

Razlike v oceni stila navezanosti, samopodobe in osebne čvrstosti pri poročenih in ločenih ženskah

Andreja Poljanec^{1} in Barbara Šömen²*
¹*Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana*
²*Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana, Ljubljana*

Povzetek: Namen raziskave je bil ugotoviti razlike v oceni stila navezanosti splošne samopodobe in osebne čvrstosti pri poročenih in ločenih ženskah. V vzorcu 102 udeleženk je bilo 40 poročenih žensk, ki obiskujejo Skupino za zakonce v krizi po metodi RDT (Relacijsko družinska terapija), 26 ločenih žensk, ki obiskujejo Skupino za razporečene po metodi RDT ter 28 poročenih žensk in 8 ločenih žensk, ki ne obiskujejo omenjenih skupin. Udeleženke so odgovarjale na prirejen vprašalnik samopodobe - SPA za oceno samopodobe (Musitu, Garcia, Gutierrez, Krajnc in Pečjak, 1998), Kobasin vprašalnik osebne čvrstosti (Kobasa in Maddi, 1979, po Lamovec, 1994b) ter Bartholomew-jev vprašalnik stila navezanosti (Bartholomew in Horowitz, 1991, po Kobal, 2001). Poročene ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin, imajo višjo družinsko samopodobo od ločenih žensk, ki obiskujejo Skupino za razporečene po metodi RDT. Ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin, imajo višjo splošno samopodobo od žensk, ki te skupine obiskujejo.

Ključne besede: samopodoba, osebna čvrstost, navezanost, razvoj v odraslosti, partnerski odnosi, ločitev, ženske

Differences in the assessment of attachment style, general self-image and hardiness in married and divorced women

Andreja Poljanec¹ and Barbara Šömen²
¹*Franciscan Family Institute, Ljubljana, Slovenia*
²*The Education Centre for Deaf and Hard of Hearing Ljubljana, Ljubljana, Slovenia*

Abstract: This study aimed to assess and find differences in attachment style, the general self-image and hardiness in married and divorced women. The sample consisted of 102 participants: 40 married women attending Relational Family Therapy (RDT) Marriage Crisis Counselling Groups; 26 divorced women attending RDT Divorcee Groups; and 28 married and 8 divorced women who did not attend the groups mentioned. The participants completed a modified questionnaire for assessing self-image (Musitu, Garcia, Gutierrez, Krajnc in Pečjak, 1998), Kobasa's Hardiness Questionnaire (Kobasa in Maddi, 1979, as cited in Lamovec, 1994b), and Bartholomew's Attachment Style Questionnaire (Bartholomew in Horowitz, 1991, as cited in Kobal, 2001). Married women not attending the mentioned groups had a better family self-image than divorced women who attended RDT Divorcee Groups, and furthermore,

* Naslov / Address: Andreja Poljanec, Frančiškanski družinski inštitut, Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana, e-mail: andreja.poljanec@s5.net

women not attending the mentioned groups had a better general self-image than women attending the groups.

Key words: self-concept, hardiness, attachment, adult development, marital relations, divorce, women

CC = 3313

Navezanost

Pojem navezanosti je v psihoanalizo uvedel John Bowlby (1982). Opredelil jo je kot organsko psihološki pogoj za razvoj človeškega bitja in v najširšem pomenu pomeni sposobnost človeškega organizma, da vzpostavi in ohrani povezavo s tistimi bitji v svoji okolici, od katerih je odvisno njegovo preživetje. Njegova teorija navezanosti predstavlja koncept notranjih delovnih modelov – mentalnih reprezentacij pomembnih oseb in jaza. Te mentalne reprezentacije vplivajo na organizacijo prepričanj, čutenj in vedenj v kasnejših odnosih, so vodilo pri regulaciji afekta in vplivajo na oblikovanje samopodobe (Bowlby, prav tam). Stil navezanosti je povezan s posameznikovimi notranjimi modeli sebe in drugih. Ti notranji delovni modeli, ki se oblikujejo v zgodnjem otroštvu, vplivajo na posameznikove odnose tudi v kasnejših obdobjih življenja.

Model Relacijsko družinske terapije (RDT) predstavlja integracijo psiholoških paradigem razvoja (teorije interpersonalne psihoanalize, objekt-relacijske teorije, psihologije jaza in integrativnega sistemsko relacijskega modela) in tako poveže intrapsihične ter interpersonalne psihične mehanizme s sistemsko dinamiko. V raziskavi smo uporabili teoretična izhodišča RDT modela, ker proces oblikovanja navezanosti in samopodobe opisuje preko tesne soodvisnosti medosebnih odnosov in družinske sistemske dinamike (Gostečnik, 2004). Teoretiki in praktiki RDT (Cvetek, 2004; Cvetek, Kompan-Erzar, Erzar in Gostečnik, 2004; Gostečnik, 2004; Kompan-Erzar, 2003; Rožič, 2003) pojmujejo navezanost kot osnovno obliko jaza, ki je nastala v primarnem odnosu otrok-mati-oče. V tem primarnem odnosu se oblikuje celosten preplet vedenj in čutenj, ki otroku zagotavlja bližino odraslega, po možnosti vsaj enega od staršev (Praper, 1999) in ga vedno pripelje v bližino in stik z njim. Ima funkcijo varovanja otroka pred nevarnostmi ter razvoja sposobnosti za samoobrambo (Kompan-Erzar, 2003). Navezanost otroku omogoči, da se počuti čustveno potešenega in varnega (Erdman in Caffery, 2003, po Kompan-Erzar, 2003). Varnost in čustveno potešenost starši otroku zagotovijo s svojo čustveno odzivnostjo na njegove potrebe. Če starši zaradi svoje stiske, zakonskega konflikta ali drugačne nefunkcionalnosti te odzivnosti ne zmorejo, bodo z otrokom tudi kasneje težko vzpostavili stik (Kompan-Erzar, 2003). Kvaliteta navezanosti, ki jo je bil otrok deležen v zgodnjem razvojnem obdobju, kasneje v veliki meri vpliva na sposobnost za odnose nasploh (Praper, 1999).

