

PSIHOLOŠKA OBZORJA

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

Glavna in odgovorna urednica

doc. dr. Anja Podlesek

HORIZONS OF PSYCHOLOGY

Official Journal of the Slovenian Psychological Association

Editor-in-Chief

Assist. Prof. Dr. Anja Podlesek

Izdaja / Published by

Društvo psihologov Slovenije

(Slovenian Psychological Association)

Ljubljana

ISSN 1318-1874

Letnik (Volume) 16, številka (Number) 4, 2007

PSIHOLOŠKA OBZORJA

HORIZONS OF PSYCHOLOGY

Slovenska znanstveno-strokovna psihološka revija
Official Journal of the Slovenian Psychological Association
Letnik (Volume) 16, številka (Number) 4, 2007, ISSN 1318-1874

Izdaja / Published by

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

Glavna in odgovorna urednica / Editor-in-Chief

ANJA PODLESEK
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta
Oddelek za psihologijo
Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenija
Tel. +386 (0)1 241 1184, Fax: +386 (0)1 42 59 301
email: anja.podlesek@ff.uni-lj.si

Uredniški odbor / Editorial Board

VALENTIN BUCIK
LUKA KOMIDAR
DARE KOVAČIČ
TATJANA SAMEC
MOJCA VIZJAK PAVŠIČ
URŠKA ŽUGELJ

Uredniški svet / Scientific Board

TIZIANO AGOSTINI
KARIN BAKRAČEVIČ VUKMAN
GAŠPER ČANKAR
ROBERT CVETEK
DARJA KOBAL GRUM
BRIGITA KRIČAJ KORELC
LIDLIA MAGAJNA

VLADO MIHELJAK
ALJOSCHA NEUBAUER
SONJA PEČJAK
CVETA RAZDEVEŠEK PUČKO
ARGIO SABADIN
META SHAWE-TAYLOR

VERA SLODNJAK
GREGOR SOČAN
IRENA ŠINIGOJ BATISTIČ
LEA ŠUGMAN BOHINC
VLADIMIR TAKSIČ
PREDRAG ZAREVSKI
MAJA ZUPANČIČ

Lektoriranje angleških ključnih besed, vsebinska obdelava in razvrstitev besedila: *Maja Furlan*

Oblikovanje ovitka: *Jana Leskovec*

Tehnično urejanje in prelom: *Luka Komidar*

Tisk: *Tiskarna Vovk d.o.o., Domžale*

Pogostost izhajanja: *Na leto izidejo štiri številke*

Ustanovitelj, izdajatelj in založnik: *Društvo psihologov Slovenije*

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

Davčna številka: SI 51264218; Poslovni račun: 02010-0091342732

© 2007 Društvo psihologov Slovenije. Revija je zaščiten z zakonom o avtorskih pravicah. Revija v celoti ali katerikoli njen del ne smeta biti razmnoževana ali posredovana na noben način (fotokopije, mikrofilmi, elektronsko posredovanje, snemanje, prevajanje) brez predhodnega pisnega privoljenja izdajatelja.

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

Revija izhaja s finančno podporo Agencije za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije ter Znanstvenoraziskovalnega inštituta Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani.

Vsebina

Beseda urednice 5

Znanstveni raziskovalnoempirični in teoretskopregledni prispevki

Miha ZAGORIČNIK in Sonja PEČJAK 7

Težave slovenskih srednješolcev pri odločanju o nadaljnjem izobraževanju

Mojca ČERČE in Sonja PEČJAK 27

Vloga osebnostnih in motivacijskih dejavnikov pri poklicnem odločanju

Matija SVETINA in Maja ZUPANČIČ 43

Strategije upravljanja z življenjem v odraslosti: Prečna študija v Sloveniji

Petra FIŠER 65

Konec kariere mladih vrhunskih športnikov

Leonida KOBAL MOŽINA 77

Stili navezanosti pomagajočih prostovoljcev in soočanje s stresom pri nudenju psihosocialne pomoči

Tajana BRAJOVIĆ 99

Odnos navezanosti med očetom in otrokom v obdobju zgodnjega otroštva: Doživljanje odnosa z otrokom

Novi doktorati in magisteriji

Matej TUŠAK 113

Predstavitev doktorske disertacije "Psihološki profil vodilnih slovenskih športnih delavcev" (dr. Tanja Kajtna)

Valentin BUCIK 115

Predstavitev doktorske disertacije "Povezanost trenerjevega vedenja in njegove motivacijske strukture z motivacijskimi tendencami športnikov" (dr. Renata Barić)

Valentin BUCIK 121

Predstavitev doktorske disertacije "Osnova samomorilnih misli in vedenja" (dr. Saška Roškar)

Recenzije knjig

Peter PRAPER 127

Razmišljanja ob knjigi D. Lane-a in S. Corrie "Sodobni znanstvenik – praktik: Priročnik za psihologijo kot prakso"

Predvideni prispevki v številki 1 letnika 17 (2008) PSIHOLŠKIH OBZORIJ 136

Recenzenti v letu 2007 137

Navodilo avtorjem prispevkov 139

Contents

Editorial 5

Scientific papers (empirical research and theoretical papers/reviews)

Miha ZAGORIČNIK and Sonja PEČJAK 7
The difficulties of Slovenian high-school students in deciding on further education

Mojca ČERČE and Sonja PEČJAK 27
The role of personality and motivational factors in occupational decision making

Matija SVETINA and Maja ZUPANČIČ 43
Life management strategies in adulthood: A cross-sectional study in Slovenia

Petra FIŠER 65
Career dropouts of young elite athletes

Leonida KOBAL MOŽINA 77
Attachment styles of helping volunteers and their coping with stress in the field of psychosocial help

Tajana BRAJOVIĆ 99
Attachment relationship between a father and a child in early childhood: Experiences in relationship with a child

New PhD and MA theses

Matej TUŠAK 113
Presentation of the doctoral dissertation "Psychological profile of the leading Slovene coaches" (Tanja Kajtna, Ph. D.)

Valentin BUCIK 115
Presentation of the doctoral dissertation "The relationship of coach's leadership behaviour and his motivational structure with athletes' motivational tendencies" (Renata Barić, Ph. D.)

Valentin BUCIK 121
Presentation of the doctoral dissertation "Neuropsychological mechanisms of suicidal ideation and behaviour" (Saška Roškar, Ph. D.)

Book reviews

Peter PRAPER 127
Thoughts on the book "The modern scientist-practitioner: A guide to practice in psychology", written by David Lane and Sarah Corrie

Content of the next issue, No. 1, Vol. 17 (2008), of HORIZONS OF PSYCHOLOGY 136

Reviewers in 2007 137

Instructions for contributors 141

Beseda urednice

Spoštovane bralke, spoštovani bralci!

H koncu smo pripeljali še en letnik naše revije. Po skoraj že kroničnem zaostajanju izhajanja številčk sem tokrat več kot zadovoljna, saj nam je uspelo tole, zadnjo številko letnika pripraviti še v tekočem letu in ne šele marca, kot se je to dogajalo zadnja leta. Na dosegu roke je eden največjih ciljev novega uredništva, ki je pričelo z delom leta 2005: priti na zeleno vejo v času izhajanja številčk, in sicer tako, da bodo številke izšle v prvih mesecih četrletij. Držimo pesti, da nam bo v letu 2008 to končno uspelo.

V letu 2007 je v uredništvo prispelo 59 prispevkov. Dobra bera pa ni le posledica V. kongresa psihologov Slovenije, saj mnogi od prispevkov, ki so bili objavljeni in še bodo, na kongresu niso bili predstavljeni. Posebno razveseljivo je, da dobivamo precej prispevkov mladih psihologov, med njimi pravkar diplomiranih ali celo še študentov psihologije, za katere recenzenti pogosto poudarijo, da so napisani jasno in uspešno sledijo zahtevani strukturi. To se mi zdi prav spodbudno za vrednotenje zdajšnjega izobraževalnega procesa. Upajmo, da bo novi način izobraževanja psihologov, ki se bo kmalu začel udejanjati, kompetence diplomantov (tj. novih magistrstov psihologije) še izboljšal, in da bo na dolgi rok to pozitivno tudi za razvoj revije.

Za naslednje leto imamo kar nekaj načrtov. Razmišljali bomo o novi notranji podobi revije in o njeni nadaljnji digitalizaciji oz. dostopnosti preko spleta. Revijo bi si želeli še nekoliko bolj odpreti navzven, v mednarodni prostor, tako da bi jo prebiral več (tujih) bralcev. Mednarodna odmevnost revije je namreč vse strožja zahteva našega največjega sofinancerja, Agencije za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije. Pa tudi sicer bi si želeli, da bi bogato znanje slovenskih psihologov raziskovalcev in praktikov preseglo prostor dvajset tisoč kvadratnih kilometrov. Eden prvih korakov v tej smeri bo, predvidoma, izdaja dodatne številke (t. i. suplementa) s povzetki prispevkov s konference Alpe-Adria, tj. srečanja raziskovalcev s psiholoških oddelkov univerz na območju Alp in Jadrana. Verjamemo, da lahko z objavo informacij o aktualnih raziskovalnih temah in odkritjih, pridobljenih v tej regiji, močno pripomoremo k posodabljanju psihološkega znanja.

Ne morem pa mimo podatka, ki me s tem v zvezi skrbi, in sicer je to trenutno število naročnikov naše revije. V zadnjem času namreč prihaja do upada tega števila. Čeprav analize še nismo naredili, pa zna biti, da niso naročniškega razmerja prekinile le različne javne ustanove, potem ko so ugotovile, da lahko v javno dostopnih, odprtih bazah, kot je Digitalna knjižnica Slovenije (www.dlib.si), zastoj pridejo do polnih besedil prispevkov (sicer ne najnovejših, temveč z enoletnim zamikom), ampak da se je zmanjšalo tudi število članov Društva psihologov Slovenije. Če je temu tako, bo potrebno temeljito razmisliti o tem, kako pridobiti člane nazaj ali na novo, v uredništvu revije pa bomo morali najti načine, kako slovenskim (ali tujim) bralcem pokazati, da je revija kvalitetna in prinaša koristno znanje. Zato bomo morali res (in končno) izpolniti

načrt o izvedbi ankete med bralci (oz. prejemniki) revije, s katero bomo poskušali ugotoviti, kakšne so zaznave in stališča do nje, koliko revijo sploh berejo in kaj od nje pridobijo, da bomo lahko bolj gotovo vedeli, ali so razne govornice o reviji in njeni kakovosti, smiselnosti ipd. utemeljene ali ne.

Kakorkoli, naj zaključim bolj optimistično. Pred nami je novo leto. Naj bo drugačno in posebno. Naj nam uspe, da preko čim več minusov, ki nas bremenijo, narišemo navpične črtice, ki nas bodo razveseljevale in nas ob zaključku leta delale ponosne. Srečno!

vaša
Anja Podlesek

Težave slovenskih srednješolcev pri odločanju o nadaljnem izobraževanju[#]

Miha Zagoričnik^{1} in Sonja Pečjak²*
¹Žalec

²Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo, Ljubljana

Povzetek: V raziskavi smo preučevali težave, s katerimi se srečujejo slovenski srednješolci pri odločanju o nadaljnem izobraževanju, tj. pri izbiri študija. Izhajali smo iz teoretične taksonomije težav pri kariernem odločanju avtorjev Gatija, Krausza in Osipowa, ki smo jo preverjali z vprašalnikom Career Decision-making Difficulties Questionnaire (CDDQ). Vprašalnik smo prevedli v slovenščino in ga priredili za namen raziskave. Vprašalnik je izpolnjevalo 179 dijakov četrtega letnika treh slovenskih gimnazij. Rezultati so pokazali, da imajo dijaki v splošnem majhne do srednje velike težave pri odločanju o nadaljnem študiju. Največ težav imajo na področju splošne neodločnosti, disfunkcionalnih prepričanj in pomanjkanja informacij o obstoječih študijskih programih, najmanj pa na področju zunanjih konfliktov in pomanjkanja motivacije. V splošnem med dijaki in dijakinjami nismo ugotovili pomembnih razlik v težavah pri odločanju o nadaljnem študiju. Izjema je področje pomanjkanja motivacije, kjer imajo dijaki nekoliko več težav kot dijakinje. Ugotovili smo tudi, da imajo odločeni dijaki v splošnem pomembno manj težav kot neodločeni. Med strukturo težav dijakov pri odločanju o nadaljnem študiju in omenjeno teoretično taksonomijo težav pri kariernem odločanju smo ugotovili več razlik kot podobnosti.

Ključne besede: kariera, poklicno odločanje, dijaki

The difficulties of Slovenian high-school students in deciding on further education

Miha Zagoričnik¹ and Sonja Pečjak²
¹Žalec

²University of Ljubljana, Department of Psychology, Ljubljana, Slovenia

Abstract: In research we investigated the difficulties faced by Slovenian high school students when choosing a university programme. A theoretical taxonomy of career decision making difficulties proposed by Gati, Krausz and Osipow was examined with Career decision making difficulties Questionnaire which was translated into Slovenian language and adapted to the context of choosing a university programme. The questionnaire was administrated to a sample of 179 fourth grade high school students. The results showed that students in general face small to medium difficulties when choosing a university programme. They have the greatest difficulties in the fields of general indecisiveness, disfunctional

[#] Članek je povzetek diplomske naloge Mihe Zagoričnika (2006), ki je nastala v okviru širšega raziskovalnega projekta o kognitivnih in osebnostnih dejavnikih v procesu poklicnega odločanja.

* Naslov / Address: Miha Zagoričnik, Kidričeva 3, 3310 Žalec, e-mail: miha.zagoricnik@gmail.com

beliefs, and lack of information about existing university programmes, and the smallest in the fields of external conflicts and lack of motivation. In general there were no important differences in difficulties between boys and girls. The exception was the field of lack of motivation, where girls reported fewer difficulties than boys. Determined students reported fewer difficulties than undetermined. When comparing the empirical structure of high school students' difficulties when choosing the university programme to theoretical taxonomy of career decision making difficulties, we found more differences than similarities.

Key words: career, career decision-making, high school students

CC = 3580

V obdobju adolescence se ljudje ponavadi prvič odločajo o svoji poklicni karieri. Te odločitve so pomembne za posameznikovo poklicno prihodnost, psihološko blagostanje, zdravje in socialno sprejetost (Mann, Harmoni in Power, 1989). Slovenski srednješolci so v zadnjem letniku srednje šole postavljeni pred takšno »karierno« odločitev – odločitev o tem, ali bodo nadaljevali z izobraževanjem, in če, na kateri študijski program se bodo vpisali.

Odločanje za študij je kompleksen proces in čeprav nekateri mladostniki takšne odločitve sklenejo skoraj neopazno, tako rekoč brez težav, se mnogi med njimi soočajo z manjšimi ali večjimi težavami pred ali med aktualnim procesom odločanja. Te težave jih lahko vodijo do poskusa prelaganja odgovornosti za odločanje na koga drugega, do zavlačevanja ali celo izogibanja odločanju, kar jih na koncu lahko pripelje do neoptimalne odločitve. Zato je bil eden od ciljev pričujoče raziskave ugotoviti in kategorizirati različne tipe težav, s katerimi se soočajo slovenski srednješolci pri odločanju o nadaljnjem študiju, pri čemer je izhodišče predstavljal splošni teoretični model analize težav pri kariernem odločanju Gatija, Krausza in Osipowa (1996).

Mladostnik pred odločanjem o nadaljnjem izobraževanju

Izboljšane kognitivne sposobnosti v adolescenci povečajo sposobnosti za odločanje. Piaget in Inhelder (1969) razlagata takšne izboljšave s prehodom s konkretnega na abstraktni in s subjektivnega na objektivni nivo mišljenja. Podobno je tudi Lewis (1981) našel pozitivno zvezo med starostjo in sposobnostmi odločanja pri mladostniku. To vključuje večje zavedanje tveganja in posledic odločanja, pogostejše iskanje nasvetov pri starejših ljudeh ali vrstnikih in zavedanje vrednosti nasvetov s strani ljudi, ki jim mladostniki zaupajo. Ostale študije so pokazale še na druge kognitivne spremembe v obdobju mladostništva, kot so: izboljšanje spomina, organizacije in kognitivnega procesiranja ter sposobnosti uporabe znanja (Keating in Bobbitt, 1978; Sternberg in Nigro, 1980; Sternberg in Rifkin, 1979). Posledica tega je razvita sposobnost mladostnikov, da razmišljajo o različnih možnostih, da oblikujejo alternative in operirajo z abstraktnimi pojmi (Friedman in Mann, 1993; Ormond, Luszcz, Mann in Beswick, 1991; Steinberg, 1985).

Vidimo torej, da sočasno s porastom potrebe po pomembnih odločitvah v adolescenci poraste tudi sposobnost sprejemanja takšnih odločitev. Raziskave (npr. Mann, Harmoni, Power, Beswick in Ormond, 1988; Owens, 1983; Silverman in Wells, 1987) so pokazale, da je možno izboljšati mladostnikove veščine odločanja. Zato je eden od namenov pričujoče raziskave pomagati šolskim svetovalnim delavcem in ostalim, ki pomagajo srednješolcem pri odločanju o nadaljnjem izobraževanju, k boljšemu razumevanju raznovrstnih težav, s katerimi se ti soočajo. To razumevanje jim lahko služi kot osnova pri razvoju nadaljnjih intervencij s ciljem pospeševanja procesa kariernega odločanja preko zmanjševanja potencialnih težav.

Kariera in karierna neodločnost

V slovenščini ima beseda *kariera* drugačen pomen kot v angleščini. Označuje »delovanje, življenje glede na poklicno družbeno življenje« (Slovar slovenskega knjižnega jezika, 1998, str. 385) in se torej nanaša na posameznikovo delovanje *od zaključka izobraževanja oz. od prve zaposlitve do upokojitve*. V angleščini ima beseda *kariera* širši pomen. Prav tako označuje posameznikovo delovanje, življenje glede na njegovo poklicno družbeno področje, poleg tega pa se nanaša tudi na posameznikovo delovanje, življenje *pred zaposlitvijo* kot tudi *po njej*, torej tudi na *obdobje izobraževanja in obdobje upokojitve*. Tako npr. v angleščini uporabljajo besedo *karierna odločitev* (career decision) tudi, ko se mladostnik, npr. srednješolec, odloča o nadaljevanju svojega izobraževanja, tj. o izbiri študija. V tem širšem pomenu tudi mi razumemo in uporabljamo besedo *kariera* oz. *karierno odločanje*.

Karierna neodločnost (career indecision) je v najširšem pomenu definirana v smislu težav, ki jih ima posameznik pri kariernem odločanju (Chartrand, Rose, Elliot, Marmarosh in Caldwell, 1993; Gati idr., 1996; Leong in Chervinko, 1996). Nanaša se na vsak problem ali prepreko, ki nastopi med procesom kariernega odločanja (Fuqua, Blum in Hartman, 1988). S karierno neodločnostjo se ukvarja mnogo teoretičnih pristopov (npr. psihodinamični, razvojni, pristop poklicnih interesov idr.), med katerimi vsak poudarja določen specifični vidik in se pri njeni interpretaciji osredotoča predvsem na en sklop dejavnikov (t. i. *faceto*) v procesu kariernega odločanja. Njihove kategorizacije so posledično omejene samo na določen sklop težav in niso niti splošne, vsestranske niti inkluzivne. Poleg tega so empirična preverjanja v mnogih primerih samo delno potrdila te teoretične pristope (Gati idr., 1996).

Empirično raziskovanje karierne neodločnosti se je osredotočilo predvsem na razvijanje različnih merskih instrumentov za ugotavljanje individualnih razlik. Večina raziskav je bila izvedenih neodvisno od teoretske konceptualizacije (Tinsley, 1992). Na osnovi ugotovljenega obstoječega stanja, ki je bil rezultat pregleda teoretičnih in empiričnih raziskav, so Gati in sodelavca (1996) zaključili, da je potreben nov okvir, ki bo izhajal tako iz teoretičnih kot tudi empiričnih študij in ki bi lahko pomembno prispeval k raziskovanju in pojasnjevanju karierne neodločnosti. Zato so leta 1996 predlagali nov teoretični model, t. i. »taksonomijo težav pri kariernem odločanju«.

Taksonomija težav pri kariernem odločanju

Taksonomija težav pri kariernem odločanju (Gati idr., 1996) je predstavljala teoretično izhodišče tudi naše raziskave. Taksonomija temelji na normativni teoriji odločanja, ki ima po mnenju številnih raziskovalcev pomembno vlogo pri razumevanju procesov kariernega odločanja (glej npr. Brown, 1990; Gati, 1986; Jepsen in Dilley, 1974; Katz, 1966; Mitchell in Krumboltz, 1984; Neimeyer, 1988; Osipow, 1987; Osipow in Fitzgerald, 1996; Phillips, 1994; Pitz in Harren, 1980; Walsh in Osipow, 1988). Težave v taksonomiji temeljijo na odklonih od modela t. i. »osebe, ki se idealno odloča«. Takšna oseba se zaveda potrebe po odločanju, ima željo odločiti se in je sposobna izvesti »pravilno« odločitev (tj. odločitev, ki temelji na ustreznem procesiranju in je skladna s cilji in sredstvi). Vsakršni odklon od modela osebe, ki se idealno odloča o svoji karieri, je v modelu pojmovan kot potencialna težava, ki lahko vpliva na posameznikov proces odločanja na dva načina. Prvič, tako da posameznika *zavira* ali celo ustavi pred procesom kariernega odločanja (v praksi to pomeni, da se oseba sploh ne odloči), ali drugič, tako da posameznik sklene odločitev, ki *ni optimalna* (Gati idr., 1996).

Taksonomijo težav pri kariernem odločanju so Gati in sodelavca (1996) razvili z interakcijo med teoretičnim razmišljanjem in empiričnim preverjanjem. Da bi bila taksonomija razumljiva in vsestranska ter da bi odražala kontekst resničnega življenja, so avtorji od 200 svetovancev in 10 ekspertov s področja psihološkega kariernega svetovanja pridobili opise težav pri kariernem odločanju. Avtorji so primerjali te opise s teoretičnim modelom in s tem zagotovili, da so v kategorije modela vključili vse pomembne in relevantne težave. V postavljeni teoretični taksonomiji so klasificirali težave pri kariernem odločanju v tri glavne klastre oz. širše kategorije, ki se nadalje delijo na 10 specifičnih kategorij težav. Prva širša kategorija, *pomanjkanje pripravljenosti*, vključuje tri kategorije težav, ki lahko nastopijo pred pričetkom procesa kariernega odločanja: (a) *pomanjkanje motivacije* za pričetek procesa kariernega odločanja; (b) *splošna neodločnost*, ki se nanaša na vse vrste odločitev; in (c) *disfunkcionalna prepričanja*, vključno z iracionalnimi pričakovanji o procesu kariernega odločanja (npr. »Prepričan sem, da obstaja idealni študij, ki mi ustreza.«).

Ostali dve širši kategoriji težav, *pomanjkanje informacij* in *nekonsistentne informacije*, vključujeta kategorije težav, ki lahko nastopijo med aktualnim procesom kariernega odločanja. Pomanjkanje informacij vključuje štiri kategorije težav: (a) pomanjkanje znanja o korakih *procesa* kariernega odločanja, (b) pomanjkanje informacij o *sebi*, (c) pomanjkanje informacij o različnosti kariernih *alternativ* (npr. študijev, poklicev) in (d) pomanjkanje informacij o *poteh pridobivanja dodatnih informacij*. Tretja širša kategorija težav, *nekonsistentne informacije*, vključuje naslednje kategorije: (a) *nezanesljive informacije* – težave, povezane z nezanesljivimi ali kontradiktornimi informacijami (npr. nadpovprečne ocene v šoli in nizek IQ na testu inteligentnosti), (b) *notranji konflikti* – konflikti znotraj posameznika, kot so nasprotujoče si preference ali težave v zvezi s potrebo po sklepanju kompromisov, in (c) *zunanj konflikti* –

konflikti, ki vključujejo vpliv pomembnih drugih oseb. Struktura treh širših in 10 specifičnih kategorij težav je grafično predstavljena na sliki 1.

