

Noogene osebnostne značilnosti in prilagajanje

Robert Masten*

Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo, Ljubljana

Povzetek: Raziskava se nanaša na evalvacijo noogenih osebnostnih lastnosti mladostnikov na vojaškem usposabljanju v odnosu do števila simptomov psihičnih in psihosomatskih motenj pri teh mladostnikih. 107 nabornikov na sluzenju vojaškega roka je v prvem in v šestem mesecu po prihodu v vojsko reševalo vprašalnik, ki meri simptome psihičnih in psihosomatskih motenj. Ocenjeno je bilo tudi njihovo doživljanje smisla v življenju, vrednote in stališča do vojske. Ugotovljeno je bilo, da doživljanje smisla v življenju ločuje posameznike z različno izraženostjo simptomov psihičnih in psihosomatskih motenj. Posamezniki, ki življenje doživljajo kot manj smiselno, imajo več psihičnih težav po prihodu v vojsko kot tisti, ki življenje doživljajo kot bolj smiselno. Ocena razlik v izraženosti psihičnih in psihosomatskih motenj med prvim in drugim merjenjem je pokazala, da po preteku petih mesecev število simptomov pri večini ne upade. Pri dveh tretjinah nabornikov je število simptomov psihičnih motenj ostalo na enakem nivoju, pri slabi tretjini pa se je število simptomov povečalo. Skupina, kjer je nivo simptomatike po petih mesecih ostal enak, doživlja več smisla v življenju, ima bolj pozitivna stališča do vojske in je manj hedonistično usmerjena v primerjavi s skupinama, kjer je raven simptomatike bodisi narasla ali pa upadla. Rezultati so interpretirani v skladu s teoretično predpostavko o vlogi noogenih osebnostnih lastnosti kot mediatorskih spremenljivk pri prilagajanju na stresne okoliščine, v tem primeru na vojaško usposabljanje.

Ključne besede: simptomi, psihične motenje, noogene osebnostne lastnosti, prilagoditev

Noogenic psychological characteristics and adjustment

Robert Masten

University of Ljubljana, Department of psychology, Ljubljana, Slovenia

Abstract: The present article is concerned with noogenic personality characteristics of adolescents involved in military training in relation to psychic and psychosomatic symptoms. A selected sample of 107 conscripts was questioned regarding their psychical and psychosomatic symptoms in the first and in the sixth month of their military training. They were also questioned regarding personal meaning of life, as well as regarding their values and attitudes toward the army. Individuals maintaining their personal meaning of life, have less psychical and psychosomatic symptoms after coming to army than the others. The findings do not support the hypothesis that after five months of military training the number of symptoms decreases. In most participants the symptoms mostly remained at the same level after five months of training, for one third of respondents the number of symptoms increased significantly. In 9 % of military recruits number of symptoms decreased. The evaluation of differences in the number of symptoms between two assessments showed, that personal meaning, values and attitudes toward

*Naslov / address: asist. dr. Robert Masten, Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo, Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija, e-mail: robert.masten@ff.uni-lj.si

army discriminate the groups with different levels of adjustment to military service. Participants with the same level of symptoms after five months are less hedonistic, have more positive attitudes toward army and higher rates on meaning scales. The data are interpreted in the context of theory that adjustment to stressing life events is mediated by noogenic personality characteristics.

Key words: symptoms, mental disorders, noogene personality traits, adjustment

CC = 3210, 3800

Pogosto se zdi, da je vloga obremenitev konteksta pri nastanku patologije v psihologiji nekoliko potisnjena v stran. Menim, da je eden od razlogov za to tudi prevladujoče razmišljanje, ki včasih pretirano poudarja zgodnje otroštvo, kot odločilen etiološki dejavnik motenosti. Ti dejavniki so prevladujoči in bistveni le pri manjšem delu populacije, simptomi, ki kažejo na določeno stopnjo distresa, pa so pogosti. Klasifikacijsko-kategorialni diagnostični sistemi kot npr. DSM-IV opisujejo le tri vrste motenj, pogojene s situacijo (PTSD, akutna stresna reakcija in motnja prilagajanja).

Os IV v DSM-IV sicer natančneje opisuje vzroke težav, ki izhajajo iz psihosocialnega ali ekološkega okolja (težave s primarno socialno mrežo, s širšim socialnim okoljem, z izobraževanjem, z zaposlitvijo, z zdravstvenim varstvom, s kršitvami zakona, stanovanjske in ekonomske težave), toda ta del bi lahko bil glede na pomen, ki ga ima, bolj razdelan. Podobno tudi Stern (1985) meni, da zgodnji razvoj pri nastanku patologije nima nujno kvantitativno ali celo kvalitativno pomembnejšega vpliva na nastanek patologije kot kasnejši razvoj. Nastanek bolezni je rezultat celotne socializacije (Petzold, 1992a).

Najvažnejši dejavniki nastanka bolezni oz. simptomov te so pri odraslih povezani z aktualnimi situacijami, ne glede na to, da pri nekaterih posameznikih neugodni vplivi izvirajo iz otroštva, dobe odraščanja ali pa celo iz zgodnjega otroštva (Petzold, 1992a, 1993b). Patogeni dejavniki v življenju, tako odraslih kot tudi otrok in odraščajočih ljudi, se povezujejo s stresom (Asterita, 1985; Filipp, 1990; Katschnig, 1981; Nitsch, 1981; Selye, 1978; Van der Kolk, 1987; Van der Kolk, McFarlane in Weiszth, 1996; Vester, 1978). Npr., preobremenjenost in dalj časa trajajoče obremenitve obremenjujejo imunski sistem (Bennet in Cohen, 1993; Charey in dr., 1993), pospešujejo nastanek duševnih in psihosomatskih obolenj pri otrocih in odraslih (Arnold, 1990; Hafen in Frantzen, 1987; Hafen, Karren, Frantzen in Smith, 1996; Hobfoll, 1988; Lazarus in Folkman, 1984). Kronificiranje in prepogostost negativnih emocij in občutek preobremenjenosti lahko izzovejo somatska, psihična in psihosomatska obolenja (Traue, 1989; Van der Kolk, 1987) pa tudi socialna obolenja, kot npr. maligni "burnout" (Petzold, 1994). Skratka, psihofizični personalni sistem odraslega človeka karakterizirajo številni stresni dejavniki na tak način, da prihaja do distresa (Petzold, 1991). Kaže se povezanost med stresom v službi in boleznijo (Petzold, 1992a). Prav tako imajo patogeni vpliv preobremenitve v šoli (Petzold, 1968). Preobremenitev delavcev v terapevtski stanovanjski skupnosti za odvisnike se prav tako povezuje z obolenji (Vormann in

Heckmann, 1980). Različni dejavniki dednosti in okolja (npr. revščina, kronična preobremenjenost staršev, vojna, zlorabe), še posebej kombinacija več dejavnikov, povečujejo možnost psihičnih motenj, še posebej takrat, kadar ti trajajo dolgo časa in jih ni možno kompenzirati (Kagan, 1980).

Po drugi strani pa ozadja stresnih situacij, ki jih je v običajnem življenju, značilnem za zahodno kulturo, v izobilju, precej težko spreminjamo. Zato je toliko bolj pomembno, da manifestno stresno simptomatiko in z njo povezano stresno fiziologijo najprej diagnosticiramo. To vključuje prepoznavanje stresnih navad (Chronos, Loriaux in Gold, 1988), habitualiziranih vzrokov stresa (Galiszek, 1987), stresnih emocij (Kruse, 1985; Petzold, 1992b), disfunkcionalnega spoprijemanja s stresom ("stress coping") (Eliot, 1994) in tudi odvisnost od stresa (Van der Kolk, Greenberg, Boyd in Krystal, 1985).