Tipi navezanosti

Vrste navezanosti so odvisne od materine in očetove sposobnosti pristnega čustvenega stika s seboj, med seboj in v odnosu do otroka.

Ainsworthova (po Bowlby, 2003) navaja štiri tipe navezanosti, ki se izraziteje pokažejo v situaciji, ko je otrok v stiski ali v t. i. tuji situaciji:

- varna navezanost – zanjo je značilna fleksibilnost in neposrednost: otrok se aktivno vključuje v igro, išče kontakt, ko je v stiski; po krajši separaciji se hitro potolaži ter vrne k igri;
- ambivalentna navezanost – otrok se vključuje v igro, a je hkrati tudi ves čas pozoren na mamo oz. njeno dosegljivost, dostopnost; na mamin umik reagira s pretiranim strahom, se mame tesno oklepa, po mamini vrnitvi pa se težko potolaži;
- izogibajoča navezanost – otrok daje vtis, kot da ni pomembno, če je mati ob njem ali ne; fiziološki znaki stresa in stiske so visoki, vendar jih otrok ne izraža;
- dezorganizirana navezanost – otrok kaže veliko potrebo po stiku z mamo in zavračanje le-te hkrati; otrok zelo težko usmerja pozornost nase ali na okolico, se ne zmore zaigrati.

Mikulincer (1995) v svoji raziskavi o stilih navezanosti in mentalnih reprezentacijah jaza poroča o podobnih vedenjskih značilnostih pri odraslih z različnimi stili navezanosti, kot jih je pri otrocih opazovala Ainsworthova (2000, po Bowlby, 2003). Pozitiven pogled na življenje varno navezanim osebam omogoča, da se z življenjskimi problemi soočajo z optimizmom in občutkom uspešnosti. Sposobnost organizacije izkušenj v diferencirane kategorije jim omogoča, da stisko omejijo in tako preprečijo občutek tesnobe, negotovosti. Sposobni so raziskovati svoje močne in šibke točke ter si zato lahko postavljajo realistične cilje ter se fleksibilno prilagajajo morebitnim oviram. Ambivalentno navezane osebe imajo bolj negativno, manj kompleksno in manj integrirano strukturo jaza in jaz reprezentacij. Izkušnje zavrnitve in nesprejemanja s strani njim pomembnih oseb se neposredno odražajo v njihovi negativni samopodobi. Težave v regulaciji afekta se kažejo v visoki stopnji dostopnosti negativnih atributov jaza, ki pretirano vplivajo na organizacijo za jaz pomembnih informacij. Pogosto se lahko čutijo preplavljene z negativnimi mislimi in čutenji. Izogibajoče navezane osebe so kazale visoko pozitivno in diferencirano strukturo jaza, a nizko dostopnost do negativnih vidikov jaza in niso zaznale povezave med diferenciranimi deli jaza. Zadnje je po mnenju raziskovalca posledica t. i. nediferencirane obrambe, ki vključuje zanikanje negotovosti, podcenjevanje dogodkov, ki povzročajo bolečino, in potlačitev negativnih čustev ter spominov.

Pretekle raziskave so pokazale, da so različne izkušnje s starši v otroštvu pomembno povezane s stilom navezanosti v odraslosti (Tomec, 2005). Bylsma, Cozzarelli in Sumer (1997) ugotavljajo, da imajo varno in izogibajoče navezani višjo

samopodobo in se počutijo bolj kompetentne kot nevarno navezani. Pines (1999) navaja, da se pri odraslih intimnih odnosih znova sprožijo isti vedenjski odzivi in reakcije (npr. čustvena nefleksibilnost in preplavljenost z afektom pri ambivalentno navezanih osebah, čustvena neodzivnost pri izogibajoče navezanih osebah) navezanosti, kot jih je posameznik razvil pri letu in pol. Izbira partnerja, v katerega se lahko posameznik zaljubi, je najmočnejše pogojena s stilom navezanosti. Fraley (2002) je z metaanalizo že obstoječih longitudinalnih študij raziskoval stabilnost varne oz. ne-varne navezanosti. Ugotavlja, da je stopnja vpliva najzgodnejših izkušenj na stil navezanosti enaka tako pri dveh kot pri devetnajstih letih. Do razlik prihaja v primerih, ko so bile družine izpostavljene nestabilnosti, konfliktom in zlorabam: v teh primerih je bil stil navezanosti manj stabilen. Tudi Furman in Flanagan (1995) navajata srednje močno stabilnost tako v krajšem (štiri mesece) kot tudi daljšem (štiri leta) raziskovalnem obdobju.

Zgodnje navezave s pomembnimi osebami se ohranjajo preko mehanizmov projekcijske in introjekcijske identifikacije ter mehanizma kompulzivnega ponavljanja (Gostečnik, 1998). Ti štirje stili notranje organizacije jaza se prenašajo iz generacije v generacijo.