Ugotavljanje težav pri kariernem odločanju

Da bi empirično testirali predlagano teoretično taksonomijo težav pri kariernem odločanju, so Gati in sodelavca (1996) sestavili vprašalnik Career Decision Difficulties Questionnaire (CDDQ), v katerem je vsaka od težav v 10 kategorijah predstavljena z določeno izjavo. Omenjeni avtorji so na dveh vzorcih – 259 izraelskih mladih odraslih in 304 ameriških študentih, ki so bili pred pričetkom procesa kariernega odločanja – ugotovili veliko podobnost med empirično strukturo njihovih težav pri kariernem odločanju in predlaganim teoretičnim modelom.

Teoretično taksonomijo sta podprla tudi Osipow in Gati (1998), ki sta raziskovala konstruktno in konkurentno veljavnost CDDQ z uporabo lestvice Career Decision-Making Self-Efficacy Scale (CDMSE; Taylor in Betz, 1983) in lestvice Career Decision Scale (CDS; Osipow, Carney in Barak, 1976; Osipow in Winer, 1996). CDS je na angleško govorečem področju široko uporabljen vprašalnik, ki podobno kot CDDQ ugotavlja posameznikove težave v zvezi z neodločnostjo pri kariernem odločanju, CDMSE pa je sestavljen iz petih teoretično definiranih lestvic, ki odražajo pet kompetentnosti pri kariernem odločanju, kot jih je predlagal Crites (1978). Analiza odgovorov 403 študentov iz ZDA je po pričakovanjih pokazala, da je CDDQ pozitivno koreliral s CDS in negativno s CDMSE. Ista raziskava je tudi pokazala, da so študenti, ki so v mislih že imeli konkretno karierno opcijo – t. i. odločeni študenti – na CDDQ poročali o pomembno manj težavah pri kariernem odločanju kot t. i. neodločeni študenti, tj. študenti, ki te opcije še niso imeli.

Lancaster, Rudolph, Perkins in Patten (1999) so v svoji raziskavi na vzorcu 402 ameriških študentov podprli konstruktno veljavnost CDDQ in poročali o velikih razlikah v skupnih težavah na CDDQ med odločeno in neodločeno skupino študentov. Pomembne razlike med odločenimi in neodločenimi študenti iz Kitajske je ugotovil Tien (2005), razlike med odločenimi in neodločenimi mladostniki pa so ugotovili tudi Gati in Saka (2001) na vzorcu 1843 izraelskih mladostnikov ter Hijazi, Tatar in Gati (2004) na vzorcu izraelskih in palestinskih srednješolcev.

Zadnji dve omenjeni raziskavi sta preučevali težave pri kariernem odločanju tudi z vidika spola. Rezultati so pokazali, da so pri obeh raziskavah fantje poročali o pomembno več težavah, povezanih s pomanjkanjem motivacije, pomanjkanjem informacij o poteh pridobivanja dodatnih informacij in težavah na področju zunanjih konfliktov. Dekleta so poročala o pomembno večjih težavah na področju splošne neodločnosti. Avtorji razlagajo ugotovljene razlike s kulturološkimi značilnostmi arabske družbe (religioznimi zakoni islama in tradicionalnimi navadami Arabcev). Na drugi strani pa H. I. Ai Ling (2004) s prirejeno obliko vprašalnika CDDQ na vzorcu singapurskih študentov ni ugotovila pomembnih razlik v težavah pri kariernem odločanju med moškimi in ženskami. Zato Hijazi idr. (2004) predlagajo usmeritev v raziskovanje

razlik v taksonomiji težav pri kariernem odločanju v različnih kulturah in v ugotavljanje ustreznosti taksonomije za populacijo mladostnikov v drugih državah. Njihova pobuda je bila izhodiščni motiv za našo raziskavo.

Tako smo v pričujoči raziskavi želeli ugotoviti, s katerimi težavami se srečujejo slovenski srednješolci in srednješolke (v nadaljevanju srednješolci) pri odločanju o svojem nadaljnjem izobraževanju, tj. pri izbiri študija. V ta namen smo prevedli vprašalnik CDDQ v slovenščino in ga priredili za problem raziskave. Z vprašalnikom smo želeli ugotoviti tudi strukturo težav slovenskih srednješolcev pri odločanju o nadaljnjem študiju ter jo primerjati s teoretično taksonomijo težav kariernega odločanja (Gati idr., 1996). Poleg tega so nas zanimale tudi razlike med dijaki in dijakinjami ter razlike med odločenimi in neodločenimi dijaki v izraženosti teh težav.

Metoda

Udeleženci

V raziskavi je sodelovalo 179 dijakov (98 dijakov in 81 dijakinj) četrtega letnika treh slovenskih gimnazij: Gimnazije Celje-Center, Gimnazije Lava Celje in Šolskega centra Ljubljana Splošne in strokovne gimnazije. Dijaki so bili stari od 17 do 20 let, njihova povprečna starost je bila 18 let. 94 dijakov Gimnazije Celje-Center (36 dijakov in 58 dijakinj) se je izobraževalo po programu splošna gimnazija, 85 dijakov Gimnazije Lava Celje in Šolskega centra Ljubljana Splošne in strokovne gimnazije (62 dijakov in 23 dijakinj) pa po programu tehniška gimnazija.

Pripomočki

Uporabili smo internetno verzijo vprašalnika *Career Decision-making Difficulties Questionnaire* (CDDQ; Gati in Osipow, 2004), ki je revizija prve verzije vprašalnika CDDQ, ki so jo leta 1996 sestavili Gati, Osipow in Krausz. Vprašalnik smo za potrebe raziskave prevedli v slovenščino in ga priredili za ocenjevanje težav slovenskih srednješolcev pri odločanju o svojem nadaljnjem izobraževanju, tj. pri izbiri študija. Vprašalnik je namenjen ugotavljanju potencialnih težav in problemov, povezanih s kariernim odločanjem, v našem primeru ugotavljanju težav srednješolcev pri odločanju o nadaljnjem študiju.

V prvem delu vprašalnika so dijaki podali nekaj osnovnih informacij o sebi (spol, starost in vrsto programa, ki ga obiskujejo). Drugi del vprašalnika je sestavljalo pet vprašanj, povezanih z (ne)odločenostjo za konkretni študij (dijaki so obkročili, ali že imajo v mislih konkretni študijski program, na katerega se želijo vpisati – t. i. odločeni dijaki – ali te opcije še nimajo v mislih – t. i. neodločeni dijaki), časom odločenosti za ta študij, stopnjo prepričanosti v odločitev, stopnjo zadovoljstva z odločitvijo in stopnjo pomembnosti odločitve o študiju za nadaljnje življenje. Tretji del vprašalnika je vključeval

34 postavk oz. trditev o težavah, s katerimi se navadno srečujejo srednješolci pri odločanju o nadaljnjem študiju (npr. »Ponavadi se težko odločam.«). Postavke ocenjujejo izraženost težav na desetih kategorijah težav (Pomanjkanje motivacije, Neodločnost, Disfunkcionalna prepričanja, Pomanjkanje informacij o procesu odločanja, Pomanjkanje informacij o sebi, Pomanjkanje informacij o poklicih/študijskih programih, Pomanjkanje informacij o poteh pridobivanja dodatnih informacij, Nezanesljive informacije, Notranji konflikti, Zunanji konflikti), treh širših kategorijah težav (Pomanjkanje pripravljenosti, Pomanjkanje informacij in Nekonsistentne informacije) in izraženost težav v celoti. Na postavke so dijaki odgovarjali na 9-stopenjski lestvici, kjer sta bili določeni le obe skrajni vrednosti (1 – trditev nikakor ne velja zame, 9 – trditev popolnoma velja zame). V zadnjem, četrtem delu vprašalnika so dijaki odgovorili na dve vprašanji: (i) podali so subjektivno oceno lastnih težav pri odločanju o nadaljnjem študiju na 9-stopenjski lestvici (1–nikakršne, 9 – ogromne/nepremostljive); in (ii) navedli so še druge težave, s katerimi se srečujejo pri odločanju o nadaljnjem študiju, pa jih v vprašalniku nismo zajeli.

Postopek

Empirični del raziskave smo izvedli v decembru 2005 na treh slovenskih gimnazijah, po vnaprejšnjem dogovoru z ravnatelji in šolskimi svetovalnimi delavci sodelujočih šol. V vsakem oddelku smo dijakom pojasnili namen raziskave in jih prosili za sodelovanje. Po prostovoljni privolitvi k sodelovanju so dijaki izpolnjevali vprašalnik od 15 do 25 minut, pri čemer čas izpolnjevanja vprašalnika ni bil omejen. Za vsakega dijaka smo izračunali njegove rezultate na posameznih lestvicah/kategorijah težav, rezultate na treh širših kategorijah težav in rezultat skupnih težav. Vse omenjene rezultate smo izračunali kot aritmetično sredino obkroženih številčk pri odgovarjajočih postavkah.

Rezultati

Najprej prikazujemo povprečja, standardne odklone in zanesljivost (Cronbachove alfa koeficiente) lestvic vprašalnika CDDQ.

Iz tabele 1 je razvidno, da se zanesljivosti posameznih lestvic v vprašalniku gibljejo od ,47 do ,93. Najnižja je zanesljivost lestvice Disfunkcionalnih prepričanj, ki v osnovi znaša ,47, a se poveča na ,55, če iz nje izločimo postavki 7 in 8. Ti dve postavki znižujeta zanesljivost lestvice Disfunkcionalnih prepričanj, ker ne korelirata pomembno z nobeno od ostalih trditev znotraj te kategorije; trditev 7 celo z nobeno ostalo trditvijo v vprašalniku. Če ju izločimo iz matične lestvice, to ne vpliva na spremembo zanesljivosti vprašalnika v celoti, zato smo se odločili, da v nadaljevanju uporabljamo lestvico Disfunkcionalnih prepričanj brez postavk 7 in 8. Poleg nizke zanesljivosti lestvice Disfunkcionalnih prepričanj ($\alpha = ,55$) v tabeli 1 izstopa še dokaj nizka zanesljivost lestvice Pridobivanje dodatnih informacij ($\alpha = ,65$). Če izvzamemo zanesljivosti teh dveh lestvic, se zanesljivosti ostalih lestvic gibljejo med ,70 in ,90. Pri

Tabela 1. Aritmetične sredine, standardni odkloni in Cronbachovi alfa koeficienti zanesljivosti lestvic vprašalnika CDDQ.

Lestvice/kategorije	število postavk	<i>M</i>	<i>SD</i>	α
Pomanjkanje pripravljenosti				
Pomanjkanje motivacije	3	2,35	1,49	,70
Neodločnost	3	5,19	2,03	,73
Disfunkcionalna prepričanja	6	4,62	1,17	,47
Disfunkcionalna prepričanja brez postavk 7 in 8	4	4,44	1,44	,55
Pomanjkanje informacij o ...				
procesu kariernega odločanja	3	3,83	2,25	,90
sebi	4	3,90	2,25	,88
poklicih/študijskih programih	3	4,19	2,29	,85
poteh pridobivanja dodatnih informacij	2	3,50	2,05	,65
Nekonsistentne informacije				
Nezanesljive informacije	3	3,12	1,81	,70
Notranji konflikti	5	3,77	2,07	,75
Zunanji konflikti	2	2,23	1,93	,89
Pomanjkanje pripravljenosti	12	4,05	1,03	,61
Pomanjkanje pripravljenosti brez postavk 7 in 8	10	3,99	1,03	,58
Pomanjkanje informacij	12	3,86	1,88	,93
Nekonsistentne informacije	10	3,04	1,61	,86
CDDQ skupaj	34	3,65	1,32	,93
CDDQ skupaj brez postavk 7 in 8	32	3,62	1,30	,93

širših kategorijah ima najnižjo zanesljivost kategorija Pomanjkanje pripravljenosti, najvišjo pa kategorija Pomanjkanje informacij. Zanesljivost vprašalnika v celoti je ,93.

Iz tabele 1 vidimo, da so dijaki na 9-stopenjski lestvici v povprečju dosegli rezultate med 2,23 in 5,19 pri posameznih lestvicah/kategorijah vprašalnika CDDQ. Najnižje rezultate so dijaki v povprečju dosegli pri kategoriji Zunanji konflikti, nizke rezultate (nižje kot 3) pa še pri kategoriji Pomanjkanje motivacije. Najvišje rezultate so dijaki dosegli pri kategoriji Neodločnost, visoke rezultate (višje kot 4, kar pa je gledano z vidika 9-stopenjske lestvice le srednje visoko) pa pri kategorijah Disfunkcionalna prepričanja in Pomanjkanje informacij o poklicih/študijskih programih. Z vidika širših kategorij so dijaki v povprečju dosegli najvišje rezultate pri kategoriji Pomanjkanje pripravljenosti, sledi kategorija Pomanjkanje informacij in nazadnje še kategorija Nekonsistentne informacije. Pri lestvicah, ki sestavljajo širšo kategorijo Pomanjkanje informacij, so dijaki v povprečju imeli največje standardne odklone. Pri vprašalniku v celoti so gledano z vidika 9-stopenjske lestvice dijaki v povprečju dosegli nizke do srednje velike rezultate ($M = 3,62$).

Sledi primerjava težav pri odločanju o nadaljnjem študiju med dijaki in dijakinjami. Uporabili smo *t*-test oz. Mann-Whitneyev *U*-test, rezultate pa prikazuje tabela 2.

Iz tabele 2 vidimo, da so dijaki v povprečju dosegli statistično pomembno višje rezultate kot dijakinje pri kategoriji Pomanjkanje motivacije, kar pomeni, da imajo na

Tabela 2. Primerjava dijakov in dijakinj v rezultatih, doseženih na posameznih lestvicah vprašalnika CDDQ.

Lestvice/ kategorije	spol	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i> (177)	<i>Z</i>	<i>p</i>
Pomanjkanje pripravljenosti	dijaki	2,64	1,65			
Pomanjkanje motivacije	dijakinje	2,00	1,18		2,710	,007
Neodločnost	dijaki	4,98	2,02	-1,542		,125
	dijakinje	5,45	2,04			
Disfunkcionalna prepričanja	dijaki	4,57	1,48	1,333		,184
	dijakinje	4,28	1,39			
Pomanjkanje informacij o ...	dijaki	3,68	2,21			
procesu kariernega odločanja	dijakinje	4,02	2,29		-,996	,319
sebi	dijaki	3,73	2,18	-1,154		,250
	dijakinje	4,12	2,34			
poklicih	dijaki	3,90	2,24		-1,786	,074
	dijakinje	4,54	2,33			
poteh pridobivanja dodatnih informacij	dijaki	3,22	1,86		-1,664	,096
	dijakinje	3,71	1,98			
Nekonsistentne informacije	dijaki	3,00	1,70			
Nezanesljive informacije	dijakinje	3,28	1,93		-,822	,411
Notranji konflikti	dijaki	3,60	1,83	-,784		,434
	dijakinje	3,82	1,87			
Zunanji konflikti	dijaki	2,26	1,89		-,337	,736
	dijakinje	2,20	2,00			
Pomanjkanje pripravljenosti	dijaki	4,16	1,02	,995		,321
	dijakinje	3,92	1,03			
Pomanjkanje informacij	dijaki	3,63	1,86	-1,654		,100
	dijakinje	4,10	1,90			
Nekonsistentne informacije	dijaki	2,95	1,52	-,619		,537
	dijakinje	3,10	1,64			
CDDQ skupaj	dijaki	3,58	1,28	-,781		,436

tem področju dijaki nekoliko več težav. Kljub pomembni razliki so težave tako dijakinj kot dijakov gledano z vidika 9-stopenjske lestvice majhne (*M* dijakinj je 2,00, *M* dijakov pa 2,64). Dijaki so v povprečju dosegli višje rezultate kot dijakinje še pri kategorijah Disfunkcionalna prepričanja in Zunanji konflikti, vendar razliki nista statično pomembni. Pri vseh ostalih kategorijah težav so dijakinje v povprečju dosegle višje rezultate kot dijaki, vendar tudi pri teh kategorijah razlike niso statistično pomembne.

V nadaljevanju smo med seboj (s *t*-testom oz. Mann-Whitneyevim *U*-testom) primerjali odločene in neodločene dijake v izraženosti težav pri odločanju o nadaljnjem študiju, kar prikazuje tabela 3.

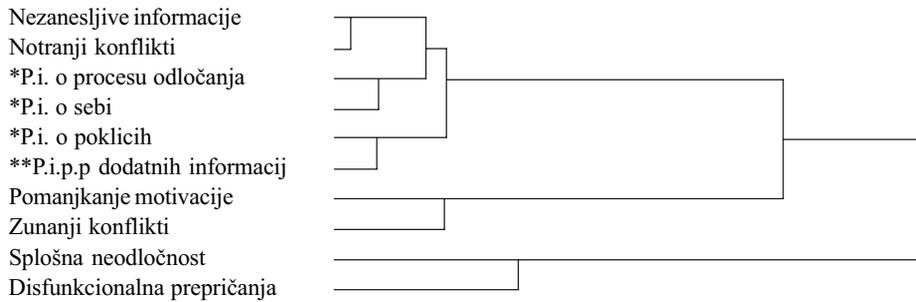
Iz tabele 3 je razvidno, da se odločeni in neodločeni dijaki med seboj v povprečju statistično pomembno razlikujejo v rezultatih pri vseh kategorijah, pri vseh treh širših

Tabela 3. Primerjava odločenih in neodločenih dijakov v rezultatih doseženih na posameznih lestvicah vprašalnika CDDQ.

Lestvice/ kategorije	odločenost	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i> (177)	<i>Z</i>	<i>p</i>
Pomanjkanje pripravljenosti						
Pomanjkanje motivacije	da	1,94	1,20			
	ne	3,11	1,67		-5,120	,000
Neodločnost	da	4,86	1,94			
	ne	5,80	2,07	-3,037		,003
Disfunkcionalna prepričanja	da	4,65	1,38			
	ne	4,06	1,47	2,704		,008
Pomanjkanje informacij o ...						
procesu kariernega odločanja	da	3,18	1,99			
	ne	5,05	2,20		-5,388	,000
sebi	da	3,09	1,93			
	ne	5,40	2,04	-7,526		,000
poklicih	da	3,59	2,22			
	ne	5,28	2,03		-4,774	,000
poteh pridobivanja dodatnih informacij	da	3,00	1,78			
	ne	4,25	1,93		-4,122	,000
Nekonsistentne informacije						
Nezanesljive informacije	da	2,57	1,56			
	ne	4,13	1,81		-5,621	,000
Notranji konflikti	da	3,06	1,67			
	ne	4,88	1,55	-7,127		,000
Zunanji konflikti	da	2,01	1,79			
	ne	2,63	2,12		-2,332	,020
Pomanjkanje pripravljenosti	da	3,83	0,95			
	ne	4,46	1,06	-3,216		,002
Pomanjkanje informacij	da	3,21	1,74			
	ne	5,00	1,58	-6,760		,000
Nekonsistentne informacije	da	2,55	1,42			
	ne	3,88	1,48	-5,922		,000
CDDQ skupaj	da	3,20	1,20			
	ne	4,45	1,12	-6,713		,000

Opombe. Beseda *odločenost* v tabeli pomeni, ali so dijaki v času izpolnjevanja vprašalnika že imeli v mislih konkretni študij, na katerega se želijo vpisati, ali ne.

kategorijah in tudi pri vprašalniku v celoti. Pri vseh omenjenih lestvicah, razen pri kategoriji Disfunkcionalnih prepričanj, in tudi pri vprašalniku v celoti so odločeni dijaki v povprečju dosegli statistično pomembno nižje rezultate kot neodločeni, kar pomeni, da imajo na vseh omenjenih lestvicah odločeni dijaki pomembno manj težav kot neodločeni. Izstopa kategorija Disfunkcionalnih prepričanj, kjer so odločeni dijaki v povprečju dosegli statistično pomembno višje rezultate kot neodločeni dijaki, kar pomeni, da imajo odločeni dijaki v povprečju nekoliko več disfunkcionalnih prepričanj kot neodločeni.



Slika 2. Dendrogram kategorij težav dijakov pri odločanju o nadaljnjem študiju. Oznaka *P.i. pomeni pomanjkanje informacij, oznaka **P.i.p.p. pa pomanjkanje informacij o poteh pridobivanja.

Nadalje nas je zanimalo, koliko naši empirični rezultati potrjujejo teoretično taksonomijo težav pri kariernem odločanju Gatija in sodelavcev (1996). Uporabili smo klastersko analizo, in sicer Wardovo metodo, ki je pokazala naslednjo strukturo (slika 2).

Iz slike 2 lahko razberemo, da se med seboj najprej povežeta kategoriji težav Nezanesljive informacije in Notranji konflikti (skupina 1), kmalu za tem pa ji sledita povezavi Pomanjkanje informacij o procesu kariernega odločanja in Pomanjkanje informacij o sebi (skupina 2) ter Pomanjkanje informacij o poklicih in Pomanjkanje informacij o poteh pridobivanja dodatnih informacij (skupina 3). Nato se med sabo povežeta skupina 1 in skupina 2, kmalu za tem pa se jima pridruži še skupina 3. Hkrati s pridružitvijo skupine 3 skupinam 1 in 2 se med seboj povežeta tudi kategoriji Pomanjkanje motivacije in Zunanji konflikti (skupina 4). V naslednjem koraku se med seboj povežeta kategoriji Neodločnost in Disfunkcionalna prepričanja (skupina 5). V predzadnji fazi se skupinam 1, 2 in 3 pridruži skupina 4, v zadnji fazi pa se skupinam 1, 2, 3, in 4 pridruži še skupina 5. Na osnovi slike 2 lahko govorimo o treh širših skupinah oz. klastrih; prvega sestavljajo skupine 1, 2 in 3, drugega predstavlja skupina 4 in tretjega skupina 5.

Razprava

V raziskavi smo želeli preučiti: (i) s katerimi težavami se srečujejo slovenski srednješolci pri odločanju o nadaljnjem študiju; (ii) ali obstajajo razlike med dijaki in dijakinjami v izraženosti težav, (iii) ali obstajajo razlike med odločenimi in neodločenimi dijaki v izraženosti težav ter (iv) koliko je naša empirična taksonomija težav slovenskih srednješolcev pri odločanju o nadaljnjem izobraževanju skladna s teoretično taksonomijo težav pri kariernem odločanju, ki jo je izdelal Gati s sodelavcema (1996).

Zanesljivost vprašalnika CDDQ

Kljub izločitvi postavk 7 in 8 iz kategorije Disfunkcionalnih prepričanj ostaja zanesljivost te lestvice nizka, kar pa ne preseneča, saj jo dosledno ugotavljajo različne raziskave, ki uporabljajo vprašalnik CDDQ: npr. Gati idr. (1996) so v svoji raziskavi našli $\alpha = ,40$; Gati in Saka (2001) $\alpha = ,40$; Hijazi idr. (2004) $\alpha = ,44$; Mau (2004) $\alpha = ,39$. Gati idr. (1996) razlagajo, da so vzrok nizke zanesljivosti te lestvice zelo nizke korelacije med postavkami, ki predstavljajo različne disfunkcionalne mite. Ta vzorec korelacij kaže na to, da prisotnost določenega disfunkcionalnega prepričanja oz. iracionalnega pričakovanja ni nujno povezana s prisotnostjo katerega drugega disfunkcionalnega prepričanja. Avtorji originalne verzije vprašalnika (Gati idr., 1996) se celo sprašujejo o umiku te kategorije iz originalne taksonomije težav pri kariernem odločanju, vendar zaključijo, da je kategorija v taksonomiji kljub vsemu potrebna zaradi pogoste prisotnosti disfunkcionalnih prepričanj v razmišljanju ljudi in posledično v njenem potencialnem vplivu na proces kariernega odločanja; svetujejo pa nadaljnje raziskovanje značilnosti te kategorije. Do leta 2004, ko sta Gati in Osipow na spletu predstavila revidirano verzijo vprašalnika CDDQ, ki smo ga kot izhodišče uporabili tudi pri naši raziskavi, so številni avtorji uporabljali različne verzije vprašalnika CDDQ iz leta 1996, vendar kljub različnim številčnim in vsebinskim spremembam postavk v kategoriji Disfunkcionalnih prepričanj nobenemu od njih ni uspelo dvigniti njene zanesljivosti na raven zanesljivosti ostalih kategorij. Kategorija disfunkcionalnih prepričanj torej še danes ostaja izziv za nadaljnje raziskovanje.

