

## **Psihofiziološki odzivi partnerjev v razhajanju**

*Brigita Kričaj Korelc\**  
*Center za socialno delo Velenje, Velenje*

**Povzetek:** Namen študije je bil ugotoviti, ali se partnerji v razhajanju in partnerji, ki ocenjujejo svojo zvezo kot uspešno, razlikujejo med seboj v emocionalnih, vedenjskih in somatskih odzivih in ali med skupinama obstajajo razlike v osebnosti čvrstosti, spoprijemanju in slogih obrambnega reagiranja. Pri tem je avtorica izhajala iz psihofiziološkega integracijskega modela nastanka bolezni in biopsihosocialnega modela zdravja in bolezni. V raziskavi je bilo ugotovljeno, da osebe obeh spolov, ki se razvezujejo, subjektivno močneje doživljajo emocionalna stanja z negativnim hedonskim tonom in manifestirajo kvalitativno in kvantitativno več razpoloženskih in prilagoditvenih emocionalnih motenj kot reakcijo na stresno dogajanje. Prav tako se tudi močneje odzivajo s somatskimi motnjami brez organske osnove in določljivih telesnih povzročiteljev ter se bolj neprilagojeno in tvegano vedejo. Močneje in pogosteje razvijajo in vzdržujejo raznovrstne mehanizme za obvladovanje in razreševanje nastale problemske situacije. Iz rezultatov pa so razvidne tudi nekatere specifične značilnosti in razlike med spoloma v sprejemanju in odzivanju na razvezo zakonske zveze.

**Ključne besede:** razpad partnerske zveze, načini spoprijemanja, obrambni mehanizmi, osebnostna čvrstost, čustvena prilagojenost, somatske motnje

## **The psycho-physiological responses of partners in the process of divorce**

*Brigita Kričaj Korelc*  
*Social Work Center Velenje, Velenje, Slovenia*

**Abstract:** The purpose of the present study was to establish whether the partners who are in the process of separating and those, who evaluate their partnership as successful, differ from each other in emotional, behavioural and somatic responses, and whether there are differences between them in personal strength, tackling and in different styles of defensive behaviour. According to that, the author followed a psycho-physiological integrational model of disease existence and biopsychosocial model of health and disease. The results showed that the separating partners of both gender experience subjectively stronger emotional states with negative hedonic note and manifest more mood and adaptable emotional disturbances in quality and quantity as a reaction to the stressful events. They also respond strongly with somatic disturbances without organic basis or defined physical causes. Partners in separation also engage more nonadaptive and risk taking behaviors. In addition their use of all disposable strategies of

---

\*Naslov / address: mag. Brigita Kričaj Korelc, univ. dipl. psih., Center za socialno delo Velenje, Vodnikova 1, 3320 Velenje, Slovenija, e-mail: brigita.kricaj-korelc@gov.si

coping is more vigorous and frequent. Obtained results also show some specific cross gender features and differences in receiving and responding to the separation of a matrimony.

**Key words:** relationship termination, coping behaviour, defence mechanisms, resilience, emotional adjustment, somatoform disorders

CC = 2953

## **Transformacija posameznika, para in družine skozi razvezo zakonske zveze**

Transformacija posameznika, partnerstva in družine skozi razvezo zakonske zveze potekajo različno, odvisno od tega, kaj člani družine čutijo drug do drugega in kako drug z drugim ravnajo. Hetheringtonova in Stanley-Haganova (1997) omenjata perspektivo družinskih sistemov in ekološko perspektivo. Perspektiva družinskih sistemov nudi okvir za razumevanje tega, kako karakteristike družinskih članov ter interakcija med njimi in med družinskimi podsistemi vplivajo na prilagajanje družine in posameznika. Družina je dinamičen sistem, kjer spremembe v družinski strukturi ali pri katerem koli članu družine ali podsistemu izzovejo spremembe v celotnem sistemu. Ekološka perspektiva pa poudarja, da razvezane družine ne delujejo v izolaciji, ampak so podvržene širšemu zgodovinskemu in družbenemu kontekstu, v katerem delujejo. Soseske, šole, prijatelji, delovno mesto, cerkev lahko vplivajo na družinsko funkcioniranje in posredno ali neposredno podpirajo ali zavračajo napore družinskih članov, ki se želijo prilagoditi izkušnjam razveze.

V razvoju partnerskega konflikta pred, med in po razvezi ali ločitvi opazim pri delu z zakonskimi ali zunajzakonskimi partnerji naslednje stopnje razveznega in ločitvenega procesa ter transformacijo in prilagajanje posameznika:

1. *Napetosti in soočanje.* Pojavljati se prične nezadovoljstvo v odnosu zaradi izgube povezanosti, ki je bila prisotna na začetku njunega odnosa. Partnerja začutita obremenjenost in negotovost zaradi odtujenosti in oddaljenosti, ki sta se pojavila v odnosu med njima. Občutek nemoči zaradi odklonilnega vedenja partnerja oba partnerja privede v stisko. Družinsko vzdušje je neharmonično ter napeto in ko se čustva jasno in glasno izrazijo, obstaja vsaj možnost, da se partnerja neposredno srečata, se pogovorita o dogajanju v njunem odnosu ter o potrebah in željah drug drugega, vendar le, če ne pride do telesnih in duševnih poškodb.
2. *Umik.* Zaradi preprirov se partnerja počutita vedno slabše. Njuno življenje in življenjska energija je usmerjena le v njun odnos, zapletata se v vedno nove prepire in ob tem pogosto pozabljata na otroke in svet okoli sebe. Najpogostejše čustvo tega obdobja je jeza, ki se stopnjuje v bes, kar se lahko izraža tudi na

telesnem nivoju v obliki psihosomatskih težav. Zaradi nevdržnosti stanja se pričneta zakonca umikati drug drugemu in se s tem izogibata konfliktom in napetostim.

3. *Spreminjanje družinskih pravil in vlog.* Družina zaradi neustreznega komuniciranja in umikanja zapade v kaos. Načet je občutek varnosti in samospoštovanja družinskih članov. Predhodno utečene vloge in družinske obveznosti ne delujejo več in partnerja sta zaposlena s svojim novim pojmovanjem žene/moža, matere/očeta, z načini usklajevanja skrbi za otroke ter nove razdelitve obveznosti v družini. Partnerja na nek način živita drug mimo drugega, kar zahteva prilagajanje pravil in vlog v novo nastali situaciji.
4. *Samota.* Življenje drug mimo drugega ter predvidena razveza ali ločitev pri partnerjih povzroči osamljenost v skupnem življenju. V zadnjih letih se v zvezi s partnerskimi konflikti opaža pogosta prisotnost sindroma, ki so ga italijanski strokovnjaki poimenovali SVI (solitudine del vivere insieme, osamljenost v skupnem življenju), prvi pa so ga diagnosticirali v ZDA. Pojav zajema občutek boleče samote in globoke praznine v sebi kljub dejstvu, da je oseba poročena ali ima partnerja, ali živi v navidez prijazni in urejeni družini ter je obkrožena z otroki, sorodniki in prijatelji. Značilno za SVI je, da partnerja živita v nesposobnem, hladnem svetu duševne in čustvene praznine, skoraj brez verbalne komunikacije. Med njima ni pozornosti, razumevanja, naklonjenosti, povezanosti in sožitja. Sindrom kljub fizični prisotnosti in telesni bližini označuje oddaljenost med partnerjema. Omenjeno duševno stisko občutita oba partnerja, praviloma pa o tem spregovorijo ženske. Ženske SVI močneje občutijo in ga želijo tudi prej razrešiti. Pari lahko tako živijo več let predvsem zaradi stanovanjskega problema, finančne odvisnosti od partnerja ali preprosto, ker nimajo moči za naslednji korak.
5. *Notranja ločitev.* V naslednjem koraku govorimo o notranji ločitvi, ki poteka na kognitivnem in emocionalnem nivoju. Brez tega ni uspešne razveze ali ločitve. Partnerja se morata najprej raziti v »svojih glavah«, se sprijazniti in čustveno ter razumsko predelati odgovornost za razpad zakona in s tem povezano izgubo. V tem obdobju sta pogosti čustvi žalosti in agresivnosti, kar se odraža v človekovi notranjosti in tudi v odnosu do partnerja. Žalost, bolečino in napadalnost partnerja pogosto uporabljata za strateške namene, za zmago v medsebojni bitki. Vedno pogosteje partnerja v medsebojni komunikaciji izražata namero razveze ali ločitve. Pogosto je to samo način nadzora nad partnerjem. Uspešno zaključena faza predstavlja priznavanje obojestranske odgovornosti za razpad zveze in ne slepo obtoževanje zakonca.
6. *Fizična ločitev.* Šele po uspešno zaključeni peti stopnji se lahko partnerja kvalitetno razideta tudi v fizičnem smislu (vložitev tožbe ali sporazumnega predloga za razvezo ter odhod enega partnerja iz skupnega bivališča). Le tako se lahko nadaljevanje razveze ali ločitve odvija brez sovraštva in občutkov

krivde. Ponavadi eden od zakoncev vloži tožbo za razvezo<sup>1</sup> ali zakonca skupaj pripravita sporazumni predlog. Morda se je eden od partnerjev že odselil iz skupnega bivališča ali pa se na to pripravlja. Kadar ta stopnja doleti enega od partnerjev nepripravljenega in odvisno od tega, v kolikšni meri je bil v tej zvezi občutek osebne integritete odvisen predvsem od odnosa s partnerjem, se dvomi o samem sebi razrastejo in lahko imajo po odhodu partnerja uničujoč učinek. Na peti ali šesti stopnji starši ponavadi s svojo namero seznanijo tudi otroke, razširjeno družino, prijatelje ter druge ljudi v skupnosti. Na kakšen način to storijo, je zelo odvisno od duševnega stanja partnerjev. Številni so v agoniji, ki jo prinaša razveza, tako zbegani, vznemirjeni in zmedeni, da se niso sposobni primerno pogovoriti z otroki. Primerno je, da se starša skupaj pogovorita z otroki. Najpomembnejše teme v teh trenutkih so, kateri od staršev bo zapustil družinski dom, zakaj odhaja in kam gre ter se z otroki dogovori za redne osebne stike in obiske. Otroci morajo vedeti, kdo bo skrbel zanje, kje bodo s staršem, s katerim bodo ostali, živeli (pomembno je tudi, da se bodo v primeru selitve preselili tudi hišni ljubljenci) ter da se stiki s prijatelji in pomembnimi sorodniki ne bodo spremenili. Pomembno je, da otroci vedo, da starš ne zapušča njih in da še vedno ostaja njihov starš in da se to ne bo spremenilo.

7. *Razvezni postopek.* Obdobje razveznega postopka je za zakonca zelo stresno. Zakonci tožijo o nezmožnosti normalnega funkcioniranja v vsakodnevnem življenju ter o čustvenih in telesnih odzivih na stres ob razvezi. Če sta se zakonca v predhodnih fazah ukvarjala predvsem s samim sabo ter lastnimi dilemami, občutki in bolečinami, morata sedaj dogovoriti in razrešiti vprašanja, ki se tičejo razmerij do otrok. Sodišče v razveznem postopku razsodi v štirih točkah: (i) da se zakonska zveza razveže<sup>2</sup>; (ii) kateremu staršu se zaupajo mladoletni otroci v varstvo, vzgojo in oskrbo; (iii) način in obseg osebnih stikov otrok z drugim staršem, (iv) preživnina za otroke ter, v kolikor izpolnjuje pogoje, za zakonca. Vse pogosteje tudi pri nas zakonci v razveznem postopku najamejo odvetnika.

<sup>1</sup> Pogosto zakonec o svojem dejanju ne obvesti drugega. Le ta je kljub temu, da preživljata z zakoncem hude čase, da je nezadovoljstvo z zakonom obojestransko in je bila v medsebojnih sporih namera o razvezi večkrat izrečena, presenečen nad pozivom Centra za socialno delo ali sodišča.

<sup>2</sup> Ta točka ponavadi ni sporna, saj slovenska zakonodaja dopušča razvezo zakonske zveze že v primeru, da eden od zakoncev navede, da je zanj življenje v zakonu nevzdržno in izjavo drugega zakonca, da se ne želi razvezati, nima pravne moči. Torej, če se zakonec želi razvezati in vloži tožbo za razvezo, bo ne glede na mnenje in prizadevanja drugega zakonca sodišče izpeljalo razvezo, prav tako se sodišče tudi ne pogloblja v vzroke razveze. Na svetovalnem razgovoru na Centru za socialno delo se sicer osvetlijo razlogi za razvezo in posledice iz vseh vidikov ter si strokovni delavec prizadeva predelati stiske, bolečine in čustvene odzive zakoncev na razvezo. Ker pa je razgovor svetovalnega značaja, je rezultat odvisen od pripravljenosti in sodelovanja obeh zakoncev in niti strokovni delavec niti Center za socialno delo kot uradna ustanova nima pravne podlage, da bi z mnenjem omejevala ali celo prepovedala razvezo iz kakršnih koli razlogov. Ima pa zakonec, ki je vložil tožbo (ali oba zakonca, če je podan predlog za sporazumno razvezo) možnost, da na svetovalnem razgovoru na Centru za socialno delo ali na glavni obravnavi na sodišču predlaga in poda pisno izjavo o ustavitvi postopka. V tem pogledu je razvezni postopek v slovenski zakonodaji zelo podoben t.i. »no-fault« razvezam v ZDA.