Cassidy (2000) ugotavlja, da izkušnja novih odnosov lahko odpre možnosti za nove tipe navezanosti, ki lahko vplivajo na spremembo delovnih modelov sebe in drugih. Tako lahko npr. izkušnje z bivšimi ali trenutnim partnerjem celo presežejo reprezentacije jaza, ki so pod vplivom posplošenih zgodnjih izkušenj v posameznikovem odnosu s starši. K spremembi delovnih modelov lahko prispeva tudi terapevtski odnos.

Feeney in Noller (1990) ugotavljata, da je stil navezanosti močno povezan s samopodobo. Tudi Stern (1985) na osnovi raziskav in kliničnih podatkov ugotavlja povezanost med stilom navezanosti in samopodobo. Primaren odnos s pomembnimi drugimi je torej tista dimenzija, ki pomembno vpliva na oblikovanje tako naših medosebnih odnosov kot na našo emocionalno in socialno samopodobo. Na ta način predstavlja osnoven okvir in matrico, v katero se zapisujejo tudi kasnejši odnosi, ki našo samopodobo dopolnjujejo in dograjujejo.

Samopodoba

Pojem samopodobe je leta 1890 prvi uporabil W. James in ga opredelil kot vse tisto, kar si oseba misli o sebi, da je, in tisto, kar si želi pokazati, da je (Musek, 1992).

Shavelson, Hubner in Stanton (1976, po Musitu, Garcia, Gutierrez, Krajnc in Pečjak, 1998) so razvili svoj model samopodobe. Model temelji na predpostavki, da je samopodoba posameznikova zaznava samega sebe, odvisna pa je od izkušenj s svojim okoljem in ocen, ki si jih pripisuje sam. Ta model vključuje sledeče dimenzije:

- čustveno, ki govori o posebnih emocionalnih stanjih;
- telesno, ki vključuje oceno telesne zmožnosti in zunanje podobe oziroma estetskih atributov;

- socialno, ki vključuje odnose z vrstniki in pomembnimi drugimi;
- akademsko, pri čemer imamo v mislih učni vidik in vključuje učne sposobnosti na različnih področjih.

Leta 1992 je Bracken razširil Shavelsonov model še na družinsko samopodobo in samopodobo kompetentnosti (Bracken, 1996, po Musitu in dr., 1998). *Družinska samopodoba* zajema sedanje občutke in vedenje posameznika v odnosu do primarne družine (Offer, 1962, po Lamovec, 1994a).

Luke, Maio in Carnelly (2004) v svoji raziskavi ugotavljajo pomembno povezanost zgodnjih izkušenj v odnosu z očetom in mamo ter posameznikove samopodobe.

Partnerski odnos v povezavi z navezanostjo in samopodobo

Zdrav partnerski odnos

K. Kompan-Erzar (2003) ugotavlja, da posameznik išče takega partnerja, ob katerem bo čutil, da je sprejet tak, kot je, torej – da so njegovi obrambni mehanizmi v odnosu ustrezni. Ko izbiramo partnerja, torej izbiramo nekoga, ki nas bo imel rad na znani način, to je tako, da sprejemanje njegove ljubezni od nas ne bo zahtevalo spremembe samopodobe. Privlačnost zaljubljenosti je prav v tem, da iz partnerjev izvabi zagotovilo, da bosta drug pri drugem sprejeta v celoti in da se jima ne bo treba soočati s težkimi čutenji, ki jih vsebuje njuna samopodoba in se jih skoraj ne zavedata. Lastnosti, ki sprva partnerja najbolj privlačijo, lahko kasneje postanejo izvor nasprotovanj, konfliktov in krivic (Gostečnik, 2003).

Zdrav partnerski odnos določa odprtost za ranljivost (biti ranljiv pred drugim) in vzdrževanje jasnih čustvenih meja v intimnem odnosu (Kompan-Erzar, 2003). Firestone (1999) opisuje naslednje lastnosti zdravega partnerskega odnosa:

- iskrenost in integriteta,
- spoštovanje drugega, svoboda,
- empatija in razumevanje drugega,
- odsotnost manipulacije, kontrole in ustrahovanja,
- zvestoba, fizična privlačnost.

Zdrav partnerski odnos pomeni stalen izziv nezavedne samopodobe obeh partnerjev in postopno spoznavanje te samopodobe. Prav samopodoba je področje, kjer se gradi posameznikova identiteta, kjer posameznik v sebi zavestno razvija prav tiste sposobnosti, ki ga bodo naredile bolj sposobnega sprejemanja in dajanja ljubezni.

Partnerski konflikt in ločitev

Partnerski konflikt je tisto polje bojev, ki najočitneje kaže na ranjenost, ki jo partnerja prinašata s seboj iz svojih izvornih družin. V bojih prevlade, skrivanja, ponovnega uprizarjanja čustvenih ali telesnih zlorab se zrcalijo zgodbe, ki sta jim bila zdaj sicer odrasla zakonca priča v svojem otroštvu. Vzdušje, polno tesnobe in bolečine, ju v partnerskem konfliktu navidez ohranja narazen, nezavedno pa ju povezuje s starimi, globoko usidranimi vzorci in tako dobesedno zavezuje. Gre za mehanizem uravnavanja bližine in intime med partnerjema. Konflikt je namreč tista dinamika, ki partnerja ohranja na varni distanci drug od drugega in pred samim seboj. V takem odnosu se ni potrebno soočiti z lastno ranljivostjo in bolečinami. Bes, jeza, strah, sram in krivda so tista čutenja, ki kot kopja padajo na površju partnerskega konflikta in hkrati kot ščit ohranjajo globoka in pristna čutenja varno na nedosegljivem. Hrepenenje po pristni bližini in odgovornost za lastna čutenja sta tisti vodili, ki partnerjema lahko pokažeta pot iz znanih, domačih tirov v iskanju nove smeri skupne rasti (Kompan-Erzar, 2001).