Morda je razlaga nizke zanesljivosti kategorije disfunkcionalnih prepričanj primerna tudi za razlago nizke zanesljivosti lestvice Pridobivanje dodatnih informacij pri naši raziskavi. Le-to v vprašalniku, ki smo ga uporabili, predstavljata samo dve postavki, od katerih ena govori o pridobivanju dodatnih informacij o sebi, druga pa o pridobivanju dodatnih informacij o poklicih oz. študijskih programih. Kaže, da se težave, o katerih govorita ti dve postavki, pri dijakih med seboj ne povezujejo tako zelo, kot to predvideva vprašalnik, kar v praksi pomeni, da dijaki, ki imajo težave s pridobivanjem dodatnih informacij o sebi, nimajo nujno tudi težav s pridobivanjem dodatnih informacij o študijskih programih, in obratno, da težave na področju pridobivanja dodatnih informacij o študijih pri dijakih ne indicirajo nujno tudi težav, povezanih s pridobivanjem dodatnih informacij o sebi.

Če izvzamemo zanesljivosti lestvic Disfunkcionalnih prepričanj in Pridobivanja dodatnih informacij, se zanesljivosti ostalih lestvic gibljejo med ,70 in ,93, zanesljivost vprašalnika v celoti pa je ,93. Te zanesljivosti so visoke do srednje visoke, po statističnih kriterijih ustrezajo merskemu instrumentu samoocenjevalnega vprašalnika in so zelo podobne (so enake ali celo nekoliko višje) zanesljivostim vprašalnika CDDQ ugotovljenih v drugih študijah, npr. pri Gatiju idr. (1996), Gatiju in Saki (2001), Hijaziju idr. (2004) in Mauju (2004).

Težave anketiranih dijakov pri odločanju o nadaljnjem študiju

Rezultati (tabela 1) so pokazali, da so dijaki na 9-stopenjski lestvici v povprečju dosegli rezultate med 2,23 in 5,19 pri posameznih lestvicah vprašalnika CDDQ, kar pomeni, da so njihove težave pri odločanju o nadaljnjem študiju v povprečju majhne do srednje velike. To lahko pojmuje kot pozitiven pokazatelj dela šolske svetovalne službe, ki dijake usmerja, vodi in jim nudi pomoč v procesu poklicne orientacije ter tudi bolj specifično pri procesu odločanja o nadaljnjem študiju.

V povprečju so dijaki dosegli najnižje rezultate (nižje od 3) pri kategorijah Zunanji konflikti in Pomanjkanje motivacije, kar pomeni, da imajo na teh dveh področjih najmanj težav. Nizek rezultat pri kategoriji Pomanjkanje motivacije pomeni, da so dijaki pripravljeni na odločanje o nadaljnjem študiju v sedanjem trenutku in da se jim zdi smiselno vlagati čas in trud v karierno odločitev, saj se zavedajo, da čas sam po sebi ne bo prinesel »prave« odločitve o nadaljnjem študiju, ampak je zanjo potrebna lastna aktivnost. Ta ugotovitev je spodbudna, saj nakazuje na to, da se dijaki zavedajo pomembnosti odločitve o nadaljnjem študiju; le-ta jih bolj kot srednješolski program usmeri v določeno izobraževalno področje, s katerim se bo verjetno povezovalo njihovo nadaljnje poklicno delo, od katerega bo odvisno njihovo delovno (ne)zadovoljstvo, ki predstavlja velik del splošnega (ne)zadovoljstva z življenjem. Nizek rezultat pri kategoriji Zunanji konflikti pomeni, da dijaki pri odločanju o nadaljnjem izobraževanju nimajo težav s tem, da se preference njim pomembnih oseb ne bi skladale z njihovimi lastnimi preferencami, kar kaže, da dijakom pomembne osebe podpirajo njihove odločitve v zvezi z izbiro specifičnega študija.

V povprečju so dijaki dosegli najvišje rezultate pri kategoriji Neodločnost ($M = 5,19$), kar nakazuje na to, da imajo med vsemi težavami, s katerimi se soočajo pri odločanju o nadaljnjem študiju, največ težav ravno s t. i. splošno neodločnostjo. Le-ta izvira iz strahu pred neuspehom ali obvezo k odločitvi, za katero je značilna potreba po potrditvi s strani oseb, ki jim dijaki zaupajo. Ta rezultat je nekako pričakovan, saj je izbira nadaljnega študija za večino dijakov ena od prvih pomembnejših kariernih odločitev, ki jo izvedejo relativno samostojno. Pomanjkanje izkušenj s samostojnim kariernim odločanjem v preteklosti je lahko eden od vzrokov dobljenega rezultata. Poudariti pa velja, da so težave dijakov na področju splošne neodločnosti največje v primerjavi z ostalimi težavami, s katerimi se soočajo pri odločanju o nadaljnjem študiju, v absolutnem smislu pa so njihove težave na tem področju samo srednje velike, saj je njihov povprečni rezultat pri tej kategoriji, gledano z vidika 9-stopenjske lestvice, samo srednje velik.

V primerjavi z ostalimi kategorijami so dijaki v povprečju dosegli višje rezultate (višje kot 4) še pri kategorijah Disfunkcionalna prepričanja ($M = 4,44$) in Pomanjkanje informacij o poklicih/študijih ($M = 4,19$). To pomeni, da imajo dijaki v primerjavi z ostalimi težavami, s katerimi se soočajo pri izbiri nadaljnega študija, poleg splošne neodločnosti v povprečju nekoliko več težav tudi na področju disfunkcionalnih prepričanj in pomanjkanju informacij o poklicih oz. študijskih programih. Rezultat na področju

Disfunkcionalnih prepričanj nakazuje, da imajo dijaki v povprečju nekoliko več iracionalnih pričakovanj o odločitvi o nadaljnjem študiju in da imajo nekoliko izkrivljeno percepcijo o procesu kariernega odločanja. Konkretno to pomeni, da anketirani dijaki v splošnem nekoliko preveč pričakujejo, da bodo z izbranim študijem izpolnili vse svoje želje in pričakovanja; da obstaja samo en študij, ki jim po njihovem mnenju popolnoma ustreza, ter da je izbira študija enkratna odločitev in pomeni obvezo za vse življenje. Omenjene ugotovitve pa moramo vseeno jemati nekoliko z rezervo zaradi prej omenjene nizke zanesljivosti kategorije disfunkcionalnih prepričanj. Rezultat na področju Pomanjkanja informacij o poklicih/študijih nakazuje na to, da imajo anketirani dijaki nekoliko več težav s pomanjkanjem informacij o obstoječih študijskih programih, o tem, kateri študijski programi obstajajo in kakšne so značilnosti posameznega programa. Ponovno pa velja izpostaviti, da so težave dijakov na omenjenih dveh kategorijah, gledano z vidika 9-stopenske lestvice, samo srednje velike.

Z vidika širših kategorij so dijaki v povprečju dosegli najvišje rezultate pri kategoriji Pomanjkanje pripravljenosti ($M = 3,99$), sledi kategorija Pomanjkanje informacij ($M = 3,86$) in nazadnje še kategorija Nekonsistentne informacije ($M = 3,04$). Vidimo, da so povprečni rezultati vseh treh kategorij na prehodu med nizkimi in srednje visokimi. Ti rezultati pomenijo, da imajo dijaki v povprečju majhne do srednje velike težave na vseh treh širših področjih težav pri odločanju o nadaljnjem študiju. Standardni odkloni dijakov so bili najvišji pri kategorijah težav, ki sestavljajo širšo kategorijo Pomanjkanje informacij, kar pomeni, da se na tem področju dijaki medsebojno najbolj razlikujejo.

Skupni rezultati dijakov na vprašalniku CDDQ so v povprečju nizki do srednje visoki ($M = 3,62$), standardni odklon pa je zmeren ($SD = 1,32$), kar pomeni, da so težave dijakov pri odločanju o nadaljnjem študiju v povprečju na prehodu med majhnimi in srednje velikimi. Ta ugotovitev je nekako pričakovana, saj so rezultati drugega dela vprašalnika pokazali, da je večina dijakov v času izpolnjevanja vprašalnika že imela v mislih konkretni študijski program, na katerega so se želeli vpisati in v katerega so bili tudi večinoma precej prepričani, iz česar logično sledi, da so imeli manj težav v procesu odločanja, kot če še ne bi imeli izbranega konkretnega študijskega programa. To pa seveda lahko pripišemo dejstvu, da smo vprašalnik aplicirali le dobra dva meseca pred oddajo prijav dijakov na določen študij. Verjetno bi z aplikacijo vprašalnika v drugem času (npr. na začetku šolskega leta) dobili drugačne rezultate.

Primerjava težav dijakov in dijakinj

Rezultati (tabela 2) so pokazali, da se z izjemo področja pomanjkanja motivacije dijaki in dijakinje v povprečju med seboj ne razlikujejo statistično pomembno v izraženosti težav pri odločanju o nadaljnjem študiju pri nobeni specifični kategoriji, širši kategoriji ali težavam v celoti. Ti rezultati so spodbudni, saj kažejo na to, da mikro in makro družbeni dejavniki, kot so družina, vrstniki, šola (znotraj katere ima še posebej pomembno mesto šolska svetovalna služba z aktivnostmi poklicne orientacije), mediji, gospodarstvo, politika, ki bolj ali manj vplivajo na dijake pri odločanju o nadaljnjem študiju, ne delujejo

diskriminatorno z vidika spola. Če bi do razločevalnih vplivov prihajalo, bi se verjetno to odrazilo v razlikah v izraženosti težav pri odločanju o nadaljnjem študiju med fanti in dekleti pri posameznih področjih težav. Z dobljeno ugotovitvijo smo lahko zadovoljni, enakopravna poklicna orientacija za dijake in dijakinje pa nam mora ostati prioriteta tudi v prihodnosti.

Znotraj velike podobnosti med dijaki in dijakinjami v težavah pri odločanju o nadaljnem študiju so rezultati (tabela 2) vendarle pokazali, da so fantje nekoliko manj motivirani za odločanje v sedanjem trenutku kot dekleta (so pa težave obeh skupin na področju pomanjkanja motivacije majhne, gledano v absolutnem smislu). To bi lahko bilo strokovno vodilo šolskim svetovalnim službam, da bi pri poklicni orientaciji v bodoče namenili nekoliko več pozornosti spremljanju motivacije dijakov pri odločanju za študij, pa tudi iskanju načinov dviga le-te pri dijakih.

Primerjava težav odločenih in neodločenih dijakov

Rezultati (tabela 3) so pokazali, da imajo odločeni dijaki pri vseh kategorijah težav (z izjemo kategorije Disfunkcionalnih prepričanj), pri širših kategorijah in tudi pri vprašalniku v celoti pomembno manj težav kot neodločeni dijaki. Ta ugotovitev podpira diskriminativno moč vprašalnika CDDQ, saj kaže na to, da vprašalnik dobro razlikuje med odločenimi in neodločenimi dijaki.

Od opisanih rezultatov odstopa kategorija Disfunkcionalnih prepričanj, kjer so odločeni dijaki v povprečju dosegli statistično pomembno višje rezultate kot neodločeni dijaki. Ali lahko torej disfunkcionalna prepričanja na nek način pripomorejo k zmanjšanju težav dijakov pri odločanju o nadaljnem študiju? Lahko. Morda disfunkcionalna prepričanja, kot je npr. prepričanje, da je izbira študija enkratna odločitev in pomeni obvezo za vse nadaljnje življenje, spodbujajo dijake k odločanju o nadaljnem študiju, še posebej če to povežemo z ugotovitvijo, da se večini dijakom odločitev o nadaljnem študiju zdi zelo pomembna za njihovo nadaljnje življenje. Večja motivacija za proces odločanja o nadaljnem študiju, ki lahko izvira iz disfunkcionalnih prepričanj, lahko vodi dijake do večje angažiranosti v procesu odločanja o nadaljnem študiju in posledično k manjšim težavam, povezanim s procesom odločanja (kot sta npr. pomanjkanje motivacije in pomanjkanje informacij). Tako lahko disfunkcionalna prepričanja dijakom na nek način celo pomagajo, da pričnejo s procesom odločanja o nadaljnem študiju, ne vodijo pa nujno do odločitev, ki so za dijake najustreznejše, saj temeljijo na disfunkcionalnih prepričanjih.

Primerjava teoretične in empirične strukture težav pri kariernem odločanju

Primerjava empirične strukture težav anketiranih dijakov pri odločanju o nadaljnem študiju na sliki 1 s teoretično taksonomijo težav pri kariernem odločanju (Gati idr., 1996) na sliki 2 pokaže, da se empirična struktura precej razlikuje od predlaganega teoretičnega modela. Res je sicer, da tudi pri empirični strukturi lahko

govorimo o dveh oz. treh klastrih kategorij težav, vendar se kategorije težav v posameznem klastru v empirični strukturi razlikujejo od kategorij težav v klastrih pri teoretični taksonomiji. Tako npr. v teoretičnem modelu težave pred procesom odločanja sestavljajo kategorije težav Pomanjkanje motivacije, Neodločnost in Disfunkcionalna prepričanja, pri empirični strukturi pa to širšo kategorijo sestavljata samo kategoriji Neodločnost in Disfunkcionalna prepričanja. Kategorija Pomanjkanje motivacije se pri empirični strukturi poveže s kategorijo Zunanji konflikti, ki pa se v teoretični taksonomiji poveže s kategorijama Zunanji konflikti in Notranji konflikti. Pri teoretični taksonomiji se med sabo povežejo štiri kategorije – Pomanjkanje informacij o poklicih, Pomanjkanje informacij o pridobivanju dodatnih informacij, Pomanjkanje informacij o sebi in Pomanjkanje informacij o procesu kariernega odločanja, ki predstavljajo širšo kategorijo Pomanjkanje informacij. Pri empirični strukturi do tega ne pride. Med seboj se povežeta kategoriji Pomanjkanje informacij o sebi in Pomanjkanje informacij o procesu kariernega odločanja, ki pa se nato povežeta s prej povezanimi kategorijami Nezanesljive informacije in Notranji konflikti. V teoretični strukturi se zadnji dve omenjeni kategoriji med seboj sploh ne povežeta.

Najbolj izstopajoča razlika med teoretično taksonomijo in empirično strukturo je ta, da se pri teoretičnem modelu kategorija Notranjih konfliktov poveže s kategorijo Zunanjih konfliktov, katerima se šele nato pridruži kategorija Nezanesljive informacije. Pri empirični strukturi pa se kategorija Zunanji konflikti poveže s kategorijo Pomanjkanje motivacije – gre torej za povezavo med kategorijo pred procesom kariernega odločanja (Pomanjkanje motivacije) s kategorijo težav med procesom kariernega odločanja (Zunanji konflikti), česar teoretični model ne predvideva. Kako razložiti to nepričakovano povezavo v empirični strukturi? Ena od možnih pojasnitev je lahko ta, da dijake, ki imajo težave s pomanjkanjem motivacije pri odločanju o nadaljnjem študiju, močno privlači študij, s katerim pa se njim pomembna oseba ne strinja. Dijaki so tako zaustavljeni že v samem začetku procesa kariernega odločanja – omenjeni študij jih tako močno privlači, da se brezkompromisno želijo vpisati nanj in posledično nimajo motivacije za razmišljanje o vpisu na kateri drugi študijski program. Na drugi strani pa dijaki, ki nimajo težav s tem, da se njim pomembna oseba ne bi strinjala z njihovo odločitvijo o vpisu na določen študij, tudi nimajo težav s pomanjkanjem motivacije za odločanje o nadaljnjem študiju.

Vidimo torej, da kljub nekaterim podobnostim med empirično strukturo in teoretično taksonomijo v splošnem med njima obstaja več razlik kot podobnosti, zaradi česar zaključujemo, da rezultati naše raziskave niso potrdili taksonomije težav pri kariernem odločanju, ki so jo razvili Gati idr. (1996). Morebitno razlago lahko iščemo v dejstvu, da nismo imeli reprezentativnega vzorca. Hkrati pa to pomeni, da naših ugotovitev ne moremo posploševati na dijake ostalih gimnazij v Sloveniji.

Kot pomanjkljivost raziskave omenimo tudi dejstvo, da so dobljene ugotovitve izpeljane iz rezultatov vprašalnika CDDQ, ki izhaja iz določenega teoretičnega okvirja (normativne teorije odločanja). Zato je seveda interpretacija dobljenih rezultatov smiselna znotraj te teoretične paradigme.

Na osnovi dobljenih rezultatov predlagamo usmeritev v nadaljnje raziskovanje: (1) v ponovno preverjanje ujemanja teoretične in empirične strukture težav pri kariernem odločanju na reprezentativnem vzorcu; (2) v raziskovanje kategorije Disfunkcionalnih prepričanj in izboljšanje njene zanesljivosti; (3) v preverjanje teoretične strukture težav pri kariernem odločanju v drugih kariernih odločitvenih situacijah (npr. pri odločitvi o vpisu v srednjo šolo, pri odločitvi o prvi zaposlitvi, pri odločitvi o prezaposlitvi); (4) v preverjanje, dopolnjevanje in morebitno spreminjanje teoretične taksonomije težav pri odločanju v »nekariernih« odločitvenih situacijah (npr. pri izbiri partnerja, pri izbiri stalnega prebivališča).

Literatura

- Ai Ling, H. I. (2004). *Career decision and personality*. Singapore: National Institute of Education.
- Brown, D. (1990). Models of career decision making. V D. Brown in L. Brooks (ur.), *Career choice and development* (str. 395–421). San Francisco: Jossey-Bass.
- Chartrand, J. M., Rose, M. L., Elliot, T. R., Marmarosh, C. in Caldwell, C. (1993). Peeling back the onion: Personality, problem solving, and career decision-making style correlates of career indecision. *Journal of Career Assessment*, 1, 66–89.
- Crites, J. O. (1978). *Career Maturity Inventory theory and research handbook*. Monterey, CA: CTB/MCGraw-Hill.
- Friedman, A. I. in Mann, L. (1993). Coping patterns in adolescent decision making: An Israeli-Australian comparison. *Journal of Adolescence*, 16, 967–976.
- Fuqua, D. R., Blum, C. R., in Hartman, B. W. (1988). Empirical support of the differential diagnosis of career indecision. *Career Development Quarterly*, 36, 364–373.
- Gati, I. (1986). Making career decision: A sequential elimination approach. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 408–417.
- Gati, I. in Osipow, S. H. (2004). *Career Decision-Making Difficulties Questionnaire*. Sneto 10.11.2005 s spletne strani: <http://go.to/cddq>
- Gati, I. in Saka, N. (2001). High School Students' Career-Related Decision-Making Difficulties. *Journal of Counseling & Development*, 79, 331–340.
- Gati, I., Krausz, M. in Osipow, S. H. (1996). A Taxonomy of Difficulties in Career Decision Making. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 510–526.
- Hijazi, Y., Tatar, M. in Gati, I. (2004). Career decision-making difficulties among Israeli and Palestinian Arab high-school seniors. *Professional School Counseling*, 8, 64–72.
- Jepsen, D. A. in Dilley, J. S. (1974). Vocational decision making models: A review and comparative analysis. *Review of Educational Research*, 44, 331–349.
- Katz, M. R. (1966). A model for guidance for career decision making. *Vocational Guidance Quarterly*, 15, 2–10.
- Keating, D. in Bobbitt, B. (1978). Individual and developmental differences in cognitive processing component of ability. *Child Development*, 52, 538–544.
- Lancaster, P. L., Rudolph, C., Perkins, S. in Patten, T. (1999). Difficulties in career decision making: A study of the reliability and validity of the career decision difficulties questionnaire. *Journal of Career Assessment*, 4, 393–413.

- Leong, F. T. L. in Chervinko, S. (1996). Construct validity of career indecision: Negative personality traits as predictors of career indecision. *Journal of Career Assessment*, 4, 315–329.
- Lewis, C. (1981). How adolescents approach decisions: Changes over grades seven to twelve, and policy implications. *Child Development*, 52, 538–544.
- Mann, L., Harmoni, R., in Power, C. (1989). Adolescent decision making: The development of competence. *Journal of Adolescence*, 12, 265–278.
- Mann, L., Harmoni, R., Power, C., Beswick, G. in Ormond, C. (1988). Effectiveness of the GOFER course in decision making for high school students. *Journal of Behavioral Decision Making*, 1, 159–168.
- Mau, W. C. (2004). Cultural dimensions of career decision-making difficulties. *Career Development Quarterly*, 53, 67–87.
- Mitchell, L. K. in Krumboltz, J. D. (1984). Research on human decision making: Implications for career decision making and counseling. V S. D. Brown in R. W. Lent (ur.), *Handbook of counseling psychology* (str. 238–280). New York: Wiley.
- Neimeyer, G. J. (1988). Cognitive integration and differentiation in vocational behavior. *The Counseling Psychologist*, 16, 440–475.
- Ormond, C., Luszcz, M. A., Mann, L. in Beswick, G. (1991). A metacognitive analysis of decision making in adolescence. *Journal of Adolescence*, 14, 275–291.
- Osipow, S. H. (1987). *Manual for the Career Decision Scale*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Osipow, S. H., Carney, C. G. in Barak, A. (1976). A scale of educational-vocational undecidedness: A typological approach. *Journal of Vocational Behavior*, 9, 233–324.
- Osipow, S. H. in Fitzgerald, L. F. (1996). *Theories of Career Development* (4. izd.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Osipow, S. H. in Gati, I. (1998). Construct and concurrent validity of the Career Decision-Making Difficulties Questionnaire. *Journal of Career Assessment*, 6, 347–364.
- Osipow, S. H. in Winer, J. (1996). Career assessment and the Career Decision Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 117–130.
- Owens, T. R. (1983). *Helping youth become more responsible*. Washington: National Institute of Education.
- Phillips, S. D. (1994). Choice and change: Convergence from the decision-making perspective. V M. L. Savikas in R. W. Lent (ur.), *Convergence in career development theories* (str. 155–163). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Piaget, J. in Inhelder, B. (1969). *The psychology of the child*. New York: Basic Books.
- Silverman, B. in Wells, S. M. (1987). Facing the facts regarding teenage pregnancy. *Social Work in Education*, 9, 191–196.
- Pitz, G. in Harren, V. A. (1980). An analyses of career decision making from the point of view of information processing and decision theory. *Journal of Vocational Behavior*, 16, 320–346.
- Slovar slovenskega knjižnega jezika [Dictionary of Slovenian language]* (1998). Ljubljana: DZS.
- Steinberg, L. (1985). *Adolescence*. New York: Knopf.
- Sternberg, R. in Nigro, G. (1980). Developmental patterns in the solutions of verbal analogies. *Child Development*, 51, 27–38.
- Sternberg, R. in Rifkin, B. (1979). The development of analogical reasoning process. *Journal of Experimental Child Psychology*, 27, 195–232.

- Taylor, K. M. in Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22, 63–81.
- Tien, H. S. (2005). The Validation of the Career Decision-Making Difficulties Scale in a Chinese Culture. *Journal of Career Assessment*, 13, 114–127.
- Tinsley, H. E. A. (1992). Career decision making and career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 41, 209–211.
- Walsh, W. B. in Osipow, S. H. (1988). *Career decision making*. Hillsdale, NY: Erlbaum.
- Zagoričnik, M. (2006). *Težave slovenskih srednješolcev pri odločanju o nadaljnem izobraževanju [Career decision-making difficulties among Slovenian high-school students]*. Neobjavljena diplomska naloga [Unpublished BA thesis], Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.

Vloga osebnostnih in motivacijskih dejavnikov pri poklicnem odločanju

Mojca Čerče¹* in Sonja Pečjak²

¹Šolski center Slovenj Gradec, Gimnazija Slovenj Gradec, Slovenj Gradec

²Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo, Ljubljana

Povzetek: Cilj raziskave je bil proučiti vlogo osebnega stila odločanja, osebnostnih dimenzij modela »velikih pet«, zaznane samoučinkovitosti pri poklicnem odločanju in samouravnavanja (samoregulacije) volje pri poklicnem odločanju dijakov četrtošolcev. Za proučevanje obravnavane tematike smo uporabili Vprašalnik odločanja za mladostnike, Vprašalnik težav pri poklicnem odločanju, Vprašalnik Velikih pet BFI, Vprašalnik samouravnavanja volje in Lestvico samoučinkovitosti pri kariernem odločanju. Rezultati so pokazali pomembno povezanost med poklicno neodločenostjo oziroma izraženostjo težav dijakov pri poklicnem odločanju in njihovo zaznano samoučinkovitostjo pri poklicnem odločanju, sposobnostjo samouravnavanja volje in osebnostnimi dimenzijami *čustvena stabilnost*, *vestnost* in *energija* ter razliko v izraženosti težav dijakov pri poklicnem odločanju glede na njihov prevladujoči osebni stil odločanja (prilagojeni ali neprilagojeni). Raziskava ponuja celostnejši pogled v dejavnike, ki lahko vplivajo na doživljanje in vedenje dijakov četrtošolcev v procesu poklicnega odločanja ter tako nudi osnovo za bolj kakovostno poklicno svetovanje.

