specific Affect Coding System)

Tomaž Erzar*, Tatjana Rožič, Katarina Kompan Erzar, Boštjan Čampa in Vesna Mirt Čampa
Teološka fakulteta Univerza v Ljubljani

Povzetek: V članku predstavljamo za spremljanje terapevtskega procesa prirejeni sistem za kodiranje čustvenih izrazov, povzet po sistemu Specific Affect Coding System (SPAFF, Gottman in Coan, 2007). Predstavljena je kratka zgodovina in problemi kodiranja čustvenih izrazov, kode sistema, postopek kodiranja, usposabljanje ocenjevalcev ter pravila dobrega kodiranja. Prav tako so predstavljene izkušnje kodiranja z novim sistemom, razlogi za priredbe kod v kontekstu ocenjevanja terapevtskih procesov in predlogi za nadaljnje izboljšave.

Ključne besede: kodirni sistem SPAFF, čustva, psihoterapija, priredba testa, usposabljanje.

Adaptation of the Specific Affect Coding System (SPAFF)

Tomaž Erzar, Tatjana Rožič, Katarina Kompan Erzar, Boštjan Čampa, and Vesna Mirt Čampa
Faculty of Theology, University of Ljubljana, Slovenia

Abstract: The article describes the Slovenian adaptation of the Specific Affect Coding System (SPAFF) which was developed by Gottman and colleagues (Gottman and Coan, 2007) for the purpose of examining emotional expression. We present a short history and problems of coding emotions, codes of the system, coding procedure, training of coders, and rules of accurate observing. Also presented are the experiences with the new system, arguments for adaptation of codes to therapeutic processes and suggestions for further improvements.

Key words: Specific Affect Coding System (SPAFF), emotions, psychotherapy, test adaptation, training

**Naslov/Address:* dr. Tomaž Erzar, Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani, Poljanska cesta 4, 1000 Ljubljana, e-naslov: tomaz.erzar@guest.arnes.si.

Čustveni izrazi in njihove spremembe pričajo o notranjem doživljanju oseb v terapiji. Na terapevtskih srečanjih se klienti in terapevti povežejo prek čustvenih izrazov in jih s tem tudi spreminjajo. Za razumevanje terapevtskega procesa je pomembno, da spremembe v čustvovanju prepoznamo in jim sledimo iz trenutka v trenutek (Stern, 2004). Še zlasti je pomembno, da poskušamo zaznati spremembe v izražanju čustev, saj te odražajo notranjepsihično in medosebno čustveno regulacijo, ki je osrednji element medosebnih interakcij v odnosih navezanosti in čedalje pogostejši in pomembnejši predmet raziskav (Greenberg, 2008; Whelton, 2004).

Kodiranje čustvenih izrazov

Dosedanji zelo pester razvoj kodirnih sistemov je pokazal, da se je zelo težko približati idealnemu cilju takega sistema, namreč, izdelavi kod, ki bi se opirale na povsem eksplicitne kriterije, bile povsem kvalitativno razločene druga od druge in bi upoštevale različne pragove intenzivnosti pri vsakem čustvu. Običajno raziskovalci uporabljajo za izhodišče en kodirni sistem in ga nato priredijo svojim potrebam, pri čemer se največkrat oprejo na intuitivno presojo nekvalificiranih opazovalcev (npr. Butler idr., 2003, Whelton in Greenberg, 2005). Ob tem ugotavljajo, da je afekt v interakciji zelo težko točno opredeliti, saj je vsaka interakcija del širšega konteksta in procesa, katerega čustveni pomen se oblikuje šele postopoma. Sledenje preveč podrobnim čustvenim odlomkom pogosto zamegli proces oz. celoto, iz katere je šele mogoče razbrati afektivno vzdušje posameznih drobcev (Cordova in Dorian, 1999). Iz tega razloga so številni raziskovalci razvili svoje globalne ali makrokode, ki združujejo v eni sami kategoriji (npr. napadalnost, ranljivost, branjenje) različne oblike vedenja in čustvovanja glede na to, ali te oblike v neki medosebni situaciji opravljajo enako funkcijo, k čemur je navadno dodana še stopnja intenzivnosti ter pogostost oz. trajanje (npr. Gee, Scott, Castellani in Cordova, 2002). Omenjeni težavi beleženja čustev se je mogoče delno izogniti tako, da upoštevamo, kako opazovane osebe same zaznavajo in poročajo o lastnih čustvih, čeprav tudi to ni vedno zanesljivo. Med drugim se je pokazalo, da je v parih, kjer so osebe čustveno intenzivno vpletene, zaznavanje oziroma poročanje o lastnih čustvih zaradi kognitivne obremenjenosti popačeno (Jacobson in Moorre, 1981; Floyd in Markman, 1983).

SPAFF (*Specific Affect Coding System*) je najpogostejše uporabljani in najbolj preverjeni mikrokodirni sistem druge generacije, kar pomeni, da na eni strani ohranja mikroanalitični pristop k opazovanju vedenja in čustvenih izrazov, kolikor poskuša konstruirane kode utemeljiti s podrobnim razčlenjevanjem obraznih izrazov, medtem ko na drugi strani vendarle kodira čustva ali afekte v ozadju vedenja in govorjenja in ne kodira posameznih gest, vedenja, izrazov ali stavkov (Gottman in Coan, 2007). Končni rezultat tega pristopa je, da nekatere kode opisujejo bolj čustva, npr. jeza, strah, gnus, prezir, pri katerih se

lahko opremo na točno določene obrazne poteze, druga bolj vedenje, npr. napadalnost, zanimanje, pri katerih so izrazi obraza preveč raznoliki in nespecifični. Ker je bil sistem načrtovan za opazovanje razdiralnih konfliktov v parih, loči veliko negativnih kod, kot npr. jeza, kritika, prezir, prekinitvev stika, napadalnost. Ena od posledic tega je, da koda jeza zajema zgolj jezo nizke intenzivnosti, medtem ko je močna jeza navadno kodirana kot napadalnost.

Sedanji kodirni sistem SPAFF (Gottman in Choen, 2007) se je razvil iz prvotnega, ki se je opiral na tri komponente, obrazno mimiko, ton glasu in telesno gibanje, povsem pa je izključil pomen izrečenega (CISS; Gottman, 1979). Ker se je pokazalo, da je stari sistem pogosto »prezrl gozd zaradi dreves«, bil pa je tudi preobsežen in počasen, je Gottman ponovno vpeljal besedni pomen, saj je ugotovil, da koderji spontano in tudi hitro ter točno povezujejo različne ravni opazovanja, pri čemer sledijo čustvenemu naboju povedanega, katerega nosilec je glas (Gottman idr., 1995). Sistem SPAFF v neobjavljeni verziji iz leta 1998 vsebuje 20 različnih kod, ki so opisane kot latentni psihološki konstrukti, kar pomeni, da se lahko neka koda (npr. zanimanje) pokaže prek različnih oblik vedenja in izražanja (strinjanje, povzemanje rečenega, prikimavanje in očesni stik). Koder pri ocenjevanju upošteva štiri ravni izražanja: besedni pomen, izraz na obrazu, gibanje telesa in ton glasu. Ena koda je v sistemu namenjena nevtralnemu vedenju, 13 je negativnih (jeza, napadalnost, prezir, branjenje, kritika, napetost/strah, gnus, nadvlada - nizka in visoka stopnja, žalost, prekinitvev stika, jamranje, humor iz zadrege) in 6 pozitivnih (naklonjenost, veselje ali navdušenje, humor, zanimanje, sprejemanje - nizka in visoka stopnja). Objavljena verzija iz leta 2007 (Gottman in Coan, 2007) vsebuje samo 18 kod: ne ločuje med obema nizkima oz. visokima stopnjama, humor iz zadrege porazdeli med humor in napetost/strah ter vključuje kodo groznja, ki je »nadomestila« visoko stopnjo napadalnosti.

Prednost sistema je, da omogoča kodiranje dogajanja v dejanskem času, sliko za sliko, iz sekunde v sekundo, kakor se te odvijajo pred ocenjevalcem, ki za vnos kod uporablja posebno programsko opremo (*James Long System*). Program v sekundah beleži trajanje kode, ki se meri od vnosa ene kode do vnosa druge. Iz tega sledi, da lahko v vsakem trenutku eni osebi pripišemo samo eno kodo.

Primerjava kodirnega sistema SPAFF s sistemom BARS (*Behavioral Affective Rating System*) ter samoevalvacijskimi vprašalniki je pokazala, da sistem dovolj zanesljivo loči med različnimi oblikami vedenja in da se v grobem ujema s kategorijami v drugih sistemih prepoznavanja čustev v paru, čeprav ni znano, kakšna je zanesljivost posameznih kod (Johnson, 2002). Zaradi izključujočih se kod tudi ni mogoča faktorska analiza sistema. Faktorska analiza vzporednega sistema BARS je pokazala, da se čustva v partnerskih interakcijah lahko razvrstijo v štiri kategorije: jeza/prezir, veselje/naklonjenost, žalost in tesnoba, kar med drugim upravičuje veliko število kod za negativni afekt v SPAFF sistemu.

Modificirani sistem SPAFF

Pri sestavljanju navodil, usposabljanju in izdelavi novih kod smo se poleg navodil izvirnih avtorjev sistema opirali tudi na kodirni sistem, ki ga je na podlagi SPAFF priredila Janine Giese-Davis in njen laboratorij za kodiranje čustev na univerzi v Calgaryju (Giese-Davis, Piemme, Dillon in Twirbutt, 2005). Naš modificirani sistem, za katerega smo pridobili soglasje avtorjev iz Seattla (ZDA), je sestavljen iz 19 kod. Nevtralni afekt ima tako kot SPAFF eno samo kodo. Pozitivni afekt ima pet (5) kod: zanimanje, sprejemanje, naklonjenost/skrb, veselje/humor in ranljivost, pri čemer nismo ločevali med dvema ravnema naklonjenosti (z dotikanjem in brez), kot ločuje Giese-Davisova, pač pa smo zaradi redke uporabe združili kodi za veselje (ali navdušenje) in humor in po zgledu Heymana (*Rapid Marital Interaction Coding System* - RMICS, Heyman in Vivian, 2000) in Cordove (*Intimacy Coding System*, Dorian in Cordova, 1999) vključili kodo za ranljivost. Negativni afekt ima trinajst kod (13): napetost, strah, žalost, odprta jeza, zadržana jeza, prezir, nadvlada, napadalnost, branjenje, jamranje, gnus, sram in prekinitev stika. Tudi tu smo opustili ločevanje verbalne in neverbalizirane ravni strahu, žalosti in prezira iz priredbe Giese-Davisove, vpeljali kodo za sram in razdružili kodo za strah in napetost, ki sta v SPAFF združena.

S priredbo smo v sistem SPAFF tako vpeljali dve novi kodi, sram ter ranljivost, izpustili kodo za kritiziranje, združili kodi za veselje/navdušenje in humor ter razdružili samostojno kodo za napetost/strah v dve kodi¹. Kodo kritiziranje smo izpustili, ker je bila vključena v sistem SPAFF zaradi specifičnih ciljev raziskovanja pri Gottmanu, namreč ugotavljanje, kaj je najbolj pogubno vedenje v dinamiki para (Gottman, Coan, Carrere in Swanson, 1998). Pokrivata jo kodi za jezo ali napadalnost. Glede sramu in ranljivosti terapevtske študije in modeli ugotavljajo, da sta sposobnost zaznavanja in toleriranja sramu ter izražanje ranljivosti ključna elementa pri ustvarjanju večje medosebne varnosti, zaupanja in intimnosti (Cordova in Dorian, 2004; Johnson in Greenman, 2006). Pomembnost

¹ Večletno spremljanje čustvenih izrazov med usposabljanjem bodočih terapevtov je pokazalo, da so spremembe v stopnji strahu in napetosti ter zaznavanje obeh občutij pomemben pokazatelj napredovanja terapevtskega procesa. Na začetku terapij običajno prevladuje vzdušje tesnobe, napetosti in zadrege, ki se šele kasneje izkristalizira v določeno čustvo, na primer strah, jezo ali sram. Ta proces postopnega zaznavanja in prepoznavanja čustev ima svojo razlago v nevrofiziološki dinamiki tesnobe, pri kateri pretirano delovanje frontalnih, kognitivnih režnijev preprečuje povratni stik med limbičnim strukturami možganov ter frontalnimi režnji, s čimer onemogoča prepoznavanje in regulacijo čustev. Šele vzpostavitev te povratne zanke s pomočjo medosebnega reguliranja strahu na primer v terapiji omogoča jasnejše zaznavanje in prepoznavanje lastnih čustev. Taka dinamika po našem mnenju tudi pojasnjuje, zakaj pri kodiranju pogosto naletimo na oblike vedenja, ki imajo nejasno čustveno ozadje.

toleriranja sramu je nakazala tudi naša pilotska študija, v kateri smo pare spraševali po tem, kako so se spoznali (Rožič, Torkar, Erzar in Kompan Erzar, 2010). Kodi za veselje in humor sta združeni z pragmatičnega razloga: v terapiji konfliktnih parov se redko uporabljata.

V nadaljevanju predstavljamo tabelo in opise posameznih kod, pri čemer smo skušali na kratko zajeti bistvene značilnosti kode, kakor se kažejo na štirih dimenzijah ocenjevanja (neverbalni izrazi na obrazu, drugi telesni izrazi oziroma gibanje, vsebina izgovorjenega in ton glasu). Bolj sistematični prikaz kod je predstavljen v dveh prosto dostopnih virih avtorjev Gottman in Coan (2007) ter J. Giese-Davis s sodelavci (2005).

1. Nevtralni afekt

Se kodira takrat, kadar ni izraženega nobenega afekta ali kadar je izraženo čustvo pod pragom kodiranja. Kadar je čustvo zgolj ubesedeno in ga spremlja nevtralni afekt, kodiramo nevtralno. To kodo potrjuje sama nečustvena vsebina povedanega in odsotnost fizičnih znakov čustvovanja. Kodiranje poskuša prestreči čustvene izraze tu in zdaj, zato je pomembno, ali je čustveni izraz dejansko prisoten v sedanjosti ali pa je prisoten zgolj v besedah, ne pa tudi v izrazu, kot pri poročanju o preteklih dogodkih, kjer oseba o njih zdaj samo poroča ali jih objektivno presoja. O čustvih ne ugibamo, zato presojanja, kaj oseba v tistem trenutku dejansko čuti ali kaj bo oseba dejansko rekla o svojih čustvih v tistem trenutku ali kasneje, ne smemo enačiti s kodiranjem čustvenega izraza. Pri kodiranju se držimo tega, kar vidimo in kar lahko zanesljivo rečemo o posameznem čustvenem izrazu. (To navodilo je malce drugačno od tega, kar velja za terapevtsko delo: to je bistveno bolj drzno, ko gre za ubesedenje čustev, saj se zanaša na čustveno povezanost s klienti v dejanski situaciji.). Primeri:

Klient govori o tem, da je jokal, a ne izraža nobenega afekta.

Klient sprašuje, ker je preslišal pomembno informacijo: »Kdaj se potem dobimo naslednjič?« (nevtralna vsebina, nevtralna energija)

2. Zanimanje

Zanimanje je odgovarjanje sogovorniku s pozitivno energijo, aktivna radovednost. (Terapevt išče stik na miselni ravni.) Oseba, za katero se zanimamo, je lahko partner, otrok ali klient. Lahko končujemo njegove stavke, pozitivno komentiramo povedano, ali ga prosimo za več informacij. Zanimanje mora imeti pozitivno energijo ali čustveno vsebino. Če je afekt nevtralen, kodiramo nevtralno. Zanimanje ni nujno v obliki spraševanja ali vprašanj. Kadar gre za spraševanje, se stavek zaključí s tonom navzgor in pričakovanjem odgovora, ki se kaže kot premor in molk spraševalca. Kar pomeni, res ga zanima in želi slišati odgovor. Retorična vprašanja ali vprašanja izrečena zaradi preusmeritve pozornosti, zadrege ali

Tabela 1. Seznam kod s kraticami in kratkimi pojasnili

Koda	Kratice
1. Nevtralni afekt (ali afekti, ki ne dosejajo praga)	NEV
2. Zanimanje (z malo afekta, kognitivno, prikimavanje)	ZA
3. Sprejemanje/Ovrednotenje (terapevt sprejema, pojasnjuje)	SP
4. Naklonjenost (terapevt aktivno poseže v odnos, nudi oporo)	NAKL
5. Veselje, humor	V
6. Napetost (zadrega zaradi trenutne situacije, brez očitnega sramu)	NA
7. Strah (izraženi in/ali telesni)	ST
8. Žalost (z jokom, solzami in/ali brez)	Ž
9. Frustracija/Zadržana jeza (tudi nemoč, kadar gre v smeri jeze)	FRU
10. Odkrita jeza	J
11. Zaničevanje/Prezir (nakazan in/ali izrečen)	ZN
12. Nadvlada (v drži in/ali besedah)	NDV
13. Napadalnost (v drži in/ali besedah)	NPD
14. Branjenje (v drži in/ali besedah)	BRA
15. Jamranje/Pritoževanje (nemoč brez jeze)	JAM
16. Gnus	G
17. Sram (zadrega, ki meji na sram in presega trenutno socialno situacijo)	SR
18. Prekinitev stika	PS
19. Ranljivost (izražanje ranljivosti)	R

jeze, niso zanimanje. Zanimanje se lahko pokaže tudi prek besed, kot so npr. »me zanima«, »zanimivo«, »nenavadno«, »povejte kaj več«. Glas je *staccato* (zaletav, pretrgan) s pozitivno energijo in visokim tonom. Tudi blago navdušenje kodiramo kot zanimanje. Zanimanje je kodirano tudi takrat, a redko, kadar se nekdo zanima za svoja notranja stanja. Čelo je nagubano, lici dvignjeni, ustnice razpotegnjene, telo nagnjeno naprej. Primeri:

Terapevt: »Kako ste se počutili, ko ste ji povedali, da jo imate radi?«

Terapevt: »Kako vam je bilo, ko ste se peljali domov po tem srečanju?«

Klient: »Bi mi lahko povedali, kako se tega lotim?«

Udeleženec: »In koliko ste stari?« (Vprašanje drugemu udeležencu, ki je omenil, da ima rojstni dan. Pozitivna energija.)

Udeleženec: »Je rekla, naj še pridete?« (Vprašanje drugemu udeležencu, ki je obiskal bolno osebo.)

Terapevt: »Bi lahko kdo po skupini izpolnil vprašalnik?« (Se ozira po skupini, ni preveč napet in išče očesni kontakt)

Klient: »Ali obstajajo kake metode za zmanjševanje jeze?« (Vprašanje terapevtu, zanimanje in iskanje pomoči.)

Klient: »Me pa res zanima, kdo se komu prilagaja?« (Vprašanje ženi, ki ni izrazil zanimanja, ampak jeze. Ironično vprašanje.)

3. Sprejemanje

Sprejemanje ali ovrednotenje je odprtost za probleme drugega, sprejemanje njegovih besed in čustvenega stanja, zrcaljenje povedanega ali čustvenih stanj sogovornika,

izražanje ali izžarevanje spoštovanja. (Terapevt sprejema vase, kar sogovornik izžareva ali skuša ubesediti.) Sprejemanje pomeni odprtost in spoštovanje. Odprtost se nanaša na stališča sogovornika, tudi če se z njimi ne strinjamo. S sprejemanjem sporočamo razumevanje in podporo, tako da povzamemo povedano. Tudi če sprejemanje izražamo v nevtralnem tonu, ne gre le za izmenjavo informacij.

Kadar je v glasu empatija in toplina, na obrazu pa zrcaljenje, kodiramo naklonjenost. Za kodo sprejemanje mora biti povzemanje povedanega točno. Pozitivne pripombe ali komentarji so del vsakdanjih pogovorov tudi izven terapij ali skupin (npr. med sodelavci, športniki, študenti, v družini). Sprejemanje se lahko nanaša na lastne izkušnje in doživljanje opore (npr. nekdo pove, da ga je romanje globoko ganilo; nekdo reče, da je iz določene knjige zvedel veliko dragocenega), kar pomeni, da doživlja ali podoživlja sprejemanje. Vedenje: prikimavanje in očesni stik, glasovi, ki kažejo na strinjanje in odobravanje. Čelo je nagubano, lici rahlo dvignjeni, kotički ust zategnjeni nazaj. Primeri:

Terapevt z malo energije posluša klienta (odzvanja povedano in povzema čustveno vzdušje povedanega): »Rekli ste, da je bila hiša prazna, temna, najbrž vam ni bilo lahko.«

Terapevt: »To se sliši zelo ugodno.« (potrditev)

Terapevt: »Lahko bi se še bolj sprostiti.« (komentira, potrjuje)

Terapevt: »Ko poslušam, kaj pravite, si mislim, da je bilo najbolj ganljivo, ko ste ji rekli, da je morda ne boste več videli« (povzema in izraža svoje mnenje)

Udeleženec: »To je bilo res nekaj posebnega.« (pohvala, nevtralni ton glasu)

4. Naklonjenost

Naklonjenost ali skrb (ang. *affection/caring*) vključuje izžarevanje topline, empatije, sočutja, solidarnosti in se kaže kot zблиžanje ali iskanje stika z namenom nudenja tolažbe in opore. (Terapevt vzpostavi čustveno povezanost.) Verbalno se kaže prek spodbujanja, pohvale ali izražanja podpore, ali kot zaskrbljeno spraševanje ali pogovor z naklonjenim tonom. Obrazna mimika in topel ton glasu mora ustrezati verbalnemu izrazu. Vedenje: na obrazu se kaže skrb, ali pa obraz zrcali čustva sogovornika ali skupine sogovornikov. Naklonjena oseba se navadno nagne naprej, ali nagne glavo na stran in/ali nazaj. Ton glasu je nizek, *legato* (gladek in povezan brez prekinitev), ali pa afektivno posnema glas osebe, ki ji odgovarja. Koda nima posebnih obraznih potez. Primeri:

Terapevt (s sočutjem): »Vi pričakujete, da vas bodo oni prav tako radi povabili zraven, kot bi vi njih.«

Klient: »Rad bi se vam zahvalil, ker ste me poklicali. Zelo mi je pomagalo ... » (topel ton glasu, bližina, ki postane visoka, ko se par prime za roke)

Udeleženka: »To je bil res dober obisk.« (topel ton glasu)

Udeleženec opisuje, kako sta se z bolnico prijela za roke (toplina, bližina)

Udeleženka se zahvali drugi udeleženci za obisk (toplina, bližina)

5. Veselje in humor

Veselje je tudi sproščenost, radost, navdušenje. Ta koda označuje visoko stopnjo pozitivne energije. Gre za govorjenje s hitrimi nihanji v višini, hitrosti in jakosti ter pretiranimi poudarki na posameznih besedah. Če bi tem besedam lahko na koncu dodali klicaj ali če je vsebina pozitivna, potem gre za kodo veselje. Ta koda se razlikuje od zanimanja po stopnji intenzivnosti in po navdušenju. Ta koda pride pogosto v poštev, kadar se ljudje pozdravljajo, srečujejo, pa tudi med pripovedovanjem doživljavaev. Sem spada tudi prijetno presenečenje. V terapiji se uporablja redko. Primeri:

Udeleženka: »Vstopim in rečem: Glej jo!!« (visoka stopnja pozitivne energije)

Udeleženec: »Še nikoli nisem videl česa takega!« (visoka stopnja pozitivne energije)

Udeleženka: »Bilo je čudovito!« (opisuje kraj, kamor je odšla na izlet, visoka stopnja pozitivne energije)

Izražanje dobre volje prek šal, pripoved o smešnih plateh dogodkov, dobronamerno karikiranje. Kodiramo ga z isto kodo kot veselje. Načeloma se loči od veselja po tem, da sta v humor vključeni najmanj dve osebi. Čustveni ton v ozadju je sreča in pristni občutek, da je nekaj smešno. Humorja ne smemo mešati z napetim humorjem, ki je izraz napetosti. Tudi stavek, ki sproži smeh, čeprav

ni bil izrečen kot tradicionalna šala, kodiramo kot začetek humorja. Izraz obraza je pri obeh kodah podoben: nagubano čelo, dvignjene zgornje ustnice in lici, odprta, razpotegnjena usta. Glas je višji in močnejši. Primeri:

Udeleženec: »Saj bo razumela, ko bo vzela tableto (pove šaljivo opazko o starejši osebi, ki se opazki smeji, skupaj z govorcem, opazka je naklonjena)

Udeleženka: »No, če želijo nekaj res zanimivega ...« (Nadaljuje s tem, kaj bi lahko predstavila na televiziji med svojim intervjujem, se hkrati ozira po skupini ter izžareva dobro voljo in hudomušnost)

Udeleženka: »Kaj, da bi pustila možu, da to naredi?! Ta je pa dobra! (humor se preveša v posmeh, zato kodiramo veselje in prezir)

6. Napetost

Napetost se pogosto pojavi tedaj, ko se v pogovoru pojavi neprijetna tema. Napeti govorec bo s težavo izrazil tisto, kar hoče povedati. Pogosto začne izgovarjati nepopolne ali nedokončane misli ali pogosto izgovarja 'uh' in 'ah', ne da bi povedal, kaj misli (to ni isto kot iskanje primernih besed ali ustavljanje ob sestavljanju misli). Govorec je lahko zelo napet ali si grize ustnice. Napetost se pogosto kaže kot neke vrste trenje znotraj govorca. Kot bi delal kakšno izometrično vajo, bo govorec fizično pritiskal nase oz. se stiskal – ali s stiskanjem ustnic ali stiskanjem rok, ali pritiskanjem rok na kakšen drug del telesa (drgnjenje obraza,...), mečkanjem ustnic ali kakšno drugo nesproščeno potezo ali glasom. Jecljanje ali uporaba kakšnega drugačnega verbalnega mašila (uh, um, e ...) je vrsta vokalnega pritiska in se kodira kot napetost. Vokalna/verbalna napetost se kodira, ko govornik uporabi *trikratno* jecljanje ali mašilo. Ob poslušanju napetega govorca postane napet tudi poslušalec oz. tisti, ki kodira. Pod napetost spada tudi zadrega.

Fizični znaki: nasmešek brez občutka, pogosti premiki oči, dvignjene obrvi, grizenje ustnic, nemir. Nemir vključuje tudi dotikanje obraza, križanje nog in gubanje čela.

Primeri: kadar nekdo na terapiji dolgo govori ali mora začeti z govorjenjem, kadar pove nekaj kritičnega, kadar ga je strah, pa tega strahu še ni čutili.

7. Strah

Strah je čustvo, ki je redko izraženo odprto. Ženske v skupini obolelih za rakom so izražale strah v povezavi z njihovo boleznijo, ali pa skupaj z odzivom, ki so ga dale na težko temo, o kateri se govori v skupini. Potrebno je biti pazljiv, da se strah ne pomeša z napetostjo. Strah je veliko bolj intenziven in manj pogost kot napetost, ki je opisana zgoraj. Beseda *zaskrbljen* bolj pogosto kaže na skrb ali preveliko obremenjenost z nečim, kot pa na strah in jo zato redko kodiramo kot strah. J. Giese-Davis in sodelavci (2005) ločijo dve stopnji strahu: verbaliziran strah in visoko raven strahu:

1. verbaliziran strah: kadar nekdo govori o tem, da ga je nečesa strah, ni pa fizičnih znakov strahu; verbalizirani strah mora biti izražen z besedami, ki res kažejo na strah (npr. prestrašen, ustrahovan, boječ, v krču, prikovan).
2. visoka stopnja strahu: kadar nekdo izgleda, kot bi bil v neposredni nevarnosti (kot srna, ko jo obsvetijo žarometi). Tak človek s fizičnimi znaki pokaže svoj strah, vendar pa ga kljub temu morda ne verbalizira.)

Vedenje: pogosti premiki oči, široko odprte oči, nemir, nagubano čelo, hitro dihanje, zamrznjena drža telesa.

8. Žalost

Žalost se izraža na več načinov. V nekaterih primerih lahko posameznik reagira resignirano in nemočno, kot bi bil popolnoma brez energije. V drugih primerih pa je lahko posameznik poln energije in hkrati izraža žalovanje ter izgubo. Kot žalost kodiramo tudi obup, nemoč (ki je brez jeze), vdanost, potrnost, strtost, čustveno bolečino, prizadetost. (V sistemu J. Giese-Davis in sodelavcev (2005) obstajata dve stopnji žalosti: vsa žalost, ki ni na visoki stopnji, je kodirana kot žalost nizke stopnje; visoka stopnja pomeni močno žalost, ki je pospremljena s solzami, ali ko glas govorca zveni, kot bi ta jokal. Visoka stopnja žalosti je kodirana tudi tedaj, ko je posameznik preveč preplavljen z občutji, da bi lahko govoril.)

Izraz na obrazu: žalostne oči (pogosto pogled navzdol), povešeni kotički ust ali navzdol ukrivljene ustnice (pri joku). Glas je nižji ali se trese, vzdihni so dolgi in brez energije. Ko oseba prehaja v žalost ali se prebuja iz žalosti, ti znaki pogosto delujejo skupaj: povešene oči gredo skupaj z nižjim tonom. Bolj pogosto kot ne se hkrati z dvignjenim pogledom dvigne tudi energija v glasu ter govorca premakne ven iz žalosti.