Nemalokrat je odnos tako prežet z zlorabo, da je prekinitev odnosa izhod iz bolečin in morda zadnja možnost, da posameznik končno tvega stik s svojimi čutenji ter zanje prevzame odgovornost. To seveda pogosto pomeni radikalno spremembo in tveganje začeti življenje tam, kjer se zdi, da ni znakov življenja – v stiku s samim seboj.

Ločitev v družini predstavlja enega od težjih prehodov iz originalne nuklearne družine v drugačno družinsko organizacijo. V času prehoda so prisotna močna čutenja izgube, krivde, nizkega samospoštovanja, anksioznosti glede varnosti v odnosih, močne jeze in občutki nemoči (Scharff in Scharff, 1987). Prvo občutje, ki ga zakonci izkusijo ob ločitvi, je šok. Preplavijo jih občutja groze, izdajstva, prevaranosti in zapuščenosti, na drugi strani pa tudi poraz in občutja krivde. Še težje je prenašati breme ločitve zaradi občutka, da nikomur več ne pripadaš v celoti.

Pojem osebnostne čvrstosti

Med osebnostnimi značilnostmi, ki pripomorejo k odpornosti na učinke stresa, je konstrukt osebnostne čvrstosti avtorice Suzanne Kobasa (Lamovec, 1994a). Vključuje več vidikov; eden od njih je osebna angažiranost, ki se izraža v navdušenju in užitku pri delu, občutku smiselnosti in izpolnjenosti življenja. Drugi vidik je občutek varnosti in vključuje zaupanje v družbo in svojo socialno varnost. Tretji se nanaša na odsotnost občutkov nemoči. Ti so izraženi predvsem v prepričanju, da je družba manipulativna in izvaja preveč nadzora nad posameznikom. Četrty vidik je stopnja internalnosti oziroma eksternalnosti. Internalne osebnosti so prepričane, da je nadzor nad življenjem v njihovih rokah, eksternalnost pa izraža fatalizem in prepričanje, da so izvori nadzora pretežno zunanji.

Osebnostno čvrste osebe imajo občutek smiselnosti svojih dejanj in življenja, sprememb ne doživljajo kot breme, ampak kot normalno sestavino življenja. Prepričane

so, da lahko vplivajo na to, kar se jim v življenju zgodi (Lamovec, 1994a). Glede na ugotovitve raziskav (Skalar, 1985, po Rus, 1994) bi se visoka stopnja osebnostne čvrstosti lahko povezovala z visoko oceno samopodobe.

Podobno kot pojem osebnostne čvrstosti, kot ga je definirala S. C. Kobasa (1979), Cohen in R. Deikel (2000) uporabljata pojem občutka koherentnosti. Pojem opredelita kot notranjo moč, ki posamezniku učinkoviteje pomaga pri soočanju s stresom. V svoji raziskavi ugotavljata, da matere z višjim občutkom koherentnosti uporabljajo bolj učinkovite strategije soočanja s stresom in imajo od teh strategij več koristi. Rezultati njune raziskave kažejo, da je ocena občutka blagostanja pri ravnokar ločenih ženskah manjši kot pri poročenih ženskah, napovedna vrednost te ocene pa je bolj pod vplivom občutka koherentnosti oziroma posameznikovih notranjih moči kot trenutne družinske situacije.

Furman in Smalley Flanagan (1995) navajata, da so specifične strategije reševanja konfliktnih, stresnih situacij povezane z razlikami v stilih navezanosti.

Opredelevitev problema in hipoteza

V naši raziskavi smo primerjali in ugotavljali razlike v oceni posameznikovega stila navezanosti, njegovi oceni samopodobe in oceni osebnostne čvrstosti pri poročenih in ločenih ženskah. Z raziskavo v oceni stila navezanosti smo se dotaknili področja raziskovanja navezanosti v odraslosti, ki je v slovenskem prostoru raziskovalno zanemarjeno.

Kot pravita Scharff in Scharff (1987), predstavlja ločitev v družini enega od težjih prehodov iz originalne nuklearne družine v drugačno družinsko organizacijo. V naši raziskavi nas je zanimalo, koliko in ali sploh samospoštovanje, pripadnost, sposobnost reševanja stresnih situacij vpliva na oceno posameznikove samopodobe pri poročenih in pri ločenih ženskah. Predvidevamo, da med ženskami iz različnih skupin v oceni stila navezanosti, v oceni samopodobe in oceni osebnostne čvrstosti ni razlik.

Metoda

Udeleženci

V raziskavi sta sodelovali 102 udeleženci: 40 poročenih žensk, ki obiskujejo Skupino za zakonce v krizi po metodi RDT, 26 ločenih žensk, ki obiskujejo Skupino za razporočene po metodi RDT, 28 poročenih žensk, ki ne obiskujejo omenjenih skupin, in 8 ločenih žensk, ki ne obiskujejo omenjenih skupin. Skupino za zakonce v krizi enkrat na 14 dni prostovoljno obiskujejo moški in ženske, ki imajo v svojem zakonskem in partnerskem odnosu težave. Skupino za razporočene enkrat na 14 dni prostovoljno obiskujejo moški in ženske, ki so v razveznem postopku oziroma so se že ločili.