Ključne besede: poklicno odločanje, odločanje, petfaktorski model osebnosti, samoučinkovitost, samouravnavanje, dijaki

The role of personality and motivational factors in occupational decision making

Mojca Čerče¹ and Sonja Pečjak²

¹School center Slovenj Gradec, Gymnasium Slovenj Gradec, Slovenj Gradec, Slovenia

²University of Ljubljana, Department of Psychology, Ljubljana, Slovenia

Abstract: The aim of this research was to study the role of personal style of decision-making, personality dimensions according to the “Big Five” model, perceived self-efficacy in reference to occupational choices, and self-regulation in the process of occupational decision-making of fourth-year high-school students. We applied the Decision-Making Questionnaire for Adolescents, Career Decision-Making Difficulties Questionnaire, Big Five Inventory – BFI, Self-Regulation Inventory, and Career Student Self-Efficacy Scale. The results confirmed the correlation between the level of manifestation of students’ problems (i.e. occupational indecision) and their perceived self-efficacy in occupational decision-making.

* Naslov / Address: Mojca Čerče, Šolski center Slovenj Gradec, Gimnazija Slovenj Gradec, Gosposvetska 2, 2380 Slovenj Gradec, e-mail: mojca.cerce@sc-sg.net

their ability of self-regulatory behaviour, and personality traits, such as emotional stability, conscientiousness and energy. The results also confirmed the difference in the level of manifestation of students' problems with relation to their prevailing style of decision making (whether it is adapted or non-adapted). The study offers better and more comprehensive insight into the behaviour and experience of fourth-year students in the process of occupational decision-making. As such it presents the basis for higher quality of occupational counselling.

Key words: career decision-making, decision-making, five factor personality model, self-efficacy, self-regulation, high school students

CC = 3580

Proces poklicnega odločanja vključuje opredelitev poklicnih ciljev in končno izbiro poklica, zato predstavlja za mladostnika veliko odgovornost v odnosu do sebe in okolja, hkrati pa od njega zahteva tudi različne spretnosti in znanja. Medtem ko nekateri mladostniki nimajo večjih težav pri odločanju o svoji bodoči poklicni poti, se drugi spoprijemajo z njimi pred ali med procesom poklicnega odločanja. Pred procesom odločanja se lahko spoprijemajo s težavami, ki se nanašajo na pomanjkanje pripravljenosti zaradi pomanjkanja motivacije, splošne neodločenosti ali zaradi disfunkcionalnih prepričanj. Med procesom odločanja pa se lahko spoprijemajo s težavami zaradi pomanjkanja informacij o sebi, o poklicih, o procesu poklicnega odločanja ali o poteh pridobivanja dodatnih informacij in/ali s težavami, ki se nanašajo na nedosledne informacije zaradi notranjih oziroma zunanjih konfliktov ali nezanesljivih informacij. Sposobnost odločanja o lastni poklicni poti med mladostniki močno variira (Erikson, 1963, v Sharf, 2006), prav tako pa med mladostniki obstajajo velike individualne razlike v težavah, s katerimi se spoprijemajo pri poklicnem odločanju (Lent, Brown in Hackett, 2002). Larson, Butler, Wilson, N. Medora in Allgood (1994) tako npr. navajajo, da obstaja vrsta intrapersonalnih dejavnikov ali težav, ki lahko ovirajo proces poklicnega odločanja.

Posameznikov prevladujoči osebni stil odločanja zagotovo predstavlja enega izmed intrapersonalnih dejavnikov, ki določajo njegovo uspešnost v procesu poklicnega odločanja. Predstavlja namreč naučen, običajen vzorec odzivanja posameznika, ko se spoprijema s situacijo, v kateri se mora odločiti (Scott in Bruce, 1995, v Sager in Gastil, 1999), oziroma način, s katerim pristopa k spoznavnim opravilom (Galotti, Ciner, Altenbaumer, Geerts, Rupp in Woulfe, 2006).

Posameznik je v omenjenem procesu torej lahko bolj ali manj uspešen, pri čemer se njegova uspešnost nanaša na to, ali je poklicna odločitev, ki jo sprejme, sprejeta načrtno, preudarno, avtonomno in se sklada z njegovimi poklicnimi interesi, sposobnostmi ter osebnostnimi lastnostmi ali je, nasprotno, sprejeta brez ustreznega premisleka, neodgovorno, brez tehtanja različnih poklicnih alternativ oziroma celo na osnovi odločitev drugih. Razlike v stilih odločanja med posamezniki se obravnavajo predvsem kot razlike, ki so povezane z razlikami v motivacijskih in osebnostnih dimenzijah in v manjši meri z razlikami v spoznavnih sposobnostih (Galotti idr., 2006).

J. Tuinistra, van Sonderen, Groothoff, van den Heuvel in Post (2000) so opredelili štiri stile odločanja, ki se pojavljajo kot prevladujoči vzorci odločanja pri mladostnikih. To so: samozavestno odločanje (ki predstavlja prilagojeni vzorec odločanja) ter panično, impulzivno in izogibajoče odločanje (ki predstavljajo manj prilagojene oziroma neprilagojene vzorce odločanja). Neprilagojeni stili odločanja se v primerjavi s prilagojenim stilom odločanja negativno povezujejo z napredkom v procesu poklicnega odločanja (Franken in Muris, 2005; Phillips, Paziienza in Walsh, 1984, v Blustein in Phillips, 1990) in odločnostjo pri izvajanju različnih poklicnih nalog (Lunneborg, 1978, v Blustein in Phillips, 1990). To pomeni, da je za posameznike, ki se odločajo panično in brez ustreznega premisleka (panični stil), ki odločanju ne posvečajo velike pozornosti in sprejemajo odločitve brez razmišljanja ter skrbne preudarnosti (impulzivni stil) ali odločitev sprejmejo glede na to, kaj predlagajo drugi ljudje (izogibajoči stil), značilno, da sprejmejo poklicno odločitev, ki najverjetneje ni optimalna glede na njihove poklicne cilje, interese in sposobnosti.

Med najpogostejšimi osebnostnimi spremenljivkami, ki se povezujejo z izraženostjo težav pri poklicnem odločanju, so v literaturi (npr. Betz in Taylor, 2006; Larson idr., 1994; Lucas, 1992) omenjeni mesto nadzora, zaznana samoučinkovitost, samopodoba in anksioznost. Z izjemo raziskave Lounsburya, H. Tatum, W. Chambers, K. Owens in L. Gibson (1999) ni moč zaslediti nobene raziskave, ki bi ugotavljala povezanost poklicne odločenosti z osebnostnimi dimenzijami modela »velikih pet«. Rezultati omenjene študije kažejo, da se poklicna odločenost pomembno pozitivno povezuje z dimenzijama *sprejemljivost* in *vestnost* ter pomembno negativno z dimenzijo *čustvena nestabilnost*. Negativna povezanost med poklicno odločenostjo in čustveno nestabilnostjo kaže, da imajo posamezniki, ki so nagnjeni k doživljanju skrbi, distresa, napetosti in anksioznosti, tudi več težav pri poklicnem odločanju in nadaljnjem poklicnem razvoju. Slednje navajajo tudi Hartman, Fuqua in Blum (1985, v Larson, Busby, Stephan, Medora in Allgood, 1994), ki pojasnjujejo, da predstavlja anksioznost, povezana z odločanjem, čustveno oviro, ki upočasni ali ustavi proces poklicnega odločanja. V zvezi s pozitivno povezanostjo med poklicno odločenostjo in osebnostno dimenzijo vestnost se Lounsbury idr. (1999) sprašujejo, ali se morda poklicna odločenost pojavlja celo kot rezultat vestnosti posameznika. Za pozitivno povezanost med sprejemljivostjo in poklicno odločenostjo pa avtorji razlagajo, da kaže na to, da so se posamezniki z bolj izraženo sprejemljivostjo bolj pripravljani spoprijeti z načrtovanjem svoje kariere, bolj verjetno zaupajo podatkom v zvezi s poklicno odločitvijo ter so bolj nagnjeni k iskanju in prejemanju nasvetov od drugih ljudi, zaradi česar se posledično spoprijemajo z manj težavami v procesu poklicnega odločanja.

Na področju poklicnega odločanja je danes zelo razširjeno raziskovanje koncepta samoučinkovitosti, saj je bila zaznana samoučinkovitost prepoznana kot pomemben dejavnik v poklicnem razvoju posameznika (Betz in Taylor, 2006; Gushue, Clarke, Pantzer in Scanlan 2006; Kraus in Hughey, 1999; Sullivan in Maharik, 2000). Taylor in Betz (1983, v Gushue idr., 2006) pojasnjujeta, da se zaznana samoučinkovitost pri poklicnem odločanju nanaša na stopnjo, do katere je posameznik prepričan v svoje

sposobnosti, da lahko uspešno opravlja naloge, ki se povezujejo s sprejemanjem poklicne odločitve in uresničevanjem v poklicu. Posamezniki z močnimi prepričanji bodo v primerjavi s posamezniki s šibkimi prepričanji razmišljali o več poklicnih alternativah, njihova poklicna odločitev pa bo bolj premišljena in ustrežnejša (Hohn, 1995). Zaznana samoučinkovitost pri poklicnem odločanju je bila prepoznana tudi kot pomemben napovednik poklicne neodločenosti in vedenja, usmerjenega v raziskovanje poklica (Blustein, 1989, v Gushue idr., 2006; Osipow in Gati, 1998, v Gati in Saka, 2001; Sullivan in Maharik, 2000). Posamezniki z visoko stopnjo so v primerjavi s posamezniki z nizko stopnjo zaznane samoučinkovitosti pri poklicnem odločanju bolj nagnjeni k vključitvi v raziskovalno usmerjeno poklicno vedenje. Slednji so pri poklicnem odločanju tudi pomembno bolj poklicno neodločeni ter se spoprijemajo z več težavami v omenjenem procesu.

Eno izmed področij, ki v sodobni psihologiji vzbujajo vse več zanimanja, je področje, ki proučuje odnos med odločanjem in voljo posameznika (Baumeister, 2005). Voljne procese je treba obravnavati skupaj s procesi, ki se nanašajo na odnos sebstva kot enotnih in implicitnih predstav posameznikovih izkušenj, prepričanj in potreb do njegovih ciljev in drugih pričakovanj (Kuhl in Fuhrmann, 1998). Proces, s pomočjo katerih sebstvo oblikuje izbire in odločitve, vzpodbuja (začenja) in nadzira delovanje ter uravnava svoje lastne odzive, predstavlja ključen vidik v razumevanju posameznikove osebnosti (Baumeister, 2005). V kontekstu voljnih procesov tako razumevanje omogoča predvsem poznavanje dveh temeljnih nalog voljnih procesov, to sta samonadzor in samouravnavanje. Samonadzor pomeni način, kako voljni procesi podpirajo vzdrževanje aktivnega cilja, medtem ko samouravnavanje pomeni način vzdrževanja posameznikovega delovanja, ki je skladno z njegovo integracijo sebstva (Kuhl in Fuhrmann, 1998). V primeru procesa poklicnega odločanja bi to pomenilo, da proces samonadzora podpira vzdrževanje posameznikovega cilja, da sprejme čim bolj optimalno poklicno odločitev, proces samouravnavanja pa podpira posameznikovo delovanje v procesu poklicnega odločanja tako, da bo čim bolj skladno z njegovim sebstvom, z njegovimi potrebami, čustvenimi preferencami, vrednotami in prepričanji. Če ima posameznik nizke sposobnosti samouravnavanja volje, se bo njegovo ravnanje v procesu poklicnega odločanja odmikalo od t. i. idealnega posameznika pri poklicnem odločanju¹, zaradi česar se bo spoprijemal z več težavami v omenjenem procesu. Tak posameznik se bo v procesu poklicnega odločanja raje zanašal na mnenja drugih ljudi, saj je, kot pojasnjuje Baumeister (2005), v večji meri nagnjen k temu, da se vda oziroma podredi v določenih okoliščinah. Zaradi nizkih sposobnosti samouravnavanja volje bo kljub želji, da bi sprejel čim bolj optimalno poklicno odločitev, deloval drugače, saj mu bodo nizke sposobnosti samouravnavanja vzdrževanja lastnega delovanja preprečevale, da bi se v procesu poklicnega odločanja učinkovito spoprijemal z nalogami.

¹ To je oseba, ki se zaveda, da mora sprejeti poklicno odločitev, jo je pripravljena sprejeti, pri tem pa je njena odločitev tudi ustrezna (temelji na ustreznem procesu poklicnega odločanja in se sklada s cilji in sposobnostmi posameznika) (Gati in Saka, 2001).

Namen naše raziskave je bil ugotoviti, kakšno vlogo imajo prevladujoči osebni stil odločanja dijakov, njihove osebne lastnosti, zaznana samoučinkovitost pri poklicnem odločanju in sposobnost samouravnavanja voljnih procesov pri težavah, s katerimi se spoprijemajo v procesu poklicnega odločanja. Predvidevali smo, da se bodo dijaki razlikovali v izraženosti težav pri poklicnem odločanju glede na prevladujoči osebni stil odločanja (prilagojeni ali neprilagojeni). Prav tako smo predvidevali, da bodo z izraženostjo težav pomembno negativno povezane nekatere osebne dimenzije modela »velikih pet« (čustvena stabilnost, vestnost in sprejemljivost), zaznana samoučinkovitost pri poklicnem odločanju in sposobnost samouravnavanja voljnih procesov, za splošno doživljanje stresa pa smo pričakovali pomembno pozitivno povezanost z izraženostjo težav.

Metoda

Udeleženci

V raziskavi so sodelovali dijaki četrtnih letnikov Gimnazije Slovenj Gradec. Merske pripomočke je izpolnjevalo 89 od skupaj 92 dijakov četrtnih letnikov, od tega je bilo 29 fantov (33 %) in 60 deklet (67 %). Povprečna starost dijakov je bila 17 let in 10 mesecev.

Pripomočki

Izraženost težav dijakov v procesu poklicnega odločanja smo merili s slovensko priredbo Vprašalnika težav pri poklicnem odločanju (Career Decision-Making Difficulties Questionnaire; Gati, Osipow in Krausz, 2004; priredila S. Pečjak in Zagoričnik, objavljeno v Zagoričnik, 2006). Vprašalnik meri izraženost težav pri poklicnem odločanju na splošno (skupni rezultat), tri širše in deset specifičnih kategorij težav. Širše kategorije težav (z navedenimi specifičnimi v oklepajih) so: (i) pomanjkanje pripravljenosti (pomanjkanje motivacije, neodločenost, disfunkcionalna prepričanja), (ii) pomanjkanje informacij (o procesu poklicnega odločanja, poklicih/študijskih programih, poteh pridobivanja dodatnih informacij in sebi) ter (iii) nedosledne informacije (nezanesljive informacije, notranji in zunanji konflikti). Zanesljivosti posameznih lestvic slovenske različice Vprašalnika težav pri poklicnem odločanju so zelo podobne zanesljivostim, ugotovljenim v tujih študijah, in sicer se gibljejo od $\alpha = 0,55$ do $\alpha = 0,93$, pri čemer, kot pojasnjuje Zagoričnik (2006), različne raziskave kontinuirano ugotavljajo, da izstopata nizki zanesljivosti lestvic Disfunkcionalna prepričanja ($\alpha = 0,55$) in Pridobivanje dodatnih informacij ($\alpha = 0,65$).

Prevladujoči osebni stil odločanja dijakov smo merili z Vprašalnikom odločanja za mladostnike (Decision Making Questionnaire; Tuinstra idr., 2000; priredba S. Pečjak, 2005). Vprašalnik meri štiri stile odločanja, in sicer: samozavestno, izogibajoče, panično

in impulzivno odločanje. Vsi štirje stili odločanja skupaj pojasnjujejo 43,4 % variance; od tega izogibajoči stil 19,5 % ($\alpha = 0,72$), samozavestni stil 9,4 % ($\alpha = 0,70$), panični stil 8,6 % ($\alpha = 0,65$) in impulzivni stil 5,8 % variance ($\alpha = 0,62$).

Izraženost osebnostnih dimenzij modela »velikih pet« smo merili s krajšo verzijo Osebnostnega vprašalnika »velikih pet« – BFI (Big Five Inventory; John, 1990), ki je namenjen ugotavljanju izraženosti petih osebnostnih dimenzij pri splošni populaciji. Zanesljivost posameznih dimenzij se giblje med $\alpha = 0,75$ in $\alpha = 0,90$, retestna zanesljivost po obdobju treh mesecev pa med $r = 0,80$ in $r = 0,90$. Razvidna veljavnost vključuje močno konvergentno in divergentno povezanost z drugimi vprašalniki »velikih pet« ter drugimi enakovrednimi merskimi pripomočki. Konvergentna veljavnost za vseh pet dimenzij se giblje okoli $r = 0,92$.

Zaznano samoučinkovitost dijakov pri poklicnem odločanju smo merili s krajšo verzijo Lestvice samoučinkovitosti pri kariernem odločanju (Career Decision Self-Efficacy Scale; Betz in Taylor, 2001, v Betz in Taylor, 2006). Lestvico opredeljuje 25 vedenj, ki se združujejo v pet kategorij: natančnost samoocene, zbiranje informacij o poklicu, izbor ciljev, izdelava načrtov za prihodnost in reševanje problemov. Višja stopnja zaznane samoučinkovitosti napoveduje približevalna vedenja, medtem ko nižji rezultat napoveduje izogibalna vedenja. Povprečni dosežek na lestvici, ki je nad vrednostjo 3,5, obravnavamo kot pokazatelj pripravljenosti posameznika za izvajanje določene naloge, medtem ko povprečni dosežek, ki je pod vrednostjo 3,0, obravnavamo kot domnevno stopnjo zaupanja, ki je nezadostna za pripravljenost posameznika za izvajanje določene naloge, zato posameznik potrebuje strokovno posredovanje (Betz in Taylor, 2006). Vseh pet faktorjev skupaj pojasnjuje 52 % celotne variance. Zanesljivost celotne lestvice znaša $\alpha = 0,97$; faktor *natančnost samoocene* pojasnjuje 16,9 % ($\alpha = 0,73$), faktor *zbiranje informacij o poklicu* 11,4 % ($\alpha = 0,78$), faktor *izbor ciljev* 10,7 % ($\alpha = 0,83$), faktor *izdelava načrtov za prihodnost* 8,1 % ($\alpha = 0,81$) in faktor *reševanje problemov* 4,9 % variance ($\alpha = 0,75$). Konvergentna veljavnost posameznih faktorjev se giblje med $r = 0,29$ in $r = 0,48$.

Izraženost samouravnavanja volje pri dijakih smo merili s krajšo verzijo Vprašalnika samouravnavanja volje (Self-Regulation-Inventory: SSI-K3; Kuhl in Fuhrmann, 2004), ki vključuje pet različnih komponent voljnih procesov: samouravnavanje/kompetentnost, samonadzor, razvoj volje/razvoj delovanja, samodostopnost in splošno doživljanje stresa. Posamezna komponenta voljnih procesov vključuje še podlestvice, njihova zanesljivost, opredeljena s Cronbachovim alfa koeficientom, pa je sledeča: (i) pri komponenti *samouravnavanje/kompetentnost* za podlestvico *samoodločenost* 0,76, za *pozitivno samomotivacijo* 0,82 in za *samosprostitev* 0,84; (ii) pri komponenti *samonadzor* za podlestvico *spoznavni samonadzor* (sposobnosti načrtovanja) 0,81, za *čustveni samonadzor* (usmerjenost k cilju brez anksioznosti) 0,73; (iii) pri komponenti *razvoj volje/razvoj delovanja* za podlestvico *pripravljenost za delovanje* (iniciativnost) 0,79, za *moč volje* (usmerjenost k delovanju) 0,80 in za *sposobnost osredotočanja* 0,90; (iv) pri komponenti *samodostopnost* za podlestvico *dejavnost usmerjena po neuspehu* (opustitev namesto preokupacije) 0,84, za *občutek smisla* 0,78 in za *integracijo*

nedoslednosti 0,84 ter (v) pri komponenti *splošno doživljanje stresa* za podlestvico *zahteve* 0,83 in za podlestvico *grožnje* 0,82.

Postopek

Zbiranje podatkov je potekalo v mesecu oktobru 2006, približno mesec dni po pričetku novega šolskega leta. V uvodnem srečanju so bili dijaki najprej seznanjeni z namenom zbiranja podatkov in možnostjo pridobitve povratne informacije, v nadaljevanju pa so bili povabljeni tudi k sodelovanju. Zbiranje podatkov je potekalo na šoli v dveh šolskih urah. V prvi šolski uri so dijaki izpolnili prvi niz vprašalnikov (najprej Vprašalnik težav pri poklicnem odločanju, nato Vprašalnik odločanja za mladostnike), v drugi šolski uri pa še drugi niz vprašalnikov (najprej Vprašalnik samouravnavanja volje, nato Osebnostni vprašalnik »velikih pet« in nazadnje Lestvico samoučinkovitosti pri kariernem odločanju). Nobeden izmed dijakov ni izpolnjeval obeh nizov vprašalnikov isti dan, razmik med izpolnjevanjem prvega in drugega niza vprašalnikov je bil večji od treh in manjši od sedmih dni. Dijaki so navodila za izpolnjevanje vprašalnikov prebrali sami.

Rezultati

Razlike v izraženosti težav dijakov pri poklicnem odločanju glede na njihov prevladujoči osebni stil odločanja (prilagojeni ali neprilagojeni) smo preverjali z Mann-Whitneyevim U -testom. Po predhodnem testiranju normalnosti porazdelitve rezultatov s Kolmogorov-Smirnovim testom smo namreč ugotovili, da se rezultati pomembno odklanjajo od normalne porazdelitve. Skupini dijakov s prevladujočim stilom odločanja smo oblikovali na osnovi vnaprej postavljenega kriterija. Dijaki, ki so dosegli prevladujoče število točk na lestvici *samozaupanje pri odločanju*, so bili uvrščeni v skupino s prevladujočim prilagojenim stilom odločanja, medtem ko so bili dijaki, ki so dosegli prevladujoče število točk na lestvici *izogibanje odločanju, panično odločanje* ali *impulzivno odločanje*, uvrščeni v skupino s prevladujočim neprilagojenim stilom odločanja. Štirje dijaki niso bili uvrščeni v nobeno izmed skupin, saj se v skladu s kriterijem njihovi dosežki na lestvici, ki meri prilagojeni stil odločanja, in lestvicah, ki merijo neprilagojeni stil odločanja, niso zadosti razlikovali.

Iz tabele 1 lahko vidimo, da prihaja med prilagojenim in neprilagojenim stilom odločanja do pomembnih razlik v izraženosti težav pri poklicnem odločanju tako v primeru širših kategorij težav kot tudi v primeru težav pri poklicnem odločanju na splošno. Iz tabele 1 je prav tako razvidno, da je velikost učinka dobljenih razlik (določena na osnovi U -testa s pretvorbo preko z -vrednosti v korelacijski koeficient r) zmerna do velika². Stil odločanja ima največji učinek na samozaznano izraženost težav pri

² Velikost učinka razlik je majhna, če velja $r < 0,1$; majhna do zmerna, če velja $0,1 < r < 0,3$; zmerna do velika, če velja $0,3 < r < 0,5$; velika, če velja $r > 0,5$ (Field, 2005).