Vsebina pripovedi izraža žalost, izgubo. Potrebno je biti gotov glede tega, da se govorec nanaša na sedanji ali trajajoči občutek in ne na žalostna čustva iz preteklosti. Če nekdo v skupini ne govori veliko, je to morda zato, ker je za njim težak teden, in se opravičuje s tem, da je bolj na tleh ali melanholičen. Ljudje, ki so žalostni, navadno manj govorijo, ne dajejo veliko podatkov ali informacij, zelo na kratko povedo stvari in npr. preprosto rečejo, da je bilo hudo.

Primeri: udeleženec joka; poroča o smrti nekoga; joka, ker je zbolel mož.

Klientka: »Žalostna sem in hkrati mi je bolje, ker vem, da ne trpi več.«

Udeleženka: »Žalostna in nezadovoljna sem zaradi svojega dela.«

Klientka: »Čutim, da mi življenje uhaja iz rok« (obupano).

Udeleženka: »Mislim, da je bilo tvoji materi zelo hudo« (ima solzne oči).

9. Frustracija/Zadržana jeza

Ko nekdo izraža frustracijo, zveni tako, kot bi bil razdražen, nejevoljen, naveličan, besen ali na robu potrpljenja. Frustracija je pogosto označena z notranjim konfliktom, ki še ni razrešen, zato je po tej plati podobna nemoči ali napetosti, ker notranja jeza še nima pravega izraza. Videti je lahko kot nerazrešen notranji konflikt ali kot mešanica jeze in napetosti, kot da je oseba vznemirjena in ne more iti preko te točke. Frustracijsko zadržana jeza se razlikuje od napetosti – namesto stalnega nemira se kaže v majhnih izbruhih, ki se končajo na hitro. Kot bi v glasbi slišali t.i. *staccato*, določene besede se posebej poudari. Gre za kombinacijo napetosti in izrazitosti (kot bi govorili skozi stisnjene zobe).

Vedenje: napetost okrog ustnic, stiskanje ustnic skupaj. Včasih se zdi, da se potlačena frustracija kaže skozi nasmešek brez občutka. Včasih govorca izda rahlo trzanje z glavo med govorjenjem. Včasih pride do pojecljanja, sprememb v ritmu govora ali poudarkih, ki se jih da posameznim besedam. Spremljati je treba tudi premike prsnega koša.

Med govorom se izraža iracionalni nemir, ogorčenost, kot bi govorec kapituliral. Fraza, ki pogosto označuje frustracijo/zadržano jezo je 'Argggh!' ali 'Joooj!' Ljudje, ki so frustrirani, pogosto veliko govorijo, ta govor pa je napet, odločen, prsni koš se premika ostro, pri govoru je slišati poudarjanje posameznih besed. Primeri:

Klient: »Ugotovil sem, da imam kar nekaj jeze v sebi.«

Udeleženec: »Tako sem že naveličan te svoje bolezni« (z rokami oz. dlanmi udari po naslonjalu za roke na stolu).

Udeleženka: »Po svoje je neumno, da bom zdaj dva tedna hodila tja.«

10. Odkrita jeza

V primerjavi z drugimi čustvi je jeza direktna in jasna. Gre za odločnost oz. namenskost, kot bi bilo z izražanjem jeze nekaj doseženo. Jezni govorec lahko graja ali obtožuje nekoga drugega in morda zvenijo njegove besede neracionalno. Besede so take, kot bi želel z njimi udariti in odrezati. Jeza je pogosto občutena kot eksplozija ali olajšanje (v nasprotju s frustracijo, ki je zadržana).

Vedenje: dvignjene obrvi in zgornja ustnica, stiskanje ustnic, nehoteno trzanje ali nenamerni sunki, skupaj stisnjene čeljusti in zobje. Mišice na vratu in čeljustih so napete. Ton glasu naraste ali pa se zniža glede na običajen obseg; spremeni se tudi način, kako so poudarjene besede. Direktna jeza nima drugega namena, kot da se izrazi. Če gre za veliko več besed, potem gre najbrž za zadržano jezo. Direktna jeza je slišati zelo na kratko in jasno. Primeri:

Udeleženka: udarja s pestjo ene roke v dlan druge, medtem ko govori o napredovanju svoje bolezni.

Udeleženka: »Prav nič na tem prekletem svetu ni

nujno, razen umreti. Kako bi ga udarila!» Govori o zdravniku, ki ji je rekel, da se bo njen rak nujno spet pojavil.

Klientka: »To bi vi morali vedeti, saj ste terapevt. Poslušajte me, no.« (Glas povišan, oseba glede terapevta, nato zmajuje z glavo, kot znak neodobravanja, in spet pogleda terapevta)

11. Zaničevanje/Prezir

Prezir kaže na povsem jasno pomanjkanje spoštovanja do nekoga ali nečesa. Je precej drugačen od golega nestrinjanja in precej bolj uničevalen od odprte jeze. (J. Giese-Davis in sodelavci (2005) ločijo dva tipa prezira: t.i. mikromomentni prezir, pri katerem opazimo samo fizične znake prezira, in verbalizirani prezir, kjer gre za ubeseden prezir s fizičnimi znaki ali brez njih. Ta tip prezira nakazuje nadvlado, hlad, poniževanje.) Zaničevanje in prezir prepoznamo po sarkazmu, sovražnem humorju, zasmehovanju, uporabi žaljivih imen ali pridevkov in odkritem žaljenju. To kodo se najpogosteje uporabi tudi takrat, kadar govorec poroča o tem, kar je storil nekdo drug, pri čemer se sam s tem ne strinja ali ga to jezi; takrat navadno zaničljivo posnema vedenje in besede te osebe. Prezir lahko nekdo izraža tudi do sebe. Izraz na obrazu je tipičen: zakrivljene ustnice na eni strani ust ali obeh, zavijanje z očmi. Primeri:

Udeleženec: »To je pa res zoprno.« (govori o tem, da se nekdo joka brez razloga)

Klient: se posmehuje obiskovalcem, ki so pri bolnišni postelji šepetali med seboj (na obrazu naredi izraz 'Mislim, k'r neki')

Udeleženka: pripoveduje skupini o tem, kaj jo je spraševal novinar, in pri tem zavija z očmi.

V tekstu prepoznamo sovražen humor, žaljivke. Odzive na sarkazem, ki so tudi navidez sarkastični, razumemo kot zrcaljenje in jih zato kodiramo kot nizko naklonjenost.

12. Nadvlada

Cilj takega vedenja je nadvladati drugega ali druge. Nekdo, ki nadvladuje, poskuša prisiliti drugega k poslušnosti ali k temu, da se ta umakne ali pristane na njegov »prav«. Nadvladovanje pogosto vključuje pokroviteljski ton, razvrednotenje mnenja drugega in dajanje lekcij (»pridiganje«). Oseba, ki nadvladuje, pogosto navaja avtoritete ali uporablja klišeje ter puhle fraze, da bi podprla svoje stališče. Taka oseba bo vztrajala na tem, da je glavna in bo prekinjala druge ali govorila preko njih. Sem spada tudi hvaljenje, katerega namen je sporočiti drugemu, da je govorec boljši od njega. Pri nadvladovanju sta prisotni najmanj dve od treh lastnosti: ton glasu, vsebina in fizični znaki.

Vedenje: brada se pomakne navzdol, telo se nagne naprej, mahanje s kazalcem, glava je nagnjena na eno stran, obraz je mračen, mrk. Obrvi se na obeh straneh dvignejo. Govor teče neprekinjeno s poudarki, ritmom in

pokroviteljskim tonom (kot bi nekdo ravnal s tabo kot z majhnim otrokom). V tekstu prepoznamo nadvlado kot pridiganje, dajanje lekcij, pokroviteljstvo. Primeri:

Udeleženec (v predavateljskem tonu govori skupini): »No, to imam jaz od vas...«

Klientka: »Nikakor me ne bo nihče učil, kako in kaj.« (nepopustljivo in močno)

Terapevt (klientom ob začetku srečanja poroča o svojem obisku ZDA): »Tudi mi terapevti se moramo stalno izobraževati.« (daje vedeti, da je pameten in sposoben)

13. Napadalnost

Napadalna oseba deluje tako, da izzove odziv, kot bi hotela začeti spopad ali izzivanje drugega. Za napadalnostjo se skriva namera, da od nekoga s pritiskom na njegove šibke točke izzovemo reakcijo. Po tem se razlikuje od nadvladovanja, katerega namen je uničiti mnenje drugega in iz njega izsiliti priznanje. Pri napadalnosti gre za posmehljiva vprašanja, vprašanja, na katera je nemogoče odgovoriti, ne da bi sebe postavili v nevzdržen položaj. Gre za izzivalne stavke, s katerimi se provocira drugega. V vsebini povedanega prepoznamo porogljiva vprašanja, izzivanja, provokacije.

Fizični znaki: čeljust je potisnjena naprej, glava potegnjena nazaj, osrednji del čela naguban, včasih tudi stranski. Pogosto bo govorec potisnil glavo naprej in jo nato potisnil nazaj (z njo zamahoval). Ton glasu je lahko ritmičen in se lahko dvigne ob koncu stavka. Primeri:

Udeleženka: »Zakaj ne greš k zdravniku?« (izziv sogovorniku, ki ima znake bolezni, a o njih še ni govoril z zdravnikom)

Udeleženka: »Ampak saj si morala govoriti o tem s svojimi otroci« (namiguje, da je njena sogovornica gotovo morala otrokom reči tudi kaj o napredovanju svoje bolezni)

Klientka: »A res tako mislite?« (izzivanje terapevte glede njenega mnenja o samomoru)

Klientka: »In kaj je cilj teh skupin?« (napad na terapevtko in njeno vodenje skupine)

14. Branjenje

Branjenje ali obrambna drža sporoča navidezno nedolžnost, kot bi človek hotel reči: 'Pusti me pri miru. Kaj se spravljaš name?' Pri kodiranju bomo pozorni na 'Ja, ampak...' stavke, izgovore, pritoževanja čez druge in kritiziranje, katerih namen je odvrčanje kritike, ki je bila prvotno namenjena govorniku. Pred sabo imamo človeka, ki dvigne roke pred obraz, kot bi se hotel ubraniti pred napadom. Zavedati se je potrebno, da pogosto ni jasno, kaj govorec sploh vidi kot grožnjo; morda lahko brani celo koga drugega in ne sebe.

Branjenje je običajno direktno povezano z določenim posameznikom oz. njegovimi izjavami, pred katerimi se nekdo brani, in se kaže skozi vsebino obrambnega stavka,

kot je npr. 'No, tega pa nisem vedel' ali 'Tega mi ni nikoli povedala', ali skozi fraze, katerih del je vprašanje, kot npr. 'In kako naj bi mi to vedeli?'. V vsebini povedanega prepoznamo pritoževanje, kritiziranje. Veliko obrambnih verbalnih reakcij se začne z »Jaz-stavki« ali vsebuje besedico »saj« ali imajo obliko vprašanja, ki se začne »Kako naj bi jaz...?«.

Vedenje: Roke so prekrizane čez prsi in možen je prisiljen nasmeh, čelo nagubano, obrvi dvignjene. Ton glasu je nihajoč ter višji. Primeri:

Klient se brani, ker nima ničesar, kar bi lahko povedal.

Udeleženka pove drugi udeleženki, da se jo boji še bolj prizadeti.

Terapevtka previdno pojasni, da bi bila lahko ta žalost v zvezi z nečim, česar sama še ne pozna.

Klientka odgovarja na možev jezni komentar, kako je mogoče, da v njeni družini sicer govorijo o povezanosti, a njih nikdar ne povabijo na praznovanja: »Saj bi nas povabili, ampak...« (ne nadaljuje in pogleda terapevta).

15. Jamranje/Pritoževanje

Jamranje oz. pritoževanje je kodirano tedaj, ko jamrajoč ton glasu ne spada v vsebino, ki bi kazala na drugačno kodo, navadno obrambnost. Vsebina pri jamranju oz. pritoževanju je čustveno nevtralna, v smislu trivialnega pritoževanja nad vremenom.

Vedenje: glas je jokajoč, kot bi pel z višjim glasom, kot je običajno. Čelo je nagubano, kotički ust so povešeni oz. upognjeni navzdol.

Verbalizacija: Trivialne pritožbe. Pogosto glede logistike ali tehničnih težav, kar izdaja rahlo zadrego ali iskanje stika. Pogoste so pritožbe čez vreme.

16. Gnus

Gnus je nehotena reakcija na škodljiv dražljaj. Predstavlja fizični odpor na nekaj in aktivno zavrnitev nečesa, kar je za posameznika odbijajoče. Dražljaj, ki sproži gnus, je lahko neprijetno ravnanje, napredujoča bolezen ali specifično vedenje določenega člana skupine, zdravnika ali koga drugega. Reakcija je nehotena, kakor da človek ne more zaustaviti dvigovanja želodca ali tega, da mu gre na bruhanje. To je redka koda, ker je izjemno močna in je bolj fizična kot čustvena. Včasih jo lahko vidimo pri osebah, ki so zaradi zdravljenja postale posebno občutljive na vonj. Te kode ne smemo zamešati s prezirom.

Verbalizacija: komentarji, kot so »bljak«, »bbb«, »ae«. Obrazni znaki so značilni in očitni: vihanje nosu, dvigovanje zgornje ustnice in lic, spuščene obrvi, včasih tudi obračanje glave vstran.

Primer: Klientka govori o svojem telesu in občutkih, ki jih v njej prebujata pogled na njeno telo.

17. Prekinitev stika

Prekinitev stika (ang. *stonewalling*) vključuje popolno prenehanje poslušanja in aktivno izključitev iz pogovora. Vedenje ob prekinitvi stika vključuje obračanje vstran, npr. pogled stran, ukvarjanje samo s samim seboj (*automanipulation*), kar s seboj nosi sporočilo 'Zdaj raje ne bi bil tukaj'.

Vedenje: negiben, navidez brezizrazen ali zamrznjen obraz, s stisnjenimi čeljustmi, vrat trd.

18. Sram

Sram je močno, vase usmerjeno občutje: oseba doživlja, da je z njo v temelju nekaj narobe. Pogosto je povezan z občutki krivde zaradi dejanj, ki so za posameznika nemoralna oz. neprimerna. Za občutje sramu je značilna upočasnjena aktivnost: posameznik se ob tem, ko začuti sram, upočasnjuje ali celo ustavi (npr. v pripovedovanju). V takih trenutkih je ranljiv, počuti se osamljenega, izpostavljenega, povsem nemočnega in obupanega. Občutju sramu se je mogoče tudi izogniti. Tedaj govorimo o izkrivljenem odzivu na sram ali izmikljanju sramu, na primer prek besa, napada na druge, manipulativnega naslavljanja na sogovornika ali zanimanja zanj in drugih oblik preusmerjanja pozornosti: človek ne ve, kaj bi, je jezen, frustriran, razdražljiv, napadalen. Vse te izkrivljene izraze sramu kodiramo po očitnem vedenju in ne kot sram.

Motnje govora – prekine se govorni tok, človek se začne odkašljavati, ali spuščati glasove, kot so »gmmm« ali »aaaa...mm«. Upočasnjuje se tudi intenziteta govora, jakost tona pade.

Vedenje: nezmožnost ali prekinitev očesnega kontakta, rdečica na negibnem obrazu, ramena padejo, glava se povese, posameznik se včasih potegne nazaj v stol.

Verbalizacija: tipični stavki ali besede, ki kažejo na to, da govorec doživlja sram: »To pa ne... Meni je tako nerodno. Sram me je. Bil sem v zadregi. Počutil sem se kot največji bedak. Nočem, da bi me kdo videl. Ne vem, kaj mi je bilo. Nelagodno mi je.«

19. Ranljivost

S to kodo označimo ravnanje osebe v medosebni situaciji, ko oseba razkrije šibke ali sramotne vidike sebe, ne da bi od tega imela kako korist, oziroma tedaj, ko tvega, da jo bo sogovornik kritično ocenjeval ali napadel. To lahko stori neposredno, tako da govori v prvi osebi o sebi in se ne brani ali opravičuje, ali posredno, tako da se skriva za pripoved o kaki sorodni stvari. Običajno se ton glasu zniža. Oseba lahko čuti sram, a kljub temu govori naprej in opiše svoje občutje osramočenosti in ne obtožuje nikogar. Sram, ki je izražen na ta način, kodiramo kot ranljivost. Ranljiva oseba je brez obramb in tvega odprto držo do sogovornika, saj ne ve, kako jo bo ta sprejel. Obrazne poteze so podobne tistim pri sramu in napetosti.

Primer:

Udeleženec: »Vedno se počutim tako majhnega, kadar me žena ošteva in pravi, da je vse, kar rečem, čisto pretvarjanje. Takrat bi najraje odšel.«

Postopek kodiranja

Ker nismo imeli na voljo ustrezne programske opreme, ta je sicer podrobno predstavljena v članku avtorjev Kahng in Iwata (1998), smo se pri časovni delitvi sekvenc oprli na sistem BARS, kar pomeni, da smo posneto gradivo razdelili na polminutne odseke in dovolili uporabo več kod za posamezni odsek. Na ta način smo hoteli s kodami zabeležiti tudi tiste oblike vedenja, ki imajo nejasno čustveno ozadje, kot npr. napetost in tesnoba (Johnson, 2002). Gradivo za usposabljanje smo posneli s kamero (s sliko in zvokom), včasih samo zvočno, ker smo na podlagi dosedanjih izkušenj s snemanjem terapij domnevali, da zaradi zaupnosti ne bi dobili dovolj soglasij za snemanje slike in zvoka hkrati in da bi z video kamero preveč vplivali na občutek varnosti pri udeležencih terapij. Posnetke smo transkribirali in v besedilu označili meje med sekvencami. S programom Audacity smo zvočne posnetke razdelili na polminutne sekvence in jih označili s petsekundnim zvočnim signalom, ki ocenjevalca opozori na to, da se ena sekvenca končuje in se začne druga.

Posamezni posnetek so si ocenjevalci ogledali ali poslušali dvakrat brez kodiranja in pri tem upoštevali pravila dobrega kodiranja. Po končanem ogledu so si v glavi zamislili možne kode in jih preverili s transkriptom. Nato so posnetek zavrteli še enkrat s premori in ga ob tem kodirali, pri čemer so kode sprva pisali na transkript ter jih nato vpisali v Excel tabelo. Četrty ogled ali poslušanje je bilo namenjeno preverjanju kod. Koderji so za vsako sekvenco uporabili za vsakega udeleženca, ki v sekvenci spregovori ali se kako drugače zvočno odzove, vsaj eno kodo (četudi je to koda nevtralnno). Kadar so bili glede uporabe neke kode pri določeni osebi negotovi, so ta problem izpostavili po končanem kodiranju. Sledilo je skupno poslušanje posnetka in diskusija v timu, katere cilj je bil določiti ustrezno kodo za konkretno situacijo, interakcijo ali osebo. Določitev kode je sledila splošnim navodilom, v primeru nejasnosti ali premajhne intenzivnosti pa so ocenjevalci kodo določili s konsenzom. Ocenjevalci niso imeli vpogleda v celoten potek terapij in kadar so bili posnetki del kake raziskave, niso bili seznanjeni z raziskovalnimi vprašanji in hipotezami.

Na podlagi izkušenj s kodiranjem terapevtskih treningov smo se odločili, da lahko ocenjevalec za vsako sekvenco vpiše več kod, četudi ocenjuje samo eno osebo. V nekem trenutku je lahko na primer oseba napeta, hkrati malo jezna in pokroviteljska. Načeloma ocenjevalec kode razvrsti po jakosti: najprej kodira afekt, ki je najmočnejši, nato afekt, ki je po moči za njim in tako naprej. Vsako osebo kodira posebej (po potrebi lahko dodatno kodira tudi situacijo v celoti).

Usposabljanje ocenjevalcev in pravila dobrega kodiranja

Usposabljanje ocenjevalcev je potekalo enkrat tedensko v okviru doktorskega študija Zakonske in družinske terapije na Teološki fakulteti Univerze v Ljubljani. Udeležilo se ga je osem študentov in je trajalo dva meseca. Pokazalo se je, da je za visoko ujemanje med ocenjevalci in gladek potek kodiranja potrebno temeljito poznavanje kod in čim več izkušenj z različnimi posnetki.

V prvih korakih usposabljanja so se ocenjevalci držali naslednjih treh pravil dobrega kodiranja, ki smo jih povzeli po avtorjih Gottman in Coan (2007) in priredili za potrebe kodiranja terapij:

1. Opazuj vedenje, kot bi predstavljalo samo eno od številnih možnih reakcij v tisti situaciji. Ljudje bi lahko v napeti situaciji, na primer: a) rekli, da je napeto, b) ali da jih je strah, c) ali pa bi utihnili in obtičali v eni in isti telesni drži, č) začeli veliko govoriti in iskati oporo prek očesnega stika, d) postali nemirni, e) se začeli praskati, vrteti prste in prijemat dele telesa. Če njihovo reagiranje opazujemo kot izraz nečesa afektivnega v ozadju, lahko ugotovimo, da so ti izrazi vendarle izbire, čeprav jih ljudje običajno ne izberemo zavestno.
2. Afektivni pomen nekega izraza lahko ugotovimo tudi tako, da se vprašamo, kako se počuti oseba, ki tako ravna ali se tako vede. Ali pa, da se vprašamo, kako nam bo ta oseba sporočila, kako se počuti in kako ji je. Ali pa tudi, kaj nam želi o sebi sporočiti. Situacije, ki jih kodiramo, so vedno medosebne, zato lahko predpostavimo, da so tudi izrazi vedno vpeti v sporočanje nekomu o nekom, četudi tega ne bo videti ali slišati.
3. Tretje pravilo pravi, da moramo pri kodiranju opazovati vedenje tako, kot bi bilo naše. Vprašamo se, kako bi se sam počutil, če bi se tako vedel, ali tako govoril. Drug način je, da poskušamo posnemati oz. zrcaliti opazovano vedenje, kretnje ali besede in med tem opazujemo naše počutje.

Sklep

Naše prve izkušnje z uporabo prirejenega kodirnega sistema SPAFF so pokazale, da je težko kodirati napetost in strah, ki sta zelo pogosti, a verbalno neizraženi sestavini terapij, supervizij in terapevtskih treningov. Gre za čutenja, kot so zaskrbljenost, tesnoba, zadrega ali molk, ki so med seboj tesno povezana in za katera so značilne postopne spremembe v moči, bolj kot nenadno prenehanje ali izbruh. Ta problem je skoraj v celoti izginil, ko smo se odločili za uporabo več kod za eno samo osebo v eni sami sekvenci in ko je ocenjevalni tim sproti določil prag kodiranja. Taka rešitev je na drugi strani otežila izračun zanesljivosti, kar bomo predstavili v naših nadaljnjih objavah. Druga ugotovitev se nanaša na dolžino sekvenc, ki jih načeloma določimo glede na cilje raziskovanja in glede na količino

razpoložljivega materiala. Pokazalo se je, da so bile krajše sekvence (od 15-30 sekund) primerne za čustvene procese, ki se spremenijo v eni sami uri (npr. terapevtovo izražanje sočutja in vzpostavitev stika, izražanje jeze in toleriranje sramu pri klientih), daljše (od 30-60 sekund) pa za procese, ki se spreminjajo bolj počasi, iz tedna v teden ali iz meseca v mesec (npr. čustveno procesiranje spominov, razširitev palete čustvenih izrazov, regulacija strahu). Izbrana dolžina sekvenc seveda zelo približno odraža pogostost in trajanje posameznega čustva in nikakor ni ustrezen način za merjenje trajanja posameznega čustva, kakor ga pozna SPAFF. To pomanjkljivost bo potrebno v prihodnje odpraviti.

V prihodnje bo treba tudi preveriti veljavnost posameznih kod v sistemu, zlasti tistih, ki so prirejene (združitev veselje-humor, razdružitev napetost/strah) ali nove (sram, ranljivost). Heyman (2001) opozarja, da je konstrukcijsko veljavnost nekega kodirnega sistema potrebno preveriti po vsaki priredbi in da je zanesljivost sistema potrebno preveriti na ravni posameznih konstruktorov in ne sistema kot celote. Dosedanje testiranje daje dovolj opore za oceno, da je prirejeni kodirni sistem lahko uporabno orodje za spremljanje čustvenih procesov v terapiji, pri čemer je potrebno prag kod vsakič znova v skladu s cilji raziskovanja prirediti kodiranemu materialu: sistem ima dovolj kod za opis terapevtovih posegov, dovolj kod za opis dogajanja med osebami, ki so prisotne na terapiji, ter fleksibilen postopek kodiranja, ki dopušča možnost, da se posamezno čustvo razvije in preoblikuje, kar je temeljna značilnost čustvenega procesiranja v terapiji.

Literatura

- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A. in Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3, 48–67.
- Cordova, J. V. in Dorian, M. (2004). Coding intimacy in couples' interactions. V P. K. Kerig in D. Baucom (ur.), *Couple observational coding systems* (str. 243–256). Mahwah, NJ, ZDA: Lawrence Erlbaum.
- Dorian, M., & Cordova, J.V. (1999). *The Intimacy Coding System*. Neobjavljeni kodirni priročnik. University of Illinois, Urbana-Champaign.
- Giese-Davis, J., Piemme, K. A., Dillon, C. in Twirbut, S. (2005). Macro-variables in affective expression in women with breast cancer participating in support groups. V J. Harrigan, K. R. Scherer in R. Rosenthal (ur.), *Nonverbal behavior in the affective sciences: A handbook of research methods* (str. 399–445). Oxford, VB: Oxford University Press.
- Floyd, F. J. in Markman, H. J. (1983). Observational biases in spousal observations: Toward a cognitive-behavioral model of marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 450–457.
- Gee, C. B., Scott, R. L., Castellani, A. M. in Cordova, J. V. (2002). Predicting 2-year marital satisfaction from partners' reaction to a marriage checkup. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28, 399–408.
- Gottman, J. M. (1979). *Marital interaction: Experimental investigations*. New York: Academic Press.
- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic*. New York, NY, ZDA: Norton.
- Gottman, J., McCoy, K., Coan, J., & Collier, H. (1995). The specific affect coding system (SPAFF) for observing emotional communication in marital and family interaction. V J. Gottman (ur.), *What Predicts Divorce: The Measures*. Mahway, NJ: Erlbaum.
- Gottman, J. M. in Coan, J. A. (2007). The specific affect coding system (SPAFF). V J. A. Coan and J. J. B. Allen (ur.), *Handbook of Emotion Elicitation and Assessment* (str. 106–123). New York, NY, ZDA: Oxford University Press.
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S. in Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60(1), 5–22.
- Greenberg, L. (2008). Emotion and cognition in psychotherapy: The transforming power of affect. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(1), 49–59.
- Heyman, R. E. (2001). Observation of couple conflicts: Clinical assessment applications, stubborn truths, and shaky foundations. *Psychological Assessment*, 13, 5–35.
- Heyman, R.E. in Vivian, D. (2000). *Rapid Marital Interaction Coding System manual*. Sneto 12.06.2011 s spletne strani www.psy.sunysb.edu/marital
- Jacobson, N. S. in Moore, D. (1981). Spouses as observers of the events in their relationship. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49(2), 269–277.
- Johnson, M. D. (2002). The observation of specific affect in marital interactions: Psychometric properties of a coding system and a rating system. *Psychological assessment*, 14(4), 423–38.
- Johnson, S. M. in Greenman, P. S. (2006). The path to a secure bond: Emotionally focused couple therapy. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 62(5), 597–609.
- Kahng, S., in Iwata, B. A. (1998). Computerized systems for collecting real-time observational data. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 31, 253–261.
- Rožič, T., Torkar, M., Erzar, T. in Kompan Erzar, L. K. (2010). Dinamika sramu in ranljivosti v partnerskih odnosih in terapevtski potencial vpogleda v vzajemno afektivno dinamiko. *Bogoslovni vestnik*, 70(3): 415–429.
- Stern, D. (2004). *The Present moment in psychotherapy and everyday life*. New York, NY, ZDA: W.W. Norton & Company.
- Whelton, W. J. (2004). Emotional processes in psychotherapy: Evidence across therapeutic modalities. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 58-71.
- Whelton, W. J. in Greenberg, L. S. (2005). Emotion in self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 38, 1583–1595.

Relacijska družinska terapija kot ena od metod kompleksne rehabilitacije otrok z motnjo hiperaktivnosti in pozornosti ter njihovih družin

Teja Bandel*

Univerzitetni rehabilitacijski inštitut RS – Soča, Center za poklicno rehabilitacijo

Povzetek: Motnja hiperaktivnosti in pozornosti (ADHD) je ena od najbolj pogostih duševnih motenj, ki se pojavljajo pri otrocih, in se kaže v obliki težav s pozornostjo ter s simptomi hiperaktivnosti in impulzivnosti, simptomatika pa se ponavadi v nekoliko spremenjeni obliki nadaljuje v obdobja mladostništva in odraslosti. Otroci imajo lahko poleg omenjenega pridružene duševne motnje ali pa težave na posameznih področjih spoznavnega, čustvenega, socialnega ali zdravstvenega delovanja, posledice pa občutijo tudi člani družine. Dejavniki, ki prispevajo k pojavu motnje so različni in mnogoteri, možne oblike obravnav pa obsegajo terapijo z medikamenti, nevrofeedback, družinske intervence in družinsko terapijo. Avtorica na osnovi pregleda novejših znanstvene literature o značilnostih dinamike v družinah z otrokom z ADHD in že uporabljenih družinskih pristopih za zdravljenje predlaga in utemeljuje obravnavo teh otrok in njihovih družin z metodo relacijske družinske terapije.