Tabela 1. Starost udeleženk po skupinah.

skupina	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
zakonci v krizi	40	40,1	10,2
ločeni-skupina	26	44,5	9,9
poročeni	28	40,6	9,4
ločeni	8	47,5	12,1

Tabela 2. Trajanje stanu udeleženk (v mesecih) po skupinah.

skupina	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
zakonci v krizi	40	187,4	130,3
ločeni-skupina	26	110,8	119,3
poročeni	28	196,1	127,3
ločeni	8	68,5	65,2

Opombe za tabeli 1 in 2. Zakonci v krizi = ženske, ki obiskujejo skupino Zakonci v krizi po RDT; Ločeni-skupina = ženske, ki obiskujejo Skupino za razporočene po RDT; Poročeni = poročene ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin; Ločeni = ločene ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin.

V raziskavi so lahko prostovoljno sodelovale vse ženske ne glede na starost, trajanje stanu, trajanje in pogostost obiskovanja skupine, in tudi tiste, ki omenjenih skupin ne obiskujejo. Podatki o kronološki starosti in trajanju stanu udeleženk v posamezni skupini so navedeni v tabelah 1 in 2.

Testi normalnosti porazdelitev na spremenljivkah starosti in trajanja stanu v vzorcu kot celoti kot tudi znotraj vključenih skupin niso pokazali statistično pomembnih odstopanj od normalne porazdelitve.

Pripomočki

Za raziskavo smo priredili *Vprašalnik samopodobe* (Musitu in dr., 1998), za katerega smo pridobili soglasje Centra za psihodiagnostična sredstva, ki je poslovenil originalni vprašalnik SPA avtorjev Gonzala Musituja, Fernanda Garcie in Melchorja Gutierrez. V naši priredbi smo uporabili 30 postavk za štiri od petih dimenzij samopodobe: postavke za emocionalno, družinsko, telesno in učno samopodobo. Med dimenzijami originalnega vprašalnika SPA gre za srednje do nizke povezanosti (od ,28 do ,45). Zanesljivost celotnega vprašalnika SPA je $\alpha = ,87$.

Ker je slovenska verzija prirejena populaciji mladostnikov, smo nekatere postavke priredili odrasli populaciji, to pomeni, da smo šolsko okolje v postavkah zamenjali s poklicnim oziroma službenim. Učno samopodobo smo preimenovali v akademsko samopodobo. Ta dimenzija vključuje odnose v službi in občutke kompetentnosti pri opravljanju svojega poklica. Družinsko samopodobo pojmuje kot oceno občutkov in vedenja posameznika do primarne in tudi trenutne družine. Glede na izbrani vzorec

(odrasle ženske) smo izločili postavke socialne dimenzije, ki se v originalnem vprašalniku navezujejo predvsem na socialne veščine v šolskem okolju. Ostale dimenzije niso bile zahtevne za priredbo, socialna pa bi pri priredbi zahtevala več strokovnosti.

V raziskavi smo uporabili tudi Vprašalnik osebnostne čvrstosti (Kobasa in Maddi, 1979, po Lamovec, 1994b), ki meri tri faktorje: angažiranost, nadzor in izziv. Zanesljivost vprašalnika je ,86 (Hull, 1987, po Lamovec, 1994b).

Za oceno stila navezanosti smo uporabili Vprašalnik stila navezanosti (Bartholomew in Horowitz, 1991, po Kobal, 2001), ki se ujema z našimi teoretičnimi izhodišči. Opira se namreč na Bowlbyjev model, ki govori o dveh tipih notranjih delovnih modelov - model sebe in model drugih. Nastajajo preko kvalitete odnosov s skrbniki in se ponotranjajo, kasneje pa se odražajo kot prototipi za socialne odnose. Je tudi prvi model, ki opisuje štiri in ne le tri tipe navezanosti, in prvi, ki opisuje pričakovane odnose med stili navezanosti (Bartholomew, 2006). Vprašalnik je v slovenščino za raziskovalne namene prevedla L. Kobal (2001). V svoji magistrski nalogi ne navaja merskih karakteristik vprašalnika.

Postopek

Za ugotavljanje razlik v ocenah samopodobe, osebnostne čvrstosti in stila navezanosti smo razdelili skupaj 275 vprašalnikov (100 vprašalnikov v Skupini za zakonce v krizi po metodi RDT, 70 vprašalnikov v Skupini za razporočene po metodi RDT, 80 poročenim ženskam, ki ne obiskujejo omenjenih skupin, in 25 ločenim ženskam, ki ne obiskujejo omenjenih skupin). Na omenjenih skupinah smo razdelili vprašalnike skupaj s pisemskimi ovojniciami z našim naslovom in znamkami. Udeleženske so odgovorile na vprašalnike anonimno in jih po pošti poslale na naslov na ovojnici. Vprašalnike smo razdelili priložnostnemu vzorcu poročenih žensk, ki so nanje prav tako prostovoljno anonimno odgovorile in jih poslale po pošti.

Rezultati

Razlike v rezultatih med skupinami smo preverjali z enosmerno analizo variance (glej tabelo 4). Na osnovi rezultatov analize variance smo naknadno s *t*-testom preverjali razlike med posameznimi skupinami. Statistično pomembna je bila razlika v družinski samopodobi med poročenimi ženskami, ki ne obiskujejo skupin, in ženskami iz skupine Zakoncev v krizi, $t(66) = -3,348$, $p = ,001$. V družinski samopodobi so razlike med skupinami največje. Poleg zgornje razlike med poročenimi ženskami, ki ne obiskujejo skupin, in ženskami iz skupine Zakoncev v krizi, so se pokazale statistično pomembne razlike v družinski samopodobi tudi med ločenimi ženskami, ki ne obiskujejo skupin, in ženskami iz skupine Zakoncev v krizi, $t(46) = -2,01$, $p = ,05$, ter med poročenimi ženskami, ki ne obiskujejo skupin in ločenimi ženskami iz Skupine za razporočene, $t(43,17) = -2,35$, $p = ,02$.