Tabela 1. Razlike v izraženosti težav pri poklicnem odločanju glede na prevladujoči stil odločanja (prilagojeni ali neprilagojeni).

kategorije težav	stil odločanja	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	povprečni rang	<i>U</i>	<i>p</i>	<i>Z</i>	<i>r</i>
pomanjkanje pripravljenosti	prilagojeni	58	4,03	0,81	34,72	302,5	,000	-4,20	-,46
	neprilagojeni	25	4,83	0,75	58,90				
pomanjkanje informacij	prilagojeni	58	4,17	1,66	34,89	312,5	,000	-3,91	-,43
	neprilagojeni	24	5,94	1,82	57,48				
nedosledne informacije	prilagojeni	59	3,22	1,26	37,68	453,0	,003	-3,00	-,33
	neprilagojeni	26	4,29	1,70	55,08				
skupni rezultat težav	prilagojeni	55	3,86	1,09	32,35	239,5	,000	-4,31	-,49
	neprilagojeni	23	5,14	1,10	56,59				

Opombe: *U* = vrednost Mann-Whitney U-testa; *Z* = vrednost testne statistike; *r* = velikost učinka.

poklicnem odločanju mladostnikov na splošno, kjer pojasnjuje 24 % celotne variance kategorije. Sledijo izraženost težav zaradi pomanjkanja pripravljenosti, izraženost težav zaradi pomanjkanja informacij in izraženost težav zaradi nedoslednih informacij.

Povezanost med obravnavanimi osebnostnimi in motivacijskimi dejavniki ter izraženostjo težav dijakov v procesu poklicnega odločanja smo ugotavljali s Pearsonovim korelacijskim koeficientom *r* v primeru, ko so se rezultati obeh spremenljivk

Tabela 2. Povezanost med osebnostnimi dimenzijami modela »velikih pet« in težavami dijakov v procesu poklicnega odločanja.

dimenzije osebnosti		kategorije težav			
		pomanjkanje pripravljenosti	pomanjkanje informacij	nedosledne informacije	skupni rezultat težav
energija	ρ	-,270	-,198	-,150	-,187
	<i>p</i>	,006	,037	,084	,049
sprejemljivost	ρ	-,126	,131	,035	,071
	<i>p</i>	,128	,119	,375	,266
čustvena stabilnost	ρ	-,385	-,041	-,209	-,216
	<i>p</i>	,000	,357	,026	,028
odprtost	ρ	,081	-,007	,143	,050
	<i>p</i>	,233	,474	,095	,331
vestnost	<i>r</i>	-,359	-,171	-,224	-,277
	<i>p</i>	,000	,062	,019	,007

Tabela 3. Povezanost med zaznano samoučinkovitostjo pri poklicnem odločanju in težavami dijakov v procesu poklicnega odločanja.

komponente samoučinkovitosti		kategorije težav			skupni rezultat težav
		pomanjkanje pripravljenosti	pomanjkanje informacij	nedosledne informacije	
natančnost samoocene	ρ	-,104	-,450	-,272	-,421
	p	,173	,000	,006	,000
zbiranje informacij o poklicu	ρ	-,170	-,271	-,122	-,299
	p	,061	,007	,132	,004
izbor ciljev	r	-,299	-,635	-,470	-,640
	p	,003	,000	,000	,000
izdelava načrta za prihodnost	ρ	-,162	-,389	-,229	-,364
	p	,070	,000	,017	,000
reševanje problemov	ρ	-,098	-,174	-,077	-,175
	p	,191	,059	,243	,063
skupni rezultat samoučinkovitosti	r	-,226	-,549	-,327	-,525
	p	,021	,000	,001	,000

porazdeljevali v skladu z normalno porazdelitvijo, in s Spearmanovim korelacijskim koeficientom ρ v primeru, ko so rezultati ene ali obeh spremenljivk pomembno odstopali od normalne porazdelitve, kar smo predhodno preverili s Kolmogorov-Smirnovim testom normalnosti.

Iz tabele 2 je razvidno, da so s težavami pri poklicnem odločanju (skupnim rezultatom) pomembno povezane tri od petih osebnostnih dimenzij »modela velikih pet«, in sicer čustvena stabilnost in vestnost (povezavi sta zmerni³) ter energija (povezanost je šibka). Vse tri povezave so negativne, kar pomeni, da bolj (oziroma manj) kot imajo dijaki izražene osebnostne dimenzije čustvena stabilnost, vestnost in energija, z manj (oziroma več) težavami pri poklicnem odločanju se spoprijemajo. Povezanost med osebnostno dimenzijo *sprejemljivost in odprtost* ter izraženostjo težav pri poklicnem odločanju je praktično ničelna in ni statistično pomembna na 5-odstotni ravni tveganja.

Iz tabele 3 je razvidno, da obstaja med izraženostjo težav pri poklicnem odločanju na splošno in med vsemi tremi širšimi kategorijami težav ter skupnim rezultatom zaznane samoučinkovitosti pri poklicnem odločanju pomembna negativna povezanost. Le-ta je v primeru povezanosti med skupnim rezultatom težav oziroma pomanjkanjem informacij

³ Povezanost je šibka, če velja $0,0 < r < 0,2$; zmerna, če velja $0,2 < r < 0,4$; srednja, če velja $0,4 < r < 0,6$; srednje močna, če velja $0,6 < r < 0,8$; močna $0,8 < r < 1,0$ (Field, 2005).

Tabela 4. Povezanost med komponentami voljnih procesov in težavami dijakov v procesu poklicnega odločanja.

komponente voljnih procesov		kategorije težav			
		pomanjkanje pripravljenosti	pomanjkanje informacij	nedosledne informacije	skupni rezultat težav
samouravnavanje/ kompetentnost	ρ	-,476	-,288	-,328	-,396
	p	,000	,005	,001	,000
samonadzor	r	-,176	-,186	-,261	-,269
	p	,059	,048	,009	,009
razvoj volje/ razvoj delovanja	r	-,488	-,226	-,339	-,379
	p	,000	,021	,001	,000
samodostopnost	ρ	-,438	-,059	-,261	-,282
	p	,000	,300	,008	,006
splošno doživljanje stresa	r	,252	,022	,150	,189
	p	,011	,422	,086	,049

in skupnim rezultatom samoučinkovitosti srednja, v primeru preostalih dveh povezav pa zmerne. Izraženost težav pri poklicnem odločanju je (tako na ravni skupnega rezultata kot tudi širših kategorij težav) pomembno negativno povezana tudi s štirimi izmed petih komponent zaznane samoučinkovitosti pri poklicnem odločanju, in sicer z natančnostjo samoocene, z zbiranjem informacij o poklicu, z izborom ciljev in z izdelavo načrta za prihodnost. Omenjene povezave so zmerne, srednje ali srednje močne. Bolj (oziroma manj) kot se zaznavajo dijaki samoučinkovite pri poklicnem odločanju, z manj (oziroma več) težavami pri poklicnem odločanju se spoprijemajo.

Rezultati v tabeli 4 kažejo, da je izraženost težav pri poklicnem odločanju (skupni rezultat) pomembno povezana z vsemi petimi komponentami voljnih procesov. Z izraženostjo težav pri poklicnem odločanju so pomembno negativno in zmerno povezane komponente *samouravnavanje/kompetentnost*, *samonadzor*, *razvoj volje/razvoj delovanja* in *samodostopnost* ter pomembno pozitivno in šibko komponenta *splošno doživljanje stresa*. Statistično pomembnih je tudi večina povezav med komponentami voljnih procesov in širšimi kategorijami težav pri poklicnem odločanju, pri čemer so te povezave zmerne ali srednje. Bolj (oziroma manj) kot se dijaki ocenjujejo uspešne pri samouravnavanju voljnih procesov, z manj (oziroma več) težavami pri poklicnem odločanju se soočajo.

Razprava

V raziskavi smo želeli podrobneje proučiti povezavo med samozaznano oceno težav pri poklicnem odločanju dijakov četrtil letnikov in njihovo zaznano samoučinkovitostjo pri poklicnem odločanju, samooceno izraženosti osebnostnih lastnosti in samouravnavanja volje. Zanimalo nas je tudi, ali obstajajo razlike med dijaki, ki svoj prevladujoči stil odločanja ocenjujejo kot prilagojen oziroma neprilagojen, in njihovo samozaznano oceno izraženosti težav pri poklicnem odločanju.

Rezultati podpirajo razlike v izraženosti težav pri poklicnem odločanju med dijaki s prevladujočim prilagojenim in dijaki s prevladujočim neprilagojenim stilom odločanja, tako na ravni skupnega dosežka kot tudi v primeru širših kategorij težav. V povprečju se z več težavami spoprijemajo dijaki, ki svoj prevladujoči stil odločanja ocenjujejo kot panični, impulzivni ali izogibajoči. Stil odločanja ima razmeroma visok učinek na izraženost težav, zaradi česar lahko domnevamo, da predstavlja prevladujoči osebni stil odločanja enega izmed pomembnejših dejavnikov, ki se povezujejo s poklicno (ne)odločenostjo posameznika oziroma s tem, s koliko težavami pri poklicnem odločanju se ta spoprijema. Razloge za dobljene pomembne razlike med obema skupinama dijakov lahko iščemo v načinu, kako se dijaki odločajo. Predpostavljamo lahko, da se bodo dijaki, za katere je kot prevladujoči značilen samozavestni stil odločanja, spoprijemali z manj težavami, saj bodo v procesu poklicnega odločanja ravnali premišljeno, samozavestno, odgovorno, angažirano, skratka ustrezno. Praviloma bodo zbrali več informacij o poklicnih alternativah in sebi, dobro bodo poznali in upoštevali faze v procesu poklicnega odločanja, pri pridobivanju informacij o poklicnih alternativah in sebi ali v primeru težav zaradi notranjih konfliktov se bodo posvetovali z drugimi, smiselno se jim bo zdelo vlagati čas in trud v poklicno odločitev. Nasprotno lahko predpostavljamo, da bodo imeli dijaki s prevladujočim neprilagojenim stilom odločanja zaradi svojega nekonstruktivnega pristopa k poklicnemu odločanju pri sprejemanju poklicne odločitve več težav, na kar opozarjajo tudi Morera, Maydeu-Olivares, Nygren, White, Fernandez in Skewes (2006).

Iz rezultatov lahko razberemo, da so razen povezanosti med osebnostno dimenzijo *sprejemljivost* in težavami pri poklicnem odločanju statistično pomembne vse predpostavljene povezave med obravnavanimi osebnostnimi in motivacijskimi dejavniki ter izraženostjo težav pri poklicnem odločanju.

Iz dobljenih rezultatov lahko sklepamo, da se bodo dijaki, ki sebe opisujejo kot manj vestne, čustveno stabilne in energične, spoprijemali z več težavami v procesu poklicnega odločanja. Nasprotno lahko od dijakov, ki sebe opisujejo kot bolj organizirane, natančne, zanesljive, odgovorne, premišljene in vztrajne (z visoko vestnostjo), ki ocenjujejo, da imajo višjo kapaciteto za spoprijemanje z negativnimi čustvi in stanji (visoko čustveno stabilnost) ter se zaznavajo kot dinamične, aktivne, energične, komunikativne in prepričljive (z visoko energijo), pričakujemo manj težav

pri poklicnem odločanju. Prvi dve dobljeni povezanosti se skladata z rezultati Lounsburya idr. (1999). Do razlik med rezultati študije omenjenih avtorjev in naše študije pa prihaja v primeru osebnostnih dimenzij *sprejemljivost* in *energija*. Rezultati naše študije namreč ne podpirajo pomembne negativne povezanosti med sprejemljivostjo in izraženostjo težav ter dodatno kažejo na pomembno negativno povezanost med energijo in izraženostjo težav pri poklicnem odločanju. Čeprav Lounsbury idr. (1999) te povezanosti v svoji raziskavi niso ugotovili, pa se vendarle zdi smiselna in razumljiva. Proces poklicnega odločanja namreč zahteva od posameznika aktivno udeležbo in angažiranost pri zbiranju informacij o poklicih, razmišljanju o svojih poklicnih interesih, željah in sposobnostih ter pri vrednotenju različnih poklicnih alternativ. Posamezniki, ki bodo v tem procesu pasivni, zadržani ali celo podrejeni, bodo s svojim vedenjem z večjo verjetnostjo prispevali k temu, da bodo težave pri poklicnem odločanju izkusili močnejše in pogostejše. Določena mera lastne aktivnosti je namreč za uspešno spoprijemanje s procesom poklicnega odločanja nujna in je zunanji viri ne morejo v celoti nadomestiti.

Skladno z ugotovitvami različnih avtorjev (npr. Bandura, 1997; Betz in Taylor, 2006; Gushue idr., 2006) smo tudi v naši raziskavi potrdili pomembno negativno povezanost med zaznano samoučinkovitostjo pri poklicnem odločanju in izraženostjo težav dijakov v omenjenem procesu.

Rezultati kažejo, da se z izraženostjo težav pri poklicnem odločanju negativno povezujejo tudi posamezne komponente zaznane samoučinkovitosti pri poklicnem odločanju; manj (oziroma bolj) kot se zaznavajo dijaki samoučinkovite na področju natančnosti samoocene, zbiranja informacij o poklicu, izbora ciljev in izdelave načrta za prihodnost, z več (oziroma manj) težavami pri poklicnem odločanju se po njihovih ocenah spoprijemajo. In nasprotno, dijaki, ki imajo več (oziroma manj) težav pri poklicnem odločanju, se zaznavajo bolj (oziroma manj) samoučinkovite pri omenjenih spretnostih odločanja. Omeniti je potrebno, da smo opazovali povezanost med samoučinkovitostjo in količino težav pri poklicnem odločanju in ne vzročno-posledičnih odnosov. Možno je torej, da samoučinkovitost določa, ali bodo imeli dijaki težave pri poklicnem odločanju, ali pa, da količina težav določa zaznano samoučinkovitost dijakov v omenjenem procesu. Kakorkoli, dobljeni rezultati so pričakovani in podpirajo povezanost med zaznano samoučinkovitostjo pri poklicnem odločanju in vedenjem posameznika v omenjenem procesu. Prepričanje posameznika o lastni učinkovitosti pri spoprijemanju z nalogami je namreč tisto, ki v njem vzpodbudi duševne procese, ki nadalje vplivajo na prenos znanja in sposobnosti v dejavnost (Bandura, 1997). In nasprotno, posameznikova uspešnost oziroma zaznana izraženost težav, s katerimi se spoprijema v procesu poklicnega odločanja, je tista, ki sooblikuje oceno zaznane samoučinkovitosti pri sprejemanju poklicne odločitve.

Ugotovitev Baumeistra (2005), da vedenje posameznika v procesu odločanja v precejšnji meri uravnavajo voljni procesi, podpirajo tudi rezultati naše raziskave. Iz rezultatov lahko namreč vidimo, da se z izraženostjo težav pri poklicnem odločanju pomembno povezuje vseh pet komponent voljnih procesov. Z več težavami v procesu

poklicnega odločanja se spoprijemajo dijaki, ki sebe ocenjujejo kot manj učinkovite v samouravnavanju lastne iniciativnosti za delovanje, v primerjavi z dijaki, ki sebe ocenjujejo kot bolj učinkovite. Predpostavimo lahko, da nizke sposobnosti samouravnavanja lastne aktivnosti dijakom preprečujejo, da bi učinkovito vstopili v proces poklicnega odločanja. Z več težavami pri poklicnem odločanju se spoprijemajo tudi dijaki, ki sebe ocenjujejo kot manj učinkovite v samouravnavanju lastne usmerjenosti k delovanju in osredotočanja na določene vsebine. Proces poklicnega odločanja namreč zahteva od njih aktiven pristop, ki je usmerjen k točno določenim nalogam in dejavnostim, ki jih mora posameznik upoštevati pri sprejemanju optimalne poklicne odločitve. Z več težavami se spoprijemajo tudi dijaki, ki sebe ocenjujejo kot manj učinkovite v samouravnavanju lastnega spoznavnega in čustvenega nadzora. Proces poklicnega odločanja namreč zahteva od njih tudi ustrezne sposobnosti načrtovanja (kar je povezano s spoznavnim samonadzorom) in tudi to, da v procesu poklicnega odločanja delujejo čustveno stabilno (kar je povezano s čustvenim samonadzorom) (Kuhl in Fuhrmann, 2004). Pričakovano je tudi, da manj kot se dijaki ocenjujejo učinkovite v samouravnavanju samoodločenosti, z več težavami v procesu poklicnega odločanja se spoprijemajo. Omenjena sposobnost se v procesu odločanja zdi celo kot ena izmed temeljnih sposobnosti, ki prispeva k temu, ali se bo posameznik spoprijemal s težavami zaradi splošne neodločenosti. K uspešnosti dijakov pri sprejemanju poklicne odločitve končno prispevata tudi njihova sposobnost samouravnavanja splošnega doživljanja stresa in samodostopnosti (ali so po neuspehu še dolgo preokupirani z mislimi o tem ali ne, ali je njihovo vedenje dosledno ali ne in ali se zavedajo svojih potreb, občutkov in ciljev ali ne). Če namreč dijaki zaznavajo spremembe v svojem okolju kot zahteve ali grožnje in se nanje niso sposobni odzvati osebno čvrsto (jih ne sprejmejo kot izziv in priložnost za razvoj ter osebno rast, se nanje ne osredotočijo predano in angažirano ter nimajo občutka notranjega nadzora nad svojim življenjem), se bodo podobno odzvali tudi na proces poklicnega odločanja, ki v njihovem življenju zagotovo pomeni določeno spremembo. Za optimalno poklicno odločitev pa je nazadnje potrebna tudi pripravljenost za odločanje (občutek smisla za vlaganje truda, časa in lastne angažiranosti v sprejemanje poklicne odločitve), zato so pri spoprijemanju z nalogami v procesu poklicnega odločanja pričakovano manj uspešni tisti dijaki, ki imajo tudi manjše sposobnosti samouravnavanja samodostopnosti.

Pomanjkljivosti raziskave so povezane z omejitvami, ki jih med drugim določa tudi izbrani vzorec. Če bi želeli dobiti bolj posplošljive rezultate, bi veljalo v prihodnje izboljšati karakteristike vzorca, v vzorec vključiti več dijakov (četrtišolcev), ki prihajajo iz različnih slovenskih gimnazij in tudi drugih srednjih šol. Ker rezultati temeljijo izključno na introspektivnih poročanjih dijakov, ki so subjektivna in nepreverljiva, bi morali v prihodnje njihove samoocene dopolniti s tehnikami in metodami zbiranja podatkov, ki bi omogočale nabor objektivnejših in zanesljivejših podatkov. Nadaljnje proučevanje bi veljalo usmeriti tudi k vprašanjem, ali se v izraženosti težav pri poklicnem odločanju razlikujejo tudi mladostniki z različnim prevladujočim neprilagojenim (paničnim, impulzivnim ali izogibačim) stilom odločanja in s katerimi notranjimi in zunanjimi

dejavniki se še povezuje izraženost težav pri poklicnem odločanju mladostnikov ter kakšne in kolikšne so te povezave. Smiselno bi bilo ugotoviti tudi, kateri socialni dejavniki napovedujejo težave pri poklicnem odločanju in kateri ga olajšujejo. Prav tako bi bilo smotno preveriti, kako pomembni se zdita dijakom možnost zaposlitve po opravljenem študiju in višina dohodka, ki se povezuje z določenim poklicem, in kako ta dejavnika vplivata na poklicno odločanje. Koristno bi bilo ugotoviti tudi multiple povezave motivacijskih, osebnostnih in socialnih spremenljivk s težavami pri poklicnem odločanju ter oblikovati načrt, ki bi omogočal pridobivanje in analizo podatkov o vzročno-posledičnih odnosih med omenjenimi spremenljivkami, kot npr. kakšno vlogo imajo pri poklicni neodločenosti posameznika njegova vrednotna orientacija, zadovoljstvo z življenjem, samopodoba, samospoštovanje, obrambni mehanizmi, storilnostna motivacija, mesto nadzora, razpoložljivost študijskih programov, možnost zaposlitve in drugi dejavniki.

Uporabna vrednost obravnavane študije je predvsem v njenem aplikativnem značaju, saj ponuja boljše razumevanje dijakov (četrtšolcev) v procesu poklicnega odločanja. Posebna pozornost, ki je v delu namenjena določenim osebnostnim in motivacijskim dejavnikom, omogoča, da lahko doživljanje dijakov v procesu poklicnega odločanja oziroma specifičnost njihovih težav razumemo celostneje. Šolskim svetovalnim delavcem ponuja dodatne smernice za delo z dijaki pri poklicni orientaciji, saj sprejemanja poklicne odločitve ne obravnava zgolj na običajni ravni poklicnih interesov, ampak v ta proces vključuje tudi različne osebnostne in motivacijske dejavnike, ki sodoločajo posameznikovo uspešnost v tem procesu.

Literatura

- Bandura (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Baumeister, R. F. (2005). Self and Volition. V W. R. Miller in H. D. Delaney (ur.), *Judeo-Christian Perspectives on Psychology: Human Nature, Motivation and Change* (str. 57–72). Washington, DC: American Psychological Association.
- Betz, N. E. in Taylor, K. M. (2006). *Manual for the Career Decision Self-Efficacy Scale and CDSE – Short Form*. Neobjavljeno gradivo, dosegljivo pri N. E. Betz, Department of Psychology, The Ohio State University, e-mail: betz.3@osu.edu.
- Blustein, D. in Phillips, S. D. (1990). Relation Between Ego Identity and Decision-Making Styles. *Journal of Counseling Psychology*, 37(2), 160–168.
- Field, A. (2005). *Discovering Statistics Using SPSS*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage.
- Franken, I. H. A. in Muris, P. (2005). Individual Differences in Decision Making. *Personality and Individual Differences*, 39(5), 991–998.
- Galotti, K. M., Ciner, E., Altenbaumer, H. E., Geerts, H. J., Rupp, A. in Woulfe, J. (2006). Decision-Making Styles in a Real-Life Decision: Choosing a College Major. *Personality and Individual Differences*, 41(4), 629–639.
- Gati, I., Osipow, S. in Krausz, M. (2004). *Career Decision-Making Difficulties Question-*

- naire. Sneto decembra 2006 s spletne strani: <http://web.mscc.huji.ac.il/es/cddq/main.html>.
- Gati, I. in Saka, N. (2001). High School Students' Career-Related Decision-making Difficulties. *Journal of Counseling and Development*, 79(3), 331–340.
- Gushue, G. V., Clarke, C. P., Pantzer, K. M. in Scanlan, K. R. L. (2006). Self-Efficacy, Perceptions of Barriers, Vocational Identity, and the Career Exploration Behavior of Latino/a High School Students. *The Career Development Quarterly*, 54, 307–317.
- Hohn, R. L. (1995). *Classroom Learning and Teaching*. New York: Longman Publishers.
- John, J.O. (1990). The "Big Five" factor taxonomy: Dimensions of personality in the natural language and in questionnaires. V: L.A. Pervin in O.P. John (Ed.), *Handbook of personality: Theory and Research* (str. 66–100). New York: Guilford Press.
- Kraus, L. J. in Hughey, K. F. (1999). The Impact of Intervention on Career Decision-Making Self-Efficacy and Career Indecision. *Professional School Counseling*, 2(5), 384–391.
- Kuhl, J. in Fuhrmann, A. (1998). Decomposing Self-Regulation and Self-Control: The Volitional Components Inventory. V J. Heckhausen in C. S. Dweck (ur.), *Motivation and Self-Regulation Across the Life Span* (str. 15–49). Cambridge, New York, Melbourne: University Press.
- Kuhl, J. in Fuhrmann, A. (2004). *Self-Regulation-Inventory: SSI-K3 (Short Version): Scoring Key*. Neobjavljeno gradivo, University of Osnabrück.
- Larson, J. H., Busby, D. M., Wilson, S., Medora, N. in Allgood, S. (1994). The Multidimensional Assessment of Career Decision Problems: The Career Decision Diagnostic Assessment. *Journal of Counseling and Development*, 72(3), 323–238.
- Larson, J. H., Butler, M., Wilson, S., Medora, N. in Allgood, S. (1994). The Effects of Gender on Career Decision Problems in Young Adults. *Journal of Counseling and Development*, 73(1), 79–84.
- Lent, R. W., Brown, S. D. in Hackett, G. (2002). Social Cognitive Career Theory. V D. Brown (ur.), *Career Choice and Development* (str. 255–311). San Francisco: Jossey-Bass.
- Lounsbury, J. W., Tatum, H. E., Chambers, W., Owens, K. S. in Gibson, L. W. (1999). An Investigation of Career Decidedness in Relation to »Big Five« Personality Constructs and Life Satisfaction. *College Student Journal*, 33(4), 646–652.
- Lucas, M. S. (1992). Problems Expressed by Career and Non-Career Help Seekers: A Comparison. *Journal of Counseling and Development*, 70(3), 417–420.
- Morera, O. F., Maydeu-Olivares, A., Nygren, T. E., White, R. J., Fernandez, N. P. in Skewes, M. C. (2006). Social Problem Solving Predicts Decision Making Styles among US Hispanics. *Personality and Individual Differences*, 41(2), 307–317.
- Pečjak, S. (2005). *Osebnost in kognicija kot dejavnika odločanja. Podprojekt: Dejavniki in težave pri kariernem odločanju. [Personality and cognition as the factors of decision-making. Subproject: Career decision-making factors and difficulties.]* Neobjavljeno vmesno raziskovalno poročilo [Unpublished report], Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.
- Sager, K. in Gastil, J. (1999). Researching Consensus on Consensus: A Study of the Relationship Between Individual Decision-Making Styles and Use of the Consensus Decision Rule. *Communication Quarterly*, 47(1), 67–79.
- Sharf, R. S. (2006). *Applying Career Development Theory to Counseling*. London: The Thompson Corporation.
- Sullivan, K. R. in Maharik, J. R. (2000). Increasing Career Self-Efficacy for Women: Evaluat-

- ing a Group Intervention. *Journal of Counseling and Development*, 78(1), 54–62.
- Tuinistra, J., van Sonderen, F. L. P., Groothoff, J. W., van den Heuvel, W. J. A., Post, D. (2000). Reliability, validity and structure of the Adolescent Decision Making Questionnaire among adolescents in the Netherlands. *Personality and Individual Differences*, 28, 273–285.
- Zagoričnik, M. (2006). *Težave slovenskih srednješolcev pri odločanju o nadaljnjem izobraževanju [Difficulties of Slovenian high school students in educational decision-making]*. Neobjavljeno diplomsko delo [Unpublished BA thesis], Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.