Ker sta, kot rečeno, stresno vedenje organizma, ki se kaže v manifestnih stresnih simptomih, in stresna fiziologija dejavnika tveganja za nastanek bolezni, je potrebno stresne simptome zdraviti, oz. jih preprečevati. Npr. emocionalno zadovoljujoči in varni odnosi so v vseh življenjskih obdobjih najpomembnejši zaščitni dejavnik, hkrati pa so socialni odnosi dejavnik socializacije za učinkovito komunikacijo in sposobnost empatije (Crittenden, 1994; Lyons-Ruth, 1991; Petzold, 1993a). Pogosti manifestni stresni simptomi so npr. občutek napetosti, visok krvni tlak, motorični nemir, motnje spanja in prebave zaradi prekomernega vznburjenja in tudi otrplost, medlo odzivanje, anesteziranje pri prenizkem vznburjenju (anesteziranje, desenzibilizacija, samoanestezija). Stresna simptomatika sama po sebi povzroča stres prizadetemu in njegovi socialni mreži in jo je kot tako potrebno tudi obravnavati, to pomeni, soočiti se z aktualnimi posledicami simptomov.

Pričujoča raziskava se nanaša predvsem na simptome psihičnih in psihosomatskih motenj, ki izhajajo iz obremenitev konteksta (posameznikova socialna in ekološka resničnost) in manj iz kontinuuma (posameznikova časovno-zgodovinska perspektiva), s posebnim poudarkom na procesu prilagajanja. Razviden sklop stresorjev je prihod na vojaško usposabljanje, vendar je vprašanje, če ta stresor lahko pojmuje izolirano od preostalih stresorjev, ki temu lahko sledijo in niso bili posebej kontrolirani. Težave pri prilagajanju zajemajo tudi stresorje manjše intenzivnosti, za razliko od posttravmatske stresne motnje in akutne stresne motnje, kjer ima stresor, ki motnjo povzroči, visoko ali skrajno visoko intenzivnost. Za motnje prilagajanja je značilno, da se razvijejo kot klinično značilni emocionalni ali vedenjski simptomi glede na razvidno psihosocialno spremembo oz. stresorje v intervalu treh mesecev po nastopu stresorjev in izzvenijo najkasneje v roku šestih mesecev po prenehanju delovanja stresorjev. Potrebno je poudariti, da raziskava sicer govori o procesu prilagajanja, vendar se ne nanaša na motnje prilagajanja v smislu diagnoze v okviru klasifikacijsko-strukturalne diagnostike.

Na razvoj bolezni ali simptomov te lahko gledamo retrospektivno (zgodovinsko-kavzalno, z vzroki v preteklih dejavnikih), aspektivno (aktualno kavzalno, povezano z aktualnimi okoliščinami) in prospektivno (teleološko kavzalno, povezano s pričakovanji in atribucijami v prihodnosti) (Petzold, 1992a). Ker se vzročnost povezuje z motivacijo,

so vzroki oz. določeni življenjski dejavniki lahko motivacija za razvoj tako boleznih kot tudi zdravja. Aktualne obremenitve se lahko povezujejo s patološkimi reakcijami, lahko pa s potrebo po ravnotežju in mobilizirajo aktivnost v smeri zdravja. Anticipirani stres, strahovi in bojazen zaradi pričakovanj, ki segajo v prihodnost, lahko izzovejo bolezen ali pa telemotivacijo, torej motivacijo, ki se nanaša na bolj ali manj oddaljeno prihodnost, npr. v smislu "želim ozdraveti!" (Petzold, 1994). Zato je bilo prilagajanje obravnavano v odnosu do nekaterih noogenih (duh, gr. *noös*, ang. *Mind*, nem. *Geist*) osebnostnih značilnosti, ki imajo moderatorsko vlogo pri psihičnih procesih. Pri tem sem delno izhajal iz Franklove (1961), logoterapije, ki je v razumevanje človeka uvedel noetično dimenzijo oz. duhovno dimenzijo človeka (gr. *noös/razum*) kot navezavo na transcendenten in neodvisno od človeka obstoječ smisel.

Vendar se noogene osebnostne značilnosti ne nanašajo le na vprašanje občutenja smisla življenja. Duhovna (noogena) dimenzija človeka je celota vseh kognitivnih, reflektivnih, spominskih, predstavnih, ocenjujočih, estetskih in spiritualnih procesov, zato v to področje nenazadnje spadajo tudi produkti teh procesov, npr. ideje, filozofije, ideologije, teologije, religije, kulture itd. (Petzold, 1988). Izhajajoč iz tega pojmovanja noogenega je razvidno, da se ne našana le na kognicijo, ampak vsebuje vrednote, doživljanje smisla življenja, estetske vrednote, osebne življenjske filozofije, modrost, doživljanje kvalitete življenja. Ta aspekt človeka moramo pojmovati v kompleksni povezavi z drugimi aspekti (npr. psihičnim, socialnim, ekološkim, telesnim). Duhovno področje označuje oz. je zavedanje samo, ki ne more biti zgolj suhoparna reflektivnost, ampak ima vedno nek afektivni ton.

Zavedanje obstajanja in svojih duševnih stanj je funkcija zavesti, ki je temelj duhovnega aspekta človeka. Zavest pa je po definiciji intencionalna. Torej mišljenje, spoznavanje (gr. *noesis*) implicira predmet mišljenja (gr. *noema*). Ta dvojnost je vsebovana tudi v anglosaški literaturi humanističnih in eksistencialističnih teorij. Uporabljajo pojma *meaning* in *purpose*. Prvi se nanaša na koherenco predmeta mišljenja, drugi pa na intencijo, torej na iskanje smisla oz. po Yalomu (1980) na iskanje koherence. Predmet mišljenja se lahko nanaša na človeka samega, situacijo in njegov položaj v njej ali pa predmet presega okvire konkretne situacije. Zato je tudi vprašanje doživljanja smisla lahko vezano na različne referenčne okvire. To distinkcijo Petzold (1993a) zajame z delitvijo na horizontalni in vertikalni smisel. Pripisovanje pomena posameznim fenomenom, ki se jih zavemo, nam omogoča orientacijo v vsakdanjem življenju. Npr., tudi zdravje in bolezen sta doživeta izrazito subjektivno. Pomembno je, čemu posameznik pripisuje različne težave, ki jih doživlja. Tudi pripisovanje krivde je lahko način poskusa orientacije in ureditve kognitivne disonance pri razumevanju težav, ki jih ima posameznik. Nekdo, ki ne pozna vzroka težav, ki jih ima oz. ne ve čemu jih pripisovati, te drugače dojema, kot če te simptome pripisuje znanim razlogom (npr. prilagajanju na novo okolje). Iskanje »smisla« oz »vzroka« psihičnega ali psihosomatskega trpljenja predstavlja primer horizontalnega smisla. S horizontalnim smislom je mišljeno to, da posameznik najde novo orientacijo in ureditev svojemu doživljanju. Na smisel ne moremo gledati preveč enostavno kot na "enopomenski

vzrok" trpljenja. Smisel je termin, ki se nanaša na subjektivno izhodišče, kjer se začneja posameznikova naracija ali narativa. Smisel, ki ga povezujemo s posameznikom in njegovim subjektivnim doživljanjem svojega zdravja in bolezni, ni generalizirana filozofska kategorija, ampak subjektivno doživljanje zdravja in bolezni.