Ključne besede: motnja pomanjkanja pozornosti s hiperaktivnostjo, psihološka obravnavo, družinski odnosi, relacijska družinska terapija

Relational family therapy as one of the methods for complex rehabilitation of children with attention deficit/hyperactivity disorder and their families

Teja Bandel

University Rehabilitation Institute, Republic of Slovenia, Center for Vocational Rehabilitation

Abstract: Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) is one of the most common mental disorders in the childhood. It's a persistent and severe impairment of psychological development resulting from a high level of inattentive, hyperactive and impulsive behaviour and puts sufferers at risk for a range of abnormalities in different areas of development as well as comorbid mental disorders. The adverse outcomes include dysfunction in family relations. ADHD likely involves both genetic and environmental etiologies. Treatments most frequently used are medication, neurofeedback, family interventions and family therapy. The review of recent scientific literature referring dynamics in families with ADHD children and family relations based treatments may propose relational family therapy as one of the possible interventions.

Key words: attention deficit disorder with hyperactivity, psychological assessment, family relations, relational family therapy

**Naslov/Address:* mag. Teja Bandel, Univerzitetni rehabilitacijski inštitut RS – Soča, Center za poklicno rehabilitacijo, Linhartova cesta 51, 1000 Ljubljana, e-mail: teja.bandel@ir-rs.si

Motnja pozornosti in hiperaktivnosti pri otrocih

ADHD oz. motnja pozornosti s hiperaktivnostjo vključuje razvojni starosti otroka neustrezne simptome hiperaktivnosti, impulzivnosti in težav s pozornostjo. Oviranost zaradi simptomov se mora pojavljati vsaj v dveh različnih okoljih (npr. doma in v šoli) (American Psychiatric Association, 2000). Motnja ADHD je bolj pogosteje diagnosticirana pri dečkih kot pri deklicah, v razmerju dečki:deklice od 4:1 do 9:1. Prisotna je pri 3-5 % šolajočih se otrok (American Psychiatric Association, 2000; Barkley, 1998b). Pojavlja se pri ljudeh ne glede na starost, spol, raso ali kulturno ozadje (Everett in Everett, 1999). V zahodnih kulturah se odstotek diagnosticiranih v zadnjem času zvišuje, verjetno predvsem zaradi različnih diagnostičnih praks, kot pa zaradi dejanske povečane pojavnosti (American Psychiatric Association, 2000).

Simptomatika se lahko kaže že v zgodnjem otroštvu, sprva bolj kot nezrelo in težko obvladljivo splošno otrokovo vedenje ter nepredvidljivo odzivanje. Ponavadi je diagnoza prvič postavljena ob otrokovem vstopu v šolo, ko je potrebna prilagoditev na šolsko okolje in so obremenitve ter zahteve po samoobvladovanju večje, okviri norm socialnega vedenja pa ožji, kot jih je bil otrok do tedaj navajen (American Psychiatric Association, 2000; Tomori, 1999).

Tipi ADHD po DSM IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th Edition, text revision, American Psychiatric Association, 2000) so naslednji: *kombiniran tip* (motnja pozornosti in hiperaktivnosti), tip, kjer se pretežno pojavljajo *težave v pozornosti* in tip, kjer se pretežno pojavljata *hiperaktivnost in impulzivnost*. Tip *neopredeljenih težav s pozornostjo in hiperaktivnostjo* pa opisuje osebe, ki imajo simptome hiperaktivnosti in pomanjkanja pozornosti kot rezultat pridobljene poškodbe možganov, bolezni, zastrupitev, so starejši od 60 let ali pa ne spadajo v nobeno od zgornjih kategorij. Simptomi morajo vztrajati vsaj 6 mesecev, prisotnih pa mora biti vsaj 6 posameznih kriterijev nepozornosti, hiperaktivnosti in impulzivnosti (npr. pogosto se zdi, da ne posluša osebe, ki mu želi nekaj sporočiti; pogosto ima težave z organiziranjem nalog in aktivnosti; pogosto ima nemirne roke in noge ali se zvija na stolu; pogosto zmoti ali se vmešava v pogovor oz. igro; pogosto zapušča stol v učilnici ali v drugih situacijah, v katerih je pričakovano mirno sedenje itd.). Mednarodna klasifikacija bolezni in sorodnih zdravstvenih problemov za statistične namene (Moravec Berger in Kovačič, 2005), pa tako deli motnjo ADHD: *hiperkinetične motnje*, *motnja aktivnosti in pozornosti*, *hiperkinetična motnja vedenja*, *druge vrste hiperkinetična motnja in neopredeljena hiperkinetična motnja*.

Z ADHD povezane težave in pridružene motnje

Opisane značilnosti motnje ADHD lahko pri otroku resno zmotijo šolanje in proces socializacije ter ga pogosto spravljajo v napetost in konflikte z domačimi, učitelji in vrstniki. Tako zmanjšana šolska uspešnost kot vedenjska problematika in težave v odnosih z najbližjimi so lahko izvor mnogih pridruženih spoznavnih, čustvenih in vedenjskih motenj. Izraznost motnje je tekom osnovnega šolanja relativno stabilna, v času mladostništva in odraslosti pa se predvsem simptomi hiperaktivnosti zmanjšajo, čeprav ima manjšina teh oseb tudi v odraslosti prisotne vse simptome ADHD, kot npr. nezmožnost organiziranja časa in dejavnosti, nevztrajnost, nestrpnost in hitra razburljivost (American Psychiatric Association, 2000; Barkley, 1998c; Tomori, 1999).

Otroci z ADHD imajo oškodovano spoznavno delovanje na različnih področjih, kot na primer intelektualni razvoj (Faraone idr., 1993; Fischer, Barkley, Edelbrock in Smallish, 1990; Lynam, Moffitt in Stouthamer-Loeber, 1993; Moffitt, 1990; Seidman, Biederman, Faraone, Weber in Ouellette, 1997; Zhang, Jin in Zhang, 2011), delovni spomin (Barkley, 1997; Barkley, DuPaul in McMurray, 1990), odkrenljivost pozornosti (Landau, Lorch in Milich, 1992; Pennington, Groisser in Welsh, 1993), izvršitvene funkcije (Oosterlaan, Scheres in Sergeant, 2005) itd. Otroci s pozunanjenimi težavami, kamor spada tudi motnja ADHD, imajo vsaj 1,5 -krat več nenamernih poškodb v primerjavi s splošno populacijo otrok (Brehaut, Miller, Rain in McGrail, 2002; DiScala, Lescohier, Barthel in Li, 1998). Večina študij opisuje medosebne odnose otrok z ADHD z drugimi kot težavne zaradi pomanjkljivih socialnih spretnosti (Fussell, Macias in Saylor, 2005; Heiman, 2005; Nixon, 2001; Stormont, 2001), obstajajo pa tudi raziskave, ki te trditve empirično ne podprejo (Wiener, 2004). Motnja ADHD se pri otrocih v večji meri povezuje z nemirom v učilnici in zmanjšano odpornostjo proti izzivanju s strani vrstnikov (Frankel in Feinberg, 2002), otroci z ADHD so pogosteje tarča nasilja (Holmberg in Hjern, 2008), imajo težave pri pridobivanju prijateljev, obdržati prijateljstvo in pri kvaliteti teh odnosov (tj. da prijatelji niso vpleteni v deviantne aktivnosti) (Mikami, 2010), prejemajo nizke ocene v sociometričnih preizkušnjah (Guvremont in Dumas, 1994), so vsiljivi, nasilni, moteči in vihravi (Landau in Moore, 1991), kršijo pravila, se kregajo in izkazujejo verbalno ter fizično agresijo (Guvremont in Dumas, 1994).

Skupki posameznih težav na različnih področjih delovanja oseb se združujejo v večje in bolj kompleksne sindrome, ki so del uradno priznanih duševnih oz. telesnih motenj. Otroci z ADHD imajo tako zaradi mnogih z motnjo povezanih težav posledično tudi dodatne diagnoze na področju težav v duševnem zdravju. Okrog 44 % otrok z ADHD se jih sreča z vsaj eno, skoraj tretjina jih ima dve in približno ena desetina tri pridružene motnje (Everett in Everett, 1999; Szatmari,

Offord in Boyle, 1989). Kljubovalna in vedenjska motnja sta najpogostejši spremljevalni motnji ADHD (od 33 % do 50 %) (American Psychiatric Association, 2000; Biederman, Newcorn in Sprich, 1991; Spencer, 2009). Anksiozne in depresivne motnje se pri teh otrocih pojavljajo v približno petindvajsetih odstotkih (American Psychiatric Association, 2000; Guttmann-Steinmetz, Gadow, DeVincent in Crowell, 2010; Root in Resnick, 2003; Sorensen, Plessen, Nicholas in Lundervold, 2011; Spencer, 2009; Tomori, 1999). Nekateri otroci z ADHD imajo ob vstopu v šolo specifične učne težave (do 22 %) (American Psychiatric Association, 2000; McGee in Share, 1988; Snider, Frankenburger in Aspenson, 2000). Otroci z ADHD imajo pogosto težave v senzomotorični koordinaciji, ki se kažejo predvsem kot težave s pisanjem, nespretnost, slabi športni dosežki in zaostanki v motoričnem razvoju (Gillberg, 2003; Kadesjo in Gillberg, 2001; Tomori, 1999). Nekateri avtorji pri mladostnikih in odraslih, ki imajo diagnosticiran ADHD že od otroštva, opazajo višjo pojavnost odvisnosti od psihoaktivnih substanc, zgodnejše poseganje po drogah (Greene, Biederman, Faraone, Sienna in Garcia-Jetton, 1997; Huss in Lehmkuhl, 2002; Spencer, 2009), bolj pogosto in intenzivno uživanje droge, več zlorabe alkohola in večkratna neuspela zdravljenja od odvisnosti (Lynskey in Hall, 2001; Wilens, Biederman, Mick, Faraone in Spencer, 1997). Pri otrocih z ADHD se pogosto (npr. pri do 73 %; Sung, Hiscock, Sciberras in Efron, 2008) pojavljajo tudi motnje spanja.

Dejavniki tveganja za nastanek motnje ADHD ter vzajemno vplivanje družinske dinamike in motnje

Specifična etiologija za ADHD ostaja slabše definirana, čeprav je v zadnjem času prišlo do precejšnjega napredka v okviru nevrobioloških raziskav. Dejavnike tveganja za pojav ADHD pri otrocih lahko grobo razdelimo na biološke in psihosocialne. Večina študij daje podobne rezultate, in sicer ugotavljajo, da se motnja v večini primerov prenaša genetsko oz. medgeneracijsko. V ostalih primerih pa je ADHD posledica pridobljene poškodbe ali bolezni možganov (npr. posledice izpostavljenosti nevrotoksinom, infekcije), motnje v duševnem razvoju, izpostavljenost psihoaktivnim substancam v času nosečnosti ter nizke porodne teže (American Psychiatric Association, 2000; Biederman idr., 1986; Biederman idr., 1990; Mick, Biederman, Faraone, Sayer in Kleinman, 2002; Satterfield, Cantwell, Lesser in Posodin, 1972; Tomori, 1999). Biederman idr. (1986) ugotavljajo, da se ADHD pri otrocih in mladostnikih moškega spola pojavlja v 31,5 % pri sorodnikih prve stopnje, v primerjavi s kontrolno skupino, kjer se je ADHD pojavil le pri 5,7 % sorodnikov prve stopnje. Ocenjujejo, da se ADHD podeduje v 70 do 90 % (Levy, Hay, McStephen, Wood in Waldman, 1997).

Precej raziskav se je osredotočalo na nevrobiološki funkciji *dezinhibicije* in *disregulacije*. Te funkcije se

nahajajo v strukturah frontalnega korteksa, motnja ADHD pa naj bi bila rezultat zmanjšane delovanja »vedenjskega inhibicijskega sistema« (Barkley, 1997; Quay, 1997). Slikanje možganov z magnetno resonanco je pokazalo, da imajo osebe z ADHD zmanjšan obseg korpus kalozuma (Baumgardner idr., 1996; Giedd idr., 1994), desnega frontalnega lobusa (Filipek idr., 1997; Giedd idr., 1994), bazalnih ganglijev (Rubia idr., 1999) in manjšo skupno prostornino možganov, še posebej malih možganov (Castellanos idr., 1996). Ta odkritja nakazujejo, da je za ADHD značilno moteno delovanje malih možganov, frontalnega lobusa in striatuma. SPECT (single photon emission computer tomography) in PET (pozitronska emisijska tomografija) študije ravno tako kažejo zmanjšan pretok krvi preko frontalnega lobusa in caudate nucleus (Mostofsky, Reiss, Lockhart in Denckla, 1998), pa tudi nižji metabolizem glukoze v premotornem korteksu in v superiornem prefrontalnem korteksu, ki sta zadolžena za funkciji pozornosti in motorične aktivnosti (Zametkin idr., 1990). Motnje v prenosu in prisotnosti dopamina v prefrontalnem območju centralnega živčnega sistema (CŽS) zaustavljajo krvni obtok in metabolizem, ki zmanjšujeta kontrolo iz spodnjih struktur možganov in lahko potencialno povzročata simptome ADHD (Cockburn in Holroyd, 2010; Tomori, 1999).

Etiologija motnje ADHD je manj jasna na področju medosebnih odnosov in drugih okoljsko-socialnih dejavnikov (Johnston in Mash, 2001). Čeprav lahko motnja ADHD temelji na bionevroloških faktorjih, ne obstaja ločena od socialne okolice. Vsak družinski sistem se mora prilagoditi na posameznika z motnjo, saj mora vzdrževati družinsko stabilnost in uravnoteženost. Potrebne prilagoditve so navadno zelo obsežne in vplivajo na vse družinske člane in vloge: starše/partnerja, sorojence in ostale sorodnike. Vzdrževanje teh prilagoditev skupaj s stresom in frustracijo, ki ju družinski člani doživljajo, vpliva tudi na mnoge druge sisteme ter se prenaša medgeneracijsko (Everett in Everett, 1999).

ADHD je bolj pogosta pri prvostopenjskih bioloških sorodnikih otrok z motnjo (American Psychiatric Association, 2000). Nekateri menijo, da se medgeneracijski prenos pojavi predvsem zaradi vztrajanja simptomatike ADHD iz otroštva v odraslost (Barkley, 1998a). Tako imajo mnogi otroci z ADHD tudi starše z ADHD, kar družinsko dinamiko nedvomno dodatno otežuje in povečuje kompleksnost odnosov (Eakin idr., 2004; Everett in Everett, 1999; Harvey, Danforth, Eberhardt McKee, Ulaszek in Friedman, 2003; Takeda idr., 2010). Četudi starši motnje nimajo, vseeno vedenjske težave otrok povezane z ADHD predstavljajo veliko breme, stres in znižujejo kakovost življenja (Lange idr., 2005), pa tudi otežujejo interakcijo starš-otrok (Lindahl, 1998).

Starši otrok z ADHD izvajajo bolj prisilne in odklonilne vzgojne stile ter imajo občutek, da jim primanjkuje starševskih sposobnosti (Kaplan, Crawford, Fisher in Dewey, 1998). So bolj nagnjeni k neodobravanju, imajo bolj stroge zahteve ter so bolj kritični do svojih otrok v primerjavi s starši otrok, ki nimajo ADHD.

Ugotovljeno je, da družine z otroci z ADHD slabše delujejo na različnih področjih, za njih je značilno več konfliktov med partnerjema, nizka povezanost med člani, slabša komunikacija in zmožnosti reševanja problemov, zmanjšana organiziranost, odsotnost čustvene odzivnosti, topline in vključenosti staršev, večje zavračanje otrok, šibko postavljene zahteve in pravila ter nestalne vloge (Biederman idr., 1995; Edwards, Barkley, Laneri, Fletcher in Metevia, 2001; Kaplan idr., 1998; Lange idr., 2005; Lifford, Harold in Thapar, 2008; Minde idr., 2003; Pressman idr., 2006; Schroeder in Kelley, 2009; Tripp, Schaugency, Langlands in Mouat, 2007). J. Kendall (1999) je v svoji študiji podala izsledke mnenj sorojencev otroka z ADHD, ki se počutijo žrtve zaradi agresivnih vedenj sorojenca z ADHD, velikokrat pa so s strani staršev postavljeni v vlogo skrbnika ter imajo občutke obžalovanja in izgube. Na podlagi pregleda literature, ki se osredotoča na stile navezanosti v družinah, kjer je otrok z ADHD oz. pri otrocih z ADHD lahko povzamemo, da se pri članih družine oz. pri samem otroku z motnjo večinoma pojavlja nevaren način navezanosti (Clarke, Ungerer, Chahoud, Johnson in Stiefel, 2002; Dallos in Smart, 2011; Finzi-Dottan, Manor in Tyano, 2006) predvsem v obliki dezorganiziranega tipa (Bohlin, Eninger, Brocki in Thorell, 2012; Goldwyn, Stanley, Smith in Green, 2000; Green, Stanley in Peters, 2007).

Zdravljenje ADHD pri otrocih

Strokovna obravnava otrok z motnjo ADHD mora biti celovita in usklajena, hkrati pa občutljivo prilagojena posebnostim vsakega otroka ter usmerjena v preprečevanje razvoja sekundarnih posledic osnovnih motenj (Tomori, 1999). Za zdravljenje ADHD pri otrocih se uporablja medikamentozna terapijo, razvili pa so tudi različne pristope, ki temeljijo na že uveljavljenih terapevtskih modalitetah in treningih. Sprva so bile obravnave usmerjene bolj na otroka z motnjo, sčasoma pa so vedno bolj vključevali družinske člane, ki, četudi morda nimajo vpliva na pojav motnje pri otroku, skoraj vedno občutijo posledice in spremembo dinamike v družini.

Stimulansi CZŠ (Ritalin, Dexedrin, Cylert) so najbolj pogosto uporabljena psihotropna snov za zdravljenje simptomov ADHD (DuPaul, Barkley in Connor, 1998; Tomori, 1999), v manjši meri pa tudi *antidepresivi* (Conners, Casat, Gualtieri in Weller, 1996; Daly in Wilens, 1998). Empirični rezultati dosledno kažejo na njihovo učinkovitost, saj se izboljša otrokova vedenjska, šolska, socialna in čustvena problematika, in sicer v 50 do 95 % primerov. Njihova učinkovitost je nižja v primerih pridruženih duševnih motenj. V vsakem primeru je poleg medikamentozne potrebna še druga vrsta terapije, učinek vseh pa se lahko potencira. Kljub precejšnjemu raziskovanju pa ostaja uporaba stimulansov kontroverzna, tako z vidika stroke kot javnosti (DuPaul idr., 1998; Tomori, 1999), predvsem zaradi možnih negativnih stranskih učinkov, kot so npr. nespečnost, glavoboli, izguba apetita (Pliszka, 2007), zvišanje srčnega utripa, krvnega pritiska

(Rapport in Moffitt, 2002), »privzdignjeno« počutje (DuPaul, Anastopoulos, Kwasnik, Barkley in McMurray, 1996), motnje spanja (Stein idr., 2003), produktivna psihopatološka simptomatika (halucinacije, manija) (Biederman, Newcorn in Sprich, 1991) in večja verjetnost kasnejše zlorabe psihoaktivnih substanc (Biederman idr., 2008; Lambert in Hartsough, 1998; Volkow in Swanson, 2008). Kljub splošni učinkovitosti psihostimulansov pri zdravljenju ADHD je potrebno opozoriti, da od 20 % do 30 % otrok ob uporabi teh zdravil ne kaže nobenega izboljšanja ali celo kaže poslabšanje vedenja. Raziskav, ki bi preverjale dolgotrajno učinkovitost medikamentov za zdravljenje ADHD, ni bilo izvedenih predvsem zaradi etične nesprejemljivosti, saj bi kontrolna skupina udeležencev morala uživati placebo od otroštva do odraslosti (Santosh in Taylor, 2000). Nekaj raziskav je ocenjevalo učinkovitost v obdobju daljšem od enega leta in ugotovilo, da pride do znižanja simptomatike ADHD v domačem okolju (Gillberg idr., 1997; v Santosh in Taylor, 2000) in v šoli (MTA Cooperative Group, 1999).

Pri *nevrofeedbacku* gre za naučeno samouravnavanje možganske aktivnosti preko povratne zveze po načelu nagrajevanja. Klient dobi informacije o lastnih fizioloških procesih v možganih. Tako se postopno nauči uravnavati svojo možgansko aktivnost. Otroci morajo npr. doseči, da se predmeti na ekranu gibljejo hitreje, kateri od predmetov poveča itd. Nekateri protokoli predvidevajo nagradne točke po vsaki uspešni seansi, ki jih lahko otrok kasneje zamenja za konkretno nagrado (Holthamer, 2008). Raziskave, izvedene na otrocih in mladostnikih z ADHD, ki so bili deležni določenega števila ur EEG feedbacka, so pri večini pokazale izboljšanje pozornosti, zmanjšanje impulzivnosti, izboljšano procesiranje informacij ter zmanjšanje theta aktivnosti (Fuchs, Birbaumer, Lutzenberger, Gruzelier in Kaiser, 2003; Lubar, Swartwood, Swartwood in O'Donnell, 1995; Rossiter in La Vaque, 1995). Nevrofeedback bi utegnil postati pomemben element obravnave otrok z ADHD v okviru širšega multimodalno zastavljenega pristopa, še zlasti pri otrocih staršev, ki se ne strinjajo z medikamentozno terapijo. Nezaželeni stranski učinki nevrofeedbacka zaenkrat niso znani. Občasno se preizkušanci pritožujejo nad glavoboli in utrujenostjo, ki pa sta verjetno posledici vzdrževanja pozornosti in s tem povezane mišične napetosti (Holthamer, 2008).

Ker družinsko okolje v določeni meri prispeva in vzdržuje simptomatiko ADHD pri otroku, so se intervence sčasoma usmerile na vse ožje družinske člane, pa tudi člane širše družine. Pristop *vodenja staršev* se je izkazal za enega od najbolj učinkovitih za zmanjševanje agresivnega, neprimerne, antisocialnega in hiperaktivnega vedenja pri otrocih (Anastopoulos, Smith in Wien, 1998). Ta vrsta intervence je najbolj učinkovita pri mlajših otrocih v starosti od 3 do 10 let. Program je manj primeren za starše tistih otrok, ki poleg simptomov ADHD kažejo tudi simptome depresije, anksioznosti in drugih emocionalnih motenj, saj je potrebno najprej obravnavati in zdraviti slednje. Ravno tako je kontraindikacija prisotnost starševskega konflikta, duševnih motenj, diagnoze ADHD ali motenj v duševnem

razvoju pri starših. Program vodenja staršev traja od 8 do 12 srečanj, temelji pa na vedenjsko-kognitivnih terapevtskih strategijah in psihoedukaciji. Terapevt na podlagi podatkov iz začetnega intervjuja in ostalih diagnostičnih postopkov starša izobrazo o možnih vzrokih za neprimerno vedenje njihovih otrok, ki lahko izhajajo iz otrokovih značilnosti (npr. stila temperamenta, obsega pozornosti, odzivnosti na dražljaje), značilnosti staršev in njihovega starševstva, medosebnih odnosov med starši in otrokom ter dejavnikov stresa. Terapevt starša spodbuja, da v svoji družini ugotovi možne vzroke otrokovega težavnega vedenja ter ju motivira, da razmišljata o možnih rešitvah. Nadalje sledi pomoč staršem, da na otroka pričnejo gledati v bolj pozitivni luči, kar dosežejo preko zmanjšanja ukazovalnosti in kritičnosti do otroka ter pogostejših pohval otrokovega primerne vedenja. Če zgoraj navedeni pristopi ne delujejo, se starše podučijo o tehnikah žetoniranja, s čimer se otrok preko zunanje motivacije in nagrajevanja nauči primerne vedenja. Terapevt skuša prepoznati iracionalna prepričanja staršev (npr. »ta intervencija pri mojem otroku ne bo delovala«), saj lahko znižujejo uspešnost izvajanja vedenjskih tehnik v domačem okolju. V teh primerih je potrebno prepričanje obravnavati in preko razgovora ugotoviti, kakšne so realne možnosti, da se njuna prepričanja uresničijo. V najhujših primerih agresivnega in neprimernega vedenja otroka in ob neuspehu s prej navedenimi izvedenimi intervencijami terapevt starše seznanja z vedenjsko tehniko »time out«, ki tako kot tehnika žetoniranja deluje po principu instrumentalnega pogojevanja. Starša določita eno otrokovo nezaželeno vedenje in ob njegovem pojavljanju otroka pošljeta v izbran prostor v stanovanju, kjer mora počakati in biti tiho toliko minut, kakršna je njegova starost. Po pretečenem času se starša z otrokom pogovorita o neprimernem vedenju, zaradi česar je bila uporabljena opisana tehnika. Tehniko »time out« starša izvajata do ugasitve obravnavanega vedenja. Terapevt s starši razpravlja o uspehih in neuspehih dosedanjega treninga ter jih še naprej spodbuja k uporabi naučenih tehnik za obvladovanje otrokovega vedenja. Starši o tehnikah (npr. spremljanje vedenja, žetoniranje) poučijo tudi otrokovo učiteljico. Ob zaključku programa starši s terapevtom razpravljajo še o možnih težavah v prihodnosti, njihovih rešitvah, ovrednoti se potek programa, starši pa prejemejo usmeritve v druge obravnave, če je to potrebno. Po približno enem mesecu po zaključku programa sledi eno ali več srečanj za dodatno utrjevanje in spremljanje izidov izvedene intervence.

Za več družinskih pristopov (reševanje problemov in trening komunikacije, strukturalna družinska terapija ter obvladovanje otrokovega vedenja za starše) za obravnavo družinskih konfliktov z mladostnikom z ADHD avtorji ugotavljajo visoko učinkovitost (Barkley, Guevremont, Anastopoulos in Fletcher, 1992; Barkley, Edwards, Laneri, Fletcher in Metevia, 2001). Znižal se je nivo konfliktov, negativne komunikacije, izbruhovalne jeze, pozunanjanja in ponotranjanja težav, izboljšala se je šolska uspešnost ter zmanjšali materini simptomi depresije.

Družinska terapija za družine z otrokom z ADHD se razvija šele v zadnjem obdobju. Raziskovalci poročajo o njeni učinkovitosti, saj motnja ADHD pri otroku vpliva na dinamiko celotne družine, pogosto pa ima simptome tudi vsaj eden od staršev, kar dinamiko še bolj zaostri. Družinski sistem omogoča tudi bogastvo virov, ki so pri zdravljenju dobrodošli, saj lahko ustvari trajnejše spremembe, kot pa le individualna pomoč otroku z ADHD (Everett in Everett, 1999).

V družini z otrokom z ADHD se morajo zaradi otrokovih težav vsi člani truditi, da ustvarijo stabilno ravnotežje in se prilagodijo simptomom otrokove motnje. Družine tako skušajo vzdrževati homeostazo, stalni proces, s katerim si prizadevajo obstati v ravnotežju kljub nefunkcionalnim ali motečim dejavnikom. Nekatere družine imajo vire moči za povrnitev ravnotežja v starših oz. v hierarhični strukturi, druge pa vstopijo v terapevtski proces po nekajletnem kaosu v družini. Za obnovo razmejitve in porušene hierarhije v sistemu je potrebno poglobljeno analizirati podsisteme v družini ter meje med družinskim sistemom ter okolico in posameznimi podsistemi (Everett in Everett, 1999).

Povečan stres in večje spremembe v okolju vplivajo preko prenosa reakcij iz enega člana družine na vse člane družine. Velikokrat se simptomi nekaterih frustracij zberejo v enemu članu družine, ki ga imenujemo »grešni kozel«. Precej otrok z ADHD ima izkušnjo te vloge v svojih družinah. Otrokovo neprimerno vedenje zahteva čas, energijo in vire moči staršev, sorojencev, starih staršev, učiteljev, da se s spremembami spopadejo. Stalni odzivi družinskih članov zbujejo frustracijo in navsezadnje jezo, kar kmalu privede do etiketiranja otroka kot »problematičnega«, »lenega«, »zgubo« ali »bebca«. Dodeljeno vlogo in identiteto »grešnega kozla« v družini hitro »posvojijo« vsi člani, kot tudi učitelji in ostali. Navsezadnje je potrebno raziskati in zdraviti čustveno dinamiko v odnosih med člani družine (ožje in širše) (npr. občutki krivde, frustracije, negotov slog čustvenega medosebnega navezovanja, nepotešene čustvene potrebe itd.), ki se do neke mere prenaša medgeneracijsko skozi vzorce vedenj in čustvovanj (Everett in Everett, 1999). Lahko pa mu je ta vloga že prvenstveno dodeljena zaradi vzpostavljanja družinskega ravnovesja in težnje sistema k izogibanju bolečih vsebin in k nereševanju problemov. Avtorja še poudarjata, da je potrebno dinamiko valjenja krivde le na enega člana družine prekiniti, saj se šele potem lahko pozornost preusmeri na bolj globlje in temeljne probleme v družini.