Strategije upravljanja z življenjem v odraslosti: prečna študija v Sloveniji

Matija Svetina in Maja Zupančič
Oddelek za psihologijo, Univerza v Ljubljani, Ljubljana*

Povzetek: V prispevku predstavljamo model strategij upravljanja z življenjem (SUŽ), ki ga je razvil Baltes (1997), merski pripomoček za ocenjevanje teh strategij in pogostost rabe SUŽ pri različno starih odraslih v Sloveniji. SUŽ so načini vedenja, ki jih posamezniki uporabljajo pri spoprijemanju z izzivi in težavami v vsakdanjem življenju. Selekcija se nanaša na izbiro določenega cilja (model SUŽ loči prostovoljno in prisilno obliko selekcije), optimizacija na vlaganje sredstev za doseg tega cilja, kompenzacija pa na iskanje alternativnih virov, kadar je doseganje cilja otežkočeno. Pripomoček za ocenjevanje SUŽ, Indeks prilagoditvenih strategij (IPS; Freund in Baltes, 2002), vsebuje 48 postavk izbirnega tipa. IPS smo prevedli v slovenščino in v štirih letih zbrali podatke pri 651 odraslih, starih med 18 in 86 let. Rezultati so pokazali zadovoljivo zanesljivost in konstruktno veljavnost pripomočka, hkrati pa so nakazali nekatere razvojne trende v pogostosti rabe SUŽ. Raba prilagoditvenih strategij na splošno v pozni starosti upade, to pa ne drži za prostovoljno selekcijo, ki s starostjo narašča. Prav tako se je izkazalo, da raba prilagoditvenih strategij v odraslosti s starostjo pri ženskah upada, medtem ko moški v srednji odraslosti uporabljajo strategije prilagajanja bolj kot v kateremkoli drugem obdobju odraslosti. Na podlagi rezultatov izpeljujemo nekatere razvojne nasledke, ki jih predstavljamo v sklepnem delu prispevka.

Ključne besede: strategije upravljanja z življenjem, selekcija, optimizacija, kompenzacija, odraslost, starostne razlike

Life management strategies in adulthood: A cross-sectional study in Slovenia

*Matija Svetina and Maja Zupančič
Department of Psychology, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia*

Abstract: General theory of life span development, as proposed by Baltes (1997), involves an interplay of three component processes or strategies that people use to cope with their everyday problems and to achieve their goals: selection refers to specification of goals (elective selection) or search for new goals when previous ones cannot be attained (loss-based selection). The second one, optimisation, refers to allocating one's time and efforts in attaining (selected) goals. The third strategy, compensation, refers to acquiring both new skills and resources to achieve the (selected) goals when goals were found hard to attain. An instrument proposed by Freund and Baltes (2002) was translated into Slovene, and applied to 651 adults aged 18 to 86 years. Both internal reliability and construct validity of the Slovene version

* Naslov / Address: doc. dr. Matija Svetina, Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, p. p. 580, 1001 Ljubljana, Slovenija, e-mail: m.svetina@ff.uni-lj.si

of the instrument were found satisfactory. Further analyses showed that all strategies but elective selection decrease with age, mostly with more significant spurts in late adulthood. Analyses also revealed males to exhibit the highest level of strategy use in middle adulthood, and females to show consistent decline of strategy use throughout the adult years. Some developmental implications of these findings are discussed in the concluding section of the paper.

Key words: life management strategies, selection, optimization, compensation, adulthood, age differences

CC = 2820

Strategije upravljanja z življenjem (SUŽ) so načini vedenja, ki jih ljudje uporabljajo pri soočanju in spoprijemanju z vsakdanjimi življenjskimi izzivi, ovirami in težavami. Pojem SUŽ sta opredelila nemška psihologa Baltes in M. M. Baltes (1990) v okviru modela, s katerim sta, predvsem pri starostnikih, opisovala prilagoditvene spremembe v vedenju. Baltes in sodelavci so SUŽ najprej povezovali z blagostanjem in življenjskim zadovoljstvom v pozni odraslosti (npr. Baltes in Freund, 2003; Smith, Fleeson, Geiselmann, Settersten in Kunzmann, 1999; Smith in Baltes, 1999), kasneje pa so ga razširili v splošen model, s katerim razlagajo vedenjske spremembe v celotnem življenju (Baltes, 1997; Baltes, Lindenberger in Staudinger, 2006), in celo v metateorijo, v okviru katere bi lahko pojasnjevali razvojne teorije, npr. Freudovo, Piagetovo (Baltes, 1997). Zaradi tega je razmeroma specifičen, vendar jasno opredeljen okvir modela SUŽ postopno pridobil sicer širšo, vendar zelo splošno in zato kontekstualno manj uporabno konotacijo. Model je torej izvorno pojasnjeval spremembe v socialnem vedenju in navadah starostnikov ob različnih normativnih in nenormativnih življenjskih dogodkih (npr. ob upokojitvi, bolezni, izgubi partnerja), avtorji pa so ga dalje razvili v razlagalni model posameznikovega izbiranja in doseganja ciljev v najširšem pomenu besede. Model SUŽ pojasnjuje vedenje ljudi v kateremkoli življenjskem obdobju in v katerikoli življenjski situaciji, opisujejo pa ga cilji, kulturni viri oz. sredstva ter tri najpomembnejše prilagoditvene strategije: selekcija, optimizacija in kompenzacija.

Temeljni pojmi v modelu SUŽ

Cilji so stanja, ki jih hoče posameznik doseči, jih ohraniti ali pa se jim izogniti (Emmons, 1996). Ta stanja lahko pomenijo določeno materialno dobrino (npr. denar, stanovanje), uslugo (npr. frizersko storitev, zdravniški pregled), socialno dobrino (npr. službo, socialni položaj, šolanje), biološko stanje (npr. sitost), lahko imajo psihološko (npr. varnost) ali simbolno vsebino (npr. jezik). *Kultura* pomeni skupek psiholoških, socialnih, materialnih in simbolnih virov (npr. znanj), ki jih je človeštvo ustvarilo skozi zgodovino in se (v nekoliko spreminjajočih se oblikah) prenašajo iz roda v rod ter ustvarjajo pogoje sedanjega življenja. Kultura torej po eni strani opredeljuje, po drugi strani pa zadovoljuje posameznikove cilje (Baltes, 1997).

Kljub temu, da je posameznikovo izbiranje ciljev in način njihovega zadovoljevanja v veliki meri pogojeno s kulturo, v kateri živi, se ljudje glede tega, kako izbirajo in dosegajo svoje cilje, med seboj razlikujejo (Ebner, Freund in Baltes, 2006). Del teh razlik je razvojne narave: otroci npr. izbirajo drugačne cilje in uporabljajo drugačne (kulturne) vire, da bi dosegli svoje cilje, kot odrasli. Poleg starosti tudi kultura v ožji socialni skupini (npr. vrstniška, poklicna, socialno-ekonomska) določa izbor in način doseganja ciljev (Papalia, Olds in Feldman, 2007). Kljub temu, da se ljudje razlikujejo v svojem izbiranju in doseganju ciljev, Baltes (1997) navaja, da so temeljni mehanizmi, ki vodijo izbiro in načine doseganja ciljev, pri ljudeh enaki ne glede na njihovo starost, spol in kulturo. Avtor je prepoznal in opredelil tri temeljne prilagoditvene strategije: selekcijo, optimizacijo in kompenzacijo.

Selekcija je proces izbiranja tistih vsebin, stanj ali dobrin, ki jim posameznik daje prednost in je povezana s hierarhijo njegovih ciljev. Baltes (1997; Baltes idr., 2006; Freund in Baltes, 2002) loči dve vrsti selekcije, prostovoljno in prisilno oz. na upad vezano selekcijo. Prva se nanaša na izbiranje med različnimi možnostmi, druga pa na izbiranje tistih ciljev (možnosti), ki so posamezniku ostali dostopni po tem, ko so se pogoji spremenili. To še posebej velja za tiste situacije, v katerih je zaradi sprememb doseganje ciljev otežkočeno. V okviru prve oblike selekcije torej posamezniki izbirajo med zelenimi cilji, v kontekstu druge pa izberejo tisto rešitev, ki je najmanj neugodna. Prostovoljna selekcija npr. vključuje specifikacijo ciljev (posameznik natančno ve, kaj hoče in česa ne), postavljanje hierarhije ciljev (nekateri cilji so bolj pomembni od drugih), kontekstualizacijo ciljev (v danem trenutku se posameznik osredotoča samo na enega izmed zanj najpomembnejših ciljev) in opredelitev za cilje (posameznik si je postavil hierarhičen niz ciljev, ki jim s svojim ravnanjem tudi sledi).

Ko se posameznik sooči z izgubami (npr. izgubo službe, poškodbo, boleznijo, starostnim upadom zaznavnih sposobnosti, nenormativnim življenjskim dogodkom) in spozna, da ni več tako učinkovit, kot je bil prej, uporablja prisilno ali na upad vezano selekcijo. Tako kot prostovoljna tudi prisilna selekcija vsebuje različno prilagoditveno vedenje: osredotočanje na najpomembnejše cilje (npr. posameznik si izbere enega ali dva najpomembnejša cilja), preoblikovanje hierarhije ciljev (npr. posameznik premisli, kaj je zanj res pomembno), prilagoditev meril (npr. posameznik si prizadeva, da bi dosegel to, kar je v danih pogojih še mogoče) in iskanje novih ciljev (npr. posameznik si najde nadomestne cilje, ki bi lahko vsaj delno zadovoljili njegove potrebe).

Medtem ko posameznik v procesu selekcije izbira določene cilje, v procesu *optimizacije* razvija primerna sredstva in jih (učinkovito) uporablja pri doseganju teh ciljev. Sredstva, ki jih razvija in uporablja za doseganje ciljev, so po eni strani odvisna od vrste ciljev (npr. ali je cilj privarčevati za nov avto ali zmagati na tekmi), po drugi pa od širšega psihosocialnega konteksta (npr. posameznikove osebnosti, značilnosti socialnega okolja). Baltes s sodelavci (Baltes, Lindenberger in Staudinger, 1998, 2006) navaja nekatere splošne tehnike, ki jih ljudje uporabljajo za doseganje ciljev: osredotočanje pozornosti (npr. če hoče posameznik nek cilj doseči, se mu mora

posvetiti), izbor pravega trenutka (npr. posameznik premisli o tem, kdaj in kako bo lahko dosegel zastavljeni cilj), vztrajnost (npr. energija in trud, ki ju posameznik vložil v doseganje cilja), pridobivanje novih spretnosti (npr. da bi posameznik dobil službo v tujini, se mora naučiti novega jezika), vaja (npr. posameznik neko dejavnost ponavlja tako dolgo, dokler je ne obvlada), posnemanje uspešnih vzorov (npr. če hoče posameznik doseči cilj, posnema nekoga, ki mu je to uspelo).

Kompenzacija je prav tako kot prisilna selekcija vezana na prilagajanje neugodnim življenjskim razmeram, zaradi katerih posameznik določenih virov (sredstev) ne more več uporabljati. V nasprotju s prisilno selekcijo, ki se nanaša na iskanje alternativnih ciljev, kompenzacija pomeni iskanje in uporabo alternativnih virov (sredstev) za doseganje prvotnih ciljev. Če npr. oseba ugotovi, da slabše vidi, začne uporabljati očala, da bi spet ostro videla. Najpomembnejše tehnike kompenzacije so: zamenjava sredstev (posameznik npr. poskuša najti druge načine vedenja, s katerimi bo enako učinkovit kot prej), uporaba zunanjih pripomočkov in pomoči drugih (npr. ko mu nekaj ne uspe, prosi za pomoč druge), uporaba strokovnih nasvetov in terapije (npr. oseba poišče pomoč strokovnjaka), pridobivanje novih spretnosti in virov (npr. dodatno izobraževanje, obiskovanje tečajev), uporaba še neuporabljenih virov (npr. ko posameznik nečesa ne zmore, prosi druge, naj to storijo namesto njega), posnemanje uspešnih vzorov (npr. posameznik opazuje, kako nekaj izvajajo drugi), izbor energije in virov, npr. določeni dejavnosti oseba posveti več pozornosti kot drugim (Freund in Baltes, 2002).

Modeli, sorodni SUŽ

Model SUŽ seveda ni edini, s katerim lahko opisujemo uporabo prilagoditvenih strategij v različnih življenjskih obdobjih. Nedvomno lahko omenimo vsaj *model prilagajanja ciljev* (King in Hicks, 2007), ki temelji na konceptu "možnih jazov" ter mehanizmu uravnoteževanja med procesoma asimilacije (življenjske situacije) in akomodacije (hierarhije ciljev). Možni jaz oz. možni jazi predstavljajo kompleksne reprezentacije pomembnih življenjskih ciljev, ne samo tistih, za katerimi ljudje stremijo, ampak tudi tistih, ki bi jih posameznik morda lahko dosegel, če bi bilo sosedje dogodkov v njegovem življenju drugačno, kot je bilo (npr. kakšno bi bilo posameznikovo življenje, če ne bi pred leti imel prometne nesreče, če bi imel nekega drugega življenjskega partnerja, če bi ...). Nekatere od teh reprezentacij so prisotne v zavesti posameznika in se povezujejo s specifičnimi čustvi (npr. jezo, obžalovanjem, nemočjo), nekatere pa so izrinjene iz zavesti. Mehanizem uravnoteževanja med procesoma asimilacije in akomodacije je povzet po Piagetovi teoriji ekvibracije (npr. Piaget, 1977). Piaget asimilacijo opredeljuje kot proces prilagajanja izkušenj obstoječim kognitivnim strukturam, akomodacijo pa kot proces prilagajanja kognitivnih struktur izkušnjam. V kontekstu modela prilagajanja ciljev pomeni asimilacija prilagajanje (življenjske) situacije posameznikovi strukturi ciljev (torej spreminjanje okolja in metod za doseg cilja), akomodacija pa prilagajanje ciljev situaciji (iskanje novih ciljev, prilagajanje hierarhije

ciljev, kadar obstoječi niso dosegljivi). V kontekstu modela SUŽ lahko strategije selekcije razumemo kot akomodativne, strategije optimizacije in kompenzacije pa kot asimilativne mehanizme, s katerimi posameznik preko "možnih jazov" določa svoje cilje in njihovo pomembnost, kar mu pomaga pri uravnavanju čustev in pričakovanj, razumevanju oz. konstrukciji smisla življenjskih dogodkov ter pri doseganju psihološke zrelosti (King in Hicks, 2007).

Povezanost med SUŽ in drugimi psihološkimi spremenljivkami

Raba posameznih SUŽ v določenih situacijah se povezuje z različnimi osebnostnimi kot tudi kontekstualnimi dejavniki. Costa in McCrae (1992) sta npr. ugotovila, da se nevroticizem negativno povezuje z uporabo vseh SUŽ, ker čustvena nestabilnost splošno prispeva k manjši učinkovitosti prilagajanja na spremembe. Avtorji nekaterih drugih študij (npr. Freund in Baltes, 2002) ugotavljajo, da so povezave med osebnostnimi potezami in rabo SUŽ bolj kompleksne in diferencialne. Nevroticizem se negativno povezuje s selekcijo in optimizacijo, ekstravertnost s selekcijo (negativno) ter optimizacijo in kompenzacijo (pozitivno), vestnost pa predvsem s selekcijo (pozitivno).

Življenjsko zadovoljstvo je eden izmed najbolj splošnih meril učinkovitosti uporabe SUŽ (Freund in Baltes, 2002; Jopp in Smith, 2006). Rezultati nekaterih študij (npr. Baltes idr., 2006; Freund in Baltes, 2002) kažejo, da se optimizacija v vseh razvojnih obdobjih odraslosti povezuje z življenjskim zadovoljstvom. Posamezniki, ki vlagajo svojo energijo v doseganje ciljev in pri tem učinkovito izkoriščajo dostopne socialne in kulturne vire, so bolj zadovoljni s svojim življenjem (pregled glej v: Zupančič, 2004a) kot tisti, ki redkeje uporabljajo strategijo optimizacije. Ta povezava seveda ni nujno vzročna. Drugi avtorji (npr. Abraham in Hansson, 1995; Chou in Chi, 2002; Jopp in Smith, 2006) pa poročajo, da imajo SUŽ v različnih razvojnih obdobjih odraslosti različen učinek na posameznikovo zadovoljstvo. SUŽ in dostopnost virov neodvisno prispevata k življenjskemu zadovoljstvu, učinkovita raba SUŽ pa postane ključna ob različnih pomembnih življenjskih dogodkih (npr. poškodbi, ločitvi, izgubi zaposlitve, finančnih težavah, upadu telesnih sposobnosti v pozni odraslosti), ko ima posameznik omejen dostop do virov (sredstev). Vzdržljivo pridobljeni podatki (Jopp in Smith, 2006) kažejo, da ima učinkovita raba SUŽ pomemben varovalni učinek na psihosocialno stanje posameznika takrat, ko dostopnost sredstev pade pod neko kritično točko (npr. v težjih stresnih situacijah). Avtorja ugotavljata, da je dostopnost virov pomembnejši napovednik rabe SUŽ kot kronološka starost, vendar samo dostopnost sredstev še ne določa pogostosti ali učinkovitosti rabe prilagoditvenih strategij.

SUŽ imajo verjetno v procesu prilagajanja različno vlogo. Medtem, ko naj bi imela prisilna selekcija hiter, vendar razmeroma kratkotrajen učinek (npr. Staudinger in Freund, 1998) na življenjsko zadovoljstvo, naj bi imela kompenzacija časovno zamaknjene, vendar dolgotrajne učinke. Prisilna selekcija je povezana z vlaganjem časa in energije v omejeno število ciljev, medtem ko kompenzacija pomeni preizkušanje

različnih sredstev, dokler posameznik v danih pogojih ne najde najbolj učinkovitega za doseganje svojega cilja. Obremenilno situacijo lahko posameznik razmeroma hitro reši tako, da opusti prvotni cilj in si izbere nadomestnega, vendar je pri tem lahko njegova potreba le delno zadovoljena. Rešitev je v tem primeru hitra in učinkovita, vendar ni dolgoročna. Kompenzacija, po drugi strani, zahteva več sredstev (npr. materialnih, socialnih, posameznikovih izkušenj in energije), vendar z njeno pomočjo posameznik doseže, čeprav s časovnim zamikom, svoj prvotni cilj.

Optimizacija in prostovoljna selekcija nista enoznačno povezani z življenjskim zadovoljstvom. Medtem, ko se za optimizacijo zdi, da ima hitre in hkrati dolgotrajne učinke na življenjsko zadovoljstvo, pa podatki, ki sta jih zbrala Jopp in Smith (2006) kažejo, da prostovoljna selekcija v nobenem razvojnem obdobju odraslosti ni povezana z življenjskim zadovoljstvom, vendar pa s starostjo narašča.

SUŽ v različnih razvojnih obdobjih

V kontekstu pričujočega prispevka so posebej relevantne ugotovitve o povezavah med rabo prilagoditvenih strategij in razvojnimi procesi v posameznem življenjskem obdobju. Podatki različnih, vendar danes še redkih raziskav namreč kažejo (v: Zupančič, 2004b), da povezave med starostjo in rabo SUŽ niso enoznačne. Glede na to, da je področje preučevanja razvoja SUŽ povsem novo, v znanstveni literaturi obstaja le nekaj poročil o izraženosti SUŽ v različnih obdobjih odraslosti, ne pa tudi o tem, kako te strategije uporabljajo otroci in mladostniki. Posredno nekateri podatki sicer kažejo, da so vse tri strategije prisotne že v zgodnjem otroštvu, vendar je njihova relativna raba, glede na ostala življenjska obdobja, nepoznana. Triletniki npr. uporabljajo različne oblike selekcije, optimizacije in kompenzacije, da bi dosegli igrarčo na mizi (Siegler, 2006, 2007), štiri do sedem let stari otroci rabijo vse tri oblike SUŽ pri reševanju nalog konzervacije (Siegler in Chen, 1998), mladostniki pa prav tako vse tri oblike vedenja pri večkratnem reševanju nekaterih piagetovskih nalog (npr. uravnoteževanja tehtnice; Siegler in Chen, 2002).

A. M. Freund in Baltes (2002) ugotavljata, da je raba vseh treh strategij najpogostejša v srednji odraslosti, v pozni odraslosti pa upade, kar naj bi bilo povezano predvsem s telesnimi spremembami in spremembami na področju socialnega razvoja. Prostovoljna selekcija je edina strategija, katere pogostost rabe narašča s starostjo: najmanj pogosta je v zgodnji, najpogostejša pa v pozni odraslosti, vendar porast pogostosti iz srednje v pozno odraslost ni tako strm kot iz zgodnje v srednjo odraslost. Ostale tri strategije so najvišje izražene v srednji odraslosti: optimizacija in kompenzacija sta najmanj izraženi v pozni, prisilna selekcija pa v zgodnji odraslosti. Pogostost rabe posameznih strategij v posameznem življenjskem obdobju bi lahko delno pojasnili tudi s spremembami v mišljenju, še posebej s spremembami v metakognitivnih procesih na prehodih med zgodnjo in srednjo ter med srednjo in pozno odraslostjo. Rezultati nekaterih študij postformalnega mišljenja (npr. Bakracevic Vukman, 2005) kažejo, da se določeni

vidiki metakognitivnih sposobnosti (npr. predstava o svojih sposobnostih) v pozni odraslosti zvišajo, medtem ko večina kognitivnih operacij (npr. dialektično in relativistično sklepanje, ustvarjalno mišljenje), metakognitivne spretnosti (npr. zavedanje in refleksija svojega miselnega procesa, detekcija ustreznih strategij za reševanje problemov) in učinkovitost reševanja problemov logične kot tudi socialne narave od mladostništva postopno narašča, doseže vrh v srednji odraslosti, v starosti pa prične upadati.

V otroštvu in mladostništvu posamezniki v povprečju delujejo pod mejami svojih sposobnosti, kasneje pa vlagajo vse več napora v svojo dejavnost in izkoriščajo dostopne kulturne vire, npr. praktična znanja, socialne stike (pregled v: Papalia idr., 2007). Zaradi procesov optimizacije in kompenzacije se ljudje v srednji odraslosti lahko približajo meji svojih rezervnih spoznavnih kapacitet, kar omogoča vzdrževati (ali izboljšati) kakovost življenja, v pozni odraslosti pa se pogosteje kot v srednji soočajo z različnimi vrstami izgub (Baltes idr., 2006; Zupančič, 2004b).