Tako opredeljen horizontalni smisel pa nas usmerja na vertikalni smisel, ki ni definiran s konkretnimi horizontalnimi strukturami. Prostor vertikalnega smisla je generativna matrica vseh možnih ureditev in smislov in s tem ultimativni prostor svobode. Vertikalni smisel je soroden Franklovemu pojmovanju smisla. Temu pa sem želel v raziskavi dodati dimenzijo horizontalnega smisla, katere del so tudi stališča in vrednote, ki se aktualizirajo oz. udejanijo v specifični situaciji. Vrednote so pomemben vidik horizontalnega smisla, ker je njihova funkcija glede na specifično situacijo (dilemo) regulativna, usmerjevalna in tudi integrativna. Vrednote so kognitivne reprezentacije motivov v obliki centralnih regulativnih struktur osebnosti, sentimentov jaza in nadjaza (Musek, 1993a). Vrednote so izraz zavestne, deklarativne presoje posameznika o tem, kaj se mu zdi prav in pomembno ter za kar si velja prizadevati in s tem duhovna značilnost, ki v največji meri določa človeka. Povezane so s stališči, saj so lahko izvor mnogim stališčem (Nastran Ule, 2000). Npr. svoboda je vrednota, ki opredeljuje stališča svobode do govora, gibanja, izbire življenjskega stila ipd. Vrednote oz. glavne vrednostne orientacije pridejo v poštev v specifičnih situacijah. Vrednostne orientacije so npr. "spoštovanje življenja", "preprečevanje zatiranja", "skrben odnos do okolja, do sočloveka", "partnerska zvestoba", "skrb za integriteto sočloveka, soljudi in okolja" (Petzold, 1978). Tako vertikalno kot horizontalno pojmovanje doživljanja smisla ima vpliv na dojetje realnosti in na spoprijemanje z zahtevami konkretnih situacij. Zato je upravičeno predvidevati, da je stopnja doživljanja smisla v življenju lahko dejavnik uspešnosti prilagajanja.

Raziskava se nanaša na vlogo doživljanja smisla v življenju, stališč in vrednostnih usmeritev pri prilagajanju na stresno življenjsko spremembo, konkretno na vojaško usposabljanje. To pomeni bistvene spremembe v individualno relevantnih socialnih mrežah, na ozadju obstoječih socialnih povezav (socialni kontekst) in bistveno omejitev svobode v restriktivnem okolju vojašnice (ekološki kontekst). Na tem ozadju so obravnavani individualni izrazi prilagajanja na to situacijo, ki se kaže na telesnem nivoju (kot somatske in psihosomatske težave – simptomi), na duševnem nivoju kot motnje (simptomi) v čustvovanju, motivaciji in voliciji in na duhovnem nivoju kot evalvacija situacije z eksistencialnega vidika kot vprašanja smiselnosti, eksistencialne frustracije in priložnosti za udejanjanje oz. prilagajanje s pomočjo stališčnih in vrednostnih usmeritev.

Raziskava želi predvsem odgovoriti na vprašanje, ali obravnavane noogene osebnostne lastnosti ločujejo nabornike glede na njihovo uspešnost prilagajanja na nov socialno-ekološki kontekst (prihod na vojaško usposabljanje). V zvezi s tem pa mora raziskava predhodno odgovoriti na vprašanje, kakšna sploh je dinamika simptomatike pri nabornikih v nekajmesečnem intervalu, torej v situaciji soočanja (po prihodu v vojsko) in prilagajanja (pred iztekom šestmesečnega obdobja po prihodu v vojsko) na

ново situacijo ter ali izbrane noogene osebnostne značilnosti ločujejo skupine glede na samo pojavljanje simptomov (za razliko od dinamike pojavljanja teh). V zvezi z zadnjim raziskava želi odgovoriti, kakšna je kvantiteta simptomatike po prihodu v vojsko v odnosu do noogenih osebnostnih lastnosti (vrednot, stališč, doživljanja smiselnosti, eksistencialne frustracije). Ob tem je potrebno dodati, da so bili udeleženci raziskave pred prihodom na vojaško usposabljanje psihološko pregledani in ocenjeni kot psihofizično sposobni za usposabljanje. To pomeni, da se raziskava nanaša na simptome motenj, ki so pogojeni s situacijo (kontekstom), saj so bili posamezniki, ki so imeli kakršnokoli diagnozo, predhodno izključeni iz raziskave.

Metoda

Hipoteze

- H₁ V šestem mesecu po prihodu v vojsko bodo imeli naborniki manj simptomov psihičnih motenj kot v prvem mesecu po prihodu v vojsko.
- H₂ Noogene osebnostne lastnosti ločujejo nabornike z različno izraženo simptomatiko v prvem mesecu po začetku vojaškega usposabljanja.
- H₃ Noogene osebnostne lastnosti ločujejo nabornike z različno uspešnostjo prilagajanja.

Udeleženci

Vzorec vključuje nabornike, ki so bili v času izvedbe raziskave na vojaškem usposabljanju in so prihajali iz vseh slovenskih regij. V raziskavo je bilo vključeno 107 nabornikov, od tega jih je bilo 65% starih od 19 do 20 let. Najmlajši udeleženec je bil star 18 let, najstarejši pa 28 let. Poprečna starost je znašala 20 let. Večina nabornikov je v času testiranja imela poklicno izobrazbo, druga najpogostejša pa je bila srednješolska izobrazba.

Uporabljena psihodiagnostična sredstva in spremenljivke

Belfast test (Giorgi, 1982). Belfast test sestavlja 20 trditev, ki se ocenijo na 5-stopenjski Likertovi lestvici. Pove, v kakšni meri posameznik, ki se znajde v situaciji, na katero nima vpliva, svoje življenje dojema kot smiselno (nasprotna temu je eksistencialna frustracija) in posameznikove težave pri uresničevanju kreativnih vrednot (alienacija), kar zajema situacije, na katere je možno vplivati in zato predstavljajo priložnost za aktualizacijo kreativnih vrednot z aktivno udeležbo v teh situacijah. Eksistencialna frustracija je izguba vrednot in smisla v življenju v situacijah, na katere ne moremo vplivati. Alienacija je brezvoljnost, vdaja v usodo v situacijah, kjer bi bilo možno vplivati na nastale situacije. V Belfast testu so torej vključene kreativne in stališčne vrednote,

kot jih opisuje Franklova logoterapija. Neodvisna spremenljivka kreativne vrednote je označena z okrajšavo »BELKREAT«, stališčne vrednote pa z okrajšavo »BELSTAL«. *Logo test* (Lukas, 1986). Apliciran je bil modificiran vprašalnik Logo test (Lukas, 1986). Vprašalnik Logo test se nanaša na doživljanje smisla v življenju (prvi del) in na eksistencialno frustracijo (drugi del), oboje izhajajoč iz Franklove (1961) definicije teh pojmov. Popravljen in apliciran sta bila prva dva dela vprašalnika, ki ju sestavlja 22 postavk, ki so ocenjene na 7 stopenjski lestvici. Modifikacija vprašalnika se nanaša na dejstvo, da so nekatere postavke Logo testa dvoumne zaradi neenoznanih delov povedi. Npr., vprašanji 1 in 2 modificiranega vprašalnika izhajajo iz originalne postavke Logo 13. (npr. V zavetju doma, v družinskem krogu se dobro počutim, rad bi pripomogel k temu, da bi tudi otrokom omogočil ustrezno podlago.), ki je razdeljena na dve postavki: »V družinskem krogu se dobro počutim.«, ter »S kvalitetnim družinskim življenjem bi rad bi rad svojim otrokom dal trdno osnovo.«. Namen modifikacije vprašalnika je bil zmanjšati dvoumnost nekaterih postavk, ki zajemajo različne vsebine znotraj ene postavke in s tem izboljšati merske značilnosti vprašalnika. Zanesljivost tako popravljenih lestvice znaša $\alpha_{Cronbach} = 0,70$. Neodvisna spremenljivka je označena z okrajšavo »LTR«.