Še preden se proces poteka družinske terapije prične, je potrebno zbrati začetne informacije o zgodovini simptomatike ADHD in ostale pomembne podatke o delovanju posameznih članov ter družine kot celote. Anamnezo podajo posebej starši in otrok z ADHD, upoštevajoč njegovo starost. Pomembno je raziskati možnosti simptomatike ADHD in drugih duševnih motenj pri ostalih članih družine, predvsem starših. Podatke terapevt pridobi tudi z opazovanjem interakcije predvsem med starši in otroci, kot tudi med ostalimi člani. Terapevt

mora ves čas načrtovati svoje intervencije z namenom učvrstitve mej, z določevanjem podsistemov in interakcij med njimi ter uravnati potek obravnave glede na značilnosti članov in družine kot celote. V prvih korakih psihoedukacija in psihoterapija s starši igrata pomembno vlogo, saj se s tem preusmeri pozornost z otroka z ADHD na celoten sistem. Utrditi je potrebno podsystem staršev in s tem hkrati popraviti ali na novo postaviti porušeno hierarhijo, ki daje sistemu varnost. Bližino med staršema obnovimo z izboljšanjem komunikacije in medsebojne podpore pri vzgajanju otrok. Podaljšano zdravljenje družine z otrokom z ADHD je ponavadi potrebno, kadar imata starša omejene vire učenja, čustvovanja, kjer je prisotne več psihopatologije in kjer v kratkem času ne moreta narediti večjih sistemskih sprememb. Vendar je vseeno nujno čim bolj skrajšati srečanja z otrokom, saj v nasprotnem primeru le utrjujemo njegovo podobo kot »neustreznega«. Terapevtska srečanja večinoma potekajo s starši in otrokom z ADHD, ko pa se dinamika med njimi izboljša, so v obravnavo povabljeni sorojenci in ostali člani širše družine, ki imajo pomembno vlogo za družino z otrokom z ADHD (Everett in Everett, 1999).

Relacijska družinska terapija kot metoda za zdravljenje otrok z ADHD ter njihovih družin

Relacijski družinski model (RDT) zajema dosedanja področja relacijsko usmerjenih avtorjev in jih integrira na svojstven način (združeni principi objekt relacijskih teorij, self psihologije in interpersonalne psihoanalize), v svojem pojmovanju delovanja družin pa vključuje tudi osnovne zakonitosti in principe sistemsko-kibernetske teorije (Gostečnik, 2004). Posameznika se v tem modelu vedno razume kot del celotne družine, ki ji pripada oz. v kateri je odraščal, odnosi pa so tisti bistveni dejavniki, ki vplivajo na razvoj posameznikove psihične strukture. To je postala splošno sprejeta psihološka paradigma, na osnovi katere sodobni avtorji raziskujejo dinamiko družine ter vzroke duševnih motenj.

Pokazalo se je, da za medsebojne odnose med posameznikom in njegovim relacijskim kontekstom velja vzajemna krožna vzročnost (Umbarger, 1983; v Gostečnik, 2004), člani družine namreč drug na drugega vplivajo, se medsebojno pogojujejo in vzajemno drug v drugem vzbujajo in ustvarjajo določene miselne, čustvene in vedenjske oblike medosebnih odnosov, ki oblikujejo način uravnavanja afekta v vsaki družini. Ne gre torej samo za določenega člana družine, konkretno otroka z ADHD, ki povzroči določen odziv v ostalih članih, ampak tudi ostali člani na svojski način vplivajo na vedenje, razmišljanje in doživljanje tega posameznega člana. Družina je tudi celovit sistem, kar pomeni, da je vedno večji in močnejši od njegovih posameznih delov oz. podsistemov. Sistem družine je v tem pogledu organsko-socialno-afektivni sistem, ki ga v njegovem temelju tvori skupek odnosov, ki so hierarhično organizirani in medsebojno odvisni. Vsaka družina je sestavljena iz podsistemov, ki na osnovi pravil in

rutin sestavljajo ter organizirajo sistem v celoto. Temeljna podsistema v družini sta starševski in otroški, obenem pa tudi vsak član družine predstavlja svoj podsystem. Ti podsistemi so v nenehnih dinamičnih odnosih drug z drugim in so organizirani okrog dejavnosti ter afektov, ki so kritičnega pomena za preživetje celotnega sistema družine (Umbarger, 1983; v Gostečnik, 2004). Vsaka družina ima svoja pravila, ki vodijo in urejajo družinski sistem ter vzdržujejo sistem v ravnovesju ter sistemski homeostazi (Bradshaw, 1996). Četudi se ADHD pri otroku pojavi neodvisno od dogajanj v družini in širši socialni mreži, vseeno otrokove težave vzajemno vplivajo na ostale družinske člane in lahko simptomatiko še dodatno spodbujajo (American Psychiatric Association, 2000; Everett in Everett, 1999; Harvey idr., 2003; Takeda idr., 2010). Pri ocenjevanju in zdravljenju ADHD je potrebna analiza podsistemov v družini, ki definirajo tako hierarhijo kot članstvo v vsaki skupini. Predpostavljena hierarhija v družini obsega starševski podsystem, ki ima moč odločanja, podsystem starš-otrok, ki definira medosebne vloge ter avtoriteto med starši in otroci, podsystem sorojencev, v katerem se ponavadi nahaja otrok z diagnozo ADHD in medgeneracijski sistem, ki definira ostale pomembne akterje v družinskem sistemu. Pomembno je razumeti, kako otroka z ADHD vidijo tako starši kot sorojenci, saj v skladu s stanjem lahko planiramo bolj učinkovite terapevtske intervence (Everett in Everett, 1999). V družinah brez hierarhije, kjer starši ne zmorejo sprejeti odgovornosti za družino, gre torej za zelo nezdrave in boleče odnose ter zelo razbolel proces, ki zaradi svoje nefunkcionalne strukture nenehno posreduje nove intrapsihične ali interpersonalne razdiralne vsebine v otroke (Gostečnik, 2004).

Razumevanje zapletenega družinskega sistema, kjer vsak član družine igra svojo vlogo, model RDT razlaga kot rezultat procesov kompulzivnega ponavljanja (mehanizem prisilnega ponavljanja naučenih načinov delovanja) ter projekcijsko-introjekcijske identifikacije (mehanizem prenosa čustev iz ene osebe na drugo) in produkt specifičnih potreb družine kot sistema. Mehanizma kompulzivnega ponavljanja ter projekcijsko-introjekcijske identifikacije omogočata prenos temeljnega afekta in ostalih vsebin iz posameznika na medosebno in sistemsko raven ter v obratni smeri. Tako je vsak od članov družine nosilec zelo specifičnih čustev, mišljenj in vedenj, značilnosti medosebnega delovanja pa se prenašajo tudi iz generacije v generacijo (Gostečnik, 2004).

Glede na ugotovitve drugih raziskovalcev o visoki prisotnosti motnje ADHD pri starših otrok z ADHD lahko predvidevamo, da v teh družinah vsaj delno prihaja do prenosa določenih vsebin simptomatike ADHD iz staršev na otroke. Simptomi hiperaktivnosti sicer v odraslosti ponavadi izzvenijo oz. se pojavljajo bolj v obliki notranje nemirnosti, razdražljivosti, reaktivnosti in nepotrpežljivosti. Bolj pogosto vztrajajo simptomi zmanjšane pozornosti in občasnega impulzivnosti, kjer se slednja kaže v prenatragljenih nakupih, zadolženosti, prehitrih odločitvah in nepremišljenih reakcijah oz. izjavah, ki so lahko boleče in polne kriticizma, s čemer

dajejo te osebe vtis infantilnosti in nezrelosti, z njimi pa se je nemogoče dogovoriti o aktivnostih in odločitvah (Everett in Everett, 1999; Hart, Lahey, Loeber, Applegate in Frick, 1995; Resnick, 2005; Wilens, Biederman in Spencer, 2002). Možno je, da otroci teh staršev že v zgodnjem otroštvu preko mehanizmov projekcijsko-introjekcijske identifikacije in kompulzivnega ponavljanja ponotranjijo njihov način delovanja, ki lahko kasneje, sploh če je pri otrocih prisotna še biološka in/ali psihosocialna ranljivost na drugih področjih, izbruhne v obliki motnje ADHD z večino pripadajočih simptomov. Te procese je potrebno ubesediti in skupaj s člani družine poskušati najti različne rešitve, ki bi pripomogle k izboljšanju medosebnih odnosov.

Med staršema, kjer ima vsaj eden od njiju bolj ali manj izražene simptome ADHD, prihaja do večje mere konfliktov na skoraj vseh področjih (komunikacija, intimnost, skrb zase, seksualnost, prosti čas za hobije in druženje s prijatelji, finance in njihovo upravljanje, odgovornost v vzgoji, gospodinjska opravila in odgovornosti, zaposlitev in kariera ter zloraba psihoaktivnih substanc). Konflikt je pogosto prisoten že od začetka razmerja, ki se skozi čas pogloblja in postaja vedno bolj intenziven, še posebej pa se stanje poslabša v času nosečnosti in po rojstvu prvega otroka. Ta dogodek je tako intenziven in zahteva precejšnje spremembe v odnosu, sprejemanja odgovornosti in vzorcih vedenja, ki pa jih čustveno manj zrela in patološko odvisna partnerja z manj učinkovito komunikacijo in nevarno navezanostjo le stežka zmoreta (Eakin idr., 2004; Everett in Everett, 1999; Minde idr., 2003). Osebam z ADHD ponavadi primanjkujejo socialne spretnosti in zmožnost uvida, da bi opazili ali se odzvali na prisotne težave v partnerskem odnosu, k čemur prispeva zaradi pomanjkljive pozornosti tudi sama motnja ADHD. Njihovi partnerji pogosto pričnejo kazati ekstremna vedenja (npr. kričanje, razbijanje stvari), da pritegnejo njihovo pozornost, a jim to ponavadi ne uspe. Partner brez ADHD je tako obsojen na vlogo »preganjalca« oz. »približevalca« in daje stalne pobude za interakcijo ter skuša pridobiti odzive in povratne informacije od partnerja. Pri tem je ponavadi manj uspešen. Čez čas se zaradi omenjene dinamike partner brez ADHD počuti manjvrednega ali nepriljubljivega za partnerja, postane jezen, frustriran, goji zamero, med njima pa se vzpostavi distanca, ki lahko rezultira v razvezi ali duševnih motnjah (depresija, obupanost itd.). Opaziti je tudi vztrajajoč občutek krivde tako s strani staršev otroka z ADHD zaradi »napak« v vzgoji, kot otroka s težavami, ker ne zmore zadostiti zahtevam svojih staršev ali pa se ne zmorejo kontrolirati, so neumni itd. Sorojencem je žal za težave brata ali sestre z ADHD, se počutijo frustrirane zaradi prizadevanj njihovih staršev, ko pa odrastejo, pa si pogosto želijo, da bi bili do svojih sorojencev bolj tolerantni in sočutni. Odrasli z ADHD, ki so jim postavili diagnozo šele v odraslosti, se pogosto opravičujejo svojim sedanjim družinam, da si niso že prej priskrbeli pomoči, ravno tako pa obžalujejo svoje vedenje kot otrok v odnosu do staršev. Občutek krivde v družini je pravzaprav odraz neuspeha, ki ga doživljajo in izražajo vsi člani družine.

V analizo je smiselno vključiti tudi prepoznavanje meja med družinskim sistemom ter okolico in posameznimi podsistemi, saj služijo definiranju in zaščiti sistema. Funkcionalne družine imajo večinoma bolj odprte in fleksibilne meje, ki kažejo na izmenjavo z okolico in spremenljivost oz. prilagajanje na situacijo, v kateri se sistem znajde (Everett in Everett, 1999). Še posebej v primerih pojava težav v družini (npr. težave otrok z ADHD), pa lahko pride do povečane togosti v razmejitvah tako intrapsihično, med posamezniki, podsistemi kot med družino in okolico. Tako so ključni družinski procesi lahko ovirani; ne bo mogoče pričakovati progresivnega ločevanja, opredelitve in določitve funkcij posameznega člana družine; njegova intrapsihična struktura se ne bo zdravo razvila, saj ne bo imel občutka, da pripada določenemu podsistemu v celotnem sistemu. Brez teh sistemskih razmejitev bo za posamezne člane skoraj nemogoče razviti sposobnost ustvarjanja in ohranjanja plastičnosti in sposobnosti prilagoditve v soočenju z okoljem. Brez te prilagoditve bo sistem vedno v težavah, njegovi posamezni deli pa bodo kazali najrazličnejše simptome. Razmejitve obenem urejajo tudi tok informacij in energijo, ki so potrebna za vsak živ sistem, da ohranja harmonično ravnotežje s kontekstom okolja (Bradshaw, 1996).

Razmejitve tudi dovoljujejo, da določene informacije prosto prehajajo in se širijo v družinskem sistemu, medtem ko druge informacije nimajo vstopa v družino (Gostečnik, 2004). Informacije in energija se v sistemu prenašajo ter uravnavajo s pomočjo mehanizma, ki mu kibernetika teorija pravi povratna zveza ali feedback zanka, po katerih v družini krožijo čustva in prehajajo med podsistemi (Umbarger, 1983; v Gostečnik, 2004). Gre za zelo močne afektivne komunikacijske poti, ki vodijo z intrapsihične preko interpersonalne do sistemske ravni doživljanja ter se vedno znova vračajo nazaj na intrapsihično raven, s čimer ustvarjajo temeljno čustveno dinamiko celotnega sistema. Vsaka sprememba lahko zamaje družinsko stabilnost ali celo preobrne utečeni ritem družinskih odnosov. Vsi se morajo prilagoditi na spremembe, vzpostaviti morajo novo sistemsko ravnovesje, ki šele omogoča ponovno homeostazo (Gostečnik, 2004). Živ sistem mora rasti in se razvijati, vendar na način, ki omogoča, da hkrati ostaja stabilen. Spremembe in razvoj se bodo torej udeleževale na način in po stopnjah, ki bodo omogočale ohranjanje čuta, da gre še vedno za isti družinski sistem (Umbarger, 1983; v Gostečnik, 2004).

RDT v svoj model vključuje še pojem afektivnega psihičnega konstrukta, ki je kompleksen obrambni mehanizem in pokrivalo temeljnega afekta, ki si ga posameznik ustvari, da ga zavaruje pred nadaljnjo ranljivostjo. Posameznik odcepi, potlači, zanika ali disociira določene boleče, travmatične psihične vsebine in si namesto njih ustvari afektivne psihične konstrukte ter s tem zavaruje pred nadaljnjimi vdori bolečih vsebin. S tem pa se zgodba ne zaključuje, saj te vsebine nezavedno delujejo ter se preko projekcijsko-introjekcijske identifikacije prenašajo na druge osebe (npr. iz enega partnerja na drugega in obratno, iz staršev na otroke itd.) in ob njih prebujajo

(Gostečnik, 2004). Afektivni psihični konstrukt bi se lahko v konkretnem primeru kazal v obliki motnje ADHD pri otroku in hkrati oteževal reševanje drugih, globljih in težjih konfliktov, stisk, bolečin, ki so nastali med staršema oz. se prenašajo med več generacijami in tako vzdržuje celoten družinski sistem v njegovi nefunkcionalnosti. Pojav afektivnega psihičnega konstrukta na svoj način razlagata tudi Everett in Everett (1999), uporabljata pa izraz pretirane navezanosti oz. vertikalne lojalnosti, kar pojasnjujeta z nerazrešenimi čustvenimi potrebami in identiteto »grešnega kozla«. Oseba z ADHD, ki je doživela veliko frustracij, nepotešenih čustvenih potreb, ima bolj negativno samopodobo in se nasploh počuti manj ustreznega, ostaja v bližini svoje primarne družine, če že ne fizični, pa čustveni. Vertikalna lojalnost se ponavadi tudi prenaša medgeneracijsko skozi vzorce vedenj in čustvovanj. Za te posameznike pa so posledično značilne tudi manj intenzivne vezi in pomanjkljiva čustvena razpoložljivost v partnerskem odnosu.

Duševne motnje, kakor tudi dinamika funkcionalne družine, dobivajo v relacijskem družinskem modelu in razmišljanju čisto drugačno podobo. Pacient oz. »grešni kozel« je v tem primeru največkrat samosimptomoz. zunanji izraz družinske patologije, njene čustvene vznemirjenosti in razrvanosti, ki se prek mehanizma projekcijske identifikacije in kompulzivnega ponavljanja prenaša na določenega člana družine. Simptomatični posameznik vedno predstavlja kompromis med družinskimi cilji in cilji prejšnjih generacij ter išče ravnotežje oz. novo, sprejemljivejšo družinsko homeostazo in obljublja bolj funkcionalno delovanje celotne družine. Te oblike čutenja, mišljenja in delovanja problematični posameznik vedno znova ponavlja v svojem nadaljnjem življenju, saj zanj pomenijo primarni odnos, ki je konstitutivni del njihove psihične zgradbe in zato tudi predstavlja pripadnost družinskemu sistemu, za katerega nezavedno čuti, da brez njega ne bi mogel preživeti (Gostečnik, 2004).

V okviru relacijske družinske terapije bi bila za družine s članom z ADHD zaradi nakazanega bolj nevarnega načina navezovanja smiselna najprej analiza različnih načinov navezanosti (Erzar in Kompan Erzar, 2011), zatem pa osredotočanje na procese navezovanja v sedanji in izvorni družini ter njihovo ovrednotenje s stališča otrokovih potreb, na dejanske otrokove izkušnje ločitve, izgub, zlorab, prikrajšanosti in zanemarjanja, opazljive poteze otrokovega vedenja v odnosu do staršev, zlasti čustvene plati teh odnosov in tega vedenja v dejanski terapevtski situaciji (tu in zdaj).

Zaključek

Zaradi kompleksnosti težav, ki jih motnja ADHD pri otroku povzroči v družinah, je za njihovo uspešno obravnavo potrebno osredotočanje na doživljanje vsakega posameznega člana družine, na njihove medosebne odnose, njihovo čustveno dinamiko, preveriti in obravnavati pa je potrebno tudi medgeneracijske prenose tako afektivnih kot mentalnih vsebin, kar so pomembne sestavine

relacijskega družinskega modela. Vsaka sprememba v sistemu ali podsistemih ima velik vpliv na celoten sistem, ki se spreminja ali pa vzdržuje sistemsko ravnotežje. Tako lahko zaključimo, da je relacijska družinska terapija skupaj z ostalimi načini medicinskega in psihološkega oz. psihoterapevtskega zdravljenja uporabna kot metoda kompleksne obravnave otrok z ADHD in njihovih družin.

Zahvala

Zahvaljujem se recenzentu/-ki za predlagane strokovne popravke, ki so mi pomagali pri oblikovanju bolj kvalitetnega prispevka.

Literatura

- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV-TR* (4th ed., text rev.). Washington, DC, ZDA: Avtor.
- Anastopoulos, A., Smith, J. M. in Wien, E. E. (1998). Counselling and training parents. V R. A. Barkley (ur.), *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (str. 373–393). New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Barkley, R. A. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: Constructing a unifying theory of ADHD. *Psychological Bulletin*, 121, 65–94.
- Barkley, R. A. (1998a). History. V R. A. Barkley (ur.), *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (str. 1–22). New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Barkley, R. A. (1998b). Primary symptoms, diagnostic criteria, prevalence, and gender differences. V R. A. Barkley (ur.), *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (str. 23–35). New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Barkley, R. A. (1998c). Developmental course, adult outcome, and clinic-referred ADHD adults. V R. A. Barkley (ur.), *Attention-deficit hyperactivity disorder: a handbook for diagnosis and treatment* (str. 112–126). New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Barkley, R. A., DuPaul, G. J. in McMurray, M. B. (1990). Comprehensive evaluation of Attention deficit disorder with and without hyperactivity as defined by research criteria. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 775–789.
- Barkley, R. A., Guevremont, D. C., Anastopoulos, A. D. in Fletcher, K. E. (1992). A comparison of three family therapy programs for treating family conflicts in adolescents with attention-deficit hyperactivity disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60, 450–462.
- Barkley, R. A., Edwards, G., Laneri, M., Fletcher, K. in Metevia, L. (2001). The efficacy of problem-solving communication training alone, behavior management training alone, and their combination for parent-

- adolescent conflict in teenagers with ADHD and ODD. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, 926–941.
- Baumgardner, T. L., Singer, H. S., Denckla, M. B., Rubin, M. A., Abrams, M. T., Colli, M. J. in Reiss, A. L. (1996). Corpus callosum morphology in children with Tourette syndrome and attention deficit hyperactivity disorder. *Neurology*, 47, 477–482.
- Biederman, J., Munir, K., Knee, D., Habelow, W., Armentano, M., Autor, S., Hoge, S. K. in Waternaux, C. (1986). A family study of patients with attention deficit disorder and normal controls. *Journal of Psychiatric Research*, 20, 263–274.
- Biederman, J., Faraone, S. V., Keenan, K., Knee, D. in Tsuang, M. T. (1990). Family-genetic and psychosocial risk factors in DSM-III attention deficit disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 29, 526–533.
- Biederman, J., Newcorn, J. in Sprich, S. (1991). Comorbidity of attention deficit hyperactivity disorder with conduct, depressive, anxiety, and other disorders. *The American Journal of Psychiatry*, 148, 564–577.
- Biederman, J., Milberger, S., Faraone, S. V., Kiely, K., Guite, J., Mick, E., Ablon, J. S., Warburton, R. in Reed, E. D. (1995). Impact of adversity on functioning and comorbidity in children with attention-deficit hyperactivity disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 34, 1495–1503.
- Biederman, J., Monuteaux, M. C., Spencer, T., Wilens, T. E., MacPherson, H. A. in Faraone, S. V. (2008). Stimulant therapy and risk for subsequent substance use disorders in male adults with ADHD: A naturalistic controlled 10-year follow-up study. *The American Journal of Psychiatry*, 165, 597–603.
- Bohlin, G., Eninger, L., Brocki, K. C. in Thorell, L. B. (2012). Disorganized attachment and inhibitory capacity: Predicting externalizing problem behaviors. *Journal of Abnormal Child Psychology: An Official Publication of the International Society for Research in Child and Adolescent Psychopathology*, 40, 449–458.
- Bradshaw, J. (1996). *Bradshaw on: The family*. Deerfield Beach, FL, ZDA: Health Communications.
- Brehaut, J. C., Miller, A., Raina, P. in McGrail, K. M. (2002). Childhood behavior disorders and injuries among children and youth: A population-based study. *Pediatrics*, 111, 262–269.
- Castellanos, F. X., Giedd, J. N., Marsh, W. L., Hamburger, S. D., Vaituzis, A. C., Dickstein, D. P., Sarfatti, S. E., Vauss, Y. C., Snell, J. W., Lange, N., Kayser, D., Krain, A. L., Ritchie, G. F., Rajapakse, J. C. in Rapoport, J. L. (1996). Quantitative brain magnetic resonance imaging in attention-deficit hyperactivity disorder. *Archives of General Psychiatry*, 53, 607–616.
- Clarke, L., Ungerer, J., Chahoud, K., Johnson, S. in Stiefel, I. (2002). Attention deficit hyperactivity disorder is associated with attachment insecurity. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 7, 179–198.
- Cockburn, J. in Holroyd, C. B. (2010). Focus on the positive: Computational simulations implicate asymmetrical reward prediction error signals in childhood attention-deficit/hyperactivity disorder. *Brain Research*, 1365, 18–34.
- Conners, C. K., Casat, C. D., Gualtieri, C. T. in Weller, E. (1996). Bupropion hydrochloride in attention deficit disorder with hyperactivity. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 35, 1314–1321.
- Dallos, R. in Smart, C. (2011). An exploration of family dynamics and attachment strategies in a family with ADHD/conduct problems. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 16, 535–550.
- Daly, J. M. in Wilens, T. (1998). The use of tricyclic antidepressants in children and adolescents. *Pediatric Clinics of North America*, 45, 1123–1135.
- DiScala, C., Lescoghier, I., Barthel, M. in Li, G. (1998). Injuries to children with attention deficit hyperactivity disorder. *Pediatrics*, 102, 1415–1421.
- DuPaul, G. J., Anastopoulos, A. D., Kwasnik, D., Barkley, R. A. in McMurray, M. B. (1996). Methylphenidate effects on children with attention deficit hyperactivity disorder: Self-report of symptoms, side-effects, and self-esteem. *Journal of Attention Disorders*, 1, 3–15.
- DuPaul, G. J., Barkley, R. A. in Connor, D. F. (1998). Stimulants. V R. A. Barkley (ur.), *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (str. 510–551). New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Eakin, L., Minde, K., Hechtman, L., Ochs, E., Krane, E., Bouffard, R., Greenfield, B. in Looper, K. (2004). The marital and family functioning of adults with ADHD and their spouses. *Journal of Attention Disorders*, 8, 1–10.
- Edwards, G., Barkley, R. A., Laneri, M., Fletcher, K. in Metevia, L. (2001). Parent-adolescent conflict in teenagers with ADHD and ODD. *Journal of Abnormal Child Psychology: An Official Publication of the International Society for Research in Child and Adolescent Psychopathology*, 29, 557–572.
- Erzar, T. in Kompan Erzar, K. (2011). *Teorija navezanosti*. Celje, SLO: Celjska Mohorjeva družba, Društvo Mohorjeva družba.
- Everett, A. C. in Everett, S. V. (1999). *Family therapy for ADHD: Treating children, adolescents, and adults*. New York, NY, ZDA: The Guilford Press.
- Faraone, S. V., Biederman, J., Lehman, B. K., Keenan, K., Norman, D., Seidman, L. J., Kolodny, R., Kraus, I., Perrin, J., Chen, W. J. (1993). Evidence for the independent familial transmission of attention deficit hyperactivity disorder and learning disabilities: Results from a family genetic study. *The American Journal of Psychiatry*, 150, 891–895.
- Filipek, P. A., Semrud-Clikemann, M., Steingard, R. J., Renshaw, P. F., Kennedy, D. N. in Biederman, J.

- (1997). Volumetric MRI analysis comparing subjects having attention-deficit hyperactivity disorder with normal controls. *Neurology*, *48*, 589–601.
- Finzi-Dottan, R., Manor, I. in Tyano, S. (2006). ADHD, temperament, and parental style as predictors of the child's attachment patterns. *Child Psychiatry and Human Development*, *37*, 103–114.
- Fischer, M., Barkley, R. A., Edelbrock, C. S. in Smallish, L. (1990). The adolescent outcome of hyperactive children diagnosed by research criteria: II. academic, attentional, and neuropsychological status. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *58*, 580–588.
- Frankel, F. In Feinberg, D. (2002). Social problems associated with ADHD vs. ODD in children referred for friendship problems. *Child Psychiatry and Human Development*, *33*, 125–146.
- Fuchs, T., Birbaumer, N., Lutzenberger, W., Gruzelier, J. H. in Kaiser, J. (2003). Neurofeedback treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder in children: A comparison with methylphenidate. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, *28*, 1–12.
- Fussell, J. J., Macias, M. M. in Saylor, C. F. (2005). Social skills and behavior problems in children with disabilities with and without siblings. *Child Psychiatry and Human Development*, *36*, 227–241.
- Giedd, J. N., Castellanos, F. X., Casey, B. J., Kozuch, P., King, A. C., Hamburger, S. D. in Rapoport, J. L. (1994). Quantitative morphology of the corpus callosum in attention deficit hyperactivity disorder. *The American Journal of Psychiatry*, *151*, 665–669.
- Gillberg, C. (2003). Deficits in attention, motor control, and perception: A brief review. *Archives of Disease in Childhood*, *88*, 904–910.
- Goldwyn, R., Stanley, C., Smith, V. in Green, J. (2000). The Manchester Child Attachment Story Task: Relationship with parental AAI, SAT and child behaviour. *Attachment & Human Development*, *2*, 71–84.
- Gostečnik, C. (2004). *Relacijska družinska terapija [Relational family therapy]*. Ljubljana: Brat Frančišek, Frančiškanski družinski inštitut.
- Green, J., Stanley, C. in Peters, S. (2007). Disorganized attachment representation and atypical parenting in young school age children with externalizing disorder. *Attachment & Human Development*, *9*, 207–222.
- Greene, R. W., Biederman, J., Faraone, S. V., Sienna, M. in Garcia-Jetton, J. (1997). Adolescent outcome of boys with attention-deficit/hyperactivity disorder and social disability: Results from a 4-year longitudinal follow-up study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *65*, 758–767.
- Guevremont, D. C. in Dumas, M. C. (1994). Peer relationship problems and disruptive behavior disorders. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, *2*, 164–172.
- Guttman-Steinmetz, S., Gadow, K. D., DeVincent, C. J. in Crowell, J. (2010). Anxiety symptoms in boys with autism spectrum disorder, attention-deficit hyperactivity disorder, or chronic multiple tic disorder and community controls. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *40*, 1006–1016.
- Hart, E. L., Lahey, B. B., Loeber, R., Applegate, B. in Frick, P. J. (1995). Developmental change in attention-deficit hyperactivity disorder in boys: A four-year longitudinal study. *Journal of Abnormal Child Psychology: An Official Publication of the International Society for Research in Child and Adolescent Psychopathology*, *23*, 729–749.
- Harvey, E., Danforth, J. S., Eberhardt McKee, T., Ulaszek, W. R. in Friedman, J. L. (2003). Parenting of children with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD): The role of parental ADHD symptomatology. *Journal of Attention Disorders*, *7*, 31–42.
- Heiman, T. (2005). An examination of peer relationships of children with and without attention deficit hyperactivity disorder. *School Psychology International*, *26*, 330–339.
- Holmberg, K. in Hjern, A. (2008). Bullying and attention-deficit-hyperactivity disorder in 10-year-olds in a Swedish community. *Developmental Medicine & Child Neurology*, *50*, 134–138.
- Holthamer, R. (2008). Uporaba nevrofeedbacka pri obravnavi motenj pozornosti s hiperaktivnostjo ali brez nje – ADHD/ADD [Neurofeedback in ADHD/ADD treatment]. *Psihološka obzorja*, *17*, 107–116.
- Huss, M. in Lehmkuhl, U. (2002). Methylphenidate and substance abuse: A review of pharmacology, animal, and clinical studies. *Journal of Attention Disorders*, *6*, S65–S71.
- Johnston, C. in Mash, E. J. (2001). Families of children with attention-deficit/hyperactivity disorder: Review and recommendations for future research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *4*, 183–207.
- Kadesjo, B. in Gillberg, C. (2001). The comorbidity of ADHD in the general population of Swedish school-age children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *42*, 487–492.
- Kaplan, B. J., Crawford, S. G., Fisher, G. C. in Dewey, D. M. (1998). Family dysfunction is more strongly associated with ADHD than with general school problems. *Journal of Attention Disorders*, *2*, 209–216.
- Kendall, J. (1999). Sibling accounts of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). *Family Process*, *38*, 117–136.
- Lahey, B. B. (2001). Should the combined and predominantly inattentive types of ADHD be considered distinct and unrelated disorders? Not now, at least. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *8*, 494–497.
- Lambert, N. M. in Hartsough, C. S. (1998). Prospective study of tobacco smoking and substance dependencies among samples of ADHD and non-ADHD participants. *Journal of Learning Disabilities*, *31*, 533–544.
- Landau, S. in Moore, L. A. (1991). Social skill deficits in children with attention-deficit hyperactivity disorder. *School Psychology Review*, *20*, 235–251.