Kuntzag (1997) ob tem ugotavlja, da se za to možnost praviloma prve odločajo ženske, ki čutijo olajšanje zaradi pravic, ki jim jih določa zakon in se s tem znebijo strahu. Moški se zaradi odločnosti žena pogosto znajdejo v situaciji, ki jih zmede in jim odvzame moč. S psihološkega stališča lahko odvetnik, ki zastopa stranko v času, ko prevladujejo strah, sovraštvo in obup, pomaga, da raste čustveni odmik od partnerja, ki bo kmalu označen kot nasprotna stranka v postopku. S tem prispeva k njihovemu razvoju samostojnosti. Po drugi strani pa se lahko zaradi vključenosti advokata in zaostrovanja včasih tudi nerealnih zahtev in protinapadov družinski odnosi še poslabšajo. V takšnih postopkih se pozablja, da gre za zelo občutljivo tematiko družinskih odnosov in da se odloča o nadaljnjem življenju družinskih članov. Dodelitev otrok ter dogovarjanje o stikih, določitev in izvrševanje plačevanja preživnine je tako ali tako vse prevečkrat v razveznem postopku in še v po razveznem obdobju vir hudih konfliktov med bivšima zakoncema.

8. *Obdobje enostarševske družine in asimilacije.* S pravnomočno odločbo sodišča se prične po-razvezno obdobje, ki ga zaznamujejo spremenjene materialne in socialne razmere ter prilagajanje družinskih članov na novo nastalo situacijo, prilagajanje na spremembe, ki jih prinašata dve ločeni enoroditeljski gospodinjstvi. Po-razvezno obdobje zaznamuje privajanje na nove vloge in obveznosti, še posebej to velja za starša, kateremu so bili otroci zaupani v varstvo, vzgojo in oskrbo in starša, ki ne živi v skupnem gospodinjstvu in so bili dogovorjeni ali določeni osebni stiki z otroki. Bivša partnerja si prizadevata, da bi stiki potekali čim manj stresno in konfliktno ter da bi se življenje stabiliziralo in umirilo. Čustvena razveza še vedno teče. Čeprav bivša partnerja živita ločeno, bodo nekateri med njimi čustveno ostali še dolgo skupaj<sup>3</sup>, kar zadeva starševstva, pa za vedno povezani. Zbližanja, ki ostanejo po razvezi, dajejo vtis, kot da partnerja sploh nista poskusila razkleniti čustvenih spon. Vztrajanje v sovraštvu še po letih izraža isti patološko primarni odnos: raje povezan v sovraštvu kot ostati resnično sam. Zaradi tega je pomembno, da se razveza kvalitetno zaključi. V tem obdobju imata bivša partnerja možnost, da pomirita negativna čustva, ki so se v dolgem obdobju nabirala, da se zopet zbereta in nadaljujeta novo življenje. Najbrž bo za vzdrževanje umirjenosti vsakdanjega življenja potrebna določena mera zatajevanja nekaterih osebnih misli in občutkov, ki izvirajo iz preteklosti. Žalovanje za izgubljenimi, čeprav redkimi srečnimi trenutki, ostaja in tudi osamljenost je redna spremljevalka tega obdobja. V tem se tudi odraža sposobnost obvladovanja življenjskih kriz. Partnerja v tem obdobju vedno bolj

---

<sup>3</sup> Ostaja občutek ambivalentnosti: raziti se in ostati skupaj. Ta občutek oziroma nerazčiščena čustva praviloma otežujejo sodelovanje staršev, saj eden od njiju ali celo oba nenehno iščeta priložnosti, da ostajata v stiku, nadzirata drug drugega, če ne drugače tudi tako, da vedno znova iščeta teme za dogovarjanja glede otrok. V kolikor je njuna komunikacija nekonstruktivna in nemogoča, iščeta priložnosti za vzdrževanje stikov v urejanju izpostavljenih vprašanj po uradni poti (nenehna vračanja na Center za socialno delo, sprožanje različnih postopkov na sodišču, kjer se bosta morala zanesljivo srečati).

opuščata misel in upanje na ponovno združitev družine.

9. *Ponovno navezovanje partnerskih stikov in ponovna poroka oz. zunajzakonska skupnost; odločitev za dvojedrno, dopolnjeno družino.* Najbolj pogosta skrb razvezane osebe je, ali ji bo uspelo vzpostaviti in ohraniti kvalitetno zvezo. Pretekle izkušnje namreč kažejo drugače. Oseba si mora najprej izoblikovati novo podobo partnerskega odnosa, in sicer drugačno od tiste, ki jo je poznala in živel. Odgovoriti si mora na pomembna vprašanja: Kako želim živeti? Kakšen naj bo moj odnos s partnerjem? Kaj sem pripravljen/a storiti za to? Kaj pričakujem od partnerja? Katere kvalitete in lastnosti partnerja so zame pomembne? Kakšen odnos in vlogo naj bi partner zavzel do mojih otrok? Ponovna izbira partnerja je predvsem za starša, ki živi z otroki, odgovorna odločitev, saj mora pri odločanju upoštevati in odgovorno razmišljati o pomenu in vplivu nove partnerske zveze na otroke. Starševstvo ima brezpogojno prednost pred novim partnerskim odnosom. Pri snovanju prve partnerske zveze sta partnerja razbremenjena te odgovornosti. Številni razvezanci ob novi ljubezni nekdanjega partnerja čutijo jezo, občutek krivde, celo kesanje, lahko pa tudi menijo, da so izdani. Tem občutkom je dodano še dejstvo, da bo novi partner neizogibno vplival tudi na njune otroke. Malokdo z veseljem sprejme nekoga, ki ga prepoznavajo kot njihov »nadomestek«. Priznati si mora žalost, ljubosumje zaradi izgube družine in prisotnosti tretje osebe ter dopustiti novemu partnerju in otrokom čas in prostor, da vzpostavijo svoje odnose. Boleči občutki spremljajo tudi dejstvo, da ponovna poroka enega ali obeh bivših partnerjev dokončno izključuje možnost življenja v enojedrni družini. Restrukturirati se morajo vloge, pravila in meje v dopoljnjeni družini. Za uspešno funkcioniranje dopolnjene, dvojedrne družine je potrebno priznanje biološkim staršem, da imajo v odnosu do otrok ključno vlogo in avtoriteto ter vloga nadomestnih staršev ne ogroža vloge bioloških staršev.

Margaret Robinson (1991, po Čaćinovič Vogrinčič, 1999) prikazuje koncept možnega dobrega izida kompleksnega procesa transformacije družine in partnerjev po razvezi ali ločitvi. Proces transformacije prikaže skozi trinajst faz, skozi katerih se odvijata dva procesa: 1. čustveni proces tranzicije para in 2. spremembe drugega reda, ki jih zahteva družina, da bi lahko nadaljevala razvoj. Razveza je po njenem konceptu dolg, kompleksen in počasen proces, ki vsakokrat zahteva soočenje s sedanostjo, da bi bilo mogoče uzreti prihodnost (Čaćinovič Vogrinčič, 1999).

- *Prva faza:* priznanje zloma zakona ali partnerstva. Čustveni procesi v tranziciji para: sodelovanje pri odločitvi ali znova sprejeti obvezo, da nadaljujeta razmerje. Spremembe drugega reda: vzajemno sprejemanje lastnega deleža pri razpadu razmerja.
- *Druga faza:* odločitev za ločitev ali razvezo. Čustveni procesi v tranziciji para: spoznanje enega ali obeh partnerjev, da ni mogoče razrešiti napetosti do take

mere, da bi lahko ostala v razmerju. Potrebne spremembe drugega reda: obojestransko sprejemanje neuspeha zakona. Dogovor o tem, da se zakonska ali zunajzakonska zveza konča z razvezo ali ločitvijo. Upoštevanje otrokovih potreb.

- *Tretja faza:* priprava in načrtovanje izida. Čustveni procesi v tranziciji para: prizadevanje za sposobnost, da si delita odgovornost zdaj in v prihodnosti. Potrebne spremembe drugega reda: sodelovanje in dogovarjanje pri vprašanjih zaupanja otrok in osebnih stikov otroka s staršem. Obravnavanje težav z razširjeno družino in prijatelji.
- *Četrta faza:* ločitev. Čustveni procesi v tranziciji para: zmanjševati navezanost na partnerja in krepitev sostarševskega odnosa. Začeti žalovanje zaradi izgube nedotaknjene družine. Podpirati otrokovo navezanost na drugega roditelja. Potrebne spremembe drugega reda: restrukturiranje partnerskega in starševskega odnosa. Objava odločitve razširjeni družini in drugim.
- *Peta faza:* razveza; pravni proces. Čustveni procesi v tranziciji para: odpovedati se fantazijam o ponovnem združevanju družine. Razreševanje bolečine, jeze, grenkobe ... skozi proces žalovanja. Umakniti čustveno investicijo sebe iz partnerskega odnosa. Potrebne spremembe drugega reda: preveriti odločitve o razvezi na pravnem, finančnem, psihičnem in sostarševskem področju. Ostati povezan z razširjeno družino in drugimi v skupnosti.
- *Šesta faza:* družina po razvezi. Čustveni procesi v tranziciji para: zmožnost, da se ohrani stik z bivšim zakoncem in da se razvijejo sostarševski odnosi. Spoznanje, da se otroci ne razvežejo od staršev in spodbujanje otroka k osebnim stikom z drugim staršem. Priznanje, da lahko bivši partner vzpostavi nove zveze, ki lahko vodijo v ponovno poroko ali zunajzakonsko skupnost. Potrebne spremembe drugega reda: oblikovati fleksibilne odnose, ki omogočajo osebne stike s čim manj konflikti, prestrukturiranje, organizacija dveh ločenih enoroditeljskih gospodinjstev. Ponovno vzpostaviti lastno socialno mrežo in sprejeti partnerjevo socialno mrežo.
- *Sedma faza:* novi začetki. Čustveni procesi v tranziciji para: priznavanje mitov in fantazij o »mačehah, očimih in pastorkah«. Potrebne spremembe drugega reda: priznanje potrebe po sostarševstvu v času, ko še teče čustvena razveza. Spoznanje, da je odnos starš-otrok pred odnosom, ki ga vzpostavlja ponovna poroka.
- *Osma faza:* napor asimilacije. Čustveni procesi tranzicije para: dati nadomestnim staršem otrok čas in prostor, da razvijejo svoje lastne odnose. Potrebne spremembe drugega reda: priznanje žalosti, ljubosumja in konfliktov lojalnosti zaradi izgube družine.
- *Deveta faza:* osvešččenost. Čustveni procesi tranzicije para: ponovna ureditev meja med generacijami in meja med gospodinjstvi. Potrebne spremembe drugega reda: priznanje biološkemu staršu, da ima ključno pozicijo in avtoriteto. Priznanje ponovne poroke in prostora za nadomestne starše.

- *Deseta faza:* restrukturiranje. Čustveni procesi v tranziciji para: mobilizacija težav. Potrebne spremembe drugega reda: preoblikovana razširjena družina sprejema spremembe, ki so potrebne, da dopolnjena družina postane funkcionalna.
- *Enajsta faza:* akcija. Čustveni procesi tranzicije para: za začetek sodelovanja. Potrebne spremembe drugega reda: ustvarjanje novih pravil, ritualov in meja, ki se dosežejo skozi ponovna pogajanja v celotni preoblikovani in razširjeni družinski mreži.
- *Dvanajsta faza:* integracija. Čustveni procesi v tranziciji para: kontakt in intimnost v dopoljnjeni družini. Potrebne spremembe drugega reda: nadomestni strah dosežejo edinstveno vlogo, ki niti ne tekmuje niti ne ogroža vloge bioloških staršev in ki jo sprejema vsa reorganizirana in razširjena družinska mreža. Vloge vključujejo generacijske meje med nadomestnimi starši in otroki.
- *Trinajsta faza:* odločitev za dvojedno družino. Čustveni procesi v tranziciji para: zdržati in spustiti. Potrebne spremembe drugega reda: odpovedati se zadnjemu upanju, da bo mogoče živeti kot enojedna družina. Zmožnost pogajanja o družinskih ritualih in spremembah v stikih in skrbi za otroke.

Bivša partnerja potrebujeta tri do pet let, da uspešno preideta in zaključita proces razveze, transformacije in asimilacije.

## **Psihofiziološki integracijski model nastanka bolezni in biopsihosocialni model zdravja in bolezni**

Razveza zakona in razpad zunajzakonske zveze predstavlja za partnerja hud pretres. Takoj za smrtjo partnerja je to najhujša duševna obremenitev za odrasle.<sup>4</sup> Ločitev je le redko rešitev, s katero sta oba partnerja zadovoljna. Stres deluje na celotno biopsihosocialno naravo človeka. Vse več avtorjev pripisuje stresu ključno vlogo v nastanku somatskih in emocionalnih motenj.