PIL test (Crumbaugh in Maholick, 1969). PIL test je stališčna lestvica, ki temelji na logoterapevtski teoretični usmeritvi. Meri Franklov koncept eksistencialnega vakuuma in posledično stopnjo, do katere posameznik občuti svoje življenje kot smiselno in nekemu ali nečemu namenjeno. Eksistencialni vakuum je oznaka za občutek praznine, ki se lahko kaže predvsem kot dolgočasje in lahko rezultira v eksistencialni frustraciji, če traja dalj časa. Eksistencialna frustracija je emocionalni odziv oz. korelat dolgočasja, ki lahko rezultira v noogeni nevrozi. Za noogeno nevrozo so značilni različni tipični simptomi nevroze skupaj z občutkom življenjskega nesmisla. Eksistencialni vakuum sam po sebi ni nevroza oz. nekaj "nenormalnega". Je stanje zmanjšane iniciativnosti posameznika, velikokrat v povezavi z moderno družbeno situacijo, ki v veliki meri determinira človeka, ga postavlja v fiksne vloge. Zato Frankl to nevrozo imenuje tudi kolektivna nevroza, ki je značilna za naš čas. Pri določenem delu "nevrotično predisponiranih" posameznikov se ta predisponiranost razvije v noogeno nevrozo, torej tako, kjer je v ospredju občutenje nesmisla v življenju. PIL je namenjen odkrivanju eksistencialne frustracije, ne pa diagnosticiranju noogene nevroze. Slednja zahteva klinično diagnostiko. Zanesljivost izračunana po metodi razpolovitve znaša $r = 0,81$, s Spearman-Brownovo korekturo popravljen na 0,90 (po Crumbaugh in Maholick, 1969). Neodvisna spremenljivka je označena z okrajšavo »PIL«.

Lestvica vrednot (Musek, 1993b). Lestvico sestavlja 54 vrednot, njihovo pomembnost mora preizkušaneec oceniti od 0 do 100 glede na to, koliko so zanj pomembne. Rezultati so bili interpretirani na osnovi štirih vrednostnih tipov (hedonski, potenčni, moralni, izpolnitveni, vrednostni tip). Zanesljivost lestvice, ki je bila izračunana na vzorcu 1890 preizkušancev obeh spolov in vseh starosti znaša $\alpha = 0,94$. Neodvisne spremenljivke,

ki se nanašajo na vrednote, so označene z naslednjimi okrajšavami: hedonski vrednostni tip z okrajšavo »HED«, potenčni vrednostni tip z okrajšavo »POT«, moralni vrednostni tip z okrajšavo »MOR«, izpolnitveni vrednostni tip z okrajšavo »IZP«.

Cornell Index 2 (Weider, Wolff, Brodman, Mittelman in Wachslar, 1984). Cornell Index 2 ali skrajšano Cor-nex 2 je bil razvit v namen hitre diagnostike večjega števila oseb (npr. v triažne namene v bolnišnicah, vojski, industriji, v znanstveno raziskovalne namene). Vprašalnik ima 10 področij, ki se nanašajo na različne vrste psihičnih in psihosomatskih motenj (v nadaljevanju je uporabljan skrajšan izraz "psihične motnje"). Rezultat predstavlja seštevek simptomov vseh lestvic. Zanesljivost je bila izračunana po Kuder-Richardsonovi metodi in znaša $r=0,95$. Simptomi psihičnih in psihosomatskih motenj so v raziskavi odvisna spremenljivka, označena z oznako »CEL«.

Stališča do vojske (Masten, 2003). Sestavlja jo 15 trditev, ki se nanašajo na vojsko in jih ocenjevalec oceni na 5-stopenjski lestvici. Zanesljivost po metodi Cronbach znaša $\alpha=0,78$. Neodvisna spremenljivka je označena z okrajšavo »STAL«.

Postopek

Naborniki, vključeni v raziskavo, so v prvem mesecu po prihodu v vojsko skupinsko izpolnjevali vprašalnik Cor-nex 2. Aplikacija instrumentarija je potekala skupinsko, v skupinah po 25 do 30 udeležencev. Raziskava je bila izvedena v letu 1999. Po preteku približno petih mesecev so naborniki ponovno izpolnili vprašalnik Cor-nex 2. Vse skupine oz. posamezniki so drugič izpolnjevali omenjeni vprašalnik znotraj intervala 6 mesecev. Pri prvi aplikaciji je sodeloval 301 nabornik, pri drugi aplikaciji Cor-nex-a 2 pa 107 nabornikov. Do zmanjšanja numerusa je prišlo zaradi nedostopnosti vseh posameznikov, ki so bili v prejšnjih fazah aplikacije še dostopni. V vmesnem obdobju, v povprečju približno po treh mesecih od prihoda v vojsko, so naborniki izpolnjevali instrumentarij, ki se nanaša na noogene osebnostne lastnosti (PIL-purpose in life test, LOGO test, Belfast test, MLV-Lestvica vrednot, Stališča o vojski).

Statistična obdelava

Najprej je bila izračunana opisna statistika in zanesljivosti lestvic. Na podlagi rezultatov, ki kažejo simptome psihičnih motenj (Cor-nex 2) je bil izračunan t -test parnih vzorcev, kjer je bila primerjana pojavnost simptomom po prihodu na vojaško usposabljanje in po preteku petih mesecev. Udeleženci so bili dvakrat razvrščeni v skupine s klustersko analizo (algoritem Ward, Evklidske razdalje), najprej glede na pojavnost simptomov psihičnih motenj po prihodu v vojsko in drugič glede na razliko med prvim in drugim merjenjem simptomov psihičnih motenj. Izračunana je bila enosmerna analiza variance (ANOVA), s katero je bila preverjena značilnost razlik med skupinami glede na različno dinamiko prilagajanja. Izračunani sta bili dve diskriminantni analizi in sicer

glede na skupine, definirane na osnovi pojavljanja psihičnih simptomov neposredno po prihodu na vojaško usposabljanje in glede na razlike v pojavljanju simptomov med prvim in drugim merjenjem.

Rezultati

Prikazani so le tisti izračuni, ki so ključni glede na raziskovalni problem. Npr. rezultati *t*-testa odvisnih vzorcev, deskriptivne statistike, enosmerne analize variance (ANOVA) in metode razvrščanja v skupine niso podrobno prikazani, prikazani pa so rezultati diskriminantne analize. Najprej je bilo potrebno definirati dinamiko gibanja simptomov psihičnih motenj med obema meritvama. *t*-test odvisnih vzorcev, s katerim je bila primerjana pojavnost simptomov psihičnih motenj med prvim in drugim merjenjem, je pokazal, da število simptomov med obema merjenjema ni statistično pomembno različno ($t = -0.675$, $df = 105$, $p = 0,501$). Absolutna vrednost seštevka simptomov pri drugem merjenju je celo večja kot absolutna vrednost seštevka simptomov pri prvem merjenju. To pomeni, da na splošnem nivoju, torej brez definiranja morebitnih podvzorcev, ni bilo možno raziskovati prilagajanja nabornikov na vojsko oz. natančneje rečeno, ne moremo raziskovati sprememb v izraženosti težav, ker sprememb ni bilo oz. so bile prisotne v manjši meri. Zato je bilo potrebno poiskati podvzorce s tipično dinamiko simptomov.