- Landau, S., Lorch, E. P. in Milich, R. (1992). Visual attention to and comprehension of television in attention-deficit hyperactivity disorder and normal boys. *Child Development*, 63, 928–937.
- Lange, G., Sheerin, D., Carr, A., Dooley, B., Barton, V., Marshall, D., Mulligan, A., Lawlor, M., Belton, M. in Doyle, M. (2005). Family factors associated with attention deficit hyperactivity disorder and emotional disorders in children. *Journal of Family Therapy*, 27, 76–96.
- Leibson, C. L., Katusic, S. K., Barbaresi, W. J., Ransom, J. in O'Brien, P. C. (2001). Use and costs of medical care for children and adolescents with and without attention-deficit/hyperactivity disorder. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 285, 60–66.
- Levy, F., Hay, D. A., McStephen, M., Wood, C. in Waldman, I. D. (1997). Attention-deficit hyperactivity disorder: A category or a continuum? Genetic analysis of a large-scale twin study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 36, 737–744.
- Lifford, K. J., Harold, G. T. in Thapar, A. (2008). Parent-child relationships and ADHD symptoms: A longitudinal analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology: An Official Publication of the International Society for Research in Child and Adolescent Psychopathology*, 36, 285–296.
- Lindahl, K. M. (1998). Family process variables and children's disruptive behaviour problems. *Journal of Family Psychology*, 12, 420–436.
- Lubar, J. F., Swartwood, M. O., Swartwood, J. N. in O'Donnell, P. H. (1995). Evaluation of the effectiveness of EEG neurofeedback training for ADHD in a clinical setting as measured by changes in T.O.V.A. scores, behavioral ratings, and WISC-R performance. *Biofeedback & Self Regulation*, 20, 83–99.
- Lynam, D., Moffitt, T. E. in Stouthamer-Loeber, M. (1993). Explaining the relation between IQ and delinquency: Class, race, test motivation, school failure, or self-control? *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 187–196.
- Lynskey, M. T. in Hall, W. (2001). Attention deficit hyperactivity disorder and substance use disorders: Is there a causal link? *Addiction*, 96, 815–822.
- McGee, R. in Share, D. L. (1988). Attention deficit disorder-hyperactivity and academic failure: Which comes first and what should be treated? *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 27, 318–325.
- Mick, E., Biederman, J., Faraone, S. V., Sayer, J. in Kleinman, S. (2002). Case-control study of attention-deficit hyperactivity disorder and maternal smoking, alcohol use and drug use during pregnancy. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 41, 378–385.
- Mikami, A. Y. (2010). The importance of friendship for youth with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 13, 181–198.
- Minde, K., Eakin, L., Hechtman, L., Ochs, E., Bouffard, R., Greenfield, B. in Loo, K. (2003). The psychosocial functioning of children and spouses of adults with ADHD. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44, 637–646.
- Moffitt, T. E. (1990). Juvenile delinquency and Attention Deficit Disorder: Boys' developmental trajectories from age 3 to age 15. *Child Development*, 61, 893–910.
- Moravec Berger, D. in Kovačič, I. (2005). *Mednarodna klasifikacija bolezni in sorodnih zdravstvenih problemov za statistične namene: MKB-10: deseta revizija [International Classification of Diseases: ICD-10]*. Ljubljana, SLO: Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije.
- Mostofsky, S. H., Reiss, A. L., Lockhart, P. in Denckla, M. B. (1998). Evaluation of cerebellar size in attention-deficit hyperactivity disorder. *Journal of Child Neurology*, 13, 434–439.
- MTA Cooperative Group. (1999). Fourteen-month randomized clinical trial of treatment strategies for attention deficit/hyperactivity disorder. *Archives of General Psychiatry*, 56, 1073–1086.
- Nixon, E. (2001). The social competence of children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A review of the literature. *Child and Adolescent Mental Health*, 6, 172–180.
- Oosterlaan, J., Scheres, A. in Sergeant, J. A. (2005). Which executive functioning deficits are associated with AD/HD, ODD/CD and comorbid AD/HD + ODD/CD? *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33, 69–85.
- Pennington, B. F., Groisser, D. in Welsh, M. C. (1993). Contrasting cognitive deficits in attention deficit hyperactivity disorder versus reading disability. *Developmental Psychology*, 29, 511–523.
- Pliszka, S. R. (2007). Pharmacologic treatment of attention-deficit/hyperactivity disorder: Efficacy, safety and mechanisms of action. *Neuropsychology Review*, 17, 61–72.
- Pressman, L. J., Loo, S. K., Carpenter, E. M., Asarnow, J. R., Lynn, D., McCracken, J. T., McGough, J. J., Lubke, G. H., Yang, M. H. in Smalley, S. L. (2006). Relationship of family environment and parental psychiatric diagnosis to impairment in ADHD. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45, 346–354.
- Quay, H. C. (1997). Inhibition and attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of abnormal child psychology*, 25, 7–13.
- Rappaport, M. D. in Moffitt, C. (2002). Attention deficit/hyperactivity disorder and methylphenidate: A review of height/weight, cardiovascular and somatic complaint side effects. *Clinical Psychology Review*, 22, 1107–1131.
- Root, R. W. II in Resnick, R. J. (2003). An update on the diagnosis and treatment of attention-deficit/

- hyperactivity disorder in children. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34, 34–41.
- Rossiter, T. R. in La Vaque, T. (1995). A comparison of EEG biofeedback and psychostimulants in treating attention deficit/hyperactivity disorders. *Journal of Neurotherapy*, 1, 48–59.
- Rubia, K., Overmeyer, S., Taylor, E., Brammer, M., Williams, S. C. R., Simmons, A. in Bullmore, E. T. (1999). Hypofrontality in attention deficit hyperactivity disorder during higher-order motor control: A study with functional MRI. *The American Journal of Psychiatry*, 156, 891–896.
- Resnick, R. J. (2005). Attention deficit hyperactivity disorder in teens and adults: They don't all outgrow it. *Journal of Clinical Psychology*, 61, 529–533.
- Santosh, P. J. in Taylor, E. (2000). Stimulant drugs. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 9, S27–S43.
- Satterfield, J. H., Cantwell, D. P., Lesser, L. I. in Posodini, R. L. (1972). Physiological studies of the hyperkinetic child: I. *The American Journal of Psychiatry*, 128, 1418–1424.
- Schroeder, V. M. in Kelley, M. L. (2009). Associations between family environment, parenting practices, and executive functioning of children with and without ADHD. *Journal of Child and Family Studies*, 18, 227–235.
- Seidman, L. J., Biederman, J., Faraone, S. V., Weber, W. in Ouellette, C. (1997). Toward defining a neuropsychology of attention deficit-hyperactivity disorder: Performance of children and adolescents from a large clinically referred sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 150–160.
- Snider, V. E., Frankenberger, W. in Aspenson, M. R. (2000). The relationship between learning disabilities and attention deficit hyperactivity disorder: A national survey. *Developmental Disabilities Bulletin*, 28, 18–38.
- Sorensen, L., Plessen, K. J., Nicholas, J. in Lundervold, A. J. (2011). Is behavioral regulation in children with ADHD aggravated by comorbid anxiety disorder? *Journal of Attention Disorders*, 15, 56–66.
- Spencer, T. J. (2009). Issues in the management of patients with complex ADHD symptoms. *The Journal of Pediatrics*, 154, S4–S12.
- Stein, M. A., Sarampote, C. S., Waldman, I. D., Robb, A. S., Conlon, C., Pearl, P. L., Black, D. O., Seymour, K. E. in Newcorn, J. H. (2003). A Dose-Response Study of OROS methylphenidate in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Pediatrics*, 112, 404–414.
- Stormont, M. (2001). Social outcomes of children with AD/HD: Contributing factors and implications for practice. *Psychology in the Schools*, 38, 521–531.
- Sung, V., Hiscock, H., Sciberras, E. in Efron, D. (2008). Sleep problems in children with attention-deficit/hyperactivity disorder: Prevalence and the effect on the child and family. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 162, 336–342.
- Szatmari, P., Offord, D. R. in Boyle, M. H. (1989). Ontario Child Health Study: Prevalence of attention deficit disorder with hyperactivity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 30, 219–230.
- Takeda, T., Stotesbery, K., Power, T., Ambrosini, P. J., Berrettini, W., Hakonarson, H. in Elia, J. (2010). Parental ADHD status and its association with proband ADHD subtype and severity. *The Journal of Pediatrics*, 157, 995–1000.
- Tomori, M. (1999). Duševne motnje v razvojnem obdobju [Developmental disorders]. V M. Tomori in S. Zihlerl (ur.), *Psihiatrija [Psychiatry]* (str. 328–344). Ljubljana, SLO: Litterapicta, Medicinska fakulteta.
- Tripp, G., Schaugency, E. A., Langlands, R. in Mouat, K. (2007). Family interactions in children with and without ADHD. *Journal of Child and Family Studies*, 16, 385–400.
- Volkow, N. D. in Swanson, J. M. (2008). Does childhood treatment of ADHD with stimulant medication affect substance abuse in adulthood? *The American Journal of Psychiatry*, 165, 553–555.
- Wiener, J. (2004). Do peer relationships foster behavioral adjustment in children with learning disabilities? *Learning Disability Quarterly*, 27, 21–30.
- Wilens, T. E., Biederman, J., Mick, E., Faraone, S. V. in Spencer, T. (1997). Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) is associated with early onset substance abuse. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 185, 475–482.
- Wilens, T. E., Biederman, T. J. in Spencer, J. (2002). A review of the pharmacotherapy of adults with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Attention Disorders*, 5(4), 189–202.
- Zametkin, A. J., Nordahl, T. E., Gross, M., King, A. C., Semple, W. E., Rumsey, J., Hamburger, S. in Cohen, R. M. (1990). Cerebral glucose metabolism in adults with hyperactivity of childhood onset. *The New England Journal of Medicine*, 323, 1361–1366.
- Zhang, L., Jin, X. in Zhang, Y. (2011). Effect of methylphenidate on intelligence quotient scores in chinese children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 31, 51–55.

Prispelo: 5.11.2012
Sprejeto: 15.1.2013

Nevrokognitivne osnove numeričnega procesiranja

Tina Bregant*

Klinični oddelek za otroško, mladostniško in razvojno nevrologijo, Univerzitetni klinični center Ljubljana

Povzetek: V prispevku predstavimo nekaj novejših spoznanj s področja numerične kognicije in nevrokognitivnih osnov numeričnega procesiranja. Osnovo numerične kognicije predstavlja prepoznavna in primerjava količin. Ker je ta sistem prepoznaven tako pri dojenčkih kot nekaterih živalskih vrstah, ga podrobneje predstavimo. Osnovni sistem ali matematično intuicijo lahko nadgradimo s kompleksnejšim, aritmetičnim procesiranjem, ki ga predstavimo v luči novejših nevroznanstvenih spoznanj. Spoznanja o numeričnem procesiranju lahko pomembno prispevajo k razumevanju matematičnih kompetenc v različnih obdobjih otrokovega razvoja ter tako prispevajo h kakovosti poučevanja matematike ter usvajanju matematičnih znanj in veščin.

Ključne besede: numerično procesiranje, štetje, matematične sposobnosti, možgani, razvoj otroka

Brain mechanisms underlying numerical processing

Tina Bregant

Department of Child, Adolescent and Developmental Neurology, University Medical Centre Ljubljana, Slovenia

Abstract: In the paper we present some of the recent findings in the field of numerical processing and brain mechanisms underlying these processes. Quantity estimation and comparison represent the basics of numerical processing. We present this system more in details as this core quantity system is well recognized in infants as well as in some animal species. Core quantity system which is also called mathematical intuition, can be extended by a more complex, arithmetic processing, which is also presented within the article. Understanding the brain mechanisms which underlay numerical processing can help us understand and develop mathematical competence, which represents one of the key cognitive abilities that is acquired through formal schooling.

Key words: numerical processing, counting, mathematical ability, brain, child development

**Naslov/Address:* Tina Bregant, dr. med., Klinični oddelek za otroško, mladostniško in razvojno nevrologijo, Pediatrična klinika, Univerzitetni klinični center Ljubljana, Bohoričeva 20, 1000 Ljubljana, e-mail: tina.bregant.drmed@gmail.com

S številkami se srečujemo vsak dan. Že ko ste vzeli v roke revijo, ste prebrali, kdaj je izšla in kako je številčno označena. Če ste se odločili za branje točno določenega prispevka, ste morali prepoznati številko strani, na kateri se nahaja, in revijo prelistati. Že s temi uvodnimi besedami ste lahko zaznali dileme, ki jih imamo pri preučevanju numeričnega procesiranja. Številke so namreč abstraktni simboli, ki lahko pomenijo različne stvari: količino kot npr. trije članki ali pa zaporedje: npr. tretji (lahko je to zadnji) članek. Številke lahko zapišemo simbolično na več načinov: tri ali 3 ali III ali pa nesimbolično, npr. tri pike in prav vsi zapisi pomenijo enako količino.

Preiskave s funkcijskim magnetno-resonančnim slikanjem (slikanje s fMR) so omogočile prepoznavo možganskih struktur, ki omogočajo numerično, pa tudi matematično procesiranje. Osnovno numerično procesiranje povezujemo z aktivacijo horizontalnega segmenta intraparietalnega sulkusa (angl. *horizontal segment of the intraparietal sulcus* – hIPS) (Dehaene, Piazza, Pinel in Cohen, 2003), ki ga edinega tudi povezujemo zgolj s številčnimi informacijami, neodvisno od konteksta (Thioux, Pesenti, De Volder in Seron, 2002), medtem ko je za kompleksnejše matematične procese ali procesiranje zahtevnejših konceptov, kot so negativne vrednosti, nujno usklajeno delovanje več področij (Blair, Rosenberg-Lee, Tsang, Schwartz in Menon, 2012; Grabner, Reishofer, Koschutnig in Ebner, 2011).

V prispevku predstavimo nevrokognitivne osnove numeričnega procesiranja, pri čemer opišemo dva različna koncepta procesiranja. Intuitivni koncept, ki je vrojen in ga poznajo tudi živali, omogoča prepoznavo količine in je ključnega pomena pri razvoju matematičnih kompetenc. Matematično procesiranje, ki vključuje računsko prakso, uporabo jezika in uporabo kognitivno zahtevnejših konceptov, kot so iracionalna in negativna števila, je bolj kompleksno. Predstavimo ga preko novejših nevroznanstvenih študij, ki ponudijo prenekateri odgovor, vendar pa tudi odpirajo mnoga vprašanja.

Prepoznavna in primerjanje količin – osnova numerične kognicije

Ocenjevanje številčnosti neke skupine, primerjanje dveh števil po velikosti ter osnovno seštevanje (dodajanje) in odštevanje (odvzemanje) so najverjetneje biološko določene sposobnosti, ki jih opazamo tudi pri nekaterih živalskih vrstah. Presoja, npr. kje bo verveč našla več orehov ali v kateri čredi je možnost ulova največja, je živalim prirojena, saj je pomembna za obstoj vrste. Tudi ljudje imamo vrojen občutek za števila.

Dojenčki že kmalu po rojstvu, večinoma pri treh mesecih, postanejo pozorni na številčnost niza predmetov. Pri šestih mesecih vizualno ločijo skupini z osmimi in šestnajstimi elementi, pri enajstih mesecih pa že izražajo poznavanje ordinalnosti (Dehaene, Molko, Cohen in Wilson, 2004). Ta občutek za količino imenujemo tudi matematična intuicija, saj so te presoje hitre, avtomatične in brez introspekcije (Dehaene, 2009). Intuicija ne zajema

kompleksnih matematičnih operacij in kognitivno zahtevnih konceptov kot so ulomki, koreni, negativna in realna števila. Slednje razvijemo in razumemo šele z izobraževanjem oziroma se jih priučimo. Pri matematični intuiciji gre torej zgolj za osnovno razumevanje števil, ki je prisotno celotno življenjsko obdobje in ga poznajo tudi nekatere živalske vrste.

Intraparietalni sulkus (IPS), predvsem njegov horizontalni del (hIPS), je aktiven pri vseh številskih nalogah in pri vseh predstavitevah količine (Dehaene idr., 2003). Predel hIPS se aktivira avtomatično, amodalno in ne glede na vrsto številčnega zapisa (Thioux idr., 2002). Zato mislimo, da predel hIPS predstavlja specializirano področje za številsko procesiranje in je povezano z določanjem količine, ki se začne že v zgodnjem otroštvu. Okvare tega področja lahko povzročijo motnje pri aritmetičnem procesiranju, ki jih zelo težko odpravimo. Med motnje, ki jih povezujemo z okvaro tega področja, torej predvsem z okvarami v področju levega parietalno-temporalnega režnja, sodi tudi razvojna oblika diskalkulije. Razvojna oblika diskalkulije je specifična učna težava, ki se pojavlja s prevalenco 3-6% v populaciji in jo povezujemo s poškodbo predela ob intraparietalnem sulkusu (Dehaene idr., 2004). Otroci z razvojno obliko diskalkulije kažejo ob sicer normalnem gibalnem, govornem, kognitivnem in socialnem razvoju, nezmožnost usvajanja aritmetičnih sposobnosti, kar se kaže kot težave pri razbiranju informacij iz tabel, slabše razumevanje algoritmov aritmetičnih operacij, lahko nastopijo tudi težave pri razumevanju koncepta števil ali pa ti otroci ne zmorejo povezati govornih in pisanih besed s številom.

Danes velja, da je za abstraktno, numerično predstavljeno količino nujna aktivacija intraparietalnega sulkusa (Ansari, 2007). Obstajajo pa razlike med desnim in levim IPS. Tako se je izkazalo, da je levi IPS aktiven ne glede na modalnost in vrsto zapisa, medtem ko je desni IPS bolj aktiven pri številčnem zapisu, torej zapisu z arabskimi števki (Ansari, 2007). Ugotovili so tudi, da se asimetrija aktivnosti v IPS izraža tako pri avtomatičnem kot pri hotenem aritmetičnem procesiranju (Cohen Kadosh, Bien in Sack, 2012).

Numerična kognicija pri živalih

Živali zelo verjetno ne štejejo v lingvističnem pomenu štetja. Najverjetneje živali ne preštevajo oziroma štejejo ena, dve, tri ..., lahko pa sklepamo iz različnih študij (Cantlon in Brannon, 2007; Pepperberg 2002), da imajo določene živalske vrste vrojeno sposobnost razločevanja in določanja količine. Najbolj verjetno je sposobnost določanja količine predstavljal evolucijsko prednost predvsem pri teritorialnih živali. Prav ta sposobnost jim namreč omogoča določiti teritorij, kjer je več hrane za celotno skupino.

Rosa Rugani je s sodelavci objavila zanimivo študijo o piščančkih (Rugani, Fontanari, Simoni, Regolin in Vallortigara, 2009), kjer se je izkazalo, da komaj izvaljeni piščančki že razlikujejo manjše količine. V študiji so

namreč piščančkom predstavili mamó kot določeno število predmetov (npr. tri stebrički). Ko so umaknili enega ali več stebričkov, pri čemer so bili pozorni na prostorsko predstavo, so se piščančki zmedli in zelo dolgo iskali manjkajočo "mamó" oz. njen del. Podobno so količino znale oceniti druge ptice: taščice (Garland, Low in Burns, 2012) in papige (Pepperberg, 2002).

Koncepte količine prepoznavajo tudi sesalci. Med najbolj preučevanimi so delfini in opice. Delfini pri lovu sledijo posebni tehniki, ki jo lahko interpretiramo preko matematičnih pravil. Znanstveniki sklepajo glede na njihovo vedenje pri lovu, da morajo delfini seštevati, odštevati in celo množiti oziroma so sposobni primerjati količine na zelo kompleksne načine (Leighton, Richards in White, 2004). Makaki znajo oceniti manjše količine ne glede na modalnost – torej ali je dražljaj viden ali slišen (Jordana, MacLean in Brannon, 2008). Zmorejo tudi razločevati sete po količini, ne glede na barvo, velikost ali obliko (Cantlon in Brannon, 2007). Glede na rezultate raziskave, kjer so med poskusom nekaj predmetov umaknili, znajo makaki tudi odštevati, saj so praviloma izbrali količinsko pravilni ostanek (Jordana idr., 2008).

Raziskave pri živalih potrjujejo tezo, da za osnovno določanje količine obstajajo živčne strukture, ki so se skozi evolucijo specializirale le za določanje količine in so neodvisne od ostalih predelov, npr. za govor. Te strukture so prisotne in aktivne tako pri nekaterih živalskih vrstah kot že pri dojenčkih in nam omogočajo določitev in primerjanje količine ter osnovne matematične aktivnosti in tako predstavljajo temelje za nadaljnje, kompleksnejše matematične procese.

Aritmetično procesiranje v možganih

Aritmetično procesiranje je bolj kompleksen proces kot zgolj določanje in primerjanje količine. S fMR lahko opazujemo usklajeno, kompleksno aktivacijo več možganskih predelov. Pri računanju se aktivirajo temenski oziroma parietalni, prefrontalni in cingularni režnji (Chochon, Cohen, Moortele in Dehaene, 1999; Dehaene idr., 2004). Intraparietalni sulkus (IPS), še posebej njegov horizontalni del (hIPS), ki je ključen za osnovno določanje količine, je aktiven pri vseh številskih nalogah in pri vseh predstavitvah količine, ne glede na zapis količine in modalnost.

Precentralni režnj in spodnji del prefrontalnega režnja se aktivirata pri mentalnem računanju. Parietalna skorja (angl. *parietal cortex* - PC) in prefrontalna skorja (angl. *prefrontal cortex* - PFC) sta funkcionalno povezana, zato bi lahko sklepali, da se numerična informacija iz PC prenese v PFC, kjer se okrepi in zadrži do primerne odgovora oziroma vedenja. Področji PC in PFC sprejemata abstraktne informacije o količini, hkrati pa sta aktivni pri izvršitvi dejanja, saj prav tam potekajo ključni procesi kategorizacije, odločanja, delovnega spomina in ciljnega vedenja (Nieder in Dehaene, 2009).

Procesiranje numerične informacije povezujemo z aktivacijo temenskih režnjev. Ko so preiskovancem

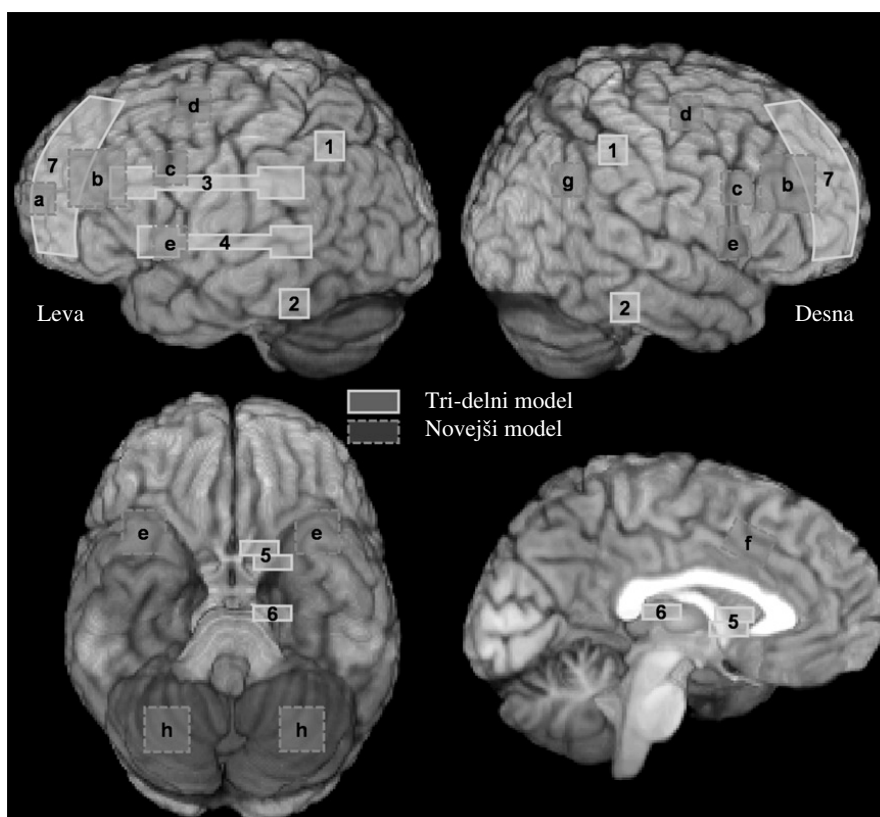
predstavili številke v obliki pik ali pa kot arabske številke, se je aktiviralo temensko področje. Če se je količina ali način predstavitve v predstavljenem vzorcu spremenil, se je aktivacija predela ponovno ojačala, kar lahko razumemo kot procesiranje numerične informacije. Bolj ko se je količina razlikovala, bolj močna je bila sprememba (Piazza, Pinel, Le Bihan in Dehaene, 2007). V študiji so med numeričnim procesiranjem zaznali tudi razlike v obeh hemisferah. Leva hemisfera je bila bolj aktivna med abstraktnimi numeričnimi reprezentacijami, medtem ko je bila desna aktivnejša med primerjanjem in poimenovanjem števil. Razlike med hemisferama so bile najbolj očitne pri primerjavi števil in pri računanju. Rezultati sovpadajo s prejšnjimi raziskavami (Chochon idr., 1999), ki so pokazale, da je med primerjanjem dveh števil intraparietalna in prefrontalna dejavnost močnejša v desni hemisferi, pri množenju v levi hemisferi, pri odštevanju pa je aktivnost prisotna obojestransko. Zanimivo, da bolniki z afazijo in akalkulijo z močno poškodbo leve hemisfere kljub nezmožnosti poimenovanja, seštevanja, odštevanja in množenja vseeno pravilno določijo, katero od dveh števil je večje. Tako sklepamo, da za primerjavo števil zadostuje le aktivna desna hemisfera, čeprav sta pri primerjanju števil običajno aktivni obe hemisferi. Pri poimenovanju in računanju pa se praviloma aktivira le leva hemisfera (Chochon idr., 1999).

Obsežna meta-analiza o branju, numeričnem procesiranju in kognitivnem nadzoru, ki vsi vplivajo na učno uspešnost otrok, je pokazala, da se pri otrocih, za razliko od odraslih, med numeričnim procesiranjem primarno aktivira čelni režnj. Šele z zorenjem možganskih struktur in pridobivanjem dodatnih matematičnih izkušenj, se aktivnost premika v prid temenskega režnja. Zanimivo je, da je pri branju aktivacija struktur pri odraslih in otrocih zelo podobna; podobno velja pri preizkusih izvršilnih funkcij, kjer pa zaradi nezrelosti struktur pri otrocih zahtevajo aktivacijo sprednjega dela skorje inzulne in pri najstnikih dodatno okrepitev desnega sprednjega dela inzulne (Houdé, Rossi, Lubin in Joliot, 2010).

Prvi predlagani model numeričnega procesiranja sta predstavila v študijah Dehaene in Cohen (Dehaene idr., 2003) in velja še danes z nekaterimi dopolnili. Prve študije so pokazale na tri predele, ki so ključni za numerično procesiranje:

- 1) Bilateralni predeli ob intraparietalnem sulkusu (IPS) med procesiranjem numerične količine, torej katera številka je večja.
- 2) Temensko področje, predvsem levo, ki ga imenujemo angularni girus (AG), med računanjem.
- 3) Bilateralni zgornji predeli temenske skorje, ki jih povezujemo s pozornostjo in vidno-prostorskimi zaznavami, ki so potrebne med numeričnim ali matematičnim procesiranjem.