Psihofiziološki integracijski model nastanka bolezni (Adamović, 1984) postavlja v izhodišče emocionalne motnje, ki se prek funkcionalnih motenj in organskih poškodb izražajo s somatskimi simptomi. Adamović daje zanimivo in celovito psihofiziološko razlago nastanka psihosomatske bolezni. Stres se lomi skozi več slojev osebnosti: podedovano (sposobnost organizma, da na dražljaje odgovori močneje ali šibkeje), zgodnja izkustva (dobra ali slaba, skozi naučeni model vedenja, ki je nastal v prej podobnih situacijah), aktualni konflikt (določajo ga dobre in slabe izkušnje ter naučen

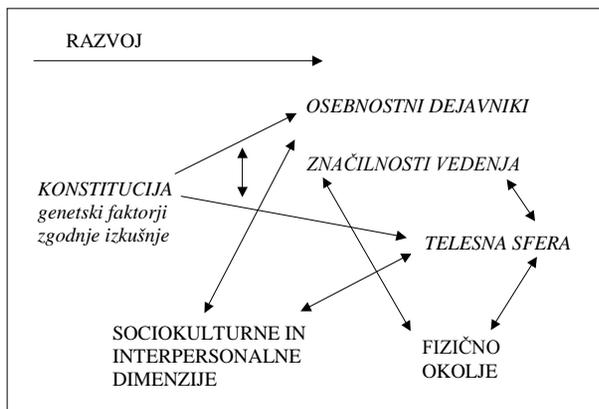
<sup>4</sup> Na lestvici ocene stresnosti raznih dogodkov in življenjskih sprememb (Holmes in Rahe, 1967; po Musek, 1993) se ločitev nahaja na samem vrhu lestvice, takoj za smrtjo zakonskega partnerja. Od možnih 100 obremenitvenih točk kot največja obremenitev, je povprečna ocena ločitve 73. Preprič med zakoncema predstavlja 35 obremenitvenih točk.

vzorec vedenja). Ob zaznavanju stresa se sprožita dva procesa. Prvi gre h korteksu, naproti intelektualnemu doživljanju in obdelavi, druga pa po poti avtonomnega živčnega sistema in sproži spremembe na periferiji. Po drugi poti nastaja psihosomatska motnja ali obolenje. Blokirana je pot k neokorteksu. Kronično vegetativno in endokrino izločanje, ki traja dalj časa, povzroči poškodbo tkiva in psihosomatsko obolenje. K tej poenostavljeni shemi je potrebno dodati še oslABLJENE imunске sposobnosti organizma, preživete infekcije in alergijske predispozicije. Tretji del prizme opredeljuje aktualni konflikt. Tega vsebinsko določajo zgodnje slabe ali dobre izkušnje, naučen model vedenja za razreševanje takih in podobnih situacij. Če je oseba že prej razvila obrazec vedenja za določen stresor, ga bo po avtorjevem mnenju skoraj zanesljivo ponovila.

V zadnjih letih je vedno bolj priznan biopsihosocialni model zdravja in bolezni (Engel, 1980; po Selič, 1999). Le-ta pomeni razširitev vseh predhodnih modelov in poudarja interakcijo med socialnimi, psihičnimi in biološkimi dejavniki, ki sodelujejo pri nastanku, razvoju in zdravljenju neke bolezni. Prav tako upošteva pomen in vlogo vedenja in osebnosti pri ohranjanju zdravja in nastanku bolezni.

Sistemski model je uspel razložiti in ovrednotiti vse ključne dejavnike, ki lahko sodelujejo v patogenezi bolezni, ne da bi se pri tem omejil na izolirane vzroke ali serije linearnih vzročnih dogodkov. Pri razlagi psihosomatskih motenj pa ne bi smeli pripisati prevladujoče vloge delovanju stresnih obremenitev, saj bi na ta način pretirano izpostavili patogenost zunanjih dejavnikov pri pojavljanju omenjenih disfunkcij. Bolj patogena je človekova osebnostna struktura in človekovi ustaljeni vedenjski vzorci. Osebnostna struktura z genetsko določeno dovzetnostjo sta tista predisponirajoča faktorja, od katerih je odvisen patogeni pomen stresorjev. (Selič, 1999)

Namesto razmišljanja o vzrokih bolezni bi bilo potrebno razmišljati, kaj ljudem onemogoča, da bi ostali zdravi. Temelji na splošni teoriji sistemov. Sistem je dinamična entiteta, sestavljena iz komponent, ki so v stalni medsebojni interakciji. Sistem se nenehno spreminja, njegovi deli pa ostanejo v stalni medsebojni zvezi, v smislu pretoka

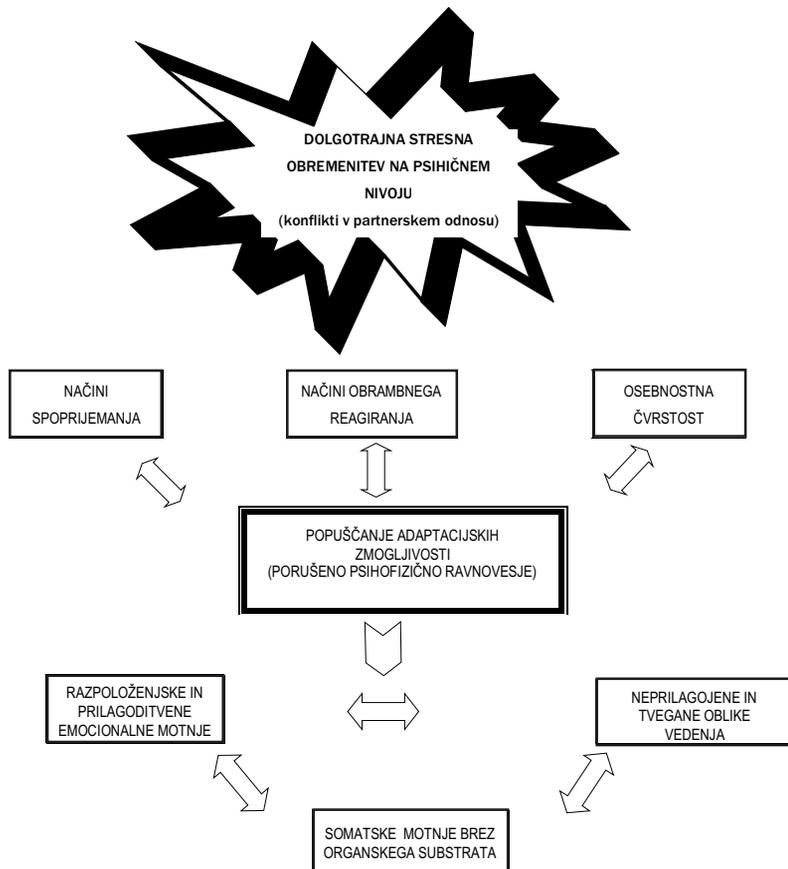


Slika 1: Nelinearni, interakcijski sistemski model za vse bolezni (Leigh, 1983; po Selič, 1999, str.179).

energije, informacij in drugih vsebin. Tudi vloga in pomen zdravja in bolezni se v življenju neke osebe spreminjata. Zato je pojav zdravja in bolezni smiselno razumeti in obravnavati z vidika dinamike in procesa. Tako kot osebnost se tudi zdravje in bolezen razvijata v prepletu procesov razvoja, rasti in zorenja. Vse predhodne stopnje vplivajo na sedanje, te pa na prihodnje. Zdravje in bolezen nista statično stanje, temveč sta proces, ki ga je možno razumeti le v spremenljivem sociokulturnem okviru. Sodobna biopsihosocialna perspektiva je opredelila vlogo vseh treh konstitutivnih dejavnikov: biološke, psihološke in socialne. (Sarafino, 1990; po Selič, 1999)

## Opredelitev problema

V prispevku izhajam iz *psihofiziološkega integracijskega modela nastanka bolezni* (Adamovič, 1984) in *biopsihosocialnega modela zdravja in bolezni* (Engel, 1990; po Selič, 1999). Psihofiziološki model nastanka bolezni v izodišče postavlja emocionalne obremenitve in iz teh izhajajoče emocionalne motnje, ki se preko funkcionalnih motenj organov in organskih sistemov ter organskih poškodb manifestirajo s somatskimi simptomi. Biopsihosocialni model zdravja in bolezni pa poudarja interakcijo med socialnimi, psihičnimi in biološkimi dejavniki, ki sodelujejo pri nastanku in razvoju bolezni. Nastanek, stopnjo in trajanje disfunkcij določajo zunanji in notranji dejavniki in niso odvisne le od delovanja zunanjih stresnih obremenitev, saj bi na ta način pretirano izpostavili patogenost zunanjih dejavnikov. Biopsihosocialni model zdravja in bolezni tako dopolnjuje in nadgrajuje psihofiziološki integracijski model, saj poudarja interakcijo med socialnimi, psihičnimi in biološkimi dejavniki. Predpostavljala sem, da bi sinteza obeh modelov uspešno razložila dogajanje in odzivanje partnerjev v razhajanju. Glede na opredelitev problema sem oblikovala sledečo hipotetično predpostavko: Konflikti v partnerskem odnosu in posledično razpad partnerske zveze predstavljajo dolgotrajno emocionalno obremenitev, kar pomeni dolgotrajno stresno obremenitev na psihičnem nivoju. Obvladovanje dolgotrajne stresne obremenitve izčrpava posameznikove prilagoditvene zmogljivosti, kar privede do porušenega psihičnega in fizičnega ravnovesja ter povzroči emocionalne, vedenjske in somatske motnje. Stopnjo, trajanje in vrsto simptomov v procesu porajanja in v procesu persistiranja pa določajo inter in intrapsihični dejavniki. Interpsihični dejavnik v našem primeru predstavlja konflikt v partnerskem odnosu, od intrapsihičnih dejavnikov pa sem izpostavila načine spoprijemanja z obremenitvami, načine obrambnega odzivanja in osebnostno čvrstost. Delovanje pa je tudi obratno, simptomi po obratni poti krepijo delovanje strategij spoprijemanja, obrambnega vedenja ter partnerjem v razhajanju še bolj utrjujejo občutek ogorčenosti v dani situaciji. Shematski prikaz sinteze psihofiziološkega integracijskega modela nastanka bolezni in biopsihosocialnega modela zdravja in bolezni bi v danem primeru lahko bil sledeč:



Slika 2: Hipotetični model sinteze psihofiziološkega integracijskega modela nastanka bolezni (Adamović, 1984) in biopsihosocialnega modela zdravja in bolezni (Engel, 1980; po Selič, 1999).

## Metoda

### Udeleženci

V začetku bi pojasnila, da sta v študiji izraza »eksperimentalna skupina« in »kontrolna skupina« uporabljena pogojno, zaradi lažjega razumevanja, saj v raziskavi nimamo opraviti s pravim eksperimentalnim raziskovalnim načrtom.

V eksperimentalni skupini je sodelovalo 60 zakoncev, ki so v postopku razveze zakonske zveze. Sodišče po tem, ko zakonci vložijo tožbo ali sporazumni predlog za razvezo zakonske zveze, zaprosi Center za socialno delo, da strokovni delavec opravi

Tabela 1: Numeričen prikaz vzorca.

	ES	KS
Spol		
$N_{\text{moški}}$	30	30
$N_{\text{ženski}}$	30	30
$N_{\text{skupaj}}$	60	60
Povprečna starost v letih		
$M_{\text{moški}}$	37,4	39,0
$M_{\text{ženske}}$	36,8	36,7
$M_{\text{skupaj}}$	37,0	37,8
Izobrazba		
$N_{\text{OŠ}}$	7	7
$N_{\text{IV.}}$	13	13
$N_{\text{V.}}$	29	29
$N_{\text{VI. in VII.}}$	11	11
Povprečno trajanje zakonske zveze v mesecih	163,3	177,3
Povprečno število otrok	1,78	1,97
Povprečno trajanje zakonske krize v mesecih	56,9	-

svetovalni razgovor pred razvezo in poda mnenje, kateremu od staršev naj se zaupajo mladoletni otroci v varstvo, vzgojo in oskrbo. Na svetovalni razgovor pred razvezo so vabljeni zakonci, ki imajo mladoletne otroke. Kontrolno skupino predstavlja 60 zakoncev, ki ocenjujejo svoj partnerski odnos kot zadovoljiv in zakonsko zvezo kot uspešno. Skupini sta izenačeni po spolu, starosti, izobrazbi, številu let zakonske zveze, številu otrok, rojenih v zakonski zvezi, ter urbanem in kulturnem okolju, v katerem živijo.

### Pripomočki in spremenljivke

Zaradi lažjega razumevanja sta z enako utemeljitvijo kot v podpoglavju Udeleženci, pogojno uporabljena tudi izraza »odvisne spremenljivke« in »neodvisne spremenljivke«.

Merski instrument je predstavljala baterija psiholoških testov in vprašalnikov:

1. *Lestvica emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj* (Kričaj Korelc, 2004).
2. *Načini spoprijemanja s stresom (WCQ – I; Folkman in Lazarus, 1988).*
3. *Lestvica emocionalnih stanj (LES; Lamovec, 1988).*
4. *COR-NEX 2.* Za namen raziskave sem vrednotila postavke od 20 do 79, ki se nanašajo na predmet in cilj raziskave (emocionalne in psihosomatske simptome).
5. *Osebnostna čvrstost (HS; Kobasa in Maddi, 1979; po Lamovec, 1994).*
6. *Vprašalnik življenjskega sloga (VŽS; Kellerman, 1980; po Lamovec, 1994).*

V raziskavi so odvisne spremenljivke rezultati na vseh šestih instrumentih, ki so odražale:

- emocionalne motnje
- vedenjske motnje
- somatske motnje
- načine spoprijemanja
- osebnostno čvrstost
- načine obrambnega reagiranja.