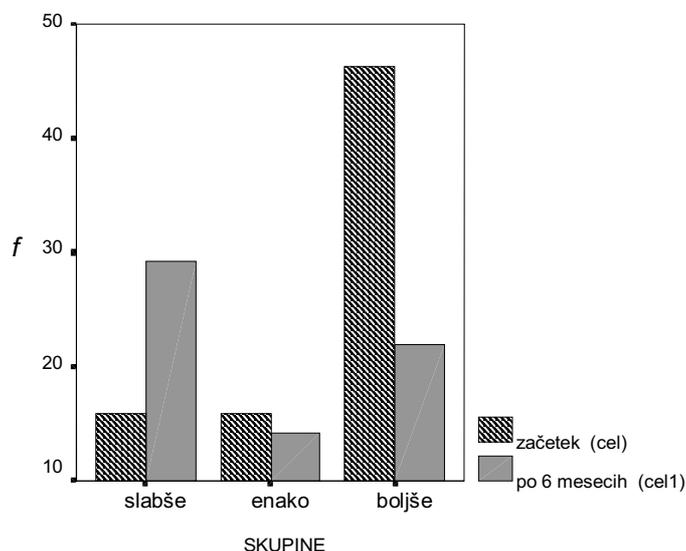
S pomočjo hierarhične metode razvrščanja v skupine so bile identificirane tri skupine, ki jasno razlikujejo nabornike glede na dinamiko simptomov psihičnih motenj:

1. skupino, kjer je bilo več simptomov motenosti pri drugem merjenju kot po prihodu v vojsko (teh je bilo 29 %)
2. skupino, kjer se simptomatika ni spreminjala (predstavljajo večino – 62 %) in
3. skupino, pri kateri se je število simptomov v drugem merjenju zmanjšalo (okrog 9 %).

Za lažjo orientacijo je dodana slika 1, ki kaže dinamiko sprememb v številu simptomov med merjenjema. Levi stolpci histograma prikazujejo rezultate merjenja neposredno po prihodu na vojaško usposabljanje, desni pa po nekaj mesecih. Analiza variance je pokazala, da so spremembe v številu simptomov statistično značilne ($F = 14,690$, $p = 0,000$).

Na osnovi povedanega lahko zaključimo, da moramo hipotezo 1 zavrniti, saj je do zmanjšanja simptomov psihičnih motenj prišlo le v majhnem deležu udeležencev (9 %), število simptomov je v glavnem ostalo nespremenjeno ali pa se je celo povečalo (takih primerov je bilo 29 %).

Neodvisne spremenljivke (noogene osebnostne značilnosti) lahko ločujejo specifično glede na to, kako so definirane skupine. Zato je sta bili izračunani diskriminantni analizi tako glede na pojavljanje simptomov po začetku usposabljanja kot tudi glede na dinamiko pojavljanja simptomov. Šele razlika v diskriminativnosti



Slika 1. Primerjava izraženosti psihičnih simptomov med prvim in drugim merjenjem v skupinah z različnim potekom izraženosti simptomov.

neodvisnih spremenljivk glede na različne pogoje definiranja skupin nam jasneje opredeli vlogo neodvisnih (neodvisnih) spremenljivk pri dinamiki pojavljanja simptomov. S hierarhično metodo razvrščanja, so se nakazovale štiri skupine glede na izraženost motenj po prihodu v vojsko, vendar sta bili definirani le dve skupini (skupina z malo simptomi - skupina "1" in skupina z veliko simptomi - skupina "2"), ker so si bile tri skupine podobne po visokem številu simptomov, ena pa je odstopala od teh z nizkim številom simptomov. Na ti dve skupini je bila izračunana diskriminantna analiza. Diskriminantna funkcija ti dve skupini statistično značilno ločuje (tabela 1).

V tabeli 2 vidimo, kakšni so vplivi oz. povezanost neodvisnih spremenljivk s skupinami z različno izraženo simptomatiko.

Pozitivna vrednost diskriminantne funkcije pomeni, da se bo posameznik uvrstil v skupino z malo simptomi (tabela 3). Spremenljivke, ki najbolj ločujejo skupine, ki so bile definirane glede na simptome psihičnih motenj po prihodu na vojaško usposabljanje, so doživljanje smisla v življenju (LTR, PIL in BELSTAL- stališčne vrednote). Skupin pa ne ločujejo stališča do vojske, vrednostne usmeritve ter preostali del Belfast testa (kreativne vrednote). Konkretno to pomeni, da so naborniki, ki so imeli po prihodu v vojsko več motenj (druga skupina), dosegali nižji rezultat na logo testu (LTR) in na

Tabela 1. Test enakosti centroidov skupin.

Test funkcije	Wilk's λ	χ^2	St. svobode	p
1	,821	19,77	9	,019

Tabela 2. Relativni vpliv prediktorjev na prvo funkcijsko vrednost (standardizirani koeficienti) in povezanost spremenljivk in prve funkcije (strukturna matrika).

	St. koef. kan. diskrim. fun.	Strukturna matrika
Logo test (LTR)	,623	,770
Smiselnost življenja (PIL)	,405	,702
Stališčne vr. (BELSTAL)	-,356	-,468
Kreativne vr. (BELKREAT)	,006	,230
Stališča do vojske	-,135	,130
Hedonistične vred. (HED)	,024	-,068
Potrditvene vred. (POT)	-,309	-,121
Moralne vrednote (MOR)	-,018	,204
Izpolnitvene vred. (IZP)	,236	,230

Tabela 3. Vrednost funkcij na centroidih.

Skupine glede na uspeh prilagajanja	Funkcija 1
Sk. 1 (malo simpt.)	,493
Sk. 2 (veliko simpt.)	-,433

testu življenjskega smisla (PIL). Na splošno se jim zdi življenje manj smiselno oz. so doživljali večjo stopnjo eksistencialne frustracije, ki je definirana kot občutek praznine, stanje zmanjšane iniciativnosti posameznika (Frankl, 1961). Hkrati pa ta rezultat potrjuje tudi lestvica »stališčnih vrednot« na Belfast testu (»BELSTAL«), ki je tudi definirana kot odraz eksistencialne frustracije in pri posameznikih z več simptomi kaže na to, da se ti težje orientirajo v situacijah, ki so izven dosega kontrole posameznika in nanje ne morejo vplivati. Na osnovi diskriminantne analize je bilo 64 % nabornikov pravilno uvrščenih v skupine z različnim številom simptomov psihičnih motenj. Diskriminantna funkcija, ki ločuje posameznike glede na izraženost psihičnih motenj, je pomembna, zato lahko potrdimo hipotezo H_3 . Neodvisne spremenljivke, ki se nanašajo na vrednote hedonistična (HED), samopotrditvena (POT), moralna (MOR) in izpolnitvena (IZP) vrednostna usmeritev in na stališča do vojske, skupin z različnim številom simptomov ne ločujejo. Tako preostalih delnih hipotez ne moremo potrditi.