Tudi analiza variance razlik med skupinami pri splošni samopodobi se približuje

Tabela 3. Opisne statistike merjenih dimenzij po posameznih skupinah.

dimenzija	zakonci v krizi (N = 40)		ločeni (N = 26)		poročeni (N = 28)		ločeni (N = 8)		skupaj (N = 102)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
spa	66,6	5,6	67,1	6,2	69,8	5,7	70,5	5,0	67,9	5,9
spae	18,4	1,9	18,9	1,8	19,3	1,6	19,3	1,2	18,8	1,8
spadr	20,3	2,8	20,7	3,4	22,5	2,3	22,5	3,2	21,2	3,0
spat	15,9	2,5	15,8	2,3	16,2	2,4	16,5	2,3	16,0	2,3
spaa	12,0	1,6	11,7	1,8	11,8	1,8	12,3	1,5	11,9	1,7
osc	71,5	9,1	73,0	11,8	77,4	11,8	76,0	12,5	73,8	11,0
anga	15,1	2,8	15,6	3,3	16,9	4,1	16,6	5,7	15,8	3,6
izziv	24,0	3,1	24,1	3,9	24,8	3,1	24,6	2,7	24,3	3,3
nadz	32,4	8,2	33,3	9,7	35,7	8,8	34,8	7,9	33,7	8,7
navez	1,9	1,1	2,2	1,1	1,5	0,8	1,6	1,2	1,9	1,0
nava	4,4	1,7	4,1	1,8	5,0	1,7	5,4	1,3	4,5	1,7
navb	3,6	1,7	3,4	1,8	3,0	1,8	2,6	1,6	3,3	1,7
navc	3,0	1,7	3,6	1,8	2,7	1,6	2,8	1,7	3,1	1,7
navd	3,0	1,9	3,3	2,0	2,5	1,7	3,5	1,4	3,0	1,8

Legenda. zakonci v krizi = ženske, ki obiskujejo skupino; zakonci v krizi po RDT; ločeni-skupina = ženske, ki obiskujejo Skupino za razporočene po RDT; poročeni = poročene ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin; ločeni = ločene ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin;

Dimenzije: spa = splošna samopodoba; spae = emocionalna samopodoba; spadr = družinska samopodoba; spat = telesna samopodoba; spaa = akademska samopodoba; osc = osebnostna čvrstost; anga = angažiranost; izziv = izziv; nadz = nadzor; navez = navezanost; nava = navezanost stila a; navb = navezanost stila b, navc = navezanost stila c; navd = navezanost stila d

statistični pomembnosti razlik, kar pa je najverjetneje posledica družinske samopodobe kot enega od seštevancev v vsoti splošne samopodobe. Pragu statistične pomembnosti se približujejo tudi razlike med skupinami pri dosežku navezanosti. To nakazuje določen odnos med navezanostjo in lastnostmi vključenih skupin.

Razprava

Poročene ženske, ki ne obiskujejo skupin po metodi RDT, imajo višjo družinsko samopodobo kot ženske, ki obiskujejo Skupino za razporočene ali Skupino za zakonce v krizi po metodi RDT.

Udeleženke iz Skupine za razporočene po metodi RDT so v procesu ozaveščanja in predelave čutenj ob razvezi. Verjetno so zato bolj kritične do sebe v vlogi starša kot poročene ženske, ki ne obiskujejo nobene od skupin po metodi RDT. Lahko predpostavljamo, da so poročene ženske in ločene ženske, ki ne obiskujejo omenjenih skupin, s trenutnim stanjem v lastni družini dokaj zadovoljne, kar pa ne pomeni nujno, da te ženske tudi zares v družini bolje funkcionirajo. Predvidevamo torej, da je lahko njihova ocena družinske samopodobe boljša zato, ker je njihova trenutna družinska situacija morda bolj v ravnovesju v primerjavi z družinsko situacijo pri ločenih ali

Tabela 4. Povzetek enosmernih analiz variance za vsako od merjenih dimenzij.

vir		<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
spa	med skupinami	230,93	3	76,98	2,32	0,08
	znotraj skupin	3259,28	98	33,26		
	skupaj	3490,21	101			
spae	med skupinami	13,85	3	4,62	1,53	0,21
	znotraj skupin	295,64	98	3,02		
	skupaj	309,49	101			
spadr	med skupinami	100,88	3	33,63	4,18	0,01
	znotraj skupin	789,29	98	8,05		
	skupaj	890,17	101			
spat	med skupinami	3,69	3	1,23	0,22	0,88
	znotraj skupin	552,27	98	5,64		
	skupaj	555,96	101			
spaa	med skupinami	2,28	3	0,76	0,27	0,85
	znotraj skupin	280,31	98	2,86		
	skupaj	282,59	101			
osc	med skupinami	634,55	3	211,52	1,80	0,15
	znotraj skupin	11503,62	98	117,38		
	skupaj	12138,17	101			
anga	med skupinami	58,22	3	19,41	1,53	0,21
	znotraj skupin	1245,28	98	12,71		
	skupaj	1303,49	101			
izziv	med skupinami	13,17	3	4,39	0,40	0,75
	znotraj skupin	1067,14	98	10,89		
	skupaj	1080,31	101			
nadz	med skupinami	194,83	3	64,94	0,85	0,47
	znotraj skupin	7453,93	98	76,06		
	skupaj	7648,76	101			
navez	med skupinami	7,02	3	2,34	2,27	0,09
	znotraj skupin	101,06	98	1,03		
	skupaj	108,08	101			
nava	med skupinami	16,39	3	5,46	1,85	0,14
	znotraj skupin	288,87	98	2,95		
	skupaj	305,26	101			
navb	med skupinami	8,28	3	2,76	0,92	0,44
	znotraj skupin	294,89	98	3,01		
	skupaj	303,18	101			
navc	med skupinami	12,18	3	4,06	1,41	0,25
	znotraj skupin	282,34	98	2,88		
	skupaj	294,52	101			
navd	med skupinami	9,94	3	3,31	0,97	0,41
	znotraj skupin	335,06	98	3,42		
	skupaj	344,99	101			