Pri odvisnih spremenljivkah emocionalne, vedenjske in somatske motnje sem ugotavljala poleg kvalitativnega še kvantitativni vidik. Glede na kvaliteto sem v raziskavo vključila emocionalne, somatske in vedenjske motnje Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj (kot so opredeljene po Mednarodni klasifikaciji bolezni - ICD10), COR NEX 2 testu ter po Lestvici emocionalnih stanj. Kvantitativni vidik predstavlja moč pojavljanja motenj, izražena s subjektivno oceno moči na samoocenjevalni petstopenjski lestvici (Lestvica vedenjskih, emocionalnih in somatskih motenj ter Lestvica emocionalnih stanj).

Neodvisne spremenljivke so bile kvaliteta partnerskega odnosa (dve vredosti, partnerji v razhajanju in partnerji, ki ocenjujejo svojo partnersko zvezo kot uspešno) ter spol.

### *Oznake spremenljivk*

*Lestvica emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj (Kričaj Korelc, 2004)*

- E – emocionalne motnje
- V – vedenjske motnje
- S – somatske motnje
- VES – splošna emocionalna, vedenjska in somatska obremenjenost
  
- K1 – duševne in vedenjske motnje zaradi škodljivega uživanja alkohola
- K2 – duševne in vedenjske motnje zaradi škodljivega uživanja kofeina
- K3 – duševne in vedenjske motnje zaradi škodljivega uživanja tobaka
- K4 – duševne in vedenjske motnje zaradi škodljivega uživanja več drog in drugih psihoaktivnih snovi
- K5 – zloraba snovi, ki ne ustvarjajo odvisnosti
- K6 – reakcija na hud stres in prilagoditvene motnje
- K7 – somatoformne motnje
- K8 – nevrastenija (utrujenost, upad delovne storilnosti, izčrpanost)
- K9 – motnje prehranjevanja
- K10 – neorganske motnje spanja

- K11 – spolna disfunkcija brez organske osnove
- K12 – motnje navad in nagibov

*Načini spoprijemanja s stresom (WCQ) I; Folkman in Lazarus, 1988)*

- KON – konfrontacija
- DIS – distanciranje
- SAM – samokontrola
- ISP – iskanje socialne pomoči
- SOD – sprejemanje odgovornosti
- BEG – beg/izogibanje
- NRP – načrtno reševanje problema
- PPO - pozitivna ponovna ocena

*Lestvica emocionalnih stanj (LES; Lamovec, 1988)*

- DEP – depresivnost
- ZAD – zadovoljstvo
- AGR – agresivnost
- RAV – ravnodušnost
- POS – pozitivna samoocena
- NES – negativna samoocena

COR-NEX 2

- CE – vsota točk tistih postavk, ki se nanašajo na emocionalne motnje (patološke razpoloženijske reakcije- zlasti depresije, nervoznost in anksioznost, patološke reakcije strahu).
- CS – vsota točk tistih postavk, ki se nanašajo na somatske motnje (nevrocirkulatorni psihosomatski simptomi, psihosomatski simptomi, hipohondrija in astenija, gastrointestinalni psihosomatski simptomi).
- COR – vsota točk vseh postavk

*Osebnostna čvrstost (HS; Kobasa in Maddi, 1979; po Lamovec 1994)*

- ANG – angažiranost
- IZZ – izzvanost
- NAD – nadzor

*Vprašalnik življenjskega sloga (VŽS; Kellerman, 1980; po Lamovec, 1994)*

- ZAN – zanikanje
- REP – represija
- REG – regres

- KOM – kompenzacija
- PRO – projekcija
- INT – intelektualizacija
- REF – reakcijska formacija
- PRE – premeščanje
- SON – splošna obrambna naravnost

## Postopek

*Eksperimentalna skupina.* Zbiranje podatkov eksperimentalne skupine je bilo težavno in je trajalo od leta 2001 do leta 2003. Testno baterijo so izpolnjevali zakonci, ki so prišli po zaprosilu sodišča na Center za socialno delo na svetovalni razgovor pred razvezo. Po opravljenem svetovalnem razgovoru sem zakonca seznanila z namenom raziskave in ju prosila za sodelovanje. Sodelovanje je bilo prostovoljno. Le redki zakonci so se odzvali. Za večino je razveza zakonske zveze prehuda čustvena obremenitev in pomeni zanje vse, kar predstavlja več kot nujno urejanje po uradnih institucijah, dodatno obremenitev in več kot v danem trenutku zmorejo. Zakonec ali zakonca, ki sta pristala na sodelovanje, sta izpolnjevala vsak svojo testno baterijo individualno. Večina preizkušancev, ki so privolili v sodelovanje, je bilo motiviranih za izpolnjevanje, ob tem so se želeli še pogovoriti o lastnih psihičnih obremenitvah razveze. Testiranje je torej preizkušancem omogočilo, da so lahko prejeli še osebno pomoč in opravili osebni svetovalni pogovor.

*Kontrolna skupina.* Podatke sem zbirala v letu 2002. Testno baterijo so izpolnjevali zakonci, ki so predhodno ocenili svoj partnerski odnos kot zadovoljiv in zakonsko zvezo kot uspešno. Izbrani zakonski pari so se ujekali v vseh kontroliranih spremenljivkah zakonskih parov iz eksperimentalne skupine. Pred začetkom testiranja sem zakonca seznanila z namenom raziskave. Sodelovanje je bilo prostovoljno. Zakonca sta izpolnjevala vsak svojo testno baterijo individualno. Skoraj vsi zakonski pari, na katere sem se obrnila, so privolili v sodelovanje in so bili visoko motivirani. Nekateri so se zanimali tudi za rezultate. Veliko zakoncev je dodalo komentar, da je bilo izpolnjevanje zanimivo in koristno tudi za njih same, saj so se na ta način poglobili vase in odkrili nekaj novega o sebi.

Poleg opisnih statistik je bila opravljena še strukturna analiza podatkov. Glede na naravo spremenljivk je bila uporabljena enosmerna analiza variance (multivariatno napovedovanje).

## Rezultati in razprava

Preden bom poskušala v raziskavi dobljene rezultate razložiti v luči doslej znanih teorij, raziskav in stališč, bi želela izpostaviti in podati kritično oceno raziskovalnega projekta v delu, ki se nanaša na zbiranje podatkov. Veliko število parov v razveznem postopku,

na katere sem se obrnila z baterijo merskih inštrumentov, je odklonilo sodelovanje. Le redki zakonci so se odzvali. Smiselno in zanimivo bi bilo ugotoviti motivacijske dejavnike, ki so vplivali na odločitev za ali ne vključitev v raziskavo. Tudi motivacijski dejavniki (ki so ostali nekontrolirani) lahko pomembno vplivajo na dobljene rezultate v smislu, da povzročajo pristranskost vzorca.

Iz tabele 1 so razvidni podatki, da je povprečna starost partnerjev v razhajanju 37 let. Največ oseb ima srednjo strokovno izobrazbo, sledijo osebe s srednjo poklicno izobrazbo in nato z višješolsko, visoko strokovno ali visoko univerzitetno izobrazbo. Najmanj jih je z osnovnošolsko izobrazbo. Povprečno so bili zakonci poročeni trinajst let in pol, najnižje število let zakonske zveze je 3 leta in najvišje 31 let. Krizo v zakonski zvezi so zakonci povprečno doživljali zadnjih štiri do pet let. Največje število otrok ima razvezana družina s štirimi otroki, medtem ko je najnižje število otrok v razvezanih družinah en otrok. Na osnovi dobljenih podatkov lahko opredelimo, da se v raziskavo vključeni zakonci nahajajo v *srednjem obdobju kariere zakoncev* (Požarnik, 1979). V tem obdobju se interesi partnerjev razhajajo in neodvisno razvijajo. Pri enem ali obeh zakoncih se lahko pojavi občutek, da ju zakon utesnjuje in onemogoča osebno rast in močna želja po samostojnosti. V tem obdobju so pogosti ostri in odkriti spori in številni pari se pogovarjajo o razvezi ali ločitvi. To obdobje pa v našem primeru sovпада še z *Eriksonovim obdobjem srednjih let in krizo srednjih let*. To obdobje odrasli doživljajo kot mejo med svojo preteklostjo in prihodnostjo, posameznik usmeri pozornost nase, analizira svoje preteklo ravnanje, življenjski slog, cilje, ki si jih je zastavil in ocenjuje svoje dosežke. Z namenom, da bi čimbolj smiselno, zadovoljno in odgovorno preživel drugo polovico življenja, razmišlja o tem, kaj bo spremenil. To je obdobje skrajne psihološke nestabilnosti, v katerem posameznik oblikuje pomembne odločitve in ima precejšen vpliv na nadaljnji potek dogodkov v življenju.

Do razpada partnerskega odnosa je torej pri večini zakoncev prišlo v zelo težavnem obdobju življenja, v katerem se kot posameznika in partnerja srečujeta s pomembnimi prelomnicami in z njimi povezanimi razvojnimi krizami v osebno in partnerskem odnosu. Zakonci se lahko razvežejo v obliki tožbe za razvezo zakonske zveze, katero poda eden od zakoncev, ali razvezo zakonske zveze sporazumno predlagata oba zakonca. Največ razvez je v obliki tožb, katere podajo žene (67%), sporazumnih predlogov je le 10%. Podobno razmerje ugotavljajo tudi Ameriške raziskave.

Teme konfliktov so različne, kakor so tudi razlogi za razvezo zakonske zveze različni in multipli. Raziskava je potrdila, da je najpogostejši vzrok za razvezo *značajska različnost partnerjev* (37 %), ki se je skozi leta skupnega življenja poglobljala in postajala vse bolj transparentna. Sicer pa je pojem značajska različnost zelo širok in zajema različnosti na več področjih ter nivojih življenja in delovanja partnerjev. Naslednja najpogostejša razloga sta še *nezvestoba partnerja* (27 %) in *odtujitev* (25 %). Partnerja zaradi vse večjega razhajanja in odtujevanja izgubljata stik ter eden ali oba iščeta nova zanimanja, novo veljavo in osebno izpolnitev zunaj zakona. Potrebo po tem, da bi zbežala iz razmerja, poleg nezvestobe predstavljajo še *prekomerna*

Tabela 2 : Prikaz razlik med preizkušanci kontrolne in eksperimentalne skupine v aritmetičnih sredinah spremenljivk vprašalnika WCQ I., Lestvice emocionalnih stanj, COR NEX 2, Vprašalnika osebnostne čvrstosti, Vprašalnika življenjskega sloga in Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj

Sprem.		SS	df	MS	F	p
KON	BG	300,833	1	300,833	32,458	0,000
	WG	1093,667	118	9,268		
	Total	1394,500	119			
DIS	BG	36,300	1	36,300	3,631	0,059
	WG	1179,667	118	9,997		
	Total	1215,967	119			
SAM	BG	264,033	1	264,033	23,184	0,000
	WG	1343,833	118	11,388		
	Total	1607,867	119			
ISP	BG	576,408	1	576,408	31,761	0,000
	WG	2141,517	118	18,148		
	Total	2717,925	119			
SOD	BG	19,200	1	19,200	4,438	0,037
	WG	510,500	118	4,326		
	Total	529,700	119			
BEG	BG	210,675	1	210,675	17,220	0,000
	WG	1443,650	118	12,234		
	Total	1654,325	119			
NRP	BG	1,875	1	1,875	0,147	0,702
	WG	1503,117	118	12,738		
	Total	1504,992	119			
PPO	BG	255,208	1	255,208	17,800	0,000
	WG	1691,783	118	14,337		
	Total	1946,992	119			
DEP	BG	190,008	1	190,008	5,406	0,022
	WG	4147,783	118	35,151		
	Total	4337,792	119			
ZAD	BG	195,075	1	195,075	3,329	0,071
	WG	6914,517	118	58,598		
	Total	7109,592	119			
AGR	BG	11,408	1	11,408	0,416	0,520
	WG	3236,517	118	27,428		
	Total	3247,925	119			
RAV	BG	37,408	1	37,408	4,695	0,032
	WG	940,183	118	7,968		
	Total	977,592	119			
POS	BG	25,208	1	25,208	1,641	0,203
	WG	1812,117	118	15,357		
	Total	1837,325	119			
NES	BG	52,008	1	52,008	7,709	0,006
	WG	796,117	118	6,747		
	Total	848,125	119			
CE	BG	116,033	1	116,033	8,746	0,004
	WG	1565,433	118	13,266		
	Total	1681,467	119			
CS	BG	54,675	1	54,675	2,118	0,148
	WG	3045,917	118	25,813		
	Total	3100,592	119			
COR	BG	300,833	1	300,833	4,415	0,038
	WG	8040,633	118	68,141		
	Total	8341,467	119			
ANG	BG	15,408	1	15,408	0,945	0,333
	WG	1924,917	118	16,313		
	Total	1940,325	119			
IZZ	BG	120,000	1	120,000	7,030	0,009
	WG	2014,367	118	17,071		
	Total	2134,367	119			
NAD	BG	210,675	1	210,675	1,953	0,165
	WG	2731,917	118	107,898		
	Total	2942,592	119			
ZAN	BG	12,033	1	12,033	3,243	0,074
	WG	437,833	118	3,710		
	Total	449,867	119			
REP	BG	0,833	1	0,833	0,195	0,660
	WG	505,033	118	4,280		
	Total	505,867	119			
REG	BG	23,300	1	23,300	4,029	0,047
	WG	711,667	118	6,031		
	Total	735,967	119			