Na sliki 1 so shematsko predstavljeni predeli, ki se aktivirajo pri numeričnem procesiranju. S svetlejšo sivo so predstavljeni predeli, ki sta jih že prepoznala v študijah



Slika 1. Shematska predstavitev predelov, ki se aktivirajo pri aritmetičnem procesiranju. S svetlejšo sivo so predstavljeni predeli, ki sta jih prepoznala v študijah Dehaene in Cohen (Dehaene idr., 2003), s temnejšo sivo pa predeli, ki jih je navajalo več študij in katerih pomembnost je pokazala šele meta analiza raziskav (Arsalidou in Taylor, 2011). (Prirejeno po Arsalidou, M. in Taylor, M.J. (2011). Is $2+2=4$? Meta analyses of brain areas needed for numbers and calculations. *Neuroimage*, 54, 2382-2393.)

Dehaene in Cohen (Dehaene idr., 2003) in so bili povzeti v njunem tri-delnem modelu. Danes je tri-delni model dodatno razčlenjen in ga delimo na:

- 1) Bilateralni predeli ob intraparietalnem sulkusu (IPS) med procesiranjem numerične količine, torej katera številka je večja.
- 2) Senčnični predel – vidna predstava količine
- 3) Artikulacijska zanka
- 4) Govorni predel
- 5) Bazalni gangliji – aritmetična dejstva
- 6) Talamus – aritmetična dejstva
- 7) Prefrontalna skorja – izbira strategije in načrtovanje računske operacije/reševanje matematičnega problema.
- d) Precentralni girus – očesni gibi
- e) Insula – samodejno izvajanje procesov
- f) Cingulatni girus – implementacija miselnih procesov
- g) Desni girus angularis – priklic vidno - prostorskih zaznav
- h) Mali možgani – usmerjeno, vidno-gibalno usklajevanje.

Ob numeričnem procesiranju sodelujejo tudi subkortikalne strukture, katerih vloga pa še ni čisto razjasnjena. Glede na študije lahko sklenemo, da je aritmetično procesiranje zelo kompleksna kognitivna funkcija možganov, ki zahteva usklajeno delovanje več različnih predelov možganov.

Matematične kompetence

Na sliki 1 so s temnejšo sivo označeni predeli, ki jih je navajalo več študij in ki so bili identificirani šele s pomočjo meta-analize (Arsalidou in Taylor, 2011):

- a) Medialni in superiorni girusi čelnega režnja – načrtovanje, stopenjsko reševanje problema
- b) Srednji girusi čelnega režnja – zahtevnejši, večstopenjski problemi
- c) Spodnji del čelnega režnja – nadzor nad preprostimi problemi

Numerična kognicija je sposobnost procesiranja numerične oziroma številčne informacije. Glavno vlogo pri tem igra že predstavljen predel skorje temenskega režnja. Sposobnost reševanja osnovnih aritmetičnih problemov je dodatno odvisna od kakovosti povezav med levim in desnim temenskim predelom. Za reševanje kompleksnejših matematičnih problemov, torej za aritmetično procesiranje pa je potrebno usklajeno

delovanje več možganskih področij. Usklajeno delovanje zahteva fleksibilne povezave več predelov, števila je potrebno povezati z besedami in s količinsko predstavo, izbrati je potrebno najbolj ustrezno metodo za reševanje določenega problema, algoritmom je potrebno dati pomen in razumevanje.

Računanje z večmestnimi števili je kompleksen in dolgotrajen proces, pri katerem se aktivira več možganskih predelov, med njimi tudi prefrontalni reženj, ki ima kontrolno vlogo, kadar naša dejanja ne potekajo avtomatično (Stanescu–Cosson idr., 2000; De Smedt, Holloway in Ansari, 2011). Tudi angularni girus (AG) je dejaven pri nekaterih aritmetičnih nalogah, npr. množenju, vendar bolj v lingvistični povezavi (Dehaene idr., 2004). Aritmetične operacije so namreč povezane z uporabo jezika. Pri reševanju aritmetičnih problemov z arabskimi števili se števila najprej pretvorijo v besedo, s katero dostopimo do verbalnega spomina o aritmetičnih dejstvih. Grabner je s sodelavci (2011), objavil študijo, v kateri so raziskovali aktivnost možganskih področij pri odraslih osebah z boljšimi ali slabšimi matematičnimi kompetencami. Ugotovili so, da se aktivnost v IPS med proučevanima skupinama ni razlikovala, pojavile pa so se razlike v aktivnosti angularnega girusa. Pri bolj kompetentnih posameznikih je bila aktivnost levega AG večja. Celo več, bila je linearno odvisna od dosežkov na matematičnih testih. Predpostavlja se, da se večje matematične kompetence izražajo v večji aktivnosti levega AG, a le pri reševanju novih, neznanih nalog. Lahko bi sklepali, da je levi AG povezan z matematično kognicijo in ne le s priklicem aritmetičnih dejstev iz spomina.

Poleg razumevanja aritmetičnih nalog je za uspešnost pri matematičnih nalogah zelo pomembno prepoznavanje numerične informacije iz diagramov, tabel in enačb. Gre torej za sposobnost razbiranja numeričnih informacij iz različnih formatov. Podatki iz raziskav nakazujejo, da so matematično "sposobnejši" posamezniki boljši ne toliko v priklicu aritmetičnih znanj, pač pa v delovanju višjih, kognitivnih procesov, zlasti pri procesiranju matematičnih simbolov. Pri dobrih matematikih se ti procesi zelo aktivno odvijajo v levem angularnem girusu, ki je pri njih bolj dejaven kot pri slabih matematikih.

Med aritmetičnimi nalogami je komunikacija med obema hemisferama močnejša, kot če gre samo za količinsko oceno. V študijah so najhitreje računali tisti preiskovanci, ki so imeli najmočnejše povezave med obema hemisferama. Sklepamo lahko, da visoka koherenca živčne aktivnosti v obeh temenskih predelih pomeni optimalnejšo sposobnost računanja. To bi lahko tudi pomenilo, da neučinkovita komunikacija med obema predeloma prispeva k slabšim matematičnim sposobnostim (Piazza, 2010).

Zaključek

Sposobnost procesiranja osnovne numerične informacije nam je vrojena. Ocenjevanje velikosti in primerjanje količine poznajo že majhni otroci in nekatere

živalske vrste in ga povezujemo z aktivnostjo predela ob intraparietalnem sulkusu – IPS. Aktivnost, ki jo nekateri znanstveniki poimenujejo kar matematična intuicija, predstavlja osnovo za vse kompleksnejše numerične procese in razumevanje kompleksnejših matematičnih pojmov.

Učenje števil, prilagojeno potrebam in zmožnostim posameznika, in z začetkom že v predšolskem obdobju, vpliva na izboljšanje matematičnih sposobnosti. Dobro poznavanje števil in količinske predstave, za katere je nujno normalno delovanje nekaterih možganskih predelov, predvsem predelov ob intraparietalnem sulkusu, je predpogoj za uspešno razumevanje matematike in za razvoj matematičnih kompetenc, ki zahtevajo kompleksno in usklajeno delovanje celotnih možganov.

Literatura

- Ansari, D. (2007). Does the parietal cortex distinguish between »10«, »ten«, and ten dots? *Neuron*, 53, 165–167.
- Arsalidou, M. in Taylor, M. J. (2011). Is $2+2=4$? Meta analyses of brain areas needed for numbers and calculations. *Neuroimage*, 54, 2382–2393.
- Blair, K. P., Rosenberg–Lee, M., Tsang, J. M., Schwartz, D. L. in Menon, V. (2012). Beyond natural numbers: Negative number representation in parietal cortex. *Frontiers in Human Neuroscience*, 6(7). doi: 10.3389/fnhum.2012.00007
- Cantlon, J. F. in Brannon, E. M. (2007). How much does number matter to a monkey (Macaca mulatta)? *Journal of Experimental Psychology: Animal Behavior Processes*, 33(1), 32–41.
- Chochon, F., Cohen, L., Moortele, P. F. in Dehaene, S. (1999). Differential contributions of the left and right inferior parietal lobules to number processing. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 11, 617–630.
- Cohen Kadosh, R., Bien, N. in Sack, A. T. (2012). Automatic and intentional number processing both rely on intact right parietal cortex: A combined fMRI and neuro–navigated TMS study. *Frontiers in Human Neuroscience*, 6(2). doi: 10.3389/fnhum.2012.00002
- Dehaene, S. (2009). Origins of mathematical intuitions: The case of arithmetic. *The Year in Cognitive Neuroscience 2009: Annual NewYork Academy of Science*, 1156, 232–259. doi: 10.1111/j.1749–6632.2009.04469.x
- Dehaene, S., Piazza, M., Pinel, P. in Cohen, L. (2003). Three parietal circuits for number processing. *Cognitive Neuropsychology*, 20(3/4/5/6), 487–506.
- Dehaene, S., Molko, N., Cohen, L. in Wilson, A. J. (2004). Arithmetic and the brain. *Current Opinion in Neurobiology*, 14, 218–224.
- De Smedt, B., Holloway, I. D. in Ansari, D. (2011). Effects of problem size and arithmetic operation on brain activation during calculation in children with varying levels of arithmetical fluency. *NeuroImage*, 57, 771–781.

- Garland, A., Low, J. in Burns, K. C. (2012). Large quantity discrimination by North Island robins (*Petroica longipes*). *Animal cognition*, 15, 1129–1140.
- Grabner, R. H., Reishofer, G., Koschutnig, K. in Ebner, F. (2011). Brain correlates of mathematical competence in processing mathematical representations. *Frontiers in Human Neuroscience*, 5(130). doi: 10.3389/fnhum.2011.00130
- Houdé, O., Rossi, S., Lubin, A. in Joliot, M. (2010). Mapping numerical processing, reading, and executive functions in the developing brain: An fMRI meta-analysis of 52 studies including 842 children. *Developmental Science*, 13(6), 876–885.
- Jordan, K. E., MacLean, E. L. in Brannon, E. (2008). Monkeys match and tally quantities across senses. *Cognition*, 108(3), 617–625.
- Leighton, T. G., Richards, S. D. in White, P. R. (2004). Marine mammal signals in bubbly water. V *Proceedings of the Institute of Acoustics Symposium on Bio-sonar and Bioacoustics Systems. Institute of Acoustics Symposium on Bio-sonar and Bioacoustics Systems*, University of Southampton, Institute of Acoustics.
- Nieder, A. in Dehaene, S. (2009). Representation of number in the brain. *Annual Review of Neuroscience*, 32, 185–208.
- Pepperberg, I. M. (2002). *The Alex Studies: Cognitive and communicative abilities of grey parrots*. Cambridge, MA, ZDA: Harvard University Press.
- Piazza, M. (2010). Neurocognitive start-up tools for symbolic number representations. *Trends in Cognitive Sciences*, 14(12), 542–551. doi:10.1016/j.tics.2010.09.008
- Piazza, M., Pinel, P., Le Bihan, D. in Dehaene, S. (2007). A magnitude code common to numerosities and number symbols in human intraparietal cortex. *Neuron*, 53, 293–305.
- Rugani, R., Fontanari, L., Simoni, E., Regolin L. in Vallortigara G. (2009). Arithmetic in newborn chicks. *Proceedings of the Royal Society*, 276(1666), 2451–2460.
- Stanescu-Cosson, R., Pinel, P., van de Moortele, P. F., Le Bihan, D., Cohen, L. in Dehaene, S. (2000). Understanding dissociation in dyscalculia: A brain imaging study of the impact of number size on the cerebral networks for exact and approximate calculations. *Brain*, 123, 2240–2255.
- Thioux, M., Pesenti, M., De Volder, A. in Seron, X. (2002). Category-specific representation and processing of numbers and animal names across semantic tasks: A PET study. *NeuroImage*, 13(6 suppl. 2/2), S617.

Predstavitev doktorske disertacije “Poznavanje znanstvene metodologije, možnost potvarjanja raziskav in veljavnost izsledkov” (dr. Silvana Gasar)[#]

Valentin Bucik*

Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta, Univerza v Ljubljani, Ljubljana

Presentation of the doctoral dissertation “Knowledge of scientific methodology, possibility of research frauds, and validity of research results” (Silvana Gasar, PhD)

Valentin Bucik

Department of Psychology, Faculty of Arts, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia

Ključne besede: raziskovalci, raven znanja, metodologija, prevare, kakovost

Key words: knowledge level, methodology, deception, quality

Gasar, S. (2011). *Poznavanje znanstvene metodologije, možnost potvarjanja raziskav in veljavnost izsledkov* (neobjavljena doktorska disertacija). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo (COBISS.SI-ID 264426496).

Magg. Silvana Gasar, univ. dipl. psih., je na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani pred komisijo v sestavi red. prof. dr. Andrej Ule z Oddelka za filozofijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani, red. prof. dr. Norbert Jaušovec z Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Mariboru ter red. prof. dr. Janek Musek in red. prof. dr. Valentin Bucik z Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani uspešno zagovarjala doktorsko disertacijo z naslovom »Poznavanje znanstvene metodologije, možnost potvarjanja raziskav in veljavnost izsledkov«, ki jo je opravila ob mentorstvu red. prof. dr. Valentina Bucika.

Po vsebini delo sodi na presek med družboslovno metodologijo in epistemologijo, torej teorijo znanosti, v ožjem smislu pa predvsem na področje psihološke metodologije, filozofije znanstvenega spoznanja in etike raziskovanja ter »odpornosti« znanstvenikov na potvarjanje, izkrivljanje in manipuliranje znanstvenih spoznanj. Avtorica je za izhodišče vzela problematičnost in odmevnost vrste prevar in goljufij v zgodovini različnih znanosti, osnovno vodilo pa je razmišljanje o problematičnih znanstvenih dognanjih, njihovi vzrokih in posledicah in o vlogi poznavanja znanstvene metodologije pri tem. Po mnenju vrste avtorjev, ki so se v preteklosti ukvarjali s problematičnostjo znanstvenih odkritij – in avtorica povzema njihovo mnenje – sta neznanje in goljufija nezaželena, a realna spremljevalca dinamike znanstvenega dela, posledic neveljavnih znanstvenih odkritij pa je vrsta, večina med njimi negativnih, še posebej, če ta odkritja oziroma zaključki najdejo pot v neposredno praktično uporabo. Avtorica je se odločila problematizirati morebitno premajhno kompetentnost (premalo znanja) raziskovalcev, zlasti pri uporabi znanstvenega metodološkega aparata. Pri svojem delu je za izhodišče izbrala vrsto napačnih zaključkov, malih prevar in goljufij, ki jih je mogoče v zgodovini znanosti najti v različnih znanstvenih področjih; nekaj ilustrativnih in poučnih primerov se ponuja v sami zgodovini psihološke znanosti, kjer je verodostojnost izsledkov z vidika interpretacijske ustreznosti oziroma veljavnosti

**Naslov/Address:* red. prof. dr. Valentin Bucik, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija, e-mail: tine.bucik@ff.uni-lj.si

[#]Doktorsko disertacijo si lahko ogledate v knjižnici Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani pri gospe Mileni Vukić.

pomemben (zlasti glede na usodnost posledic napačnih zaključkov) in sila pereč raziskovalni problem. V uvodnem teoretičnem delu obravnava vzroke in posledice neveljavnih izsledkov znanstvenih raziskav, posledice metodoloških napak v raziskovanju, šibke točke sodobnih znanstvenih metodologij ter informacijskih tehnologij, goljufije in prevare v različnih znanostih, splošni namen znanstvenih raziskav in koristnost znanstvenih odkritij ter veljavnost posameznih odkritij glede na značilnosti raziskave. Zelo zanimivo in poučno branje za vsakega, ki ga zanima razvoj znanosti. Avtorica se naslanja na probleme družboslovne znanstvene metodologije, ki je v uporabi zlasti v empiričnih družboslovnih vedah, na primer v psihologiji. Napačno uporabo znanstvene metodologije in iz nje izhajajočih napačnih in zavajajočih izsledkov povezuje zlasti s konceptom veljavnosti. Preverjanje veljavnosti ni nič drugega kot iskanje resničnosti interpretacije dobljenega izsledka v smislu »ali izmerjeni rezultat v resnici predstavlja vrednost, ki smo jo želeli izmeriti«. Bistveno vprašanje veljavnosti je torej: »ali je interpretacija izsledka (torej razlaga pomena določenega rezultata) resnična ('prava') ali ne«, torej ali na primer rezultat na testu inteligentnosti res odraža stopnjo razvitosti lastnosti, ki jo v skladu s to ali ono psihološko teorijo lahko razložimo kot inteligentnost.

V raziskavi, kjer je bil cilj preveriti metodološko znanje raziskovalcev in možnost potvarjanja znanstvenih raziskav, je avtorica formirala dve problemski vprašanji: (a) kako dobro raziskovalci poznajo metodologijo raziskovanja, in (b) ali je znanstvenike mogoče preslepiti s potvorjeno raziskavo. Pri tem si zastavlja eno pozitivno in eno negativno naravnano predpostavko: prva namreč pravi, da je pridobitev formalnega statusa raziskovalca znotraj univerzitetnega sistema vezana na številne selektivne mehanizme, ki bi morali zagotoviti znanja, potrebna za kakovostno načrtovanje in izvedbo raziskovalnega projekta v vseh njegovih fazah, vključno z ustrezno interpretacijo dobljenih izsledkov. Druga pa pravi, da lahko izkušen poznavalec metodologij obdelave podatkov namerno izkrivi rezultate raziskave tako, da na danih empiričnih podatkih dokaže natanko tisto, kar želi. Priznati je treba, da si je avtorica zastavila zahtevno in pogumno nalogo. Prvič zato, ker gre za nevhvaležno področje, raziskovanje veljavnosti izsledkov v etablirani znanstveno raziskovalni strukturi, drugič pa zato, ker predlagan način zbiranja podatkov na vzorcu univerzitetnih raziskovalcev skriva nekaj pasti, ki lahko vplivajo na kakovost zbranih rezultatov v njeni študiji. Avtorica se je teh pasti zavedala. Pravilno je na primer predpostavila, da bo po vsej verjetnosti iskrenost odgovarjanja raziskovalcev na vprašalnik in nepotvorjenost odgovarjanja na preizkusih znanja večja po zaslugi zagotovitve anonimnosti pri odgovarjanju, a še vedno zelo ranljiva.

Raziskovalni model v smislu postavitve korelacijske študije, izbire vzorcev in uporabljenega inštrumentarija je sicer ustrezen. Avtorica je oblikovala vprašalnik s testom znanj in obsežno potvorjeno poročilo raziskave.

Prošnjo za reševanje »vprašalnika« je nasloвила na večino raziskovalcev, ki jih je bilo najti v registru uradno zabeleženih raziskovalcev v Sloveniji (v glavnem pedagoških delavcev na univerzah), prošnjo za evalvacijo spornega poročila raziskave pa je nasloвила na manjšo skupino kompetentnih univerzitetnih znanstvenikov. Ni ji sicer uspelo oblikovati reprezentativnih vzorcev udeležencev, saj se je izkazalo, da je bil odziv na prošnjo za sodelovanje zelo pičel. Zato je posploševanje pri zaključkih na osnovi zbranih odgovorov močno omejeno. V odgovor na 3094 prošenj je avtorica prejela le 112 rešenih vprašalnikov, v odgovor na 53 prošenj pa le sedem mnenj o spornem poročilu raziskave. Zato rezultati zgolj nakazujejo trende v znanju anketiranih raziskovalcev in kažejo, kaj bi se verjetno zgodilo, če bi pri razkrivanju potvorjene raziskave kak znanstvenik iskal pomoč svojih stanovskih kolegov. Avtorica išče razloge za izredno slab odziv na poskus preverjanja znanj v močnem odporu raziskovalcev in spekulira, da raziskovalci niso bili preveč srečni ob dejstvu, da nekdo skuša preverjati njihovo osnovno metodološko znanje v dejavnosti, ki jim »reže kruh« in da so skušali tako ali drugače doseči opustitev dane raziskave. Rezultati so sicer razkrili dokaj šibko metodološko znanje raziskovalcev (vsaj tistih, ki so odgovarjali), zlasti iz osnov statistike in znanstvenoraziskovalne metodologije, nekoliko manj pa iz uporabe računalnika in interneta. Zdi se, da nekateri nimajo temeljnih znanj, potrebnih za kakršnokoli znanstveno raziskovanje. Vrednotenju domnevno potvorjene raziskave se je večina znanstvenikov izognila. Redki sodelujoči so bili v izražanju mnenj diplomatsko previdni. Osredotočili so se predvsem na šibkosti besedila, povzemanj in virov, znatno manj na šibkosti metodologije in znake potvorb. Zanimiv in hkrati zaskrbljujoč je izsledek, da so se raziskovalci v ocenah kakovosti potvorjenega raziskovalnega poročila povsem razhajali: nekaterim se je zdelo preslabo celo za diplomsko nalogo, drugim primerno za doktorsko disertacijo.

Rezultati študije pomenijo pomemben prispevek k znanosti, zlasti zaradi svežega in kritičnega pogleda na na videz nedotakljivo področje zaključevanja v t.i. visoki znanosti. Gre za zapleten in pomemben problem, ki ga je najti v vseh znanostih, namreč koliko je mogoče zaupati v veljavnost različnih znanstvenih izsledkov in v koristnost njihove uporabe. Študija je deloma pokazala, kje vse tičijo možnosti napak in prirejanj rezultatov znanstvenega raziskovanja. Možno je, da bodo rezultati pomagali voditi k večji pazljivosti, zmanjšanju lastnih napak raziskovalca in bolj kritičnemu pogledu na izsledke drugih, pri praktičnih uporabnikih znanstvenih izsledkov pa k bolj objektivnemu pogledu na veljavnost odkritij in k večji previdnosti pri praktični uporabi novih znanstvenih spoznanj. Delo predstavlja resen poskus sistematične identifikacije virov in posledic napak pri znanstvenem zaključevanju. V študiji zastavljen problem, metodologija in rezultati so znanstveno relevantni. Ti govorijo v prid predpostavki, da bi bilo mogoče znanstveni naziv pridobiti oziroma graditi znanstveno kariero tudi s potvorjenim poročilom raziskave

– kljub temu, da bi kak znanstvenik to skušal preprečiti. Raziskava je razkrila nekatere zakonske in etične omejitve, ki, poleg močnega odpora znanstvenikov, skoraj onemogočajo empirično proučevanje dane problematike. Študija opozarja na številne probleme, ki se pojavljajo pri proučevanju strokovne usposobljenosti znanstvenikov in proučevanju možnosti potvarjanja znanstvenih raziskav: od nesodelovanja in kategoričnega odpora znanstvenikov, do poskusov oviranja dostopa in pridobivanja potrebnih podatkov. Pokazalo se je, da je znanje raziskovalcev na najvišjem nivoju izredno težko, skoraj nemogoče preveriti. Podobno velja tudi za preverjanje možnosti potvarjanja znanstvenih raziskav. Ob odsotnosti praktično vseh kontrolnih mehanizmov pa vedno obstaja možnost zlorab in prevar. V praksi sta oba problema tesno povezana: manj znanj, ko imajo raziskovalci, nižji je njihov subjektivni kriterij kakovostne raziskave, manj nekakovostnih in potvorjenih raziskav lahko odkrijejo in manj verjetno se bodo izpostavljali stanovskemu sporom, ki bi iz tega sledili. Če gre za univerzitetni pedagoški kader, to pomeni, da bodo dopuščali produkcijo novih znanstvenikov po vedno manj zahtevnih merilih. To pa je lahko eden glavnih problemov sodobne znanosti: vse bolj številna produkcija novih znanstvenikov z vse bolj šibkimi znanji, zaradi česar lahko pride do upada splošne kakovosti znanosti, veljavnost znanstvenih spoznanj pa lahko na ta način postaja vse bolj vprašljiva. Sicer pa disertacija pomeni pomemben prispevek tako k znanstvenemu področju psihologije, kjer se skozi zgodovino znanstvenih odkritij ves čas srečujemo tudi z nevednostjo in goljufijami, kot tudi na področjih drugih znanosti. Rezultati bi lahko bili koristni tudi za aplikativna področja psihologije in drugih znanosti, kjer študija lahko ponudi smernice in splošne kriterije, po katerih bi lahko strokovnjaki in laiki ocenjevali veljavnost izsledkov znanstvenih raziskav.

Čeprav je študiji mogoče očitati zlasti slabo reprezentativnost v smislu količine in verodostojnosti zbranih odgovorov raziskovalcev, ponekod hojo po samem robu etičnosti pri zbiranju podatkov (raziskovalci so bili v resnici zavedeni pri prošnjah za sodelovanje, češ da gre za pravo in ne potvorjeno raziskavo) in sem ter tja časnikarsko interpretacijo ter spekulacije o rezultatih ter vzrokih in posledicah preučevanih fenomenov, pa lahko med dobroti raziskave štejem jasno opredeljen še neraziskan problem, samoiniciativnost ter inovativnost v poti iskanja odgovorov na zastavljen problem raziskovanja ter iz njega izhajajoče operacionalizirane hipoteze. Avtorica na koncu korektno opozori na nekatere omejitve študije, ki ovirajo preveliko generalizacijo izsledkov, zlasti to velja za majhen in razmeroma težko določljiv odziv strokovnjakov, zaprosenih za sodelovanje v raziskavi. Zaveda se glavnih problemov, ki so se pojavili pri raziskavi in jih opredeli takole: a) težave pri opredelitvi univerzitetnih raziskovalcev in oblikovanju njihovega vzorca, b) odpori in poskusi onemogočenja raziskave c) neobičajna oblika testa znanja in način preverjanja, d) relativno slabo sodelovanje, zaradi česar je vzorec raziskovalcev majhen, njegova reprezentativnost

pa skrajno vprašljiva ter e) etične in zakonske omejitve raziskovanja. Bralec je povabljen, da ves čas misli na te težave, ko se prebija skozi poročilo o raziskavi. Ponudi tudi nekatere rešitve v bodoče, prav tako pa opozori na nekatera odprta vprašanja, ki jih bo mogoče v prihodnosti nadalje razreševati ali pa o njih vsaj razmišljati ob ukvarjanju z veljavnostjo in korektnostjo znanstvenega zaključevanja. Zelo poučno branje, zlasti v času, ko lov na plagiatorske čarovnice v znanosti postaja nacionalni šport.

*Prispelo: 9.6.2013
Sprejeto: 10.6.2013*

Predstavitev magistrske naloge “Nevropsihološke posledice obporodne dihalne stiske” (mag. David Gosar)[#]

Valentin Bucik*
Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta, Univerza v Ljubljani, Ljubljana

Presentation of the MA thesis “Neuropsychological consequences of neonatal hypoxia” (David Gosar, MA)

Valentin Bucik
Department of Psychology, Faculty of Arts, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia

Ključne besede: obporodna dihalna stiska, hipoksično ishemična encefalopatija, spoznavne sposobnosti, magistrska dela, predstavitev

Key words: hypoxia, hypoxic ischemic encephalopathy, cognitive abilities, masters theses, reviews

Gosar, D. (2010). *Nevropsihološke posledice obporodne dihalne stiske* (neobjavljeno magistrsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo (COBISS.SI-ID 44108386).

David Gosar je na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani, pred komisijo v sestavi doc. dr. Robert Masten in red. prof. dr. Valentin Bucik z Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani ter red. prof. dr. David Neubauer, vodja Kliničnega oddelka za otroško, mladostniško in razvojno nevrologijo Pediatrične klinike Univerzitetnega kliničnega centra v Ljubljani, pred časom uspešno zagovarjal magistrsko nalogo z naslovom »Nevropsihološke posledice obporodne dihalne stiske«, ki jo je opravil ob mentorstvu red. prof. dr. Valentina Bucika in somentorstvu red. prof. dr. Davida Neubauerja.

Po vsebini magistrsko delo sodi na presečišče področij razvojne psihologije ter klinične nevropsihologije in nevrologije, izhaja pa tudi iz področja nevropsihološke diagnostike in psihometrije. Obporodna hipoksično-ishemična encefalopatija (HIE) je sindrom nevroloških odstopanj, ki se v prvih dneh po rojstvu pojavi pri deležu otrok, ki so utrpeli obporodno dihalno stisko. Za prizadete novorojenčke so značilni zmanjšan mišični tonus, neprimerni refleksi, motena zavest in zmanjšana odzivnost, težave z vzpostavljanjem ali vzdrževanjem dihanja in v mnogih primerih epileptični napadi. Ti znaki nakazujejo prisotnost okvare možganov, ki je posledica pomanjkanja kisika v krvi (hipoksemija) in/ali motenj pri preskrbi možganov s krvjo in kisikom (ishemija). Pri prizadetih novorojenčkih so poleg opisanih znakov prisotne tudi spremembe v vrsti nevrobioloških procesov, kar se odraža na zgodnjih nevroslikovnih preiskavah, biokemičnih pokazateljih in nevrofizioloških kazalcih. Zdravstvena oskrba v obporodnem obdobju se je bistveno izboljšala in prispevala h manjši smrtnosti in soobolevnosti novorojenčkov. Kljub temu se vsako leto rodijo številni otroci, ki zaradi obporodnih zapletov, kot je obporodna dihalna stiska, utrpijo poškodbe centralnega živčnega sistema, ki vodijo do cerebralna paralize, naglušnosti, slabovidnosti ali težav na področju spoznavnih sposobnosti. Otroci z različimi obporodnimi dejavniki tveganja, ki se povezujejo z obporodno dihalno stisko, so med svojim odrasčanjem bolj pogosto vključeni v zdravstveno obravnavo, potrebujejo več pedagoške in druge strokovne pomoči, kot njihovi neprizadeti vrstniki in so kot odrasli v manjšem deležu udeleženi na trgu dela.