Opombe. Za razlago okrajšav dimenzij glej legendo pri tabeli 3.

poročenih ženskah, ki obiskujejo omenjeni skupini. Predvidevamo, da se je pri poročenih in ločenih ženskah, ki obiskujejo omenjeni skupini, družinsko ravnovesje porušilo in se morajo s spremembami v svojem odnosu do izvorne družine in v odnosu do svoje družinske vloge soočiti na nov način. Tudi Cohen in Dekel (2000) ugotavljata, da mame iz dvostarševskih družin (ženske v partnerskem/zakonskem odnosu) uživajo večji občutek blagostanja kot ločene matere, hkrati pa pri ženskah iz obeh skupin navajata podobno stopnjo občutka koherentnosti.

Kot opisujeta Scharff in Scharff (1987), ločitev v družini predstavlja upad za posameznikovo samospoštovanje, kar bi v tem primeru lahko povezali z upadom v samospoštovanju sebe kot starša ter s tem tudi družinske samopodobe. Tudi Tein, Sandler in Zautra (2000) ugotavljajo, da stres in stiska, ki jo doživljajo starši po ločitvi, pomembno vplivata na kvaliteto njihovega starševstva. Če bi kvaliteto starševstva povezali z visoko družinsko samopodobo, bi to prav tako lahko vplivalo na zmanjšanje samopodobe.

V krizni življenjski situaciji in procesu razdelave čutenj lahko pri ženskah v krizi ali pri ločenih ženskah, ki obiskujejo omenjeni skupini, pride do upada v oceni samospoštovanja, lastne vrednosti. Prav tako lahko predpostavljamo, da v skupino prihajajo posameznice, ki so v stiski in svojih težav ne zmorejo reševati same. Predvidevamo, da skupina vpliva na proces spreminjanja posameznikove samopodobe. Po Relacijsko družinski teoriji se mora posameznik najprej soočiti s svojimi bolečinami, krivicami in težkimi čutenji iz otroštva, ki so bila izrinjena iz zavesti. Proces soočanja je zelo boleč, z občutki, da nikomur ne pripadaš, da si ostal sam v nepoznanem svetu (Kompan-Erzar, 2003). Prepoznavanje teh čutenj je skrajno boleče, posameznikova samopodoba je bolj negativna, prihodnost je negotova, je pa ta korak nujen za vzpostavitev pozitivnejše samopodobe.

Čustvena dinamika in obravnavane teme na skupini med procesom soočanja z bolečimi čutenji, ki so bila od otroštva potisnjena iz zavesti, dodatno omajajo njihovo že tako negativno samopodobo. Vendar je soočanje z nezavednimi in nepredelanimi vsebinami nujen začetek in hkrati temelj, na katerem bodo kasneje lahko zgradile bolj pozitivno samopodobo.

Ker se pragu statistične pomembnosti približujejo tudi razlike med skupinami pri navezanosti, predvidevamo, da ti rezultati nakazujejo določen odnos med navezanostjo in lastnostmi vključenih skupin, ki pa ga ne moremo jasno opredeliti. Da bi razlike med skupinami v tej dimenziji dosegle statistično pomembnost, bi morda morali v vzorec vključiti večje število udeleženk iz vsake skupine. Prav tako je bil vzorec v skupini ločenih pristranski, saj so bile v njem zajete ženske s povprečno višjo izobrazbo kot v drugih skupinah, kar bi tudi lahko vplivalo na rezultate.

Pri merjenju osebnostne čvrstosti se niso pokazale razlike med skupinami. Glede na to, da osebnostno čvrste osebe gledajo na konflikte in težave v življenju kot na izziv in se želijo z njimi spopasti, bi lahko pričakovali razliko med ženskami, ki vztrajajo v zakonu, in ženskami, ki so se ločile. Možno pa je tudi, da bi morali vzroke, zakaj pri nekaterih parih pride do ločitve, pri drugih pa ne, iskati kje drugje kot v omenjenem konstrukt.

Za jasnejše razumevanje odnosa med navezanostjo in lastnostmi vključenih skupin bi potrebovali ponovljeno raziskavo, kjer bi sodelovalo še več oseb, predvsem v skupini ločenih. Pri morebitni ponovitvi bi bilo dobro zbrati tudi podatke o tem, koliko mesecev je pri posameznikih preteklo od ločitve in kontrolirati raziskavo tudi v tej smeri. Povezanost razvojnega vidika navezanosti in samopodobe je lahko zanimivo izhodišče prihodnjih raziskav. Sam konstrukt navezanosti bi bilo vredno preveriti še z drugim inštrumentom. V nadaljnjih raziskavah bi kazalo preveriti tudi strukturo odnosov med samopodobo, osebnostno čvrstostjo in navezanostjo. Kljub temu, da ima raziskava določene pomanjkljivosti, je v slovenskem prostoru edina, ki se ukvarja s tem problemom. Predmet raziskave je pomemben in bi ga bilo vredno še raziskovati.