Sprem.		SS	df	MS	F	Sig.
KOM	BG	3,675	1	3,675	1,037	0,311
	WG	418,317	118	3,545		
	Total	421,992	119			
PRO	BG	8,333E-03	1	8,333E-03	0,003	0,960
	WG	390,783	118	3,312		
	Total	390,792	119			
INT	BG	4,408	1	4,408	1,328	0,251
	WG	391,583	118	3,319		
	Total	395,992	119			
REF	BG	1,200	1	1,200	0,317	0,575
	WG	446,767	118	3,786		
	Total	447,967	119			
PRE	BG	1,875	1	1,875	0,656	0,419
	WG	337,117	118	2,857		
	Total	338,992	119			
SON	BG	252,300	1	252,300	3,765	0,055
	WG	7907,400	118	67,012		
	Total	8159,700	119			
V	BG	6765,008	1	6765,008	47,632	0,000
	WG	16759,117	118	142,026		
	Total	23524,125	119			
E	BG	6307,500	1	6307,500	47,333	0,000
	WG	15724,367	118	133,27		
	Total	22031,867	119			
S	BG	6035,008	1	6035,008	21,308	0,000
	WG	33420,117	118	283,221		
	Total	39455,125	119			
VES	BG	53509,633	1	53509,633	45,490	0,000
	WG	138803,17	118	1176,298		
	Total	192312,80	119			
K1	BG	37,408	1	37,408	34,508	0,000
	WG	127,917	118	1,084		
	Total	165,325	119			
K2	BG	12,033	1	12,033	10,405	0,002
	WG	136,467	118	1,156		
	Total	148,500	119			
K3	BG	25,208	1	25,208	17,417	0,000
	WG	170,783	118	1,447		
	Total	195,992	119			
K4	BG	7,500E-02	1	7,500E-02	3,105	0,081
	WG	2,850	118	2,415E-02		
	Total	2,925	119			
K5	BG	3,333	1	3,333	8,813	0,004
	WG	44,633	118	0,378		
	Total	47,967	119			
K6	BG	6307,500	1	6307,500	47,333	0,000
	WG	15724,367	118	133,257		
	Total	22031,867	119			
K7	BG	3434,700	1	3434,700	14,811	0,000
	WG	27363,967	118	231,898		
	Total	30798,667	119			
K8	BG	364,008	1	364,008	59,182	0,000
	WG	725,783	118	6,151		
	Total	1089,792	119			
K9	BG	226,875	1	226,875	21,609	0,000
	WG	1238,917	118	10,499		
	Total	1465,792	119			
K10	BG	452,408	1	452,408	17,257	0,000
	WG	3093,517	118	26,216		
	Total	3545,925	119			
K11	BG	554,700	1	554,700	37,590	0,000
	WG	1741,267	118	14,756		
	Total	2295,967	119			
K12	BG	7,500	1	7,500	10,327	0,002
	WG	85,700	118	0,726		
	Total	93,200	119			

*odsotnost partnerja od doma (6 %), zatekanje v delo (12 %) in alkoholna zasvojenost (6%).* Navedeno je le preusmeritev pozornosti ter odklon od resničnega iskanja rešitve zakona. Ob tem se pojavljajo huda nesoglasja, v katerih partnerja branita vsak svojo na novo odkrito vlogo. Zelo pogosto je tudi *psihično in fizično nasilje s strani partnerja (12 %).*

### **Razlike med skupinama partnerjev v razhajanju in partnerjev z uspešno partnersko zvezo**

Rezultati tabele 2 kažejo, da se osebe s težavami v partnerskem odnosu odzivajo z *emocionalnimi, vedenjskimi in somatskimi motnjami* pomembno pogosteje in pomembno močnejše kot osebe, ki ocenjujejo svoj partnerski odnos kot uspešen. Prav tako je razvidno, da partnerji v razhajanju dosegajo statistično pomembno višje rezultate od partnerjev v uspešni partnerski zvezi v vseh kategorijah Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj, še posebej izstopata kategoriji »reakcija na hud stres in prilagoditvene motnje« ter »somatoformne motnje«, ki dejansko zajemata in opisujeta največ emocionalnih in somatskih motenj. Tabela 2 nam kaže, da se skupini preizkušancev statistično pomembno razlikujeta tudi v dimenzijah depresivnost, ravnodušnost in negativna samoocena Lestvice emocionalnih stanj. Visoka stopnja napetosti ustvari pogoje, v katerih organizem postopno izgublja svojo naravno odpornost ter zdrsne v psihofiziološke odzive. Psihofiziološki odziv na ta način pomaga razbremeniti človekovo zavest, omili ostrino konflikta ter prinese s simptomi odlog rešitve (Selič, 1994). Osebe obeh spolov, ki se razvezujejo, subjektivno močno doživljajo emocionalna stanja z negativnim hedonskim tonom in manifestirajo kvalitativno in kvantitativno več razpoloženjskih in prilagoditvenih emocionalnih motenj kot reakcijo na stresno dogajanje. Prav tako se bolj neprilagojeno in tvegano vedejo z namenom, da bi lajšale in sproščale psihofizično napetost, ki se pojavlja kot rezultat dolgotrajne stresne obremenitve na psihičnem nivoju. Se tudi močnejše odzivajo s somatskimi motnjami brez organske osnove in določljivih telesnih povzročiteljev kot način preobrazbe inter in intrapsihičnega konflikta v telesni odziv.

Tabela 3 nam prikazuje, katerih pet simptomov iz Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj so posamezne skupine preizkušancev najpogosteje izbrale. Simptomi so pri vsaki skupini preizkušancev navedeni po vrstnem redu pogostosti pojavljanja. Iz tabele 3 je razvidno, da so partnerji v razhajanju od vseh emocionalnih, vedenjskih in somatskih simptomov najpogosteje izbirali simptome, ki označujejo predvsem *emocionalne motnje*, in sicer pogosto nihanje razpoloženja, zaskrbljenost, potrnost, razdražljivost, čustvene izbruhe, občutke krivde in strah. Vsi opisani simptomi se pri partnerjih v razhajanju pojavljajo opazno pogosteje kot pri partnerjih, ki so s svojo partnersko zvezo zadovoljni.

Kot je razvidno iz rezultatov se zakonci v razveznem postopku najpogosteje čutijo *zaskrbljeni*. Zaskrbljenost je »... vrsta strahu pred okoliščinami, v katere

Tabela 3: Število izbir najpogosteje izbranih simptomov Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj po posameznih skupinah preizkušancev.

	KS	ES	KS - ženske	KS - moški	ES - ženske	ES - moški
<i>N</i>	60	60	30	30	30	30
simptom 1	35	53	18	17	27	26
simptom 2	29	48	15	16	24	24
simptom 3	29	47	14	14	24	24
simptom 4	28	44	13	14	22	24
simptom 5	26	42	12	14	22	23
simptom 6	-	-	-	-	22	-

Legenda:

1. KS (*simptom 1*= zaskrbljenost, *simptom 2*=pogosto nihanje razpoloženja, *simptom 3*=potrtost, *simptom 4*=razdražljivost, *simptom 5*=težave z nespečnostjo)
2. ES (*simptom 1*=pogosto nihanje razpoloženja, *simptom 2*=potrtost, *simptom 3*=zaskrbljenost, *simptom 4*=razdražljivost, *simptom 5*=občutek krivde)
3. KS - ženske (*simptom 1*=zaskrbljenost, *simptom 2*=potrtost, *simptom 3*=razdražljivost, *simptom 4*=pogosto nihanje razpoloženja, *simptom 5*=bolečine v želodcu)
4. KS - moški (*simptom 1*=zaskrbljenost, *simptom 2*=pogosto nihanje razpoloženja, *simptom 3*=nemirno spanje, *simptom 4*=potrtost, *simptom 5*=razdražljivost)
5. ES - ženske (*simptom 1*=pogosto nihanje razpoloženja, *simptom 2*=zaskrbljenost, *simptom 3*=potrtost, *simptom 4*=občutek krivde, *simptom 5*=čustveni izbruhi, *simptom 6*=strah)
6. ES - moški (*simptom 1*=pogosto nihanje razpoloženja, *simptom 2*=prekomerno pitje alkoholnih pijač, *simptom 3*=potrtost, *simptom 4*=razdražljivost, *simptom 5*=zaskrbljenost).

oseba nima uvida in kontrole ter bi te okoliščine lahko ogrozile njegove vrednote in njega samega ...» (Milivojević, 2000, str.493). Bistvo zaskrbljenosti je v mobilizaciji energije za tiste akcije v sedanosti, ki bodo preprečile, zmanjšale ali preložile predpostavljen negativen izid, oziroma v sedanosti najde najboljšo rešitev za nastali problem. Oseba je zaskrbljena, da ga bodo dogodki, nad katerimi nima popolne kontrole, presenetili in izzvali neprijetne posledice. Oseba, ki je zaskrbljena, se preokupira z mentalnimi predstavami o objektu svoje zaskrbljenosti, pozitivni element tega pa je v tem, da oseba išče rešitve problema.

Prisoten *strah* pri osebah v razveznem postopku nam pove, da je oseba v situaciji, za katero ni dovolj dobro pripravljena in presega njene zmožnosti. Milivojević (2000) navaja, da ima strah v evolutivnem smislu funkcijo preživetja, samozaščite in zaščite vrednostnega sistema. Včasih se strah telesno reprezentira. V tem primeru govorimo o somatiziranem strahu, saj se pojavlja njegova somatska komponenta. V somatizaciji (Overback; po Kobal, 1993) lahko najdemo tudi povezavo med obrambnim reagiranjem in somatskimi odzivi, saj lahko pomeni zatekanje k telesnemu simptomu način nezrele obrambe. Somatizacija osebi omogoča, da svoje psihične stiske razrešuje v obliki somatskih simptomov. Preko telesnih simptomov posameznik odvaja notranjo napetost in mu služi kot obramba pred osebnostnim razpadom. Somatizacija se lahko razvije v psihosomatsko motnjo ali obolenje. Pri partnerjih v razveznem postopku se

sprožajo socialni strahovi, od katerih sta najpogostejša separacijski strah in strah pred zavrženostjo. Odrasla oseba s separacijskim strahom izraža simbiotski odnos s svojimi starši ali v kolikor se ji je uspelo odtrgati iz simbioze, se poskuša simbiotično povezati s partnerjem, ob katerem se bo počutila varno in bo prevzel odgovornost zanjo. Separacijski strah v teh partnerskih zvezah pri osebi sproža vsakršna situacija, ki ima značaj razhajanja ali zapuščenja. Separacijski strah je komponenta depresije, ki se pojavi kot reakcija na izgubo pomembnega drugega. Strah pred zavrženostjo izvira iz strahu pred samim seboj, saj ima oseba predstavo o sebi kot o inferiornem bitju. Verjame, da bo, v kolikor bo naredila nekaj neadekvatnega, zavržena s strani partnerja (eksternaliziran samoprezir).

Milivojević (2000) opisuje, da je osnovni kontekst depresije izguba, zato je depresija povezana z žalostjo. »Oseba čuti žalost v situacijah, v katerih ocenjuje, da je neupravičeno izgubila nekoga ali nekaj, kar je imelo zanjo visoko vrednost« (Milivojević, 2000, str.598) Izgubljeni objekt je za osebo vedno pomemben in internaliziran. Vanj je oseba veliko investirala. Kronična žalost je mogoča zaradi vzdrževanja specifičnih misli in predstav ter preokupacije osebe z izgubljenim objektom. Izguba prizadene osebo v njenem bistvu in ni sposobna osmisliti nadaljnje življenje brez izgubljenega objekta. Ker je izgubljena oseba ne le zunanji temveč tudi notranji objekt, lahko razumemo žalost kot osnovno čustvo ob razpadu partnerskega odnosa. V trenutku, ko zveza razpade in je partner izgubljen, se mora notranji, intrapsihični svet osebe prilagoditi novo nastali situaciji in prisiljuje osebo k reorganizaciji svojega notranjega sveta. Proces ločevanja od notranjega objekta, ki ne obstaja več v zunanjem svetu, imenujemo žalovanje. Ob tem oseba izraža še druge značilnosti, kot so nespečnost, pomanjkanje aktivnosti, izguba energije, kronična utrujenost, občutki krivde, samomorilne misli, motnje prehranjevanja in še številne druge simptome. Praper (1999) razlikuje depresijo od žalovanja po tem, da depresija ni proces. Žalovanje se izteče in preneha, depresija ostaja. Patološke depresivne reakcije se pojavljajo pri tistih partnerjih, ki so imeli predhodne negativne izkušnje separacije ter pri osebah, pri katerih ego ni v stanju, da s sintetično in integrativno funkcijo izpelje intrapsihično adaptacijo.