Končno je bila izračunana tudi druga diskriminantna analiza, ki se nanaša na vprašanje vloge noogenih osebnostnih lastnosti pri prilagajanju. Zanimalo nas je, katere neodvisne spremenljivke – noogene osebnostne lastnosti, razlikujejo med tremi skupinami, definiranimi na osnovi različne dinamike simptomov med obema merjenjema. Statistično značilna je le prva diskriminantna funkcija (tabela 4).

Spremenljivke, ki najbolj ločujejo skupine, ki so bile definirane glede na dinamiko simptomov psihičnih motenj, so stopnja eksistencialne frustracije (spremenljivki LTR in PIL), stališča do vojske ter v hedonistična vrednostna usmeritev (HED) – tabela 5.

Tabela 4. Test enakosti centroidov treh skupin.

Test funkcij	Wilk's λ	χ^2	St. svobode	<i>p</i>
1 / 2	,734	30,67	18	,031
2	,932	6,96	8	,540

Tabela 5. Relativni vpliv prediktorjev na prvo funkcijsko vrednost (standardizirani koeficienti) in povezanost spremenljivk in prve funkcije (strukturna matrika).

	St. koef. kan. diskrim. fun.	Strukturna matrika
Logo test (LTR)	,144	,433
Smiselnost življenja (PIL)	,426	,453
Stališčne vr. (BELSTAL)	-,087	-,267
Kreativne vr. (BELKREAT)	-,281	-,082
Stališča do vojske	,723	,635
Hedonistične vred. (HED)	-,440	-,460
Potrditvene vred. (POT)	-,159	-,222
Moralne vrednote (MOR)	-,163	-,018
Izpolnitvene vred. (IZP)	,020	-,059

Tabela 6. Vrednost funkcij na centroidih.

Skupine glede na uspeh prilagajanja	Funkcija	
	1	2
Skupina 1	-,634	,251
Skupina 2	,399	-,011
Skupina 3	-,741	-,785

Višja kot je vrednost prve diskriminantne funkcije, večja je verjetnost, da bodo naborniki uvrščeni v skupino, kjer se izrazitost simptomatike ne spremeni (skupina 2) – centroid druge skupine je pozitiven. Nižji rezultat na diskriminantni funkciji pomeni, da bodo naborniki najbolj verjetno uvrščeni v skupini 1 ali 3 – centroida 1. in 3. skupine sta negativna (tabela 6). Najvišji rezultat na Logo testu (LTR) in testu doživljanja smisla v življenju (PIL) imajo tisti naborniki (skupina 2), pri katerih je nivo simptomov ostal enak. Skupina, kjer je število simptomov naraslo (skupina 1), ima višji povprečni rezultat na Logo testu (LTR) in testu doživljanja smisla v življenju (PIL), kot skupina (skupina 3), kjer je število simptomov upadlo. Naborniki, pri katerih je število simptomov med obema merjenjema ostalo na enakem nivoju, imajo bolj pozitivna stališča do vojske kot tisti naborniki, pri katerih se je število simptomov povečalo ali zmanjšalo. Med slednjima ni pomembnih razlik v stališčih do vojske. Rezultat, ki se nanaša na hedonistično vrednostno orientacijo v življenju (HED), je najnižji v skupini 2, kjer je nivo simptomov ostal nespremenjen. Rezultata »HED« sta v preostalih dveh skupinah

višja kot v skupini 2 in se medsebojno ne razlikujeta pomembno. Z noogenimi lastnostmi lahko pravilno napovemo razvrstitev 67 % nabornikov. S tem lahko delno potrdimo hipotezo H₃. Noogene osebnostne lastnosti, ki se nanašajo na preostale tri vrednostne orientacije (IZP, MOR, POT) in obe dimenziji vprašalnika Belfast, skupin z različnim načinom prilagajanja ne ločujejo.

Razprava

Pričujoča raziskava je bila izvedena v okolju, kjer so bili udeleženci izpostavljeni razvidnim stresnim okoliščinam oz. obremenitvam konteksta. Merili smo simptome psihičnih in psihosomatskih motenj, pri tem pa smo izhajali iz dejstva, da so bili udeleženci predhodno psihološko in zdravstveno pregledani. S tem so bili posamezniki, za katere je bila visoka stopnja simptomov značilna že pred izpostavljenostjo stresnim okoliščinam, predhodno izločeni. To predstavlja izhodišče za raziskovanje obremenitev, ki so v največji meri vezani na aktualne obremenitve udeležencev. Te so npr. prekinitev oz. bistvena omejitev stikov z domom, omejitev gibanja, 24-urni nadzor z omejitvijo intimnosti in zasebnosti, delovne obremenitve različnih vrst in zahtevnosti, fizični napor, omejitev možnosti zadovoljevanja fizioloških potreb, npr. spanja in tudi vprašanje smiselnosti služenja vojaškega roka. Zato je izbrani vzorec v dani situaciji praktično idealen za raziskovanje obremenitev okolja, npr. fenomena prilagajanja. Seveda pa je obstoj stresorja težko enoznačno definirati, saj ne moremo definirati prenehanje delovanja stresorja. Če pojmuje kot stresor vse, kar vojaki doživljajo na urjenju, potem je zgolj prihod v vojsko le začetek delovanja serije stresorjev, "uvertura pred koncertom".

Hierarhična metoda razvrščanja v skupine je pokazala, da večina nabornikov obdrži konstantno raven simptomatike (63 %). Tistih nabornikov, za katere so bili psihični in psihosomatski problemi značilni le za kratko obdobje po prihodu v vojsko, je najmanj (9 %). Bistvena ugotovitev je relativno velik delež nabornikov, pri katerih se število simptomov v času služenja vojaškega roka poveča. Torej na splošno o prilagoditvi na nove razmere ne moremo govoriti in s tem tudi ne o povezavi uspešnosti prilagajanja (zmanjšanja simptomov) in noogenih osebnostnih lastnosti. Preden te rezultate interpretiramo v kontekstu teoretičnih izhodišč raziskave, torej pretežno z vidika noogenih osebnostnih lastnosti, je potrebno spomniti, da je poravnavanje s stresom predvsem psihični regulativni mehanizem, ki pa v tej raziskavi ni bil kontroliran. Zato tudi interpretacija ne temelji na konceptih, ki natančneje opisujejo individualne stile spoprijemanja s stresom. Povezava noogenih osebnostnih značilnosti z različnimi stili spoprijemanja pa predstavlja izziv za nadaljno raziskovanje.

Torej, v teoretičnem okviru raziskave je splošna interpretacija tega dela rezultatov smiselna predvsem s širšega družbenega vidika. Menim, da so adolescenti v današnjem času bolj individualistično usmerjeni in manj pripadni skupinam. Življenjski izzivi odraščanja v modernem svetu so v času globalizacije in informacijske tehnologije

drugačni, kot so bili pred nekaj leti. Glavna naloga odraščajočega človeka je intenzivnejša individualizacija z jasnejšo identiteto, ki omogoča suvereno vstopanje v socialno izmenjavo z okoljem. Posameznik se mora hitro in učinkovito odločati, sicer njegova identiteta postane vsiljena "od zunaj". Vojaško usposabljanje je smiselno le, če predstavlja osebno izbiro. Sicer pa velja na splošno, da dokler ima človek življenjske projekte, ki so seveda stvar osebne izbire, toliko časa je njegovo življenje smiselno (Schmitz, Arnold, Jahn in Müller, 2000). Izvajanje projektov je lahko prekinjeno in prekinitev kontinuitete moti, ovira ali uniči posredovalno funkcijo doživljanja smisla.