Literatura

- Bartholomew, K. (2006). *Peer attachment prototypes*. Sneto 13.1.2006 s spletne strani <http://www.sfu.ca/psyc/faculty/Bartholomew>.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol.I. Attachment* (2.izd.). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2003). *A secure base*. New York: Brunner-Routledge.
- Bylsma, W. H., Cozzarelli, C. in Sumer, N. (1997). Relation between adult attachment styles and global self-esteem. *Basic and Applied Social Psychology*, 19 (1), 1–16.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: A developmental perspective on individual differences. *Review of General Psychology*, 4, 111–131.
- Cohen, O. in Dekel, R. (2000). Sense of coherence, ways of coping, and well being of married and divorced mothers. *Contemporary Family Therapy*, 22 (4), 467–486.
- Cvetek, R. (2004). *Predelava disfunkcionalno shranjenih preizkušenj ter metoda desenzitizacije in ponovne predelave z očesnim gibanjem [Processing of dysfunctionally to stressfull experiences and Eye Movement Desenzitization and Reprocessing method]*. Neobjavljena doktorska disertacija [Unpublished doctoral dissertation], Univerza v Ljubljani, Slovenija.
- Cvetek, R., Kompan-Erzar, K., Erzar T. in Gostečnik, C. (2004). Family Relational Therapy. V D. Trampuž in M. Rus-Makovec (ur.), *Upreti se zlorabi: Od sramu do samorealizacije. Zbornik prispevkov [From shame to self-empowerment. Book of contributions]* (str. 88–97). Ljubljana: Psihiatrična klinika, Slovensko društvo za družinsko terapijo.
- Firestone, R. W. (1999). *The Fantasy Bond: Structure of Psychological Defenses*. Santa Barbara: The Glendon Association.
- Feeney, J. A. in Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (2), 281–291.
- Fireston, R. W. in Catlett, J. (1999). *Fear of intimacy*. Washington: American Psychological Association.
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 123–151.
- Furman, W. in Smalley Flanagan, A. (1995). *The influence of earlier relationships on marriage: An attachment perspective*. Sneto 5.10.2005 s spletne strani institucije University of Denver: <http://www.du.edu/psychology/relationshipcenter/influence.pdf>
- Gostečnik, C. (1998). *Ne grenite svojih otrok [Don't be the Bane of your Children's Lifes]*.

- Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2003). *Sistemska relacijska terapija [Systemic relational therapy]*. (Neobjavljeno interno gradivo, dosegljivo na naslovu [Available from]: Frančiškanski družinskem inštitutu, Prešernov trg 4, Ljubljana, Slovenija).
- Gostečnik, C. (2004). *Relacijska družinska terapija [Relational Family Therapy]*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Kobal, L. (2001). *Razvoj diadnih odnosov v kontekstu prostovoljske organizacije [Development of dyadic relations in the context of voluntary organization]*. Neobjavljeno magistrsko delo [Unpublished MA thesis], Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Slovenija.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and social psychology*, 37, 1–11.
- Kompan Erzar, K. (2001). *Odkritje odnosa [The discovery of the relationship]*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Kompan-Erzar, K. (2003). *Skrita moč družine [The secret power of family]*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Lamovec, T. (1994a). *Psihodiagnostika osebnosti 1 [Personality psychodiagnosics 1]*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Lamovec, T. (1994b). *Psihodiagnostika osebnosti 2 [Personality psychodiagnosics 2]*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Luke, M. A., Maio, G. R. in Carnelly K. B. (2004). Attachment models of the self and others: Relations with self-esteem, humanity-esteem, and parental treatment. *Personal Relationships*, 11, 281–303.
- Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (6), 1203–1215.
- Musek, J. (1992). Struktura jaza in samopodobe [The structure of self and self-concept]. *Anthropos*, 24, 59–79.
- Musitu, G., Garcia, F., Gutierrez, M., Krajnc, I. in Pečjak, S. (1998). *Vprašalnik samopodobe – SPA [Self-concept questionnaire]*. Ljubljana: Produktivnost, Center za psihodiagnostična sredstva.
- Pines, A. M. (1999). *Falling in love: Why we choose the lovers we choose*. New York: Routledge.
- Praper, P. (1999). *Razvojna analitična psihoterapija [Developmental analytic psychotherapy]*. Ljubljana: Inštitut za klinično psihologijo.
- Rožič, T. (2003). Sistemska relacijska teorija in primer iz klinične prakse [Systemic relational theory and a case from clinical praxis]. *Psihološka obzorja*, 12, 137–148.
- Rus, V. S. (1994). *Socialna psihologija: teorija, empirija, eksperiment, uporaba [Social psychology: theory, experience, experiment, and application]*. Ljubljana: Davean.
- Scharff, D. E. in Scharff, J. S. (1987). *Object relations family therapy*. Northvale: Aronson.
- Stern, D (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
- Tein, J. Y., Sandler, I. N. in Zautra A. J. (2000). Stressful life events, psychological distress, coping, and parenting of divorced mothers: A longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 14 (1), 27–41.
- Tomec, E. (2005). Navezanost v odraslosti [Attachment in adulthood]. *Anthropos*, 37, 399–415.

Prispelo/Received: 04.11.2005

Sprejeto/Accepted: 29.05.2006