### **Zakaj je proces žalovanja v ločitvenem procesu pomemben?**

Oseba prestrukturira svoj vrednostni sistem, saj se loči od nekoga, ki mu je bil zelo pomemben (mora se psihično razvezati, da se lahko ponovno veže) ter se prilagodi novi situaciji. S tem skozi proces utrdi obstoječo socialno mrežo (izražanje žalosti je klic po sočustvovanju in iskanju utehe). Da lahko žalost in žalovanje označimo kot adekvatno, mora biti intenzivnost žalosti v skladu z značajem izgube, izražanje žalosti mora biti socialno sprejemljiva ter dolžina žalovanja v skladu s kulturnimi normami. Engel, Lindemann in Clayton (1974; po Selič, 1999) so opisali potek procesa žalovanja, ki navadno doseže vrhunec v četrtem mesecu po izgubi. Večina simptomov, povezanih z žalovanjem, izzveni pri 85% oseb po preteku enega leta. Proces normalnega žalovanja naj bi trajal približno leto dni. Za razliko od smrti partnerja, kjer je izguba dejanska,

Tabela 4: Povprečne vrednostne moči pojavljanja telesnih simptomov za pet najmočnejše izraženih telesnih simptomov Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj po posameznih skupinah preizkušancev.

	KS	ES	KS - ženske	KS - moški	ES - ženske	ES - moški
<i>N</i>	60	60	30	30	30	30
simptom 1	0,68	1,1	0,77	0,6	1,43	0,96
simptom 2	0,48	0,93	0,47	0,5	1,3	0,83
simptom 3	0,33	0,93	0,43	0,23	1,17	0,83
simptom 4	0,31	0,88	0,43	0,2	1,13	0,77
simptom 5	0,25	0,82	0,33	0,2	1,03	0,77

*Legenda:*

1. preizkušanci kontrolne skupine (*simptom 1*=bolečine v želodcu, *simptom 2*= povečano potenje, *simptom 3*= razbijanje srca, *simptom 4*=pogosti ali trajni glavoboli, *simptom 5*=tresenje rok)
2. preizkušanci eksperimentalne skupine (*simptom 1*=bolečine v želodcu, *simptom 2*= razbijanje srca, *simptom 3*=prebavne težave, *simptom 4*= povečano potenje, *simptom 5*=pogosti ali trajni glavoboli)
3. ženske kontrolne skupine (*simptom 1*=bolečine v želodcu, *simptom 2*=povečano potenje, *simptom 3*=pogosti ali trajni glavoboli, *simptom 4*=razbijanje srca, *simptom 5*=grizenje nohtov)
4. moški kontrolne skupine (*simptom 1*=bolečine v želodcu, *simptom 2*=povečano potenje, *simptom 3*=razbijanje srca, *simptom 4*= tresenje rok, *simptom 5*=prebavne težave)
5. ženske eksperimentalne skupine (*simptom 1*=bolečine v želodcu, *simptom 2*=zbadanje v prsih, *simptom 3*=razbijanje srca, *simptom 4*=pogosto obolevanje za različnimi boleznimi in poškodbami, *simptom 5*=pogosti ali trajni glavoboli)
6. moški eksperimentalne skupine (*simptom 1*= prebavne težave, *simptom 2*=povečano potenje, *simptom 3*=škrtanje z zobmi, *simptom 4*= bolečine v želodcu, *simptom 5*=grizenje nohtov).

trenutna in enoznačna, pa lahko pri razvezi in ločitvi partnerji doživijo oziroma začutijo izgubo v različnih obdobjih procesa razveze. Ta izguba ni trenutna. Kljub temu žalovanje ob tovrstni izgubi kaže podobne zakonitosti kot ob smrti partnerja.

Rezultati naloge kažejo, da so pri partnerjih v razhajanju pogosti občutki krivde. Partner lahko s svojo žalostjo ali depresijo povzroča v drugem občutke krivde zaradi nastale situacije ne glede na to, da je bilo skupno življenje nevzdržno in nekvalitetno. Milivojević (2000) razlaga, da bi oseba mogla občutiti krivdo, mora v procesu socializacije razviti osebnostno strukturo, ki to omogoča in vsebuje socialne norme in vrednote. Občutek krivde v strukturi osebnosti se nanaša na tisti del osebnosti, ki vsebuje samoobtoževanje. Pri tem del osebnosti samoobtožuje, drugi del pa trpi občutek krivde. Občutki krivde imajo funkcijo samokaznovanja. Osebe, ki na odnosne konflikte odreagirajo z občutki krivde, so se v preteklosti naučile prevzemati odgovornost za neljube dogodke nase. Selič in Umek (1994) ugotavljata, da gre pri osebah z občutki krivde pogosto tudi za psihosomatske odzive.

Tabela 4 nam prikazuje, katerih pet *telesnih simptomov* iz Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj je pri posameznih skupinah preizkušancev najmočnejše izraženih. Simptomi so pri vsaki skupini preizkušancev navedeni po vrstnem redu moči pojavljanja. Tabela 4 nam kaže, da se pri osebah s težavami v partnerskem

odnosu od *telesnih simptomov* najmočneje izražajo bolečine v želodcu, sledijo še razbijanje srca in zbadanje v prsih, prebavne težave, povečano potenje, pogosti ali trajni glavoboli, tresenje rok, obolevanje za različnimi boleznimi in poškodbami, grizenje nohtov in škrtanje z zobmi. Tudi tukaj vidimo, da se pri partnerjih v razhajanju opisani simptomi opazno močneje izražajo kot pri partnerjih v uspešnih partnerskih zvezah. Poleg tega iz tabele 2 vidimo, da je za eksperimentalno skupino značilna še utrujenost, upad delovne storilnosti in izčrpanost, neorganske motnje spanja ter spolne disfunkcije brez organske osnove. Glavna značilnost teh telesnih simptomov je njihovo pogosto pojavljanje brez organske osnove in so pokazatelj, da stresna doživetja prizadenejo imunski sistem ter psihično in telesno odpornost človeka. Ammon (1978; po Rojšek, 1990) v zvezi s tem razlaga, da ima simptom preventiven pomen in prepreči dezintegracijo posameznikove osebnosti. Kadar osebnosti grozi nevarnost, simptom telesne bolezni posamezniku omogoči, da se brani na drugem nivoju in ohrani identiteto in integriteto. Po drugi strani pa je potrebno upoštevati še ugotovitev Adamoviča (1984), da psihosomatski odziv varuje samospoštovanje in je tudi socialno sprejemljiv, kar nudi osebi posredno ali neposredno socialno zaščito.

*Gastrointestinalne in črevesne težave* so močno povezane s čustvenima stanjema sovražnosti in zamerljivosti. Stres je pomemben dejavnik v patogenezi teh motenj. Bolečine v želodcu se navadno razvijejo pri osebah, pri katerih je ogroženo samospoštovanje, prebavne in črevesne tegobe pa izražajo osebe, ki so doživele izgubo in so se znašle v manj varni življenjski situaciji (Rakovec Felser, 1991).

Tudi *kardiovaskularne težave* oseb s težavami v partnerskem odnosu smo pričakovali. Sarafino (1990; po Selič, 1995) je ugotovil povezavo med negativnim stresom, psihofizičnimi težavami in motnjami, kot so depresija, anksioznost s psihosomatskimi obolenji. Emocionalno vzbujenje se še posebej močno odraža v delovanju srca in ožilja, saj se povezuje z delovanjem simpatičnega dela avtonomnega živčnega sistema, ki povzroča zvišanje krvnega pritiska in pospešuje utrip srca.

*Glavoboli* so ena najpogostejših vrst bolečin, ki jo povzročajo predvsem stresne obremenitve. Luban-Plozza, Poeldinger in Kroeger (1993; po Selič, 1999) so opisali psihosocialno polje možnega pojavljanja kroničnega glavobola:

- glavobol kot psihosomatski odziv na akutni konflikt;
- slaba čustvena prilagojenost;
- kot odgovor na ponavljajoče se stresne obremenitve;
- kot psihosomatski simptom ob endogenih psihozah.

Potek motnje je kroničen in valujoč ter je pogosto povezan z razdorom v socialnem, medosebnem in družinskem življenju.

*Pogosto pojavljanje različnih bolezni in poškodb* se nanaša na kateri koli telesni del ali sistem. Potek motnje je kroničen in valujoč ter je pogosto povezan z razdorom v socialnem, medosebnem in družinskem življenju. Sarafino (1990; po Selič, 1995) v svojih raziskavah poroča, da se ljudje, ki doživijo hudo stresno obremenitev

vedejo bolj tvegano in na načine, ki povečujejo verjetnost bolezni in poškodb.

Sarafino (1990; po Selič, 1999) tudi ugotavlja, da se v situaciji, ko se počutimo nemočni, neuspešni, poraženi in prizadeti, raven testosterona zniža, kar znižuje motivacijo za spolno aktivnost ter aktivnost nasploh. Torej lahko močan odziv *nevrastenije* (kamor sodijo utrujenost, upad delovne storilnosti in izčrpanost, kar se odraža pri duševnem naporu in že po manjšem fizičnem naporu in obvladovanju vsakodnevnih dolžnosti) in *spolnih disfunkcij brez organske osnove* (spolna odzivnost je psihosomatsko dogajanje, vzročni dejavnik motnje pa predstavlja udeleženosť psihogenih dejavnikov) pri osebah, ki se razvezujejo, razložimo z motenim delovanjem endokrinega sistema.

*Neorganske motnje spanja* so gotovo odraz zaskrbljenosti partnerjev s težavami v zakonskem odnosu. Partnerji so preokupirani z mentalnimi predstavami o objektu svoje zaskrbljenosti. Ta zožena pozornost in zavest se odražata v celotnem človekovem življenju in med drugimi motnjami funkcioniranja povzročata tudi nespečnost.

*Grizenje nohtov in škrtanje z zobmi*, ki je značilno za moške s težavami v partnerskem odnosu, opisujeta motniji vedenja, ki nista povezani s telesnimi motnjami, sta pa omejeni na specifične dele telesa in sta časovno tesno povezani z dogodki in problemi stresnega dogajanja. Grizenje nohtov in škripanje z zobmi sta po naravi podobni motniji in nakazujeta nakopičene agresivne napetosti ter služita kot ventil za sproščanje le-te, še posebej takrat, ko je aktivnost na nek način blokirana. Ti dve navadi označuje samokaznovanost, avtoagresivnost, kot da gre za strah pred posledicami, če bi oseba obrnila agresivnost navzven. Simboliko lahko razumemo tako, da oseba ustavi možnost, da bi nohte (kremplje) uporabil za praskanje v borbi, zato jih pogriže. Gre za regresivno vedenje, infantilno-oralno agresivnost. (Praper, 1992)

Iz tabele 2 je razvidno, da *tvegane načine vedenja* naših preizkušancev s težavami v partnerskem odnosu predstavljajo prekomerno uživanje alkohola, kofeina, tobaka, snovi, ki ne ustvarjajo odvisnosti ter še motnje prehranjevanja in prekomerno zatekanje k igram na srečo. Sarafino (1990; po Selič, 1995) in Baer in sodelavci (1987; po Selič, 1994) ugotavljajo, da emocionalne stresne obremenitve spodbudijo povečano uživanje alkoholnih pijač, tobaka in kofeina. Konzumacija alkohola je po mnogih avtorjih dober prediktor, ki povečuje tveganje za določene bolezni.

Prav tako je iz tabele 2 mogoče ugotoviti, da osebe v razhajanju v dani situaciji pomembno močneje in bolj pogosto uporabljajo vse razpoložljive *strategije spoprijemanja* s stresom kot osebe v uspešni partnerski zvezi. Med vsemi načini spoprijemanja s stresom pri osebah v razveznem postopku še posebej izstopajo konfrontacija, samokontrola, iskanje socialne pomoči, beg, pozitivna ponovna ocena in sprejemanje odgovornosti. Raziskava, ki so jo izvedli Folkamn, Lazarus in Dunkel-Schetter (Folkman in Lazarus, 1988), je ocenjevala odnos med tem, kaj je bilo v nevarnosti (primarna ocena), možnostmi za spoprijemanje (sekundarna ocena) ter osem tipov spoprijemanja. Ugotovitve raziskovalcev se ujemajo z našimi dobljenimi rezultati, in sicer, da v primeru grožnje samospoštovanja (kar razpad partnerske zveze tudi doprinese) preizkušanci uporabljajo več konfrontacije, samokontrole, sprejemanja odgovornosti in bega. Spoprijemanje je bilo odvisno tudi od sekundarne ocene. Če so

menili, da je situacijo možno spremeniti in če so upali na ugoden izid njihovega ogroženega samospoštovanja, so sprejemali več odgovornosti, uporabljali več konfrontacije, načrtnega reševanja problema ter pozitivne ponovne ocene. Vsi pravkar navedeni načini spoprijemanja so najpogosteje in najmočnejše izraženi pri partnerjih v razhajanju, iz česar lahko sklepamo, da se osebe ob konfliktih v partnerskih odnosih sicer čutijo osebno ogroženi, vendar pa hkrati ocenjujejo, da je situacijo možno spremeniti in vidijo sprejemljive izhode iz dane kritične situacije.

Iz tabele 2 vidimo, da se skupini partnerjev v razhajanju in partnerjev v uspešni partnerski zvezi statistično pomembno razlikujeta le v *obrambnem slogu* regresija. Na prvi pogled rezultat preseneča, saj sem pričakovala, da bodo osebe v razveznem postopku močnejše in bolj raznovrstno aktivirale obrambne mehanizme. Vendar vemo, da se omenjeni obrambni mehanizem pojavlja v razvojnih krizah. Razlika potrjuje, da je razveza zakonske zveze posledica razvojne krize, krize v osebnem razvoju in razvoju partnerstva.