To morda potrjuje tudi ugotovitev, da se pozitivna stališča do vojske povezujejo z uspešnejšim prilagajanjem nanjo. Potrjena je regulativna in usmerjevalna funkcija stališč v specifični situaciji, npr. pri obremenitvah vojaškega usposabljanja. Prav tako pa ima prilagoditveno vlogo tudi manj izrazita hedonistična vrednostna orientacija. Za vojaško usposabljanje je namreč značilna »določena stopnja neudobja«, ki ni moteča, če usmerjenost k udobju in uživanju ni izrazita. Poleg omenjenih vidikov horizontalnega smisla se z uspešnostjo prilagajanja povezuje tudi splošna stopnja doživljanja eksistencialne frustracije, ki pa ni specifičen dejavnik prilagajanja, ampak se povezuje tako z dinamičnim kot s statičnim vidikom pojavljanja psihičnih in psihosomatskih simptomov.

Vrednote in stališča so sama po sebi le potencialni viri (resursi) za uspešnost prilagajanja oz. spoprijemanja z življenjskimi izzivi. Vlogo imajo le takrat, kadar so aktualizirani, torej kadar v korespondenci z okoljem prevzamejo regulativno funkcijo. Težko kontroliramo, kdaj so bili določeni resursi aktualizirani, torej postavljeni v kontekst. In tudi, če se posameznik zaveda npr. svojih vrednot in njihove potencialne uporabnosti, ni nujno, da jih tudi uporabi. Številne raziskave kažejo, da obstaja razlika med deklarativnim izražanjem vrednot in vedenjem. Ajzen in Fishbein (1977) sta ugotovila, da vrednote in stališča vplivajo na vedenjske namere, ki so le eden od pogojev za določeno vedenje. Preostali dejavniki so potrebe, metaodločitve, konflikti med vrednotami, prejšnje vedenje in samorefleksija (Musek, 1993). Vrednote so po definiciji bolj stabilne kot stališča in presegajo specifične situacije (Schwartz in Bilsky, 1987). Menim, da je tudi za aktualizacijo vrednot v procesu prilagajanja potreben določen čas in da je tudi to lahko razlog, da se vrednote ne povezujejo z izrazitostjo simptomov psihičnih motenj neposredno po prihodu na služenje vojaškega roka.

Kot rečeno, stopnja eksistencialne frustracije, ki so jo doživljali vojaki na po prihodu na vojaško usposabljanje ločuje skupine z različno izraženostjo psihičnih in psihosomatskih simptomov po začetku usposabljanja in prav tako skupine z različnim potekom te simptomatike. Višja stopnja doživljanja smisla v življenju se povezuje z manjšim številom simptomov psihičnih in psihosomatskih motenj. Ti rezultati se skladajo z rezultati nekaterih drugih raziskav. Thompson (1985) navaja, da obstaja pozitivna povezanost med aktivnim spoprijemanjem z obremenilnimi situacijami in doživljanjem smisla. Leibrich je s sodelavci (1992) raziskoval strategije poravnavanja ("coping") bolnikov z AIDS-om in ugotovil, da imajo bolniki z zadovoljivo socialno in poklicno

situacijo, z večjo stopnjo doživljanja smisla v življenju ter z bolj pozitivno naravnostjo do svoje situacije učinkovitejše strategije poravnavanja. Buschmann in Gamsjäger (1999) ter Schmitz in Hauke (1999) ugotavljajo, da ima doživljanje smisla v življenju blažilen učinek pri problemu izgorevanja učiteljev. Tudi številne druge raziskave (npr. Emmons, Colby in Kaiser, 1998; Korotkov, 1998; Sommer in Baumeister, 1998), poročajo o pozitivni povezanosti doživljanja smisla v življenju in učinkovitostjo spoprijemanja s stresnimi življenjskimi okoliščinami.

Lahko opazimo, da se s statičnim vidikom pojavljanja simptomov povezuje stališčna vrednostna orientacija, ki se nanaša na situacije »neizogibnega trpljenja«. To pomeni da ta orientacija ločuje skupine z manj in več simptomi samo po prihodu na usposabljanje, na dinamiko poteka simptomov pa nima vpliva. To morda kaže na to, da obstaja določena stopnja projekcije v situacijo začetka usposabljanja v smislu »neizogibnega zla«, ki pa se kasneje izkaže kot pretirana in kot taka nima vpliva na prilagajanje. Prav tako kot ga nima drugi del Belfast testa (Giorgi, 1982), ki se nanaša na družbene situacije, kjer je možno nanje vplivati (odsotnost alienacije). To pa seveda tudi ni značilnost vojaškega okolja.

Raziskava potrjuje domneve, da imajo noogene osebnostne značilnosti vlogo pri prilagajanju. In sicer se s splošnim doživljanjem smisla (odsotnostjo eksistencialne frustracije) povezuje manjša izraženost psihičnih in psihosomatskih simptomov. To je dobro izhodišče za uspešnejše prilagajanje, vendar se v tem primeru poveča tudi vloga tako imenovanega horizontalnega smisla, ki je bolj vezan na specifične situacije in manj neposredno na splošno doživljanje življenja.

Izvedba raziskave sega kar precej v preteklost (raziskava je bila izvedena leta 1999). Takrat je bil še aktualen naborniški sistem. Avtor raziskave, ki je bil v tem času zaposlen v vojski, je želel združiti interes za s kontekstom pogojene dejavnike patoloških odzivov posameznika in situacijo, ki je to omogočala. Poleg tega pa tudi interes za vpliv specifično človeških in zelo individualiziranih sistemov – noogenih osebnostnih značilnosti – na spoprijemanje z obremenitvami okolja. Glede na kompleksnost mehanizmov spoprijemanja s temi obremenitvami bi morala biti raziskava metodološko (vzorec, časovni interval merjenj, kontrola določenih vplivov okolja...) in vsebinsko (obravnavo dnevnih nevšečnosti, opredelitev stilov spoprijemanja s stresom, morda celo merjenje fizioloških in drugih korelatov...) še bolj razdelana. Vendar to v danih razmerah ni bilo mogoče. Raziskava predstavlja specifičen doprinos k razumevanju povezanosti noogenih osebnostnih značilnosti in obremenitev konteksta.

Poleg tega pa menim, da je ideja o vprašanju doživljanja smisla in pomena (Power in Brewin, 1997) kreativna ideja, ki povezuje različne psihološke usmeritve in kot taka obetavna osnova za raziskovanje povezanosti različnih vidikov človeka, ker je vprašanje zavedanja in zavesti resnično enkratno človeško vprašanje, na katerega znanost dandanes še ne zna odgovoriti.