Obstoječi modeli in teorije (npr. Zupančič, 2004b) ne omogočajo zanesljivih napovedi o razvojnih spremembah glede rabe SUŽ. Na podlagi poznavanja psiholoških značilnosti različno starih posameznikov kljub temu predpostavljamo, da mladostniki v manjši meri uporabljajo SUŽ kot odrasli. Zaradi višje izraženega egocentrizma, procesov, povezanih z oblikovanjem identete in pomanjkanjem izkušenj (Papalia idr., 2007), lahko pričakujemo, da imajo mladostniki težave z odločanjem za določene cilje, z oblikovanjem hierarhije ciljev (selekcijo), z načrtovanjem in dolgotrajnim vlaganjem energije v določen cilj, s presojanjem primernosti trenutka za doseganje določenega cilja (optimizacijo), pa tudi z iskanjem alternativnih poti in virov za doseg cilja, ko je doseganje cilja zaradi različnih razlogov oteženo (kompenzacijo). V zgodnji in srednji odraslosti posamezniki pridobivajo socialne spretnosti, specifična znanja in izkušnje (npr. eksperto in tacitno znanje), razvijajo praktično inteligentnost, na modrost vezano znanje, vsakdanjo kompetentnost (pregled v: Zupančič, 2004b, c) in samorefleksijo (Bakracevic Vukman, 2005). Spoprijemajo se z integracijo različnih socialnih vlog (npr. kariero in družino), ukvarjajo se z življenjsko bolj pomembnimi in stvarnimi vprašanji, odločajo se o ciljnih in ravnanju, ki imajo pomembnejše dolgotrajne posledice kot v mladostništvu ali otroštvu (pregled v: Zupančič, 2004b, c). Večja učinkovitost samostojnega in odgovornega ravnanja odraslih v primerjavi z mlajšimi posamezniki pa sta verjetno povezani s pogostejšo rabo SUŽ. V pozni odraslosti upadajo nekatere telesne funkcije (Papalia idr., 2007), hkrati pa imajo posamezniki v tem obdobju razmeroma največ izkušenj na različnih življenjskih področjih. V nasprotju z ugotovitvami A. M. Freund in Baltesa (2002) bi torej lahko pričakovali, da v pozni odraslosti upade pogostost rabe prostovoljne selekcije, porasteta pa pogostost rabe prisilne selekcije in kompenzacije.

Naslednje vprašanje, ki je povezano z razvojem rabe SUŽ, je ocenjevanje teh strategij. Model SUŽ razmeroma učinkovito opisuje vedenje posameznika v različnih kontekstih (npr. situacijskem, razvojnem, kulturnem), vendar ima ta širina tako pozitivno kot negativno stran. Pozitivna je medkontekstualnost modela, negativno pa predstavlja razmeroma visoka nedoločenost, ki je povezana z medkontekstualnostjo. Ker model

opisuje posameznikovo vedenje v različnih socialnih, kulturnih in problemskih situacijah, je njegova vsebina nujno splošna. Zaradi tega menimo, da so v modelu opredeljeni pojmi, kot so npr. cilji, kulturni viri ali strategije prilagajanja, tako široki, da lahko postane napoved vedenja posameznika v konkretnem kontekstu vprašljiva.

V pričujočem prispevku z empirično zbranimi podatki v Sloveniji odgovarjamo na dve od zgoraj navedenih vprašanj: (1) ocenjujemo merski pripomoček, ki so ga razvili nemški raziskovalci za ugotavljanje posameznikovih prilagoditvenih strategij, (2) primerjamo prečne podatke o rabi SUŽ pri odraslih v različnih razvojnih obdobjih, tj. v zgodnji, srednji in pozni odraslosti.

Metoda

Udeleženci

Vzorec je vključeval 651 udeležencev iz različnih slovenskih krajev, starih od 18 do 86 let, od tega 25 % moških in 75 % žensk; 33 % oseb je bilo v obdobju zgodnje odraslosti (do 40 let), 32 % smo jih uvrstili v obdobje srednje (41 do 60 let) in 33 % v obdobje pozne odraslosti (več kot 60 let). Povprečna starost mladih odraslih je bila 21,99 let ($SD = 4,12$), srednjeletniki so bili v povprečju stari 49,09 let ($SD = 4,35$) in starostniki 71,91 let ($SD = 5,92$).

Pripomočki

Za ocenjevanje prilagoditvenih strategij smo uporabili samoocenjevalni pripomoček *Indeks prilagoditvenih strategij (IPS)*; Freund in Baltes, 2002). Sestavljen je iz 48 postavk, od katerih se jih po 12 (te tvorijo posamezno lestvico) nanaša na vsako od štirih strategij: prilagoditveno in prisilno selekcijo, optimizacijo in kompenzacijo.

Tabela 1. *Primeri postavk pri IPS (prirejeno po Freund in Baltes, 2002).*

<i>strategija</i>	<i>pozitivni pol</i>	<i>negativni pol</i>
Prostovoljna selekcija	Svojo energijo usmerjam na malo stvari.	Svojo energijo usmerjam na mnogo različnih stvari.
Prisilna selekcija	Če mi stvari ne gredo tako dobro kot prej, se namesto za več ciljev odločim samo za enega ali dva.	Tudi če mi stvari ne gredo tako dobro od rok kot prej, poskušam doseči vse zastavljene cilje.
Optimizacija	Za zadane cilje se trudim, dokler jih ne dosežem.	Ko pri nečem ne uspem takoj, tudi ostalih možnosti ne preizkušam prav dolgo.
Kompenzacija	Ko mi nekaj ne gre tako dobro od rok, kot sem bil navajen do sedaj, poskušam najti druge načine, da bi dosegel svoj cilj.	Ko mi stvari ne tečejo tako dobro kot nekoč, se s tem sprizajnim.

Odgovarjaje je izbirno, kar pomeni, da se udeleženec pri vsaki postavki odloči za enega od dveh možnih odgovorov (... ali ...), za tistega, ki ga bolje opisuje. Primeri postavk so podani v tabeli 1.

Izpolnjevanje pripomočka je individualno ali skupinsko, traja pa približno 20 minut. A. M. Freund in Baltes (2002), ki sta uporabljala izvorno (nemško) obliko pripomočka, poročata o zadovoljivih koeficientih zanesljivosti lestvic: koeficienti notranje zanesljivosti (α) znašajo med ,68 in ,78, koeficienti retestne zanesljivosti (r) pa se gibajo med ,71 in ,77. Podatki faktorskih analiz tudi kažejo, da je *IPS* konstruktno veljaven. Eksploratorna faktorska analiza je pokazala čista nasičenja za posamezno strategijo (obremenitve med ,61 in ,91 za posamezno lestvico), konfirmatorna faktorska analiza pa, da predpostavljani model ustreza odnosom med posameznimi postavkami in lestvicami.

V Sloveniji smo uporabili pripomoček, ki smo ga prevedli iz angleške oblike (Freund in Baltes, 2002). Naredili smo dva neodvisna prevoda, ki smo ju nato uskladili v slovensko poskusno obliko. Vrstnega reda postavk nismo spreminjali. Istega leta smo pripomoček prvič uporabili kot material za študente psihologije v drugem letniku. Analiza notranje zanesljivosti štirih lestvic (z vsako merimo eno izmed štirih SUŽ) je pokazala, da so se koeficienti α gibali med ,68 in ,78 ($N = 138$). *IPS* smo uporabili še trikrat in zbrali podatke, ki jih predstavljamo v pričujočem prispevku.

Postopek

Študenti psihologije so v okviru svojega študijskega programa zbrali podatke za več kot 700 udeležencev. Vsak študent je zbral podatke pri treh osebah, pri enem mladem odraslem, pri enem srednjeletniku in pri enem starostniku. Ciljne osebe so vprašalnike izpolnjevale posamično, najpogosteje na svojem domu. V večini primerov so na postavke odgovarjali študenti (zgodnja odraslost), njihovi starši (srednja odraslost) in stari starši (pozna odraslost). Podatkov o tem nismo sistematično zbirali, zato sorodstvenega razmerja nismo upoštevali pri analizah. Za nekatere udeležence tudi nismo dobili preostalih podatkov, npr. o starosti, spolu, ali pa so manjkali odgovori na katero izmed postavk. Tako smo v analizo vključili 651 oseb, za katere smo zbrali vse predvidene podatke.

Na podlagi surovih podatkov smo preverjali konstruktno veljavnost pripomočka, notranjo zanesljivost (koeficiente α) prepoznanih komponent (lestvic) ter ugotavljali razlike med tremi starostnimi skupinami (zgodnjo, srednjo in pozno odraslostjo) v izraženosti posameznih SUŽ. Pri analizi podatkov smo uporabljali enake statistične postopke kot A. M. Freund in Baltes (2002), in sicer zato, da bi bili slovenski rezultati v čim višji meri primerljivi z njunimi. Za oceno konstruktne veljavnosti *IPS* smo tako uporabili analizo glavnih komponent z Varimax rotacijo preko uporabe parcialov. Podrobnejša pojasnila o omenjenih metodah in rezultati analiz so podani v naslednjem razdelku.

Rezultati

Najprej predstavljamo rezultate o konstruktivni veljavnosti in notranji zanesljivosti lestvic pri slovenski obliki *IPS*, nato pa analize, s katerimi smo ugotavljali razlike v pogostosti rabe posameznih SUŽ med tremi različnimi razvojnimi obdobji odraslosti, razlike med spoloma in učinek interakcije med obema neodvisnima spremenljivkama na izraznost SUŽ.

Veljavnost pripomočka

Konstruktivno veljavnost *IPS* smo ocenili s pomočjo analize glavnih komponent z Varimax rotacijo. Ker je odgovarjanje na postavke *IPS* izbirnega tipa (udeleženec se pri vsaki postavki odloči za pritriljen ali nikalen odgovor), podatki ne ustrezajo metričnim zahtevam za uporabo analize glavnih komponent po posameznih postavkah. Zato sta A. M. Freund in Baltes (2002) konstruktivno veljavnost pripomočka določala preko t. i. *parcialnih vrednosti* lestvic: vsako od štirih lestvic (izbirna in prisilna selekcija, optimizacija ter kompenzacija) sestavlja 12 postavk, ki imajo lahko vrednost 0 ali 1. Minimalno zahtevano variabilnost za analizo glavnih komponent sta avtorja zagotovila tako, da sta seštelala odgovore pri štirih postavkah, ki naj bi glede na sestavo *IPS* sodile v isto podlestvico. Oblikovanje parcialnih vrednosti lahko pojasnimo s primerom: lestvica optimizacije je npr. sestavljena iz 12 postavk. Od teh 12 postavk prva, tretja, šesta in deseta sestavljajo parcial p1, 2., 4., 7. in 11. postavka parcial p2, 3., 5., 8. in 12. postavka pa parcial p3. Vrednosti treh parcialov pri strategiji optimizacija se tako gibljejo med 0 in 4.

Med 48 postavkami z izbirnim tipom odgovora sta avtorja *IPS* tako dobila 12 parcialnih vrednosti (parcialov), ki se gibljejo med 0 in 4. V tabeli 2 se parciali od 1 do 3 nanašajo na postavke, ki sestavljajo prostovoljno selekcijo, parciali od 4 do 6 tvorijo prisilno selekcijo, parciali od 7 do 9 optimizacijo in parciali od 10 do 12 kompenzacijo.

Za oceno konstruktivne veljavnosti smo pri vzorcu odraslih v Sloveniji uporabili faktorsko analizo z metodo glavnih komponent, pri štirikomponentni rešitvi pa smo izvedli Varimax rotacijo s Kaiserjevo normalizacijo (pet iteracij). Analiza je pokazala zelo podobne rezultate, kot sta jih dobila A. M. Freund in Baltes (2002) pri odraslih v Nemčiji. Če bi bila komponentna struktura povsem čista (skladna s pričakovanjem), potem bi morali biti parciali 1–3 nasičeni z eno komponento, parciali 4–6 z drugo, parciali 7–9 s tretjo in parciali 10–12 s četrto. Iz tabele 2 je razvidno, da je komponentna struktura skladna s pričakovanji (koeficienti so poudarjeni). Parciali 1–3 (izbirna selekcija) so nasičeni s tretjo komponento, parciali 4–6 s četrto (prisilna selekcija), parciali 7–9 s prvo (optimizacija) in parciali 10–12 z drugo (kompenzacija). Rezultati, ki izhajajo iz podatkov, pridobljenih pri vzorcu odraslih različnih starosti v Sloveniji, torej kažejo, da je Varimax rotacija izločila razmeroma čisto komponentno strukturo, pri kateri vsaka postavka visoko korelira samo z eno komponento (z izjemo šestega

Tabela 2. Komponentna nasičenja parcialnih postavk pri slovenski obliki IPS.

	<i>Optim</i>	<i>Komp</i>	<i>Izb sel</i>	<i>Pris sel</i>
p1	,197	,009	,671	,239
p2	,191	,061	,734	,032
p3	-,001	-,011	,859	,077
p4	,186	-,103	,191	,787
p5	,012	,302	,103	,796
p6	,512	,209	,066	,522
p7	,738	,174	,242	,108
p8	,766	,242	,076	,051
p9	,623	,176	,119	,130
p10	,334	,757	,002	,046
p11	,379	,745	,022	,096
p12	,075	,840	,036	,118

Opombe. $N = 651$. Optim = optimizacija, Komp = kompenzacija, Izb sel = izbirna selekcija, Pris sel = prisilna selekcija, p = parcialna vrednost po štirih postavk.

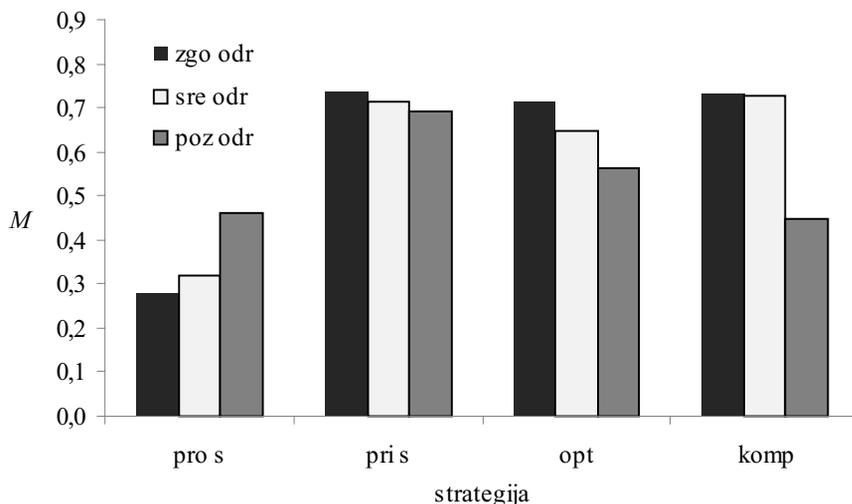
parciala, ki kaže tudi sekundarno obremenitev z optimizacijo). Dobljeni rezultati podpirajo komponentno veljavnost štirih lestvic *IPS*: prostovoljna in prisilna selekcija, optimizacija in kompenzacija.

Notranja zanesljivost lestvic *IPS*

Notranja koherentnost posameznih lestvic *IPS* je zadovoljiva, alfa koeficienti za prostovoljno in prisilno selekcijo, optimizacijo in kompenzacijo, ugotovljeni preko parcialov, pri celotnem vzorcu odraslih v Sloveniji znašajo 0,67, 0,66, 0,68 in 0,79. Notranja zanesljivost lestvic je zadovoljiva tudi znotraj posameznih obdobij odraslosti, čeprav razmeroma nizka v obdobju zgodnje odraslosti. V tej starostni skupini namreč á za prostovoljno in prisilno selekcijo, optimizacijo ter kompenzacijo znašajo 0,56, 0,56, 0,53 in 0,64. Ustrezno raven štirih lestvic ugotavljamo v srednji (0,75, 0,75, 0,72 in 0,76) in v pozni odraslosti (0,65, 0,65, 0,67 in 0,75).

Izraženost **SUŽ** v zgodnji, srednji in pozni odraslosti ter razlike med spoloma

V nadaljevanju razdelka predstavljamo rezultate grafično, ker so tako neposredno razvidni trendi razlik v uporabi prilagoditvenih strategij v posameznem starostnem obdobju. Kljub temu, da smo rezultate prikazali grafično, zaradi referenčnosti rezultatov v prilogi posebej navajamo tudi natančne vrednosti podatkov (numerus, aritmetične sredine, standardne odklone in napake; glej tabelo A v prilogi).



Slika 1. Izraženost posamezne prilagoditvene strategije v zgodnji, srednji in pozni odraslosti. Oznaka pro s predstavlja prostovoljno selekcijo, pri s prisilno selekcijo, opt optimizacijo, komp kompenzacijo, zgo odr zgodnjo odraslost, sre odr srednjo odraslost in poz odr pozno odraslost.

Iz slike 1 je razvidno, da raba prostovoljne selekcije iz zgodnje v pozno odraslost narašča, raba optimizacije pa upada. Kompenzacija upade iz srednje v pozno odraslost, raba prisilne selekcije pa je razmeroma dosledno¹ izražena v treh odraslih razvojnih obdobjih. V nadaljevanju smo preverjali pomembnost razlik v pogostosti rabe posameznih strategij SUŽ, razlik v rabi teh strategij med razvojnimi obdobji, med spoloma in učinke interakcije med njimi. Uporabili smo analizo variance s ponovljenimi meritvami. Rezultati te analize so prikazani v tabeli 3, ki vključuje tudi ocene velikosti učinka (η^2). Vrednost η^2 pokaže, kolikšen delež celotne variabilnosti na preučevani odvisni spremenljivki lahko pojasnimo z neodvisno spremenljivko. Po Cohenovih (1988) priporočilih vrednost η^2 , ki je nižja od 0,059, pomeni majhen učinek, vrednost med 0,059 in 0,137 zmeren učinek in vrednost 0,138 ali več velik učinek.

Izraznost posameznih SUŽ se med odraslimi precej razlikuje (glavni učinek SUŽ; glej prvo vrstico v tabeli 3). Izmed štirih prilagoditvenih strategij odrasli razmeroma najpogosteje rabijo prisilno selekcijo ($M=0,71$), ki ji sledita optimizacija in kompenzacija ($M=0,64$ in $0,64$), najmanj pogosto pa uporabljajo strategijo prostovoljne selekcije ($M=0,35$; glej tudi tabelo A v prilogi). Pogostost rabe SUŽ (skupni rezultat) se sicer pomembno razlikuje med razvojnimi obdobji, vendar z njimi pojasnimo manj kot 2 % variabilnosti v rabi teh strategij. Mladi odrasli (podvzorec sestavljajo predvsem študenti)

¹ Izraz označuje razvojno doslednost povprečnega vedenja določene starostne skupine v različnih razvojnih obdobjih (odstotnost sprememb v času) oz. podobnost povprečnih ravni vedenja med različnimi starostnimi skupinami v primeru prečnih primerjav (Zupančič, 2004č).

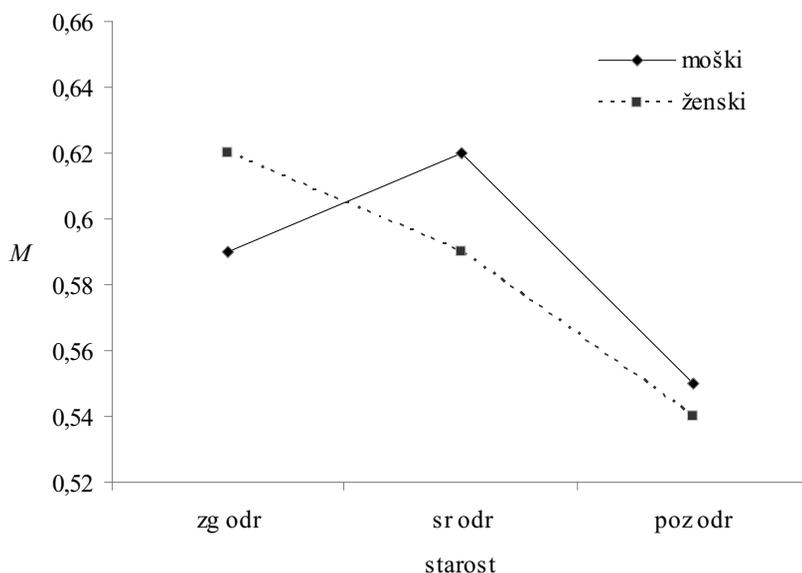
Tabela 3. Povzetek rezultatov analize variance: razlike med rabo posameznih SUŽ, razlike med starostnimi skupinami, po spolu in učinki interakcij.

	učinek		napaka		F	η^2
	df	MS	df	MS		
SUŽ	3	11,70	1926	0,098	119,65***	,157
starost	2	0,79	642	0,14	5,65**	,017
spol	1	0,00	642	0,14	0,01	,000
SUŽ × starost	6	1,80	1926	0,098	18,41***	,054
SUŽ × spol	3	0,07	1926	0,098	0,75	,001
Starost × spol	2	0,19	642	0,098	1,33	,004
SUŽ × starost × spol	6	0,23	1926	0,098	2,31*	,007

Opombe. SUŽ ... strategije upravljanja z življenjem, starost ... obdobja v odraslosti: zgodnja, srednja in pozna odraslost.

* $p < ,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$; N so navedeni v tabeli A v prilogi.

in srednjeletniki prilagoditvene strategije uporabljajo pogosteje ($M = 0,61$ in $0,60$) kot starostniki ($M = 0,54$). Spol sam po sebi nima pomembne vloge pri izraženosti SUŽ (skupen rezultat), vendar je pomemben v kombinaciji z rabo posameznih strategij in razvojnim obdobjem (glej sliko 2). Pri ženskah uporaba prilagoditvenih strategij s starostjo razmeroma linearno upada, pri moških pa iz zgodnje v srednjo odraslost naraste, v pozni pa močno upade. Razlike v rabi prilagoditvenih strategij med moškimi in ženskami so izrazite posebej med zgodnjo in srednjo odraslostjo: pri ženskah uporaba strategij upade, pri moških pa poraste.



Slika 2. Raba prilagoditvenih strategij pri moških in ženskah. Oznake pomenijo zg odr = zgodnja odraslost, sr odr = srednja odraslost, po odr = pozna odraslost.

Nadaljnja analiza razlik med posameznimi starostnimi skupinami za vsako prilagoditveno strategijo posebej je pokazala pomemben učinek starosti na rabo vseh strategij razen prisilne selekcije, ki so jo odrasli v vseh treh obravnavanih obdobjih uporabljali enako pogosto, $F(2, 648) = 1,02, p = ,36$. Raba prostovoljne selekcije s starostjo narašča, $F(2, 648) = 17,90, p = ,000$, raba optimizacije in kompenzacije pa upada (optimizacija: $F(2, 648) = 11,75, p = ,000$; kompenzacija: $F(2, 648) = 49,16, p = ,000$). Post hoc analiza (Student-Newmanov post hoc test) je pokazala, da starostniki izražajo več prostovoljne selekcije in manj kompenzacije kot mladi odrasli ali srednjeletniki (drugi in tretji jo uporabljajo v enaki meri), med tem ko se posamezniki v vseh treh obdobjih odraslosti razlikujejo glede pogostosti rabe optimizacije – ta s starostjo upada. Natančne vrednosti sredin za posamezno razvojno obdobje so prikazane v Tabeli A v prilogi.

Razprava

Razprava je organizirana v dveh tematskih sklopih. V prvem predstavljamo ugotovitve in problematiko, povezano z veljavnostjo in zanesljivostjo merskega pripomočka *IPS*, v drugem pa razvojne trende v rabi *SUŽ*. Razpravo sklenemo z vprašanji, ki jih med drugim odpirajo rezultati, prikazani v tem prispevku. To so še posebej vprašanja, povezana z rabo *SUŽ* pred obdobjem odraslosti, ter problematika, ki se povezuje z ocenjevanjem *SUŽ*.

Veljavnost in zanesljivost *IPS*

Podatki o konstruktivni veljavnosti pri slovenskem vzorcu sovpadajo s podatki nemškega vzorca: parciali so nasičeni z eno samo komponento (razen ene izjeme), razporejajo se v komponentno strukturo, ki je enaka tisti, o kateri poročata A. M. Freund in Baltes (2002): prostovoljna selekcija, prisilna selekcija, optimizacija in kompenzacija. Komponentne obtežitve so razmeroma visoke (gibljejo se med ,52 in ,86). Slovenski rezultati torej povsem podpirajo pričakovanja, vendar odpirajo tudi nekatera vsebinska vprašanja. Prvič, možno je, da je skladnost rezultatov med slovenskim in nemškim vzorcem artefakt merjenja. Pri ocenjevanju konstruktivne veljavnosti merskega pripomočka smo namreč sledili metodi, ki sta jo za ocenjevanje veljavnosti uporabila A. M. Freund in Baltes. Ker smo uporabili enak pripomoček, isti način oblikovanja lestvic, isti način določanja parcialov in isti statistični postopek, lahko vsaj do določene mere pričakujemo, da bomo dobili podobno komponentno strukturo. Vsebinsko gledano, skladnost torej ne nakazuje veljavnosti samega pripomočka, ampak predvsem skladnost med slovensko in nemško (oz. angleško) obliko *IPS*.