Kakšen bo odziv na stresor je odvisno tudi od *osebnostne čvrstosti* (Kobasa, 1982; po Lamovec 1994), ki zajema občutke odgovornosti, visoko stopnjo kontrole, pravičnost in odpornost na izzive, občutek povezanosti in skladnosti, podprt z vero v lastno kompetentnost in smiselnost svojega ravnanja ter željo po napredovanju. V tabeli 2 vidimo, da se v osebnostni čvrstosti partnerji v razhajanju od uspešno poročenih oseb pomembno razlikujejo le v *izzivu*. Osebe, ki se razvezujejo, pomembno bolj odosno problematiko in življenjske spremembe ob tem doživljajo kot distress in jih pojmujejo kot ogrožujoče. Seveda je razumljivo, da je osebnostna čvrstost oseb, ki se razvezujejo, »na udaru« in da se dejansko v dani situaciji počutijo psihično, nekateri pa celo fizično, ogroženi.

Osebnostna čvrstost deluje kot mediator stresa in povečuje uporabo uspešnih strategij spoprijemanja, hkrati naj bi neposredno zmanjševala stres. Zato jo lahko pojmujejo kot pomemben varovalni dejavnik psihofizičnega stanja posameznika. (Hobfoll in Walfisch, 1986; po Selič, 1999).

## Razlike med spoloma

Iz tabele 5 je razvidno, da je v rezultatih spremenljivk moških in žensk kontrolne skupine več podobnosti kot razlik, medtem ko so razlike med spoloma eksperimentalne skupine dinamične in razgibane. Moški in ženske različno sprejemajo in se odzivajo na razvezo zakonske zveze in transformacija posameznika skozi razvezo se pri ženskah in moških v nekaterih značilnostih odvija različno. Iz tabele 3, tabele 4 ter tabele 5 je mogoče ugotoviti, da se *ženske* močnejše emocionalno in somatsko odzivajo, odreagirajo pomembno bolj depresivno in se negativno samoocenjujejo. Zanje je značilno zbadanje v prsih, pogosto obolevanje za različnimi boleznimi, spolne disfunkcije brez organske osnove in zloraba snovi, ki ne ustvarjajo odvisnosti. Ženske se spoprijemajo z odnosnimi težavami neposredno in aktivno in se pomembno pogosteje kot moški zatekajo h konstruktivnim in na problem usmerjenim strategijam (konfrontacija in iskanje socialne

pomoči), uporabljajo zrelejše in bolj sofisticirane obrambne mehanizme (reakcijska formacija) in izkazujejo več nadzora nad trenutno življenjsko situacijo. Več nadzora pomeni prepričanje, da lahko oseba vpliva na življenjske dogodke. Z reakcijsko formacijo ženske v razveznem postopku odklanjajo nagonsko. Najpogosteje je povezana z zaviranjem seksualnih impulzov. Morda ravno zaradi delovanja obrambnega mehanizma reakcijska formacija ženske v razveznem postopku močnejše kot moški izkazujejo spolne disfunkcije brez organske osnove. *Moški* razvezo sprejemajo pomembno bolj ravnodušno in agresivno, značilno zanje je grizenje nohtov in škrtanje z zobmi in se zatekajo v prekomerno pitje alkohola ter k igram na srečo. Moški se pomembno pogosteje distancirajo in se skušajo kognitivno odmakniti od težav v družini, ohraniti neodvisnost ter minimalizirati pomen problema. Distanciranje sodi v skupino nekonstruktivnih ter na čustva usmerjenih načinov spoprijemanja. Moški z represijo in zanikanjem skušajo odstraniti ogrožujoče vsebine iz zavesti in se poskušajo izogniti položaju, ki ga ne obvladujejo. Z represijo uravnavajo temeljno emocijo strah. Obrambni mehanizem represija in če je ob tem prisoten še strah, nam pove, da se je oseba znašla v situaciji, za katero ni dovolj dobro pripravljena in presega njene zmožnosti. Zanikanje ima podobno funkcijo kot represija in je z njo tesno povezano. Temelji na selektivni nepozornosti, ki povzroči, da spregledamo neprijetne vidike objektov in situacij. Zanikati pomeni odstraniti iz zavesti vse tisto, kar je nesprejemljivo. Je eden pomembnih mehanizmov v situacijah, ko se posameznik skuša izogniti položaju, ki ga ne zmore obvladati.

Razlike najverjetneje izvirajo iz različnega ženskega in moškega dojetja in razumevanja partnerskega konflikta, ki je rezultat različne socializacije. Zaradi tega moški in ženska z družinsko konfliktnostjo ravnata različno (na kar so opozorili različni avtorji med njimi tudi Čačinovič Vogrinčič, 1992, Yang, 2000). Socializacija žensk pomeni vzgojo za povezanost v medosebne odnose, vzdrževanje vezi, skrb, odvisnost in vpletenost, socializacija moškega pa je vzgoja za neodvisnost, postavljanje mej in obvladovanje. Zato so konflikti, ki jih prepoznajo ženske, konflikti povezanosti in vpletenosti, konflikti, ki jih prepoznavajo moški, pa izhajajo iz grožnje njihove neodvisnosti (Čačinovič Vogrinčič, 1992). Družba definira žensko skozi vloge žene in matere, ki sta pomemben del njene ženske identitete. Konflikti, ki jih žena najprej prepozna, so konflikti v odnosih, saj se s temi konflikti postavlja pod vprašaj njena definicija in identiteta. Ker je ogrožena njena identiteta, bolj simptomatsko odreagira in se bolj aktivno spoprime s problemom in išče več socialne podpore z namenom, da reorganizira svoj notranji psihični in zunanji svet. To ji daje občutek nadzora, da bo situacijo zmogla in obvladala, ker so medosebni odnosi njeno »področje«. Ravno strategiji iskanja socialne pomoči (katero pogosteje uporabljajo ženske) ter distanciranje (pogosteje ga uporabljajo moški) pomembno razlikuje med ženskami in moškimi v razveznem postopku. Yang (2000) ugotavlja, da obstajajo razlike med spoloma v iskanju in oblikovanju socialne mreže in podpore. Ženske in moški različno zaznavajo in razlagajo socialno podporo. Poroča, da ženske oblikujejo globlja in intenzivnejša prijateljstva z osebami, s katerimi lahko delijo čustva, medtem ko moški ne delijo globljih prijateljstev. Ženske sebe vrednotijo

Tabela 5 : Prikaz razlik med spoloma obeh skupin v aritmetičnih sredinah spremenljivk vprašalnika WCQ I., Lestvice emocionalnih stanj, COR NEX 2, Vprašalnika osebnostne čvrstosti, Vprašalnika življenjskega sloga in Lestvice emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj.

## kontrolna skupina

Sprem.		SS	df	MS	F	p
KON	BG	1,667	1	1,667	0,208	0,650
	WG	463,667	58	7,994		
	Total	465,333	59			
DIS	BG	0,000	1	0,000	0,000	1,000
	WG	441,733	58	7,616		
	Total	441,733	59			
SAM	BG	3,750	1	3,750	0,286	0,595
	WG	759,900	58	13,102		
	Total	763,650	59			
ISP	BG	3,750	1	3,750	0,337	0,564
	WG	644,833	58	11,118		
	Total	648,583	59			
SOD	BG	4,817	1	4,817	1,313	0,257
	WG	212,833	58	3,670		
	Total	217,650	59			
BEG	BG	24,067	1	24,067	2,838	0,097
	WG	491,933	58	8,482		
	Total	516,000	59			
NRP	BG	13,067	1	13,067	1,344	0,251
	WG	563,867	58	9,722		
	Total	576,933	59			
PPO	BG	2,400	1	2,400	0,152	0,698
	WG	918,533	58	15,837		
	Total	920,933	59			
DEP	BG	201,667	1	201,667	10,634	0,002
	WG	1099,933	58	18,964		
	Total	1301,600	59			
ZAD	BG	11,267	1	11,267	0,211	0,647
	WG	3090,667	58	53,287		
	Total	3101,933	59			
AGR	BG	6,017	1	6,017	0,341	0,561
	WG	1022,567	58	17,630		
	Total	1028,583	59			
RAV	BG	20,417	1	20,417	3,548	0,065
	WG	333,767	58	5,755		
	Total	354,183	59			
POS	BG	17,067	1	17,067	1,221	0,274
	WG	810,867	58	13,980		
	Total	827,933	59			
NES	BG	8,067	1	8,067	1,760	0,190
	WG	265,867	58	4,584		
	Total	273,933	59			
CE	BG	6,017	1	6,017	1,277	0,263
	WG	273,233	58	4,711		
	Total	279,250	59			
CS	BG	0,600	1	0,600	0,055	0,816
	WG	637,133	58	10,985		
	Total	637,733	59			
COR	BG	10,417	1	10,417	0,410	0,525
	WG	1474,567	58	25,424		
	Total	1484,983	59			
ANG	BG	11,267	1	11,267	0,896	0,348
	WG	729,467	58	12,577		
	Total	740,733	59			
IZZ	BG	22,817	1	22,817	0,930	0,339
	WG	1423,367	58	24,541		
	Total	1446,183	59			
NAD	BG	784,817	1	784,817	10,121	0,002
	WG	4497,367	58	77,541		
	Total	5282,183	59			
ZAN	BG	1,350	1	1,350	0,583	0,448
	WG	134,300	58	2,316		
	Total	135,650	59			
REP	BG	0,150	1	0,150	0,039	0,845
	WG	224,700	58	3,874		
	Total	224,850	59			
REG	BG	0,600	1	0,600	0,128	0,721
	WG	271,133	58	4,675		
	Total	271,733	59			

Sprem.		SS	df	MS	F	p
KOM	BG	1,067	1	1,067	0,490	0,487
	WG	126,267	58	2,177		
	Total	127,333	59			
PRO	BG	0,150	1	0,150	0,059	0,808
	WG	146,700	58	2,529		
	Total	146,850	59			
INT	BG	1,067	1	1,067	0,326	0,570
	WG	189,533	58	3,268		
	Total	190,600	59			
REF	BG	18,150	1	18,150	7,189	0,010
	WG	146,433	58	2,525		
	Total	164,583	59			
PRE	BG	0,267	1	0,267	0,118	0,732
	WG	130,667	58	2,253		
	Total	130,933	59			
SON	BG	52,267	1	52,267	1,600	0,211
	WG	1894,133	58	32,657		
	Total	1946,400	59			
V	BG	50,417	1	50,417	1,233	0,271
	WG	2371,767	58	40,893		
	Total	2422,183	59			
E	BG	2,017	1	2,017	0,059	0,808
	WG	1972,167	58	34,003		
	Total	1974,183	59			
S	BG	30,817	1	30,817	0,683	0,412
	WG	2615,367	58	45,093		
	Total	2646,183	59			
VES	BG	228,150	1	228,150	0,813	0,371
	WG	16270,833	58	280,532		
	Total	16498,983	59			
K1	BG	6,667E-02	1	6,667E-02	0,197	0,659
	WG	19,667	58	0,339		
	Total	19,733	59			
K2	BG	3,267	1	3,267	4,801	0,032
	WG	39,467	58	0,680		
	Total	42,733	59			
K3	BG	0,600	1	0,600	0,791	0,377
	WG	44,000	58	0,759		
	Total	44,600	59			
K4	BG	0,000	1	0,000	,	,
	WG	0,000	58	0,000		
	Total	0,000	59			
K5	BG	1,667E-02	1	1,667E-02	1,000	0,321
	WG	0,967	58	1,667E-02		
	Total	0,983	59			
K6	BG	2,017	1	2,017	0,059	0,808
	WG	1972,167	58	34,003		
	Total	1974,183	59			
K7	BG	30,817	1	30,817	0,795	0,376
	WG	2248,167	58	38,761		
	Total	2278,983	59			
K8	BG	0,000	1	0,000	0,000	1,000
	WG	111,600	58	1,924		
	Total	111,600	59			
K9	BG	11,267	1	11,267	2,276	0,137
	WG	287,067	58	4,949		
	Total	298,333	59			
K10	BG	1,350	1	1,350	0,163	0,688
	WG	479,233	58	8,263		
	Total	480,583	59			
K11	BG	6,667E-02	1	6,667E-02	0,022	0,882
	WG	174,867	58	3,015		
	Total	174,933	59			
K12	BG	1,667E-02	1	1,667E-02	0,200	0,656
	WG	4,833	58	8,333E-02		
	Total	4,850	59			