Literatura

- Ajzen, I. in Fishbein, M. (1977). Attitude-behaviour relations: A theoretical analyses and review of empirical research. *Psychological Bulletin*, 81, 888-918.
- Arnold, E. (1990). *Childhood stress*. New York: Wiley.
- Asterita, M.F. (1985). *The psychobiology of stress*. New York: Human Sciences Press.
- Bennet, I. in Cohen, H. (1993). Stress and immunity in humans: A meta-analytic review. *Psychosomatic Medicine*, 55, 364-379.
- Buschmann, I. in Gamsjäger, E. (1999). Determinanten des Lehrer-Burnout. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 46 (4), 281-292.
- Charey, D.S., Deutsch, A.Y., Krystal, J.H., Southwick, S.M. in Davis, M. (1993). Psychologic mechanisms of post-traumatic stress disorder, *Archives of General Psychiatry*, 50, 294-305.
- Chronosos, G.P., Loriaux, L.D. in Gold, P.W. (1988). *Mechanisms of physical and emotional stress*. New York: Plenum.
- Crittenden, P.M. (1994). Peering into the black-box: an exploratory treatise on the development of the self in children. V D. Chichetti in S.L. Troth (ur.), *Disorders and disfunctions of the self, Rochester Symposium on developmental psychotherapy* (str. 23-65). New York: University of Rochester Press.
- Crumbaugh, C.J. in Maholick, L.T. (1969). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 12, 200-207.
- Eliot, R.S. (1994). *From stress to strenght*. New York: Bantom Book.
- Emmons, R.A., Colby, P.M. in Kaiser, H.A. (1998). When losses lead to gains: Personal goals and the recovery of meaning. V T.P. Wong in P.S. Fry. (ur.), *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications* (str. 163-178). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Filipp, S.H. (1990). *Kritische Lebensereignisse*. München: Urban in Schwarzenberg.
- Frankl, V.E. (1961). Logotherapy and Challenge of Suffering. V K. Hoeller (ur.), *Readings in Existential Psychology in Psychiatry* (str. 63-67). New Jersey: Humanities Press.
- Galiszek, A.G. (1987). *Breaking the stress habit*. Winston-Salem, NC: Carolina Press.
- Giorgi, B. Jr. (1982). The Belfast test: A new Psychometric Approach to Logotherapy. International Forum for Logotherapy, Vol. 5, No. 1, Spring/Summer.
- Hafen, B.Q. in Frandsen, K.J. (1987). *People need people: The importance relationship to health and wellness*. Evergreen, CO: Cordillera Press.
- Hafen, B.Q., Karren, K.J., Frandsen, K.J. in Smith, N.L. (1996). *Mind, body, health*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Hobfoll, S.E. (1988). *The ecology of stress*. New York: Hemisphere.
- Kagan, J. (1980). *Constancy and change in human development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Katschnig, H. (ur.) (1981). *Sozialer Stress und psychische Erkrankung*. München: Urban in Schwarzenberg.
- Korotkov, D. (1998). The sense of coherence: Making sense out of chaos. V T.P. Wong in P.S. Fry (ur.), *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications* (str. 51-70). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Kruse, O. (1985). *Emotionsdynamik und Psychotherapie*. Weinheim: Beltz.

- Lazarus, R.S. in Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Leibrich, P., Engeter, M., Schumacher, K., Harrer, T., Kalden, J. in Olbrich, E. (1992). Problem und Krankheitsbewältigung bei HIV-positiven. *AIDS-Forschung*, 7, 575-583.
- Lukas, E. (1986). *Logo-test*. Wien: Deuticke.
- Lyons-Ruth, K. (1991). Reapproachment or approachment, Mahler's theory reconsidered from the vantage point of recent research in early attachment relationship. *Psychoanalytic Psychology*, 8, 1-23.
- Masten, R. (2003). *Psihične motnje in noogene osebnostne značilnosti [Symptoms of psychological disorders and noogenic personality characteristics]*. (Neobjavljena doktorska disertacija [Unpublished PhD dissertation]). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.
- Musek, J. (1993a). Duhovna kriza, vrednote in psihologija [Spiritual crisis, values and psychology]. *Psihološka obzorja / Horizons of Psychology*, 2 (3-4), 123-141.
- Musek, J. (1993b). *Osebnost in vrednote [Personality and values]*. Ljubljana: Educy.
- Nastran Ule, M. (2000). *Temelji socialne psihologije [Fundamentals of social psychology]*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Nitsch, J.R. (1981). *Stress. Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen*. Bern: Huber.
- Petzold, H.G. (1968). Überforderungserlebnis und nostalgische Reaktion als pädagogisches Problem an Auslandsschulen. *Der deutsche Lehrer im Ausland*, 1, 2-9.
- Petzold, H.G. (1978). Das Ko-respondenzmodell in der Integrativen Agogik. *Integrative Therapie*, 1, 21-58.
- Petzold, H.G. (1988). Therapie und Integration (uvodnik). *Integrative Therapie*, 4, 88, 259-268.
- Petzold, H.G. (1991). *Krisen der Helfer – Überforderung, zeittextendierte Belastung und Burnout: prispavek na simpoziju "Krisenintervention Heute"*, 25.-26. oktober 1991. Bern: Inselspital, Kinderklinik.
- Petzold, H.G. (1992a). *Integrative Therapie: Modelle, Theorien und Methoden für eine schulenübergreifende Psychotherapie*, 2. Klinische Theorie. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Petzold, H.G. (1992b). *Konzepte zu einer integrativen Emotionstheorie und zur emotionalen Differenzierungsarbeit als Thymopraktik*. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Petzold, H.G. (1993a). *Integrative Therapie: Modelle, Theorien und Methoden für eine schulenübergreifende Psychotherapie*, 3. Klinische Praxeologie. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Petzold, H.G. (1993b). *Psychotherapie und Babyforschung*. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Petzold, H.G. (1994). *Psychotherapie und Babyforschung, Bd. 2: Die Kraft liebevoller Blicke*. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Power, M. in Brewin, R. (ur.) (1997). *The transformation of meaning in Psychological Therapies: Integrating theory and Practice*. Chichester: Wiley.
- Schmitz, E., Arnold, M., Jahn, R. in Müller, J. (2000). Persönliche Sinnstruktur und die Bewältigung kritischer Lebensereignisse. *Integrative Therapie*, 4, 451-470.
- Schmitz, E. in Hauke, G. (1999). Sinnerfahrung, innere Langeweile und die Modi der Stressverarbeitung. *Integrative Therapie*, 25 (1), 42-63.
- Swartz, S.H. in Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychological structure of human values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3 (53), 550-562.

- Selye, H. (1978). *The stress of Life*. New York: McGraw-Hill.
- Sommer, K.L. in Baumeister, R.F. (1998). The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives. V T.P. Wong in P.S. Fry. (ur.), *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and applications* (str. 143-162). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Stern, D.N. (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
- Thompson, S.C. (1985). Finding positive meaning in a stressful event and coping. *Basic and Applied Social Psychology*, 6 (4), 279-295.
- Traue, H.C. (1989). *Gefühlausdruck, Hemmung und Muskelpannung unter sozialem Stress*. Göttingen: Hogrefe.
- Van der Kolk, B.A. (1987). *Psychological Trauma*. Washington, DC: Psychology Press.
- Van der Kolk, B.A., Greenberg, M., Boyd, H. in Krystal, J. (1985). Inescapable shock, neurotransmitters, and addiction to trauma: Toward a psychobiology of post traumatic stress. *Biological Psychiatry*, 20 (3), 314-325.
- Van der Kolk, B.A., McFarlane, A.C. in Weisćth, L. (1996). *Traumatic stress*. New York: Guilford Press.
- Vester, F. (1978). *Phänomenon Stress*. München: Taschenbuchausgabe.
- Weider, A., Wolff, H.G., Brodman, K., Mittelmann, B. in Wachsler, D. (1984). *Cor-nex 2 priročnik [Cor-nex 2 Manual]*. Ljubljana: Zavod R Slovenije za varstvo pri delu, Center za psihologijo prometa.
- Yalom, D.I. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.