V obdobju mladostništva je zaenkrat vpliv obporodne HIE razmeroma neraziskan. Maloštevilni opisi dolgoročnega izida pri mladostnikih z obporodno HIE kažejo na specifične primanjkljaje na področju spoznavnih sposobnosti, tudi pri tistih brez očitnih nevroloških težav ali zaostanka v duševnem razvoju. Kolega David Gosar (v nadaljevanju

**Naslov/Address:* red. prof. dr. Valentin Bucik, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija, e-mail: tine.bucik@ff.uni-lj.si

[#] Magistrsko nalogo si lahko ogledate v knjižnici Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani pri gospe Mileni Vukić.

avtor) je poskušal opredeliti spoznavne sposobnosti pri mladostnikih z blago ali zmerno obporodno HIE. Na osnovi dosedanjih raziskovalnih rezultatov je predpostavil, da bodo mladostniki z zmerno obporodno HIE imeli primanjkljaje na področju delovnega spomina, inhibicije, besedne fluentnosti in hitrosti informacijskega procesiranja, ne pa tudi dolgoročnega spomina. Glede na razvoj izvršitvenih sposobnosti v obdobju mladostništva pa je predpostavljajal, da se bodo pri mladostnikih z obporodno HIE težave na področju spoznavnih sposobnosti, med obdobjem zgodnjega in poznega mladostništva, stopnjevale. Razumevanje vpliva obporodne HIE na kasnejše spoznavne sposobnosti v obdobju mladostništva je poskušal avtor poglobiti tudi s preučevanjem napovedne veljavnosti obporodnih pokazateljev in pridruženih obporodnih dejavnikov tveganja. Glede na predhodne raziskave je predpostavljajal, da bodo imeli najboljše napovedno veljavnost pokazatelji, na podlagi katerih je mogoče napovedati obseg zgodnje prizadetosti možganov, še posebej prizadetosti periventrikularne bele možganovine. Med drugimi obporodnimi pokazatelji, za katere je bilo mogoče na osnovi predhodnih raziskav pričakovati, da bodo napovedovali dosežke na komponenti hitrosti informacijskega procesiranja in komponenti kratkoročnega in delovnega spomina, pa sta bila nizka porodna teža in prisotnost epileptičnih krčev v obporodnem obdobju.

Avtor nas v uvodnem poglavju suvereno vodi skozi temo, brez odvečnega odmikanja v stran od zadevne problematike. Razloži feonomen obporodne dihalne stiske, opredeli obporodno hipoksično-ishemično encefalopatijo ter razloži ključne patofiziološke procese in nevroanatomske spremembe pri obporodni hipoksično-ishemični encefalopatiji. Podrobneje se zaustavi ob dolgoročnih izidih obporodne hipoksične-ishemične encefalopatije (izidu obporodne hipoksične-ishemične encefalopatije v obdobju zgodnjega ter srednjega in poznega otroštva), saj je ta problematika ključna za obravnavan raziskovalni problem. Ob koncu uvoda opozori tudi na ključne metodološke težave raziskav dolgoročnega izida obporodne HIE. Osnovni namen avtorjeve študije je bil opredeliti specifične spoznavne sposobnosti pri mladostnikih z blago in zmerno obporodno HIE. Glede na dosedanje raziskave dolgoročnega izida obporodne HIE je bilo mogoče predpostaviti, da bodo mladostniki z zmerno HIE na preizkusih specifičnih spoznavnih sposobnosti dosegli nižje rezultate od mladostnikov z blago HIE in primerjalne skupine. Raziskave dolgoročnega izida obporodne HIE v obdobju mladostništva kažejo, da gre največja odstopanja pri mladostnikih z zmerno obporodno HIE pričakovati na preizkusih besedne fluentnosti, kratkoročnega pomnjenja, inhibicije in sposobnosti izvajanja finih gibov, manj verjetna pa se zdijo odstopanja na pokazateljih spominskih sposobnosti.

Raziskava je izvedena v pravi maniri dobro načrtovane in zelo kakovostno nadzorovane korelacijske študije, kjer je le malo morebitnih vplivov na izmerjene vrednosti prepuščeno naključju. Mladostnike z obporodno HIE je k sodelovanju povabil dvakrat. Pri povprečni starosti 13

let se je raziskave udeležilo 21, pri povprečni starosti 18 let pa 34 mladostnikov. V obeh starostnih obdobjih je sodelovalo 17 mladostnikov. Spoznavne sposobnosti vseh udeležencev je ocenil s pomočjo nevropsihološke baterije, v katero so bile vključene mere besedne fluentnosti, pozornosti, delovnega spomina, hitrosti informacijskega procesiranja in dolgoročnega pomnjenja. Avtor ugotavlja, da je primerjava rezultatov mladostnikov z obporodno HIE in 32 mladostnikov primerjalne skupine pokazala, da stopnja obporodne HIE napoveduje dosežke na merah besedne fluentnosti in hitrosti informacijskega procesiranja, ne pa tudi dosežke na pokazateljih spomina. Tovrstni učinek obporodne HIE je bil v obdobju mladostništva stabilen in se s starostjo ni stopnjeval. Med obporodnimi dejavniki, ki so najbolj napovedovali neugoden izid so bili nizka porodna teža, epileptični krči in nevroanatomske spremembe vidne na ultrazvočnih preiskavah.

Na osnovi analize napovedne veljavnosti prenatalnih in obporodnih dejavnikov tveganja je avtor zaključil, da je zmanjšana hitrost informacijskega procesiranja pri mladostnikih z blago in zmerno obporodno HIE predvsem odraz prizadetosti možganovine in ne dihalne stiske same po sebi. Iz tega je sklepal, da bo za boljše razumevanje dolgoročnega psihološkega izida obporodne HIE v bodoče potrebno zasnovati nove vzdolžne raziskave, ki bodo s pomočjo sodobnih metod razvojne nevroznanosti osvetlile, kako odstopanja v razvoju osrednjega živčevja v prenatalnem obdobju, otroštvu in mladostništvu vplivajo na spoznavne sposobnosti, osebnost in kakovost življenja oseb z obporodno HIE. Rezultati študije, skupaj s predhodnimi raziskavami, hkrati opozarjajo, da obstaja pri otrocih in mladostnikih z zmerno obporodno HIE povečano tveganje za razvoj specifičnih učnih težav in drugih prilagoditvenih težav, zaradi česar je mogoče sklepati, da je za to skupino otrok in mladostnikov priporočljivo redno psihološko spremljanje.

Rezultati raziskave so inovativni, saj se določenih področij obravnave HIE loteva na nov in samosvoj način ter tudi povezuje nekatere fenomene, ki jih avtorji prejšnjih študij niso povezano proučevali. Študija je dragocena po eni strani za strukturalna in teoretska spoznanja o vplivu obporodnih motenj na kognitivni razvoj posameznika, katerega lahko spremljamo in ugotavljamo šele več let po dogodku. Avtor se hkrati zaveda omejitev pri razlagi in pojasnjevanju rezultatov, ki sledijo iz konkretne študije. Te omejitve se nanašajo na eni strani na omejenost eksperimentalne laboratorijske situacije, na drugi pa na omejenost ter morda preveliko homogenost vzorca glede na merjene fenomene. Magistrsko delo avtorja Davida Gosarja je zrela in poglobljena ter metodološko uspešna obravnava za psihološko znanost pomembnih splošnih teoretskih izhodišč in vprašanj s področja vidne percepcije ter pripravljalne pozornosti. Doslej ta tema pri nas ni bila sistematično in enoznačno raziskovana.

*Prispelo: 9.6.2013
Sprejeto: 10.6.2013*

Predstavitev doktorske disertacije “Odnos med pozornostjo, spominom, izvršitvenimi funkcijami in splošno inteligentnostjo” (dr. Primož Žagavec)[#]

Valentin Bucik*

Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta, Univerza v Ljubljani, Ljubljana

Presentation of the doctoral dissertation “The relationship between attention, memory, executive functions and general intelligence” (Primož Žagavec, PhD)

Valentin Bucik

Department of Psychology, Faculty of Arts, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia

Ključne besede: pozornost, izvršitvene funkcije, kratkoročni spomin, inteligentnost, doktorske disertacije, pregledi

Key words: attention, executive functions, short term memory, intelligence, doctoral dissertations, reviews

Žagavec, P. (2011). *Odnos med pozornostjo, spominom, izvršitvenimi funkcijami in splošno inteligentnostjo* (neobjavljena doktorska disertacija). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo (COBISS.SI-ID 259730944).

Primož Žagavec, univ. dipl. psih., je na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani pred komisijo v sestavi red. prof. dr. Marko Polič, red. prof. dr. Janek Musek in red. prof. dr. Valentin Bucik z Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani ter red. prof. dr. Zvezdan Pirtošek z Nevrološke klinike UKC in Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani uspešno zagovarjal doktorsko disertacijo z naslovom »Odnos med pozornostjo, spominom, izvršitvenimi funkcijami in splošno inteligentnostjo«, ki jo je opravil ob mentorstvu red. prof. dr. Marka Poliča in somentorstvu red. prof. dr. Valentina Bucika.

Delo lahko umestimo na presek med kognitivno psihologijo, psihološko metodologijo ter diferencialno psihologijo (pa tudi deloma nevropsihološko diagnostiko), v ožjem smislu pa predvsem na področje diferencialne kognitivne psihologije vzdrževane usmerjene pozornosti, kratkoročnega in delovnega spomina, izvršitvenih funkcij ter inteligentnosti. Je inovativno in korektno izvedeno empirično raziskovalno delo ter daje nove odgovore na vprašanja in na ta način pomeni pomemben doprinos k psihološkemu, še posebej kognitivno psihološkemu znanju. V raziskavi je kolega Pimož Žagavec (v nadaljevanju avtor) skušal poseči v doslej še neraziskano področje opredelitve odnosov med vzdrževano pozornostjo, kratkoročnim spominom, delovnim spominom, izvršitvenimi funkcijami ter inteligentnostjo. Njegov cilj je bil postaviti in preveriti večplasten in kompleksen model odnosov med temi kognitivnimi konstrukti, ki z vrsto mogočih vzajemnih medsebojnih vplivanj, še niso bili postavljeni v bodisi korelacijske ali pa vzročno posledične odnose. Z metodologijo, ki je bila avtorju na voljo oziroma jo je izbral, je lahko model, ki je sicer korelacijske narave, preverjal tudi z vidika morebitnih kavzalnih oziroma funkcijskih zvez. Posebej je potrebno poudariti avtorjev pazljivo in korektno izveden korak razločevanja med kratkoročnim spominom (ki ga opredeljujemo kot sposobnost shranjevanja informacij v določenem časovnem intervalu) in delovnim spominom (katerega ključna vloga je zmožnost upravljanja (torej dela, procesiranja, obdelovanja) z informacijami, ki so shranjene); v tovrstnih preteklih raziskavah je ločnica med obema

**Naslov/Address:* red. prof. dr. Valentin Bucik, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija, e-mail: tine.bucik@ff.uni-lj.si

[#]Doktorsko disertacijo si lahko ogledate v knjižnici Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani pri gospe Mileni Vukić.

namreč pogosto – zaradi, najbrž, slabšega razumevanja obeh in posledično razlik med njima – preveč zabrisana. Gre za ključno distinkcijo, ki svoje pomembno (pravo) mesto tako v tej raziskavi kot v področju znanosti, v katerem je bila ta izvedena, najde v razlagi rezultatov, kjer je videti, da imata obe vrsti spomina drugačni vlogi pri napovedovanju učinkovitega kognitivnega delovanja in imata različen odnos do vzdrževane pozornosti, kar je glavni in z vidika sodobne kognitivne znanosti najpomembnejši rezultat študije.

V uvodnem poglavju nas avtor popelje skozi sodobne konceptualizacije za njegovo študijo ključnih psiholoških mehanizmov, pozornosti, spomina, izvršitvenih funkcij ter inteligentnosti, nato pa se odloči napraviti poudarke, relevantne za študijo, namreč o vlogi spola pri kognitivnih funkcijah, razlikah med kratkoročnim in delovnim spominom ter o ustrezni organizaciji kognitivnega delovanja. V uvodnem poglavju pri predstavitvi posameznih modelov pogrešam avtorjevo dovolj kritično osebno perspektivo ob razlagi alternativnih, konkurenčnih modelov, namreč poudarke, na kaj bi bilo potrebno paziti pri interpretacijah posameznih modelov, ki ta ali oni fenomen razlagajo. Manjka mi tudi natančnejše pojasnilo o tem, zakaj ravno v tej konstelaciji soočeni konstrukti v modelu predstavljajo najbolj verjetno možno pravilno rešitev pojasnjevanja odnosov.

Avtor je ugotovil, da ni razlik med spoloma v obravnavanih kognitivnih fenomenih, razen pri kratkoročnem spominu. Pogrešam vsebinsko in dovolj logično razlago glede morebitnih razlogov za te razlike. Za študijo, ki preverja kompleksne in prepletene odnose, bi bilo pričakovati večrazsežen pogled na odnose in zlasti na nekatere specifične v teh odnosih, kot je na primer razlika med moškimi in ženskimi respondenti v študiji. Avtor sicer ponudi nekatere interpretativne možnosti zaradi specifičnosti vzorca v poglavju o omejitvah in izboljšavah pri koncu poročila, a to kritičnemu bralcu ne more biti dovolj celovita razlaga. Kakorkoli, avtor nadalje ugotavlja, da so njegovi rezultati skladni z ugotovitvami drugih študij glede tega, da delovni spomin bolje napoveduje rezultat na testu splošne inteligentnosti kot pa kratkoročni spomin in da je slednji povezan z inteligentnostjo preko prvega. Potrudi se tudi razdelati razlago teh razlik v delovanju obeh vrst kratkega spomina. Izvršitvene funkcije (zlasti načrtovanje) so, avtor nadalje ugotavlja, delni mediator med delovnim spominom in inteligentnostjo. Vse to je dognal v parcialnih modelih, kjer je med seboj primerjal posamezne obravnavane konstrukte. Nato predstavi model, ki vključuje vse obravnavane kognitivne konstrukte in kjer vzdrževana usmerjena pozornost napoveduje kratkoročni spomin, ta napoveduje delovni spomin, ta pa izvršitvene funkcije ter inteligentnost (pri čemer tudi izvršitvene funkcije neposredno napovedujejo inteligentnost). Na podlagi izmerjenih vrednosti se izkaže, da se model dobro prilega podatkom. In potrditev tega modela je v resnici glavni rezultat raziskave, ki daje nov pogled na medsebojno delovanje obravnavanih kognitivnih psiholoških

fenomenov. Strinjam se z avtorjem v trditvi, da je eno pomembnih dognanj študije, da ima usmerjena pozornost neposreden in/ali posreden učinek na ostale kognitivne funkcije, kar je razvidno iz dejstva, da je kot sprejemljiv prepoznan model, v katerem je pozornost vključena na začetek modela in da je mogoče slediti tako neposredno kot posredno dejstvovanje usmerjene pozornosti na ostale preučevane fenomene. Za zbiranje informacij o raziskovanih fenomenih je kandidat uporabil laboratorijski pristop in laboratorijsko raziskovalno opremo, čeprav gre seveda še vedno za korelacijsko študijo, kar posledično determinira tudi naravo zaključkov, ki jih avtor lahko izvaja iz rezultatov. Poudariti je treba, da vključitev vseh omenjenih kognitivnih konstruktov v model, ki ga je predlagal avtor, na takšen način še ni bilo izvedeno.

Dobrobiti raziskave, o kateri avtor poroča v disertaciji, so jasno opredeljen še neraziskan problem, samoiniciativnost ter inovativnost v poti iskanja odgovorov na zastavljen problem raziskovanja ter iz njega izhajajoče operacionalizirane hipoteze. Avtorju je uspelo doseči osnovni namen; ugotovitve zastavljene raziskave neposredno pojasnjujejo organizacijo odnosov med kognitivnimi konstrukti. Vključitev vseh obravnavanih kognitivnih dejavnikov (delovni spomin, kratkoročni spomin, izvršitvene funkcije in splošno inteligentnost, pred vsemi pa vzdrževana usmerjena pozornost) v en celovit in medsebojno pojasnjevalen model omogoča natančnejše razumevanje delovanja kognitivnega sistema. Glaven in za kognitivno psihologijo izviren znanstven izsledek je, da imata obe vrsti spomina (kratkoročni in delovni) drugačni vlogi pri napovedovanju učinkovitega kognitivnega delovanja in imata različen odnos do vzdrževane pozornosti. Iz tega je mogoče potegniti različne ustrezne teoretske in praktične zaključke. V teoretskem smislu pomaga pri razumevanju soodvisnega delovanja opazovanih konstruktov, v uporabnem smislu pa je vrednost študije predvsem v področju proučevanja oškodovanosti kognitivnega sistema ter kognitivne rehabilitacije, saj je pravilen pristop (na osnovi prikazanih rezultatov) k diagnosticiranju izpadov posameznih kognitivnih funkcij ob poznavanju njihovih pravih medsebojnih odnosov in soodvisnosti. To je ključno za ustrezno delo s pacienti, ki trpijo za posameznimi od teh kognitivnih deficitov ali njihove kombinacije. Avtor na koncu korektno opozori na nekatere omejitve študije, ki ovirajo preveliko generalizacijo izsledkov ter ponudi nekatere rešitve v bodoče, prav tako pa nekatera odprta vprašanja, ki jih bo mogoče v prihodnosti nadalje razreševati.

*Prispelo: 9.6.2013
Sprejeto: 10.6.2013*

Poročilo z 10. Tedna možganov

Jerica Radež*
Ljubljana

Report from the 10th Brain Awareness Week

Jerica Radež
Ljubljana, Slovenia

Ključne besede: Teden možganov, nevroznanost, konference, Slovenija, poročila

Key words: Brain Awareness Week, neuroscience, conferences, Slovenia, reports

V tednu od 11. do 16. marca se je v Ljubljani in devetih drugih slovenskih mestih odvijal deseti, jubilejni Teden možganov. Kot vsa leta doslej je tudi letos potekal pod okriljem Slovenskega društva za nevroznanost – SINAPSA. Osrednjo temo letošnjega Tedna možganov je predstavljal *razvoj*, projekt pa je nosil naslov *Na sledi razvoju*. Z različnimi oblikami aktivnosti (predavanja, filmske projekcije s strokovnimi komentarji, delavnice, diskusije) smo želeli javnosti približati različne vidike razvoja najkompleksnejšega človeškega organa – možganov.

Teden možganov 2013 je ohranil okvirno strukturo preteklih let, z glavnino dogajanja v atriju Znanstvenoraziskovalnega centra (ZRC) in filmskimi projekcijami v Kinoteki. V ponedeljek popoldne smo tako začeli s sklopom kratkih predavanj o razvoju nevroznanosti kot stroke ter o filogenetskem in ontogenetskem razvoju možganov. Predavali so nam dr. Grega Repovš, dr. Zvezdan Pirtošek in dr. Tina Bregant. Zvečer je sledila filmska projekcija Mandžurskega kandidata, ki ga je komentiral psihiater mag. Miran Možina. Torek so zaznamovale delavnice – dopoldanske za najmlajše in popoldanske za odrasle, kjer so obiskovalci pridobili osnovna znanja o tehnikah sproščanja. Poleg pestrega delavniškega dogajanja smo v torek izpeljali dve filmski projekciji s strokovnima komentarjema, in sicer projekcijo filma *Moje ime je Sam*, po katerem je sledil komentar mag. Alenke Golob, ter projekcijo filma *Prestopniki*, po katerem je dr. Peter Umek spregovoril o najnovejših odkritjih s področja nevrokriminologije. V sredo smo z obširnimi sklopom kratkih predavanj občinstvu predstavili najnovejša odkritja na področju nevroznanosti. Kar devet strokovnjakov nas je podučilo o različnih novostih na področju nevrologije, nevropatologije, nevroekonomije ... Sredini filmski projekciji pa sta bili namenjeni filmoma *Nell*, po katerem je sledila diskusija *Vida Voduška*, in *Čudoviti um*, ki ga je s komentarjem o shizofreniji opremil dr. Borut Škodlar. Četrtekov program je bil tako kot pretekla leta klinično obarvan. S tremi sklopi predavanj so nam strokovnjaki predstavili različne poglede na razvoj in obravnavo nevrotskih in osebnostnih motenj (dr. Bojana Avguštin Avčin in Breda Sobočan), motenj shizofrenskega spektra (dr. Jurij Bon in dr. Borut Škodlar) in razvojnih nevroloških motenj (dr. Tina Bregant in Vid Vodušek). Pri vsakem vsebinskem sklopu je eden izmed predavateljev predstavil pogled s poudarkom na bioloških dejavnikih, drugi pa s poudarkom na dejavnikih okolja. Za razliko od klinične obarvanosti četrtekovih predavanj so filmske projekcije zaznamovali elementi znanstvene fantastike. Zgodnjepopoldanska projekcija je bila tako namenjena filmu *Vzpon planeta opic*, ki ga je komentirala biologinja Judita Jeran. Zvečer pa so si obiskovalci lahko ogledali film *A.I. Umetna inteligenca*, po katerem je sledil komentar dr. Aleša Beliča. Zadnjo filmsko projekcijo smo izpeljali v petkovem zgodnjem popoldnevu, kjer je dr. Valentin Bucik komentiral film *Dobri Will Hunting*. Petkovo poznopopoldansko in večerno dogajanje pa je potekalo v obliki okrogle mize na temo etike v nevroznanosti, kjer so se s svojimi pogledi predstavili dr. Renata Salecl, dr. Sašo Dolenc, dr. Matjaž Gams in dr. David B. Vodušek. Z okroglo mizo smo zaključili strokovni del Tedna možganov 2013. Sobota je bila namreč namenjena delavniškemu dogajanju, in sicer smo organizatorji Tedna možganov izpeljali dve delavnici za odrasle in dve za mlajše nevroznanstvene navdušence.

*Naslov/Address: Jerica Radež, Nanoška ulica 30, 1000 Ljubljana, Slovenija, e-mail: jerca.emily@gmail.com

Poleg pestrega tedenskega dogajanja v slovenski prestolnici in še devetih ostalih mestih smo tekom Tedna možganov organizirali tudi Malo šolo nevroznanosti, v okviru katere se je manjši krog slušateljev lahko informiral o zgodovini in metodah raziskovanja v nevroznanosti. Za konec pa velja omeniti še istočasno promoviranje projekta Za možgane, s katerim želi SiNAPSA, v sodelovanju z društvi bolnikov in številnimi strokovnimi združenji, spodbuditi raziskovanje in investiranje v raziskovanje možganov na nacionalni ravni.

Kot članica organizatorske ekipe Tedna možganov ocenjujem, da je bil letošnji Teden možganov – v skladu z jubilejno zaporedno številko – še posebej uspešen. Pripravili smo namreč bogat, kakovosten program in v enem tednu nevroznanstveno obarvali celotno Slovenijo. Naši dogodki so imeli najvišjo obiskanost doslej, povratne informacije občinstva pa so bile po večini zelo pozitivne. In ravno to je naš največji navdih za organizacijo tovrstnih dogodkov tudi v prihodnje.

*Prispelo: 16.6.2013
Sprejeto: 17.6.2013*

Poročilo s 4. mednarodne konference Triple i: intuicija, ustvarjalnost in inovacija v suicidologiji v Piranu, Slovenija

Alja Lah*
Dobrova

Report from 4th international conference Triple i: intuition, imagination and innovation in suicidology in Piran, Slovenia

Alja Lah
Dobrova, Slovenia

Ključne besede: suicidologija, mednarodne konference, poročila

Key words: suicidology, international conferences, reports

Mednarodno konferenco Triple i (Intuition, Imagination and Innovation in suicidology) je že četrto leto zapored organiziral Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora, v sodelovanju z Univerzo na Primorskem, FAMNIT. Odvijala se je 9. in 10. maja 2013 v Piranu. Namen konference je osveščanje in seznanjanje strokovne in laične publike o samomoru ter tako prispevati k razvoju prevencije samomora v Sloveniji in po svetu.

Konferenco sta otvorila rektor UP prof. Dragan Marušič in vodja Slovenskega centra za raziskovanje samomora, prof. Diego De Leo. Slednji je poudaril pomembnost povezovanja strokovnjakov iz različnih področij z namenom raziskovanja, preprečevanja in destigmatizacije samomora: "Samomor je vse prej kot dolgočasna tema. Ni le domena psihologov, zdravnikov, filozofov, antropologov ... temveč je tako široka in kompleksna, da zajema vse te aspekte."

Z namenom izčrpane predstavitve aktualnih tem v suicidologiji in spodbujanja diskusije med sodelujočimi je bilo povabljen manjše število uglednih strokovnjakov s področja suicidologije iz celega sveta. Naslovili so teme vezane na raziskovanje in preprečevanje samomorilnega vedenja ter na težave, s katerimi se ob tem soočamo. Prvi dan je bila pozornost namenjena mednarodnim preventivnim programom, pomenu samomora in posledicam, s katerimi se soočajo žalujoči. Drugi dan pa je bilo v ospredju biološko in socialno tveganje ter zaščitni dejavniki samomorilnega vedenja ter klinično delo z mladimi in ostarelimi.

Profesor Ulrich Hegerl, iz oddelka za psihiatrijo in psihoterapijo iz Leipzig Univerze, je predstavil projekte Evropskega združenja proti depresiji (EAAD; European Alliance Against Depression). Glavni namen združenja je spodbujanje javnega zdravja, izobraževanje in skrb za depresivne ter preprečevanje samomorov z uvedbo skupnostno osnovanih intervencijskih programov. Poudaril je, da je skrb za depresivne pomemben element v preventivi samomora, saj je 90 % žrtev samomora trpelo za psihiatrično motnjo, od tega 30–87 % za depresijo. Ocenjenih 18,4 milijonov Evropejcev trpi zaradi depresije. Praksa kaže, da so najbolj učinkovite intervencije tiste, ki zavzemajo različne ravni delovanja. Združenje je zato vpeljalo skupnostno osnovane intervencije na štirih ravneh: (1) vključevanje in izobraževanje strokovnjakov, (2) informiranje javnosti, (3) sodelovanje s posredniki (duhovniki, učitelji, policijo, mediji) ter (4) nudenje pomoči pacientom in njihovim bližnjim. Omenjene intervencije so se v poskusnih regijah v 10 evropskih državah izkazale kot zelo uspešne, zato so v namen njihovega širjenja osnovali dva nova projekta: OSPI in PREDI-NU. Projekt OSPI (Optimizing Suicide Prevention programs and their Implementation in Europe) je namenjen optimizaciji programov za preventivo samomorov in njihovo implementacijo v Evropi. Ta projekt deluje na štirih že omenjenih ravneh, z dodatno ravno omejevanja dostopa do smrtonosnih sredstev. PREDI-NU (Preventing Depression and Improving Awareness through Networking in the EU) je financiran s strani Evropske Unije v okviru zdravstvenega programa. Prizadeva si prispevati k spodbujanju duševnega zdravja ter preprečevanju depresije in samomorilnosti, z (1) vpeljevanjem internetnih programov za samopomoč za

*Naslov/Address: Alja Lah, Gabrje 93, 1356 Dobrova, e-mail: alja_l@yahoo.com



mlade in odrasle z lažjo depresijo (iFightDepression.com) ter (2) povečanjem osveščenosti o depresiji. Ob koncu svoje predstavitve je profesor Hegerl izpostavil zanimivo idejo, da je pri preventivi samomorilnega vedenja potrebno osredotočanje na depresijo, ko se obračamo na splošno javnost, vendar močan poudarek na samomorilnost, ko se obračamo na strokovnjake.

Vanda Scott, vodja organizacijskega razvoja v združenju IASP (International Association for Suicide Prevention), je predstavila sodelovalne pristope k preventivi samomora na treh nivojih: lokalnem, nacionalnem in mednarodnem. Sodelovala je pri razvoju svetovne mreže agencij za preventivo samomora, ki pripomorejo k povečanju sodelovanja med strokovnjaki za duševno zdravje in prostovoljci. Na primeru Indije je slikovito prikazala, kako poteka razvoj preventivnega projekta od osnovne ideje do lokalnih akcij in s kakšnimi težavami se pri tem soočajo. Poudarila je tri pomembne elemente za uspešno delo v lokalnih skupnostih: sodelovanje, povezanost in zaupanje.

Profesor Robert Oravec, psihiater v Psihiatrični bolnišnici Ormož, je predstavil diskurzivno teorijo samomorilnega vedenja, v okviru katere lahko razumemo samomor kot proces, ki poteka po določenih korakih in vsebuje sprejemanje ideje o smrti in izginotju. Diskurzivni proces samomora naj bi spremenil perspektivo samomorilnega posameznika, ki ni zmožen zadržati dualnosti med "notranjim" in "zunanjim". Rešitev zanj bi bila sprememba perspektive na tak način, da zopet lahko vidi dualnost v sebi in jo sprejme. Profesor Oravec je

teorijo potrdil s pomočjo preučevanja večletnih pogovorov in zapisov samomorilnih posameznikov na forumu za samomorilnost.