## eksperimentalna skupina

Sprem.		SS	df	MS	F	p
KON	BG	52,267	1	52,267	5,262	0,025
	WG	576,067	58	9,932		
	Total	628,333	59			
DIS	BG	86,400	1	86,400	7,691	0,007
	WG	651,533	58	11,233		
	Total	737,933	59			
SAM	BG	28,017	1	28,017	2,943	0,092
	WG	552,167	58	9,520		
	Total	580,183	59			
ISP	BG	91,267	1	91,267	3,777	0,057
	WG	1401,667	58	24,167		
	Total	1492,933	59			
SOD	BG	14,017	1	14,017	2,916	0,093
	WG	278,833	58	4,807		
	Total	292,850	59			
BEG	BG	20,417	1	20,417	1,305	0,258
	WG	907,233	58	15,642		
	Total	927,650	59			
NRP	BG	4,817	1	4,817	0,303	0,584
	WG	921,367	58	15,886		
	Total	926,183	59			
PPO	BG	30,817	1	30,817	2,415	0,126
	WG	740,033	58	12,759		
	Total	770,850	59			
DEP	BG	370,017	1	370,017	8,667	0,005
	WG	2476,167	58	42,693		
	Total	2846,183	59			
ZAD	BG	114,817	1	114,817	1,801	0,185
	WG	3697,767	58	63,755		
	Total	3812,583	59			
AGR	BG	117,600	1	117,600	3,263	0,076
	WG	2090,333	58	36,040		
	Total	2207,933	59			
RAV	BG	56,067	1	56,067	6,136	0,016
	WG	529,933	58	9,137		
	Total	586,000	59			
POS	BG	33,750	1	33,750	2,060	0,157
	WG	950,433	58	16,387		
	Total	984,183	59			
NES	BG	36,817	1	36,817	4,399	0,040
	WG	485,367	58	8,368		
	Total	522,183	59			
CE	BG	176,817	1	176,817	9,244	0,004
	WG	1109,367	58	19,127		
	Total	1286,183	59			
CS	BG	534,017	1	534,017	16,526	0,000
	WG	1874,167	58	32,313		
	Total	2408,183	59			
COR	BG	1411,350	1	1411,350	15,912	0,000
	WG	5144,300	58	88,695		
	Total	6555,650	59			
ANG	BG	0,817	1	0,817	0,040	0,842
	WG	1183,367	58	20,403		
	Total	1184,183	59			
IZZ	BG	1,350	1	1,350	0,138	0,711
	WG	566,833	58	9,773		
	Total	568,183	59			
NAD	BG	1126,667	1	1126,667	10,335	0,002
	WG	6323,067	58	109,018		
	Total	7449,733	59			
ZAN	BG	2,817	1	2,817	0,546	0,463
	WG	299,367	58	5,161		
	Total	302,183	59			
REP	BG	36,817	1	36,817	8,774	0,004
	WG	243,367	58	4,196		
	Total	280,183	59			
REG	BG	1,667	1	1,667	0,221	0,640
	WG	438,267	58	7,556		
	Total	439,933	59			

Sprem.		SS	df	MS	F	p
KOM	BG	0,150	1	0,150	0,030	0,863
	WG	290,833	58	5,014		
	Total	290,983	59			
PRO	BG	0,000	1	0,000	0,000	1,000
	WG	243,933	58	4,206		
	Total	243,933	59			
INT	BG	7,350	1	7,350	2,202	0,143
	WG	193,633	58	3,339		
	Total	200,983	59			
REF	BG	54,150	1	54,150	13,773	0,000
	WG	228,033	58	3,932		
	Total	282,183	59			
PRE	BG	0,817	1	0,817	0,231	0,633
	WG	205,367	58	3,541		
	Total	206,183	59			
SON	BG	35,267	1	35,267	0,345	0,559
	WG	5925,733	58	102,168		
	Total	5961,000	59			
V	BG	281,667	1	281,667	1,162	0,285
	WG	14055,267	58	242,332		
	Total	14336,933	59			
E	BG	190,817	1	190,817	0,816	0,370
	WG	13559,367	58	233,782		
	Total	13750,183	59			
S	BG	1008,600	1	1008,600	1,965	0,166
	WG	29765,333	58	513,195		
	Total	30773,933	59			
VES	BG	5472,150	1	5472,150	2,717	0,105
	WG	116832,03	58	2014,345		
	Total	122304,18	59			
K1	BG	25,350	1	25,350	17,750	0,000
	WG	82,833	58	1,428		
	Total	108,183	59			
K2	BG	1,067	1	1,067	0,668	0,417
	WG	92,667	58	1,598		
	Total	93,733	59			
K3	BG	6,017	1	6,017	2,904	0,094
	WG	120,167	58	2,072		
	Total	126,183	59			
K4	BG	1,667E-02	1	1,667E-02	0,341	0,561
	WG	2,833	58	4,885E-02		
	Total	2,850	59			
K5	BG	7,350	1	7,350	11,744	0,001
	WG	36,300	58	0,626		
	Total	43,650	59			
K6	BG	190,817	1	190,817	0,816	0,370
	WG	13559,367	58	233,782		
	Total	13750,183	59			
K7	BG	920,417	1	920,417	2,209	0,143
	WG	24164,567	58	416,630		
	Total	25084,983	59			
K8	BG	2,017	1	2,017	0,191	0,664
	WG	612,167	58	10,555		
	Total	614,183	59			
K9	BG	4,817	1	4,817	0,299	0,587
	WG	935,767	58	16,134		
	Total	940,583	59			
K10	BG	141,067	1	141,067	3,310	0,074
	WG	2471,867	58	42,618		
	Total	2612,933	59			
K11	BG	135,000	1	135,000	5,470	0,023
	WG	1431,333	58	24,678		
	Total	1566,333	59			
K12	BG	7,350	1	7,350	5,800	0,019
	WG	73,500	58	1,267		
	Total	80,850	59			

predvsem na osnovi medosebnih odnosov.

Lamovčeva (1992) opozarja, da socialna pravila dovoljujejo ženskam več emocionalnih in telesnih izrazov kot moškim. Prav tako so ženske zdravstveno bolj občutljive. Rakovec Felserjeva (1997) poudarja, da jim to sicer omogoča, da bolj občutljivo prepoznava odklone v svojem psihofizičnem počutju, da se na signale hitreje odzove, jo pa po drugi strani ne spodbuja k introspekciji, k ozaveščanju in ne k oblikovanju drugačnih, bolj zdravih vzorcev vedenja. Družbeno dopuščen regres ji je pribižališče, in odmik od tega, kar je bolnega v ozadju. Od moških se že od otroštva dalje zahteva večji nadzor nad emocionalnimi in telesnimi odzivi. Moški najprej prepoznajo konflikte, ki izhajajo iz grožnje neodvisnosti. Zato se skušajo kognitivno odmakniti od težav v družini, ohraniti neodvisnost ter minimalizirati problem in se zatekajo v bolj tvegane oblike vedenja. Izhajajoč iz tega, da se ženske spoprijemajo z odnosnimi problemi aktivno in neposredno, moški pa pasivno z distanciranjem, ženske kognitivno ocenjujejo in imajo močnejše izražen občutek, da lahko vplivajo na potek in spreminjanje nastale družinske situacije. Moški s svojo strategijo izstopijo iz aktivne vloge spreminjanja, prepuščajo probleme in s tem izgubljajo občutek obvladovanja in vplivanja na življenjsko dogajanje. Opisano je razvidno tudi v praksi, saj se moški pogosteje izmikajo dogovarjanju in reševanju odnosnih težav, se na vabila strokovnih služb ne odzivajo ter puščajo nerazrešeno problemsko situacijo. V večini primerov so ženske tiste, ki prej prepoznajo odnosne težave, zato samoiniciativno poiščejo strokovno pomoč in pristopijo k sodelovanju. Občutek nadzora in lastne odgovornosti je pomembna značilnost, ki olajša odločanje za spremembe ustaljenih oblik vedenja in omogoča bolj konstruktivno in učinkovito spoprijemanje s problemi. Obe usmeritvi pa izvirata iz vitalne težnje človeka, da spremeni nevzdržne razmere, ki ne zadovoljujejo njegovih temeljnih potreb. Človeka prisili, da išče nove rešitve in je v bistvu ustvarjalni in razvojni proces.

## Zaključek

Zaključim lahko, da preučevanje resnejših zakonskih konfliktov jasno kaže, da niso plod enega samega trenutka ali slučaja, ampak dalj časa skrito ali delno prikrito rastejo. Mir v zakonu še ne pomeni notranje harmonije, ampak je večkrat odraz navidezne prilagoditve in izmikanja kritičnemu soočanju in odprtemu konfliktu. Razveza zakonske zveze in razpad zunajzakonske skupnosti pomeni dolgotrajen in naporen proces in zapleteno verigo dogodkov. Pomeni svojevrstno izgubo in spremenjeno situacijo, s katero se posameznik težko sooči. Bolj ko je posameznik v svoji trenutni življenjski situaciji obremenjen, prej lahko pričakujemo, da bodo prilagoditveni in varovalni mehanizmi osebe popustili in ustvarili pogoje za razvoj emocionalnih, vedenjskih in somatskih motenj. Hujši in trajnejši kot je stres, več je možnosti, da se posameznik nanj odzove z eno ali več vrstami motenj in moč pojavljanja le-teh je večja.

Partnerski konflikt presega življenje partnerjev, je posebno vozlišče znotraj široko

razpete mreže odnosov, ki obsega celotno družbo. Zato je kvalitetno izpeljana razveza pomembna ne le za duševno in telesno zdravje posameznika, temveč tudi za zdrav razvoj družbe kot celote.

## Literatura

- Adamović, V. (1984). *Emocije i telesne bolesti [Emotions and physical diseases]*. Beograd: Nolit.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (1992). *Psihodinamski procesi v družinski skupini [Psychodynamical processes in family group]*. Ljubljana: Advance.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (1999). Socialno delo z družino: projekt podpore in pomoči v procesu transformacije družine po ločitvi oz. razvezi: urejanje stikov [Social work with family: project of support and help of family transformation after divorce: arranging of contacts]. V V. Rozman (ur.), *Zbrana gradiva iz delovnega posveta na Brdu* (str. 8-23). Ljubljana: Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve.
- Folkman, S. in Lazarus, R.S. (1988). *Manual for the ways of coping*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Hetherington, E.M. in Stanley Hagan, M.M. (1997). The effects of divorce on fathers and their children. V M.E. Lamb (ur.), *The role of the father in child development* (str. 191-212). New York.: Wiley.
- Kobal, D. (1993). Nekatere novejšje teorije o povezanosti med stresom in psihosomatskimi motnjami [Some modern theories about correlations between stress and psychosomatic disturbances]. *Anthropos*, 25 (3-4), 95-105.
- Kričaj Korelc, B. (2004). *Emocionalne in somatske motnje partnerjev v razhajanju [Emotional and somatic disturbances of partners in divorce process]*. Neobjavljeno magistrsko delo [Unpublished MSc thesis]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Kuntzag, L. (1997). *Ločitev boli: otroci in starši v ločitvenem dogajanju [Divorce hurts: Children and parents in divorce process]*. Ljubljana: Kres.
- Lamovec, T. (1988). *Priročnik za psihologijo motivacije in emocij [Handbook of psychology of motivation and emotions]*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Univerza Edvarda Kardelja v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.
- Lamovec, T. (1992). Pravila čustvovanja [Emotion's rules]. *Anthropos*, 24 (3-4), 138-149.
- Lamovec, T. (1994). *Psihodiagnostika osebnosti I. [Psycho-diagnostic of personality I]*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Milivojević, Z. (2000). *Emocije: psihoterapija i razumevanje emocija [Emotions: psychotherapy and understanding of emotions]*. Novi Sad: Prometej.
- Musek, J. (1993). *Znanstvena podoba osebnosti [Scientific image of personality]*. Ljubljana: Educy.
- Požarnik, H. (1979). *Zakonski in družinski konflikti ter njihovo zdravljenje [Married and family conflicts and their treatment]*. Maribor: DDU Univerzum.
- Praper, P. (1992). *Tako majhen, pa že nervozen!? Predsodki in resnice o nevrozi pri otroku [So small, so nervous!? Prejudices and truths about child's neurosis]*. Nova Gorica: Educa.

- Praper, P. (1999). *Razvojna analitična psihoterapija [The developmental analytical psychotherapy]*. Ljubljana: Inštitut za klinično psihologijo.
- Rakovec Felser, Z. (1991). *Človek v stiski, stres in tesnoba [Person in distress, stress and anguish]*. Maribor: Obzorja.
- Rakovec Felser, Z. (1997). *Bolečina kot kompleksen biopsihosocialen pojav [Pain as a complex biopsychosocial phenomenon]*. Neobjavljena doktorska disertacija [Unpublished PhD dissertation]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Robinson, M. (1991). *Family transformation through divorce and remarriage*. London: Routledge.
- Rojšek, J. (1990). *Osebnostne lastnosti žensk z EPH – gestoza [Personality characteristics of women with EPH - gestosis]*. Neobjavljena doktorska disertacija [Unpublished PhD dissertation]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Selič, P. in Umek, P. (1994). Nekateri psihični dejavniki pri psihosomatskih boleznih [Some psychic factors of psychosomatic diseases]. *Anthropos*, 26 (1-3), 41-53.
- Selič, P. (1994). Biopsihosocialni model zdravja [Biopsychosocial model of health]. *Anthropos*, 26 (4-6), 150-169.
- Selič, P. (1995). Stres in bolezen [Stress and disease]. *Anthropos*, 27 (3-4), 147-167.
- Selič, P. (1999). *Psihologija bolezní našega časa [Psychology of disease of our time]*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Yang, S (2000). Men more likely to commit suicide after divorce. Sneto s spleta 27.07.2005 ([http://lists.his.com/smartmarriages/.](http://lists.his.com/smartmarriages/))