Dr. Annette Erlangsen, iz centra za mentalno zdravje Copenhagen, raziskuje skupine ljudi s povečanim tveganjem za samomorilno vedenje, kot so ostareli, brezdomci, ljudje z duševnimi boleznimi, žaljuči po samomoru ter preživeli po poskusu samomora. Govorila je o doživljanju posameznikov, ki so izgubili bližnjega zaradi samomora in predstavila izsledke raziskave o posledicah izgube bližnjega zaradi samomora. Na Danskem je raziskovalcem dostopen podatkovni register medicinskih in psihiatričnih stikov ter izdanih receptov vseh prebivalcev Danske, kar omogoča izvajanje obsežnih populacijskih študij. Dr. Erlangsen je s pomočjo teh podatkov v raziskavi ugotovila, da je veliko večja verjetnost depresije ali samomora v družini posameznikov, kjer se je poskus ali samomor v preteklosti že zgodil. To je med drugim dobro vodilo za usmerjanje programov za preventivo samomora ter identifikacijo posameznikov, ki so izpostavljeni večjemu tveganju za samomorilno vedenje.

Profesor Kees van Heeringen, iz oddelka za psihiatrijo in medicinsko psihologijo Gent Univerze v Belgiji, je strokovnjak za kognitivno nevropsihiatrijo, nevropsihologijo in funkcijsko slikanje možganov. Predstavil je najnovejše raziskave povezav med možganskimi disfunkcijami in razvojem samomorilnega vedenja. Po modelu samomorilnega vedenja imenovanem "Cry of pain model" je glavna motivacija za samomor pri

depresivnih posameznikov doživljanje nevzdržno bolečega emocionalnega stanja, kateremu ne vidijo konca. Pri tem izpostavljajo tri značilnosti: (1) občutljivost za socialni stres – zaznavanje sebe kot “poraženca”, (2) zmanjšana sposobnost reševanja problemov - nesposobnost videnja izhoda ali preteklih uspešnih rešitev, (3) brezupnost – nesposobnost videnja izboljšanja ali rešitve v prihodnosti. Funkcionalno slikanje možganov je, pri samomorilnih posameznikih, pokazalo večjo aktivnost področij povezanih s temi značilnostmi. Ugotovitve pridobljene s pomočjo nuklearne in magnetne resonance kažejo na možno povezavo fronto-cingulo-striatalne mreže s samomorilnim vedenjem. Spremembe v prefrontalnem-striatalnem omrežju bi lahko bile povezane s spremembami v pripisovanju vrednosti dražljajem in možnim posledicam, ki v procesu odločanja lahko privedejo do izbire takojšnje nagrade (npr. ustaviti duševne bolečine) namesto abstraktne in odložene nagrade (npr. upanje za boljšo prihodnost). Profesor je ironično zaključil, da sta anatomsko in socialna povezanost na nek način sorodni, saj obe pripomoreta k zdravim mrežam za preprečevanje samomora.

Dr. Thomas Niederkrotenthaler na Dunaju raziskuje učinek medijev na samomorilno vedenje. Predstavlja najnovejše ugotovitve o povezavi med poročanjem medijev o samomorih in samomorilnim vedenjem. Že dolgo je znano, da medijsko poročanje o samomorih lahko sproži nadaljnje samomore (ang. *copycat suicides*), zaradi t. i. posnemovalnega oziroma Wertherjevega

učinka, ki so ga prvič opazili po objavi Goethejeve novele *Trpljenje mladega Wertherja* leta 1774. Nevarnost učinka se poveča z nekaterimi značilnostmi poročanja: medijska poročila o samomorih so senzacionalistična z besedo samomor v naslovu; podrobno je opisana metoda in kraj samomora; socialne okoliščine, identiteta in motivi so prikazani ganljivo; samomor je prikazan romantično in slavljen kot edini izhod; žrtev je javno pomemben človek. Ekipi raziskovalcev Dr. Niederkrotenthalerja je, v nedavno objavljeni študiji, prvič uspelo dokazati, da se lahko pojavi tudi nasproten učinek. Medijsko poročanje o ljudeh, ki so uspešno rešili krizne situacije brez samomorilnega vedenja, je povezano z zmanjšanjem samomorilnosti v tednu po objavi članka. Raziskovalci so učinek poimenovali Papagenov učinek po Mozartovi *Čarobni piščali*, v kateri Papageno v zadnjem trenutku premaga samomorilno krizo. Papagenov učinek se poveča z določenim načinom poročanja medijev: samomor je prikazan kot posledica bolezni, ki bi lahko bila uspešno zdravljena; predstavljeno je alternativno reševanje problemov; navedeni so kontakti za pomoč; predstavljeno je ozadje depresije in način strokovne pomoči. Ugotovitve te raziskave kažejo na pomembnost vključevanja medijev v načrtovanje preventive samomorilnega vedenja.

Profesor Alan Apter, pedopsihiater in direktor psihiatričnega oddelka za mladostnike v Izraelu, je predstavil obsežen pregled epidemiologije, preventive, teorij in raziskav samomorilnega vedenja v adolescenci. Na začetku je izpostavil, da je samomor vodilni vzrok smrti v



adolescenci, poskusi samomora pa so najpogostejši razlog za iskanje psihiatrične oskrbe. Pri ženskah so pogostejši poskusi samomora, pri moških pa je več smrtnih izidov. Čeprav pri tej starosti poskusi redko napovedujejo kasnejši samomor, so skoraj vedno povezani z duševno motnjo. Podrobno je predstavil interpersonalno teorijo samomora, ki jo je preveril z raziskavo. Zaznavno breme, pomanjkanje pripadnosti in pridobljena sposobnost so po teoriji dejavniki tveganja za samomor. Psihopatologija ponotranjanja skupaj z njimi še dodatno povečuje tveganje. Raziskava je pokazala, da slabi vrstniški medosebni odnosi pomembno napovedujejo samomorilno vedenje, medtem ko odnosi s starši ne. Medosebne težave v splošnem napovedujejo tveganje za samomorilno vedenje preko njihovega vpliva na simptome ponotranjanja, ne pa direktno. Izsledki raziskave podpirajo dve možni poti do samomorilnega vedenja v adolescenci. Prva pot vsebuje težave v medosebnih odnosih, motnje ponotranjanja (npr. depresija, anksioznost) in samomorilne misli. Druga pot pa vsebuje motnje pozunanjanja ali impulzivnost ter visoko tvegano vedenje ali narcizem. Nadalje obstajajo trije sklopi osebnostnih značilnosti, ki se povezujejo s samomorilnim vedenjem: (1) narcisizem, perfekcionizem in nezmožnost toleriranja neuspeha, (2) impulzivnost in agresivnost v kombinaciji s preobčutljivostjo, (3) brezup povezan z depresijo. Na koncu je izpostavil, da je nezmožnost komunikacije ali prošnje za pomoč (bodisi zaradi introvertiranosti ali ponosa) pomemben dejavnik smrtnosti ter potencialna strategija v preventivi samomora. Ta pa mora vključevati tudi zgodnje odkrivanje in zdravljenje otroških motenj ponotranjanja.

Profesor Diego De Leo, eden vodilnih strokovnjakov v suicidologiji, je naslovil vprašanje klinične pomoči ostarelim s samomorilnim vedenjem. Poudaril je, da je pri pacientih v krizi potrebno identificirati takojšnje tveganje za samomor, kasneje pa je potrebno paziti na prihodnje tveganje za samomor. Identifikacija tveganja je velikokrat odvisna od lastne presoje, izkušenj in intuicije, kar je seveda precej subjektivno in ne pripelje vedno do točnih napovedi. Po drugi strani pa tudi bolj objektivne metode ne prinesejo vedno najboljših rezultatov, ker pacienti nimajo motivacije za reševanje vprašalnikov. Standardno presejanje za tveganje za samomor je precej uspešna metoda, ki na različne načine preverja: (1) samomorilne misli, (2) pretekle poskuse samomora, (3) konflikte ali druge stresorje, kot so izgube, kronične bolezni ali bolečine, (4) trenutno socialno izolacijo, (5) specifičen plan za samomor, (6) zaznane varovalne dejavnike in (7) navidezno umiritev po depresiji ali agitaciji, ki je lahko znak odločitve za samomor. Izpostavil je zanimiv podatek, da se 50 % posameznikov za samomor odloči v manj kot 20 minutah. Za konec je poudaril pomembnost skrbi za paciente in temeljite klinične intervencije, ki je po njegovem mnenju boljša od vsakega vprašalnika.

Po dveh dneh odličnih predavanj in diskusij na konferenci sem dobila občutek, da bi bilo samomorilnega vedenja veliko manj, če bi bilo več povezanosti, sodelovanja in zaupanja. Tako med strokovnjaki iz

različnih področij kot med ljudmi na splošno, še posebej pa med posamezniki z visokim tveganjem za samomor. Vendar pa je samomor pogosto še vedno tabu tema, kateri se splošna javnost izogiba, med drugim tudi zaradi mita, da lahko s pogovorom o samomoru daš nekomu idejo za samomor. Ravno tako, se temi izogibajo strokovnjaki, ki so o samomorilnosti bolje poučeni, a nimajo razjasnenih lastnih stališč do samomora. Na koncu ostanejo samo še posamezniki potrebni pomoči, ki bi se nadvse radi z nekom odprto in iskreno pogovorili o svojih občutjih in samomorilnih mislih. Na žalost pa ne najdejo veliko takih, ki bi bili pripravljene z zanimanjem in brez sodbe vprašati ter slišati odgovor, kakršenkoli že je. S tem v mislih bi rada pohvalila in se iskreno zahvalila ekipi Triple i za odlično organizirano in izpeljano konferenco, s katero so odstrili še delček te izmikajoče teme.

*Prispelo: 16.6.2013
Sprejeto: 17.6.2013*



Model supervizirane prakse psihologov

Vlasta Zabukovec in Anja Podlessek



Univerza v Ljubljani
Filozofska fakulteta
Ljubljana, 2010



Drago Žagar

DIDAKTIKA PSIHOLOGIJE V SREDNJEM IZOBRAŽEVANJU





UNIVERSITY OF LJUBLJANA
FILOZOFSKA
FAKULTETA

Darja Kobal Grum
Janez Musek

PERSPEKTIVE MOTIVACIJE



Navodilo avtorjem prispevkov

Opredelitev prispevkov

V Psiholoških obzorjih so objavljeni prispevki, napisani v slovenskem ali angleškem jeziku (izjemoma, po presoji uredniškega sveta, še v kakšnem drugem svetovnem jeziku). Znanstveni in strokovni prispevki morajo biti napisani v jedrnatem, razumljivem, jasnem in logičnem ter jezikovno ustreznem slogu. Avtorji morajo sami poskrbeti za jezikovno lekturo prispevkov. *Empirični članek* avtor napiše kot poročilo o raziskavi. Vsebovati mora vse značilne dele, ki odlikujejo korake raziskovalnega procesa: *uvod, metodo* (s podpoglavji *udeleženci, pripomočki oziroma inštrumenti ter postopek*), *rezultate, razpravo in literaturo*. *Za teoretski članek* se predvideva, da v podrobnostih preuči in kritično analizira določene modele ali teorije. Empirični podatki so predstavljeni le, če so v neposredni zvezi s teorijo. *Pregledni članek* kritično ovrednoti na različnih mestih že objavljene prispevke. Značilni deli preglednega članka so opredelitev in razlaga problema, povzetek predhodnih raziskav, pojasnitev medsebojnih odnosov, protislovij, pomanjkljivosti in na koncu predlogi za nadaljnje raziskovanje.

Struktura prispevka

Prispevek mora vsebovati v slovenskem in angleškem jeziku napisane: *naslov* prispevka, *ključne besede* (okrog pet), ki najbolje opredeljujejo vsebino, in *povzetek* prispevka, ki vsebuje bistvene informacije o prispevku. Povzetek naj obsega do 300 besed (če je članek po dogovoru napisan v katerem od drugih svetovnih jezikov, morajo biti navedene informacije v tem, a tudi nujno v slovenskem in angleškem jeziku). V besedilu naj (zaradi postopka slepe recenzije) ne bo navedeno ime in/ali naslov avtorjev.

Empirični prispevek naj v nadaljevanju sledi naslednjim splošnim pravilom:

1. Uvodni del ne sme biti preobširen, vendar mora ponuditi glavno teoretično ali konceptualno ogrodje, v katerega je vpet raziskovalni problem.
2. Raziskovalni problem mora biti jasno formuliran, predstavljati mora logično nadaljevanje uvodnega dela prispevka. Problem mora biti relevanten in v zastavljeni obliki še neraziskan. Poudarjeno mora biti, katere nove dileme odpira.
3. Raziskovalne hipoteze in spremenljivke morajo biti operacionalizirane in postopki opazovanja in merjenja morajo biti natančno opisani. Kratek, a natančen opis izbire udeležencev, uporabljenih psiholoških inštrumentov in raziskovalnega načrta je nujen.
4. Uporabo statističnih postopkov in rezultate morajo avtorji opisati s potrebno natančnostjo. Tabele morajo vsebovati le nujne informacije. Če je potrebno, so podrobnosti lahko predstavljene v dodatku (prilogi).
5. Razprava in interpretacija izsledkov se mora nanašati na znane koncepte in teorije, ne glede na to, ali jih dobljeni rezultati podpirajo ali ne.
6. Trditve ali dognanja drugih avtorjev so v besedilu potrjena z referenco. Na koncu prispevka je priložen seznam literature, na katero se besedilo sklicuje.

Za druge vrste sestavkov se ta struktura ustrežno in smiselno prilagodi.

Tehnična navodila za predložitev prispevkov

APA standardi

Oblika poslanih rokopisov naj sledi standardom in priporočilom, opisanim v priročniku za pisanje raziskovalnih poročil, ki ga je izdalo ameriško združenje psihologov (APA Publication Manual, 5. izd., 2001). Vsak rokopis, ki bo prispel v objavo v revijo Psihološka obzorja, ki bo ustrezal tehničnim (oblikovnim) zahtevam in bo sodil v okvir "namena in ciljev revije", bo po postopku dvojne slepe recenzije poslan v oceno dvema kompetentnima ocenjevalcema.

Oblikovni izgled

Avtorji besedilo prispevka pripravijo v enem od standardnih računalniških programov za obdelavo besedil (npr. Word za Windows) in ga shranijo v datoteki standardnega formata, npr. .doc ali .docx. Besedilo naj bo napisano z dvovrstičnim ali 1,5 vrstičnim razmikom, z razločnimi naslovi, podnaslovi in oštevilčenimi stranmi. Napisano naj bo z eno osnovnih oblik pisave (Times Roman, Arial, Helvetica, Courier) velikosti 12, besedilo naj bo levo poravnano. Začetki odstavkov naj ne bodo umaknjeni navznoter, pač pa naj bo pred vsakim novim odstavkom, naslovom, podnaslovom, predvidenim mestom za sliko ali tabelo vrinjena prazna vrstica. Prispevek naj ne bo daljši od dveh avtorskih pol (32 strani po 32 vrstic z okoli 60 znaki v vrstici oziroma 60.000 znakov, vključno z razmiki).

Tabele, slike, opombe

Za vsako tabelo in sliko mora biti v prispevku nakazano približno mesto, kjer je predvidena (npr. 'vstaviti sliko 1' ali 'vstaviti tabelo 1'). Tabel in slik avtorji ne vstavljajo v besedilo, pač pa jih pripravijo v ločeni datoteki, v katero najprej vstavijo vse tabele in nato vse slike, vsak prikaz na svoji strani (če je potrebno, lahko slike shranijo tudi v več ločenih datotekah).

Zaporedna številka slike in besedilo, ki sliko opisuje, naj bosta v besedilo vstavljena takoj za mestom, kjer je označen predvideni položaj slike (npr. najprej v svoji vrstici podamo informacijo: 'vstaviti sliko 1', pod njo pa ime in za piko naslov slike: 'Slika 1. Odnos med X in Y ...'). Slike morajo biti izdelane brezhibno in z dovolj velikimi črkami, številkami in ostalimi znaki (nabora Arial ali podobno), ki omogočajo pomanjševanje brez večje izgube preglednosti. Avtorji ne uporabljajo barv, pač pa, če je potrebno, različne dobro razločljive raste, sivine in/ali vzorce. Avtorji naj grafe v datoteko s tabelaričnimi in grafičnimi prikazi prilepijo v taki obliki, da jih bo možno urejati v izvornem programu (npr. Excelov grafičnik naj prilepijo kot predmet in ne kot sliko ali metadatoteko). Fotografije z visoko ločljivostjo (> 300 dpi) naj bodo shranjene v kar najboljši kvaliteti grafičnega formata JPG, TIF ali PNG. Sheme in diagrami naj bodo iz izvornega programa prilepljene v datoteko kot predmet, izjemoma kot slike navedenih grafičnih formatov z visoko ločljivostjo. V primeru posebnih zahtev (npr. pri uporabi manj običajnih programov za generiranje slik ali če se določene slike ne da izdelati računalniško), naj se avtorji o načinu priprave slik predhodno posvetujejo s tehničnim urednikom revije (e-naslov: luka.komidar@ff.uni-lj.si).

Tabele naj bodo natipkane z enojnim razmikom. Nad tabelo naj bo (v datoteki s tabelaričnimi in slikovnimi prikazi) izpisana zaporedna številka tabele in za piko njen naslov (npr. Tabela 1. *Korelacije med ...*). Tabela mora biti informativna brez posebnega sklicevanja na besedilo, torej opremljena s potrebnimi informacijami in po potrebi z opombami. Avtorji se v besedilu sklicujejo na sliko ali tabelo (npr. z

‘glej sliko 1’, ‘v tabeli 2’ ...), saj prikaz ne bo nujno na mestu, ki ga je predvidel avtor.

V poglavju o rezultatih naj bo isti podatek vedno prikazan le enkrat. Avtorji naj se odločijo, kateri način (slika, tabela ali prikaz v vezanem besedilu) je najbolj primeren in informativen. Opombe pod črto naj bodo vključene v prispevek le izjemoma.

Citiranje, literatura

Uporabljene reference drugih avtorjev naj bodo v besedilu citirane po harvardskem sistemu: npr. Rostohar (1952) ali (Rostohar, 1952). Kadar je citiranih več avtorjev, so navedeni v abecednem redu, npr. (Bujas, 1953; Rostohar, 1952; Trstenjak, 1953). Citati posameznih referenc so ločeni s podpičjem, npr. (Petrič, 1970; Petrovič, 1969). Kadar sta citirano delo napisala dva avtorja, se ves čas v prispevku navaja priimka obeh avtorjev (npr. Schutz in Gessaroli, 1993). Kadar so citirano delo napisali trije, štirje ali pet avtorjev, so pri prvem citiranju vedno navedena imena vseh soavtorjev, npr. (Toličič, Šebek, Pečjak in Zorman, 1957), pri morebitnih naslednjih citatih pa le ime prvega avtorja, za druge pa je dodano le “idr.”; drugi citat bi se tako glasil (Toličič idr., 1957). Kadar je citirano delo napisalo šest avtorjev ali več, se v vsem prispevku navaja le ime prvega avtorja in doda “idr.”. Kadar je citiranih več del istega avtorja, napisanih v istem letu, so letnicam dodane male črke po abecednem redu, npr. (Peršič, 1968a, 1968b).

V seznamu literature na koncu prispevka so navedena po abecednem redu avtorjev (in brez zaporednih števil) vsa v besedilu citirana dela (in samo ta). Celoten seznam literature mora biti napisan v skladu z APA standardi citiranja. Pri navedbi vira so vedno izpisana imena vseh avtorjev prispevka, ne glede na to, koliko jih je.

Navedki prispevkov v revijah morajo vsebovati priimek avtorjev, začetnice imena, leto izdaje, naslov prispevka, polno (neokrajšano) ime revije (v poševnem tisku), letnik (v poševnem tisku), če se v vsakem zvezku znotraj istega letnika števílo strani začne z 1, tudi števílko zvezka (v oklepaju, stičnim z letnikom, v navadnem tisku), in navedbo strani, na katerih je natisnjen prispevek (pri tem uporabljamo pomišljaj –, ne vezaj –). Paziti je potrebno na ločila, ki ločijo posamezne enote navedka. Primer navedbe:

Plomin, R. in Caspi, A. (1998). DNA and personality. *European Journal of Personality*, 12, 387–407.

Navedba avtorske knjige vsebuje priimek avtorjev, začetnice imena, leto izdaje, naslov knjige (v poševnem tisku), kraj izdaje in založbo. Primer navedbe:

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford: Oxford University Press.

Navedba poglavja avtorja v knjigi z urednikom vsebuje priimek avtorjev, začetnice imena, leto izdaje, naslov poglavja v knjigi, začetnice imena ter priimek urednikov, označbo, da gre za urednike, naslov knjige (v poševnem tisku), strani, na katerih je natisnjeno poglavje, kraj izdaje in založbo. Primer navedbe:

Schutz, R. W. in Gessaroli, M. E. (1993). Use, misuse and disuse of psychometrics in sport psychology research. V R. N. Singer, M. Murphey in L. K. Tennant (ur.), *Handbook of research in sport psychology* (str. 901–917). New York: Macmillan.

Vsaka navedba prispevka, katerega naslov ni v angleščini, mora imeti v seznamu referenc v oglasem oklepaju (v enakem tisku kot naslov prispevka) dodan tudi angleški prevod naslova prispevka. Primera navedbe:

Pogačnik, V. (1995). *Pojmovanje inteligentnosti [Conceptions of intelligence]*. Radovljica: Didakta.

Tušak, M. (1998). Barvne preference, simbolika barv in osebnost [Colour preferences, colour symbolism and personality]. *Psihološka obzorja*, 7(4), 67–79.

Oddajanje prispevkov

Avtorji besedilo in druge dele prispevka pripravijo v elektronski obliki. Datoteke, ki naj bodo poimenovane s priimkom prvega avtorja in dodano specifično oznako (npr. novak-besedilo.doc; novak-tabeleslike.doc), avtorji pošljejo glavnemu in odgovornemu uredniku na elektronski naslov luka.komidar@ff.uni-lj.si.

Ob prvem pošiljanju prispevka avtorji pripravijo dodatno datoteko (npr. novak-kontaktinpodatki.doc) z osnovnimi podatki o prispevku in avtorjih: izpišejo naslov prispevka, ime in priimek avtorjev, strokovne nazive, ime inštitucije, v kateri so zaposleni (v slovenščini in angleščini), in natančen naslov tistega avtorja, s katerim bo uredništvo revije komuniciralo (tudi elektronski naslov, števílko telefona in, če je možno, telefaksa ter URL naslov).

Če bo potrebno (npr. v primeru, da prispevek vsebuje veliko simbolov, ki jih računalniki recenzentov ne bi ustrezno interpretirali, ali v primeru, da recenzenti želijo pregledovati natisnjeno obliko prispevka), bo urednik naknadno zaprosil še za natisnjeno obliko prispevka.

Po končanem redakcijskem postopku in strokovnih recenzijah bo avtor prejel recenziji prispevka in kratko mnenje urednika glede sprejetja besedila v objavo. V primeru, da je prispevek sprejet v objavo, avtorji upoštevajo vse prejete pripombe, popravke in sugestije ter pripravijo končno verzijo prispevka. V končni verziji naj bo prva stran besedila takoj za naslovom prispevka dopolnjena še z imenom in priimkom avtorjev, imenom in krajem inštitucije, kontaktnimi podatki in morebitnimi dodatnimi informacijami o financerju študije, o tem, da je bil prispevek predstavljen na kakšnem od kongresov, ali zahvalo. Za angleškim naslovom naj bodo dodani imena in priimki avtorjev ter ime, kraj in država njihovih institucij v angleščini.

Avtorji tudi končno verzijo prispevka oddajo glavnemu in odgovornemu uredniku v elektronski obliki. Če je potrebno, natisnejo en izvod prispevka in ga pošljejo na naslov urednika (v tem primeru bodo tipkopis in slike mesec dni po objavi uničeni, če avtorji ne bodo posebej pisno zahtevali vrnitve originalnih gradiv).

Zaključne opombe

Poslana končna verzija rokopisa pomeni tudi potrditev avtorjev, da prispevek v enaki ali podobni obliki ni bil objavljen v kateri drugi domači ali tuji publikaciji in da tudi v bodoče ne bo brez poprejšnjega soglasja izdajatelja Psiholoških obzorij. S spletnih strani <http://psy.ff.uni-lj.si/i/Guests/Obzorja/Avtorjem/avtorjem.html> avtorji natisnejo, izpolnijo in podpišejo Obrazec za odstop avtorskih pravic ter ga po navadni pošti pošljejo uredniku. Uredniški odbor, uredniški svet ter izdajatelj ne prevzemata odgovornosti za strokovna mnenja in trditve oziroma zaključke, ki so jih podali avtorji v posameznih prispevkih.

Instructions for Authors

Papers should be written either in Slovenian or English language (occasionally, the Scientific Board might also accept for publication papers in other languages). Scientific and technical papers should be written in economic, intelligible, clear and concise style. An *empirical paper* should report original research, presenting all the standard elements of scientific investigation (introduction, method — including *participants, instruments* and *procedure* - results, discussion, references). A *theoretic paper* is expected to examine in detail and critically analyse selected models and/or theories, and empirical data are described only if they are directly related to the theory. A *review paper* is expected to evaluate previously published work and it is typically composed of the following sections: problem definition, summary of previous research, explanation of subject matter inter-relations, contradictions, problems, and suggestions for further research. *Meta-analytic study* is a particular type of article, based on the established meta-analysis methodology, comparing different empirical investigations addressing a common problem.

The manuscript must contain the English and Slovenian version of the *title, keywords* (about five, defining the contents) and *abstract* in up to 300 words (the authors that do not speak Slovene should ask the Editor for help). If the paper is written in some other world language, the title, keywords, and abstract must be provided in that language in addition to the English and Slovenian version.

A typical empirical paper should be written in accordance with the following guidelines:

1. Introduction should not be too extensive, yet it should provide the necessary conceptual framework.
2. The problem should be clearly and consistently defined, following logically from the introduction. It should be of sufficient relevance and novelty, whereby the new dilemmas opened should be emphasised.
3. Research hypotheses and variables of interest should be concisely defined; the observation and measurement procedures should be precisely described. A short but accurate description of psychological instruments applied and of the methodology in general (research design, selection of participants) is mandatory.
4. Application of statistical techniques should be described in sufficient detail. The tables and figures may only contain essential information (if necessary, details can be presented separately in appendix).
5. Discussion and interpretation of the findings should refer to the established concepts and theories, regardless of whether they are supported by the findings or not.

The Editorial and Scientific Board assume no responsibility for the expert opinions, claims, and conclusions stated by the authors in their papers.

Technical Aspects of Manuscript Preparation

The manuscripts should be prepared in accordance with the *APA Publication Manual* (Fifth Edition, 2001). Each manuscript, meeting the technical standards and falling within the aims and scope of the journal, will be subject to double-blind review by two reviewers.

The manuscript must be typeset in a standard font (Times Roman, Arial, Helvetica, or Courier, 12 pt size), with left justification and double spacing. Titles and subtitles must be clearly indicated and pages must be numbered (no other header/footer information is allowed). The paragraphs must not be indented and they must be separated by a blank line. The paper should normally not exceed 32 standard pages (32 rows by 60 characters) in length. The main text, without author(s) name(s) and institution(s), should be saved in a .doc or .rtf file (e.g., in MS Word – if non-Windows software is used, the author must perform the necessary conversion to assure seamless operation on the Windows platform). Tables and figures should not be included in the text (but indicate their position). They should be added as separate files in a standard graphics format (EPS, JPG, PDF, PS, BMP, GIF, TIF etc.). Another separate file must be added containing the basic information on the paper – name(s) of the author(s), title(s), institution(s), title of the paper and exact address of the author the Editorial Board will contact for further correspondence (including telephone number, fax number, e-mail address, home page URL if possible etc.). The files should be named by the first author's surname and a short description of the file (e.g. socan-text.doc, socan-figure1.jpg, socan-about_authors.doc). All the files should be sent by e-mail to luka.komidar@ff.uni-lj.si.

On request, the printed version (three copies) of the manuscript should be sent to Editor-in-Chief. Each table and/or figure with the proper caption should be provided on a separate sheet. Provide figures in camera-ready format without excessively small details. The manuscript will be destroyed one month after publication unless the author submits a request in writing for the originals to be returned to her/him.

After editorial consideration and review process a copy of the manuscript will be returned to the author together with the two reviews and editorial opinion on acceptability. In case the manuscript is accepted for publication, the author must take into account all the suggestions (including language and style changes) while preparing the final version. For all other aspects of the final version the instructions for the initial version apply, except that the authors' names and institutions should be added into the text and contact information should be added in a footnote. Additional information on funding and/or congress presentation and acknowledgements should be entered in a footnote, which will be attached to the paper's title.

Submission of the final version implies author's declaration that the paper has not been published in any other Slovenian or foreign publication in its present (or similar) form. At the same time it implies author's consent that the paper or its parts can only be reproduced in any other publication by permission of the publisher of the Horizons of Psychology. The 'Consent to Publish & Transfer of Copyright' form available at <http://psy.ff.uni-lj.si/i/Guests/Obzorja/Instructions/instructions.html> should be printed, signed and posted to Editor-in-Chief.

For any additional correspondence please make use of e-mail (luka.komidar@ff.uni-lj.si).