Drugič, zaradi sestave merskega pripomočka smo, tako kot A. M. Freund in Baltes (2002), podatke faktorizirali preko parcialnih vrednosti. Pri metodi parcialov predpostavljamo, da določene (v našem primeru po štiri) postavke sestavljajo lestvico

– te predpostavke pa niti avtorja izvornika niti mi nismo ustrezno preverjali. Za natančnejšo oceno konstruktne in tudi drugih oblik veljavnosti bi bilo potrebno v prihodnosti bodisi prilagoditi postavke tako, da bi omogočale bolj neposredno preverjanje teh predpostavk, bodisi izbrati druge statistične postopke.

Tretjič, v pričujoči študiji smo ocenjevali samo konstruktno, ne pa tudi drugih oblik veljavnosti *IPS*. A. M. Freund in Baltes (2002) sta pri ocenjevanju veljavnosti upoštevala tudi nekatere spremenljivke, ki bi, skladno z modelom SUŽ, lahko funkcionirale kot merilo pri ocenjevanju veljavnosti *IPS*, še posebej življenjsko zadovoljstvo in nekatere mere učinkovitosti posameznika pri vsakdanjih opravilih. V prihodnosti bi lahko za natančnejšo in vsebinsko bolj smiselno analizo veljavnosti preizkušnje upoštevali tudi tiste spremenljivke, ki sodijo v širši okvir modela SUŽ, ter bi tako zbrali dodatne podatke o veljavnosti *IPS* kot tudi o veljavnosti modela SUŽ.

Prikazani rezultati o notranji zanesljivosti štirih lestvic *IPS* so skladni z rezultati, ki jih navajata A. M. Freund in Baltes (2002): posamezne lestvice kažejo zadovoljivo notranjo zanesljivost pri celotnem slovenskem vzorcu odraslih. Zanesljivost lestvic *IPS* pri posameznikih v zgodnji odraslosti je nižja kot v kasnejših dveh razvojnih obdobjih, pri treh lestvicah se koeficienti zanesljivosti v skupini mladih odraslih gibljejo nekoliko pod vrednostjo 0,60. Razlog za to ni povsem jasen, še posebej glede na to, da je raba vseh treh strategij v zgodnji odraslosti visoka in, v celoti gledano, v pozni odraslosti upade. Interpretacija dobljenih rezultatov je zato večplastna: nižja zanesljivost lestvic v zgodnji odraslosti bi lahko pomenila, da koncept prilagoditvenih strategij v tem razvojnem obdobju ni najbolj primeren. Baltes s sodelavci (Baltes in M. M. Baltes, 1990; Smith in Baltes, 1999) je uvedel pojem prilagoditvenih strategij pri preučevanju starostnikov in jih šele kasneje razširil v obdobji zgodnje in srednje odraslosti. Postavlja se torej vprašanje, ali je koncept štirih strategij, kot tudi način njihovega ocenjevanja, smiseln in upravičen tudi v zgodnji in srednji odraslosti, še posebej pa v obdobju pred odraslostjo, npr. v mladostništvu ali celo v otroštvu. Podatki, ki jih imamo na voljo glede prvih dveh obdobji odraslosti, so zelo omejeni, za obdobje mladostništva in otroštva pa takih podatkov sploh nimamo. Poleg tega je zanimiva ugotovitev, da je pogostost rabe prilagoditvenih strategij razmeroma podobna v zgodnji in srednji odraslosti, v obdobju pozne odraslosti pa upade. Na prvi pogled so rezultati o uporabi strategij in podatki o zanesljivosti lestvic v posameznem razvojnem obdobju odraslosti protislovni: zanesljivost v zgodnji odraslosti je nižja, uporaba strategij pa pogostejša kot v pozni odraslosti. Možna razlaga teh navidezno protislovnih ugotovitev bi bila, da ima morda vsebina vprašanj, ki so zelo splošna in se nanašajo na posameznikove cilje, drugačen pomen v zgodnji kot v pozni odraslosti. V zvezi s tem je pri interpretaciji rezultatov pričujoče študije potrebno upoštevati tudi dejstvo, da so podvzorec mladih odraslih večinoma sestavljali študenti psihologije. Poleg tega, da ti udeleženci predstavljajo zelo specifičen vzorec, tudi njihova starost po razvojnopsiholoških merilih ni reprezentativna za zgodnjo odraslost, temveč za prehod iz poznega mladostništva v zgodnjo odraslost.

Razvojni trendi pri rabi SUŽ

Prva pomembna ugotovitev, ki sledi iz zbranih podatkov, je, da se pogostost rabe prilagoditvenih strategij povezuje s starostjo, druga pa, da razlike med starostnimi skupinami niso enoznačne. Raba optimizacije in kompenzacije v odraslosti s starostjo upada, raba prostovoljne selekcije narašča, za izbirno selekcijo pa rezultati kažejo, da v odraslosti ni povezana z razvojnimi obdobjem. Prvo vprašanje, ki se tukaj pojavi, je, v kolikšni meri se rezultati pri slovenskem in izvirnem nemškem vzorcu (Freund in Baltes, 2002) skladajo.

A. M. Freund in Baltes (2002) ugotavljata, da je raba treh strategij (prisilne selekcije, optimizacije in kompenzacije) najpogostejša v srednji odraslosti, v pozni odraslosti pa upade, kar naj bi bilo povezano predvsem s telesnimi spremembami in spremembami na področju socialnega razvoja. Prostovoljna selekcija je med odraslimi v Nemčiji edina strategija, ki s starostjo narašča. Najnižja je v zgodnji, najvišja pa v pozni odraslosti, vendar porast pogostosti rabe iz srednje v pozno odraslost ni tako strm kot iz zgodnje v srednjo odraslost. Ostale tri strategije so najvišje izražene v srednji odraslosti: optimizacija in kompenzacija sta najmanj izraženi v pozni, prisilna selekcija pa v zgodnji odraslosti.

Rezultati, ki sledijo iz samoocen odraslih v Sloveniji, kažejo podobne, vendar ne povsem enake razvojne trende. Raba treh strategij (prisilne selekcije, optimizacije in kompenzacije) je enako pogosta v zgodnji in srednji odraslosti, v pozni pa upade. Prostovoljna selekcija je edina strategija, katere pogostost narašča s starostjo, porast iz srednje v pozno odraslost pa je bolj strm kot iz zgodnje v srednjo odraslost. Statistična analiza je pokazala, da je prostovoljna selekcija v zgodnji in srednji odraslosti razmeroma podobno izražena, pogostost njene rabe pa naraste v pozni odraslosti. Ostale tri strategije se najpogosteje izražajo v zgodnji odraslosti (ne v srednji), vendar to zanesljivo velja samo za optimizacijo; prisilna selekcija je neodvisna od starosti (razlike med razvojnimi obdobji niso statistično pomembne), kompenzacija pa je prav tako kot prostovoljna selekcija v zgodnji in srednji odraslosti razmeroma podobno izražena in upade šele v pozni odraslosti.

Drugo vprašanje je povezano s smerjo razlik. Zakaj pogostost rabe prostovoljne selekcije v pozni odraslosti naraste, raba kompenzacije pa upade? Model SUŽ nam pri napovedovanju sprememb ne nudi enoznačnih napovedi, nekatere razlage razvojnih sprememb (npr. Baltes, 1997; Papalia idr., 2007; Zupančič, 2004b) v odraslosti pa bi nam lahko ponujale ravno nasprotna pričakovanja. V pozni odraslosti prihaja do upada nekaterih telesnih in spoznavnih funkcij, pa tudi do sprememb v socialnih odnosih, ki so, želeni ali neželeni, pogosto normativni (npr. upokojitev, smrt partnerja ali znancev). Skladno z modelom SUŽ bi lahko pričakovali, da zaradi tega upade raba prostovoljne selekcije, hkrati pa porasteta prisilna selekcija in kompenzacija. Slednji strategiji sta namreč povezani z upadom določenih funkcij (oz. izgubo) in s prilagajanjem na neugodne spremembe: s pomočjo prisilne selekcije si posameznik izbere alternativne cilje (kadar spozna, da izbranih ne bo mogel doseči), z uporabo kompenzacije pa

ohrani cilj, vendar spremeni metode za njegovo uresničenje. V nasprotju z omenjenima strategijama sta izbirna (prostovoljna) selekcija in optimizacija povezani z rastjo (oz. dobitki): prostovoljna selekcija pomeni, da lahko posameznik izbira med različnimi možnostmi, optimizacija pa je povezana z vajo določenih spretnosti in s pridobivanjem novih izkušenj ter znanj. Glede na povedano bi lahko pričakovali, da v pozni odraslosti prostovoljna selekcija zaradi vse bolj omejenih možnosti izbire upade, kompenzacija pa zaradi upadanja telesnih in spoznavnih funkcij naraste (npr. iskanje pomoči za dokončanje določenega dela pri drugih ljudeh, uporaba zdravil za uravnavanje telesnih funkcij).

Zbrani podatki v slovenski prečni raziskavi kažejo ravno nasprotno sliko: pogostost rabe prostovoljne selekcije s starostjo narašča, raba kompenzacije pa upada. Rezultati ponovno odpirajo vprašanje veljavnosti konstrukta SUŽ. Tako model SUŽ kot merski pripomoček *IPS* sta zastavljena razmeroma splošno. Vprašanje, ki se pri tem pojavi, je, v kolikšni meri se prostovoljna selekcija v pozni odraslosti vsebinsko prekriva s prostovoljno selekcijo v zgodnji in srednji odraslosti: za kakšne in katere cilje v posameznem razvojnem obdobju odraslosti sploh gre; kakšna je relativna pomembnost ciljev v posameznem razvojnem obdobju, kako sta uresničevanje kot tudi izbira ciljev povezana z različnimi normativnimi in nenormativnimi dogodki (npr. spremembami na delovnem mestu, rojstvom otroka ali vnuka, poroko, ločitvijo, boleznijo), z razvojnimi nalogami v posameznem obdobju in stopnjo psihosocialnega razvoja (npr. intimnost/izolacija, generativnost/stagnacija, integracija/obup), na kateri se posamezniki nahajajo. Ena izmed možnih razlag za značilni porast pogostosti rabe prostovoljne selekcije med srednjo in pozno odraslostjo, ki jo hkrati spremlja rahel upad prisilne selekcije, je tudi obrambna: starostniki si morda iz obrambnih razlogov razlagajo ozko selekcionirane prednostne cilje kot prostovoljno in ne kot z upadom (prisilno) povezano izbiro (Zupančič, 2004b).

Tretje vprašanje je povezano s časovno umestitvijo sprememb. Zakaj se spremembe v izraženosti prostovoljne selekcije in kompenzacije pojavijo šele v pozni odraslosti? Tudi odgovor na to vprašanje ni enoznačen. A. M. Freund in Baltes (2002) ugotavljata, da raba vseh strategij iz zgodnje v srednjo odraslost poraste, kasneje pa upade, medtem ko so naši podatki pokazali, da sta prostovoljna selekcija in kompenzacija med zgodnjo in srednjo odraslostjo razmeroma podobno izraženi, v pozni odraslosti pa pride do sprememb. Tako model SUŽ kot tudi *IPS* izhajata iz pojasnjevanja razvojnih sprememb v pozni odraslosti, zato je verjetno merski pripomoček bolj občutljiv na spremembe v tem razvojnem obdobju. Ta interpretacija seveda ni edina mogoča, preverili pa bi jo lahko tako, da bi vsako razvojno obdobje razdelili na podobdobja in znotraj obdobja ocenili spremembe. Naša hipoteza bi bila podprta, če bi se izkazalo, da do sprememb v rabi SUŽ prihaja v pozni odraslosti, v drugih dveh obdobjih odraslosti pa ne. Druga možna interpretacija je povezana s spremembami v mišljenju, še posebej z metakognitivnimi kompetencami, o katerih npr. poroča K. Bakracevic Vukman (2005). Metakognitivne kompetence na prehodu v pozno odraslost praviloma upadejo, hkrati pa imajo starostniki boljši vpogled v svoje sposobnosti kot posamezniki v srednji

ali zgodnji odraslosti, kar bi lahko prispevalo k spremembam v pogostosti rabe prostovoljne selekcije in kompenzacije kot prilagoditvenih strategij.

Četrto vprašanje se nanaša na razlike med spoloma. Izkazalo se je, da spol odraslih sam po sebi nima pomembne vloge pri pogostosti rabe SUŽ, vendar je pomemben v kombinaciji z rabo posameznih strategij in razvojnim obdobjem. A. M. Freund in Baltes (2002) poročata, da je raba vseh prilagoditvenih strategij najbolj pogosta v srednji odraslosti, naši podatki pa kažejo, da to velja samo za moške. Pri ženskah je namreč raba SUŽ s starostjo razmeroma dosledno upadala. Neposrednih podatkov, s katerimi bi lahko razlike med moškimi in ženskami smiselno pojasnili, nimamo. K razlikam bi lahko prispevalo več dejavnikov, npr. medspolne razlike v razvoju poklicne kariere, v razvoju socialnih spretnosti, interesov in socialnih vlog (Papalia idr., 2007).

Sklepna ocean modela SUŽ kot razlagalnega okvira razvoja

Ob koncu se navezujemo še na razvojni kontekst modela SUŽ. Njegovi avtorji (Baltes, 1997; Baltes idr., 2006) so poskušali oblikovati širši razvojni model oziroma kar metateorijo, ki bi po eni strani pojasnjevala razvojne zakonitosti in mehanizme razvoja od prednatalnega obdobja do pozne starosti, po drugi strani pa bi uspela integrirati razlage razvojnih sprememb s perspektive različnih psiholoških šol. Če so pričakovanja avtorjev upravičena, potem bi moral biti model SUŽ veljaven in smiseln tako v odraslosti kot tudi v mladostništvu in otroštvu. Podatkov, ki bi neposredno podpirali ta pričakovanja, nimamo, posredni podatki pa podpirajo smiselnost modela tudi v razvojnih obdobjih pred odraslostjo. Rezultati različnih mikrogenetskih študij (za pregled glej Siegler, 2006) npr. kažejo, da uporaba prostovoljne in prisilne selekcije kot tudi optimizacije predstavlja enega izmed najpomembnejših razvojnih mehanizmov in je ena izmed generičnih lastnosti reševanja problemov. Pri tem je seveda potrebno upoštevati dejstvo, da je razumevanje vsebine teh strategij v obdobjih pred odraslostjo nekoliko drugačno od vsebin, ki jih je v svojem modelu predpostavil Baltes. V modelu SUŽ avtorji npr. uporabljajo pojem ciljev (npr. Baltes, 1997; Freund in Baltes, 2002), ki so razmeroma abstraktno opredeljeni, medtem ko gre pri mikrogenetskih študijah povečini za konkretne strategije, s katerimi otroci in mladostniki rešujejo problemske situacije (npr. enostavne računske naloge, ocenjevanje količine). Zaradi abstraktnosti postavk *IPS* je ta merski pripomoček v obliki, kakršno ima sedaj, tudi neprimeren za preučevanje mladostnikov ali otrok. Za neposredno preverjanje vsebinske veljavnosti modela SUŽ bi morali oblikovati merski pripomoček, s katerim bi lahko veljavno ocenili načine doseganja ciljev tako pri otrocih kot pri starostnikih, hkrati pa bi morali biti rezultati, ki bi jih zbrali pri različnih starostnih skupinah, neposredno primerljivi. Dodatno težavno lahko predstavlja dejstvo, da je *IPS* samoocenjevalna lestvica, s katero ne moremo oceniti dejanske uporabe SUŽ, ampak zberemo samoocene teh vedenj. To so seveda problemi, ki niso vezani samo na ocenjevanje modela SUŽ, ampak na

večino modelov razvoja, npr. osebnostnih potez, inteligentnosti, identitete (Papalia idr., 2007; Siegler, DeLoache in Eisenberg, 2006).

Po eni strani model SUŽ ustreza najpomembnejšim merilom znanstvenega modela: je parsimoničen, preverljiv, univerzalen, ima napovedno vrednost. Po drugi strani pa je kontekst, v katerem je nastal, preveč abstrakten, da bi bil model resnično uporaben v konkretnih situacijah. Z njim lahko npr. delno pojasnujemo zakonitosti razvojnih sprememb na prehodu iz enega v drugo razvojno obdobje, ne moremo pa napovedati, kako se bo posameznik obnašal v konkretni situaciji, katere strategije bo uporabil pri reševanju problema, kateri dejavniki bodo prispevali tako k izbiri cilja kot k izbiri strategije za doseg tega cilja. Za oceno uporabnosti modela SUŽ kot tudi pripomočka *IPS* bo potrebno zbrati večjo količino empiričnih podatkov, s pomočjo katerih bomo lahko prilagoditvene strategije tudi ustrezno ovrednotili.

Priloga

Tabela A. Aritmetične sredine, standardni odkloni in standardne napeke po posameznih SUŽ glede na starost.

SUŽ		N	M	SD	SE
prostovoljna selekcija	zg odr	222	,28	,29	,02
	sr odr	213	,32	,34	,02
	po odr	216	,46	,38	,03
	skupaj	651	,35	,35	,01
prisilna selekcija	zg odr	222	,73	,28	,02
	sr odr	213	,71	,31	,02
	po odr	216	,69	,33	,02
	skupaj	651	,71	,31	,01
optimizacija	zg odr	222	,72	,31	,02
	sr odr	213	,65	,32	,02
	po odr	216	,56	,36	,02
	skupaj	651	,64	,34	,01
kompenzacija	zg odr	222	,73	,30	,02
	sr odr	213	,73	,33	,02
	po odr	216	,45	,38	,03
	skupaj	651	,66	,36	,01

Opombe. SUŽ = posamezne strategije upravljanja z življenjem, zg odr = zgodnja odraslost, sr odr = srednja odraslost, po odr = pozna odraslost.

Literatura

- Abraham, J. D. in Hansson, R. O. (1995). Successful aging at work: An applied study of selection, organization, optimization, and compensation through impression management. *Journal of Gerontology*, *50*, 94–103.
- Bakracevic Vukman, K. (2005). Developmental differences in metacognition and their connections with cognitive development in adulthood. *Journal of Adult Development*, *12*, 211–221.
- Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, *52*, 366–380.
- Baltes, P. B. in Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. V: P. B. Baltes in M. M. Baltes (ur.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (str. 1–34). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B. in Freund, A. M. (2003). Human strengths as the orchestration of wisdom and selective optimization with compensation. V: L. G. Aspinwall in M. U. Staudinger (ur.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (str. 23–35). Washington, DC: American Psychological Association.
- Baltes, P. B., Lindenberger, U. in Staudinger, U. M. (1998). Life-span theory in developmental psychology. V: W. Damon in R. M. Lerner (ur.), *Handbook of child psychology. Volume 1: Theoretical models of human development* (str. 1029–1143). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Baltes, P. B., Lindenberger, U. in Staudinger, U. M. (2006). Life span theory in developmental psychology. V: R. M. Lerner in W. Damon (ur.), *Handbook of child psychology: Volume 1, Theoretical models of human development* (str. 569–664). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Chou, K. in Chi, I. (2002). Successful aging among the young-old, old-old, and oldest-old Chinese. *International Journal of Aging & Human Development*, *54*, 1–14.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Costa, P. T. in McCrae, R. R. (1992). Trait psychology comes of age. V: T. B. Sonderegger (ur.), *Psychology and aging* (str. 169–204). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Ebner, N. C., Freund, A. M. in Baltes, P. B. (2006). Developmental changes in personal goal orientation from young to late adulthood: From striving for gains to maintenance and prevention of losses. *Psychology and Aging*, *21*, 664–678.
- Emmons, R. A. (1996). Motives and goals. V: R. Hogan, J. A. Johnson in S. R. Briggs (ur.), *Handbook of personality psychology* (str. 485–512). San Diego, CA: Academic Press.
- Freund, A. M. in Baltes, P. B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*, 642–662.
- Jopp, D. in Smith, J. (2006). Resources and life-management strategies as determinants of successful aging: On the protective effect of selection, optimization, and compensation. *Psychology and Aging*, *21*, 253–265.

- King, L. A. in Hicks, J. A. (2007). Whatever happened to "What might have been"? *American Psychologist*, 62, 625–636.
- Piaget, J. (1977). *Psihologija inteligencije [Psychology of intelligence]*. Beograd: Nolit.
- Papalia, D. E., Olds, S. W. in Feldman, R. D. (2007). *Human development*. New York: McGraw-Hill.
- Siegler, R. S. (2006). Microgenetic Analyses of Learning. V: D. Kuhn, R. S. Siegler, W. Damon in R. M. Lerner (ur.), *Handbook of child psychology. Volume 2, Cognition, perception, and language* (str. 464–510). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Siegler, R. S. (2007). Cognitive variability. *Developmental Science*, 10, 104–109.
- Siegler, R. S. in Chen, Z. (1998). Developmental differences in rule learning: A microgenetic analysis. *Cognitive Psychology*, 36, 273–310.
- Siegler, R. S. in Chen, Z. (2002). Development of rules and strategies: Balancing the old and the new. *Journal of Experimental Child Psychology*, 81, 446–457.
- Siegler, R., DeLoache, J. in Eisenberg, N. (2006). *How Children Develop*. New York: Worth.
- Smith, J. in Baltes, P. B. (1999). Life-span perspectives on development. V: M. H. Bornstein in M. E. Lamb (ur.), *Developmental psychology: An advanced textbook* (str. 47–72). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Smith, J., Fleeson, W., Geiselmann, B., Settersten, R. A. in Kunzmann, U. (1999). Sources of well-being in very old age. V: P. B. Baltes in K. U. Mayer (ur.), *The Berlin aging study: Aging from 70 to 100* (str. 450–471). New York: Cambridge University Press.
- Staudinger, U. M. in Freund, A. M. (1998). Sick and "poor" in old age and still in good spirits? A study of psychological resilience. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Forschung und Praxis*, 27, 78–85.
- Zupančič, M. (2004a). Spoznavni razvoj in vsakdanja kompetentnost v pozni odraslosti [Cognitive development and everyday competence in late adulthood]. V: L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija [Developmental psychology]* (str. 774–791). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
- Zupančič, M. (2004b). Spoznavni razvoj v srednji odraslosti [Cognitive development in middle adulthood]. V: L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija [Developmental psychology]* (str. 728–744). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
- Zupančič, M. (2004c). Spoznavni razvoj v zgodnji odraslosti [Cognitive development in early adulthood]. V: L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija [Developmental psychology]* (str. 678–690). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
- Zupančič, M. (2004č). Predmet in zgodovina razvojne psihologije [Subject and history of developmental psychology]. V: L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija [Developmental psychology]* (str. 6–27). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.



zavod za fair play in strpnost v športu

SPORTIKUS



športna morala

Maja Smrdu
Stanislav Pinter
Milan Hosta



Konec kariere mladih vrhunskih športnikov

*Petra Fišer**
Voličina

Povzetek: Temeljni problem raziskave je bil proučiti značilnosti predčasnega konca športne kariere mladih vrhunskih slovenskih športnic in njihovo prilagajanje na pošportno življenje. V vzorec merjencev je bilo vključenih 20 bivših mladih vrhunskih športnic, ki so že pred dopolnjenim 19. letom starosti zaključile svojo uspešno športno pot. Za proučevanje značilnosti njihove športne kariere in zaključevanja le-te smo uporabili modificiran Intervju o koncu športne kariere (Cecić Erpič, 1998). Za ugotavljanje značilnosti športne kariere smo uporabili frekvenčno analizo odgovorov in klasterko analizo. Rezultati kažejo, da so udeleženske večinoma navajale več kot en razlog za zaključek kariere. Najpogostejši razlogi za prekinitev kariere so bili: upad motivacije, poškodbe, slabi odnosi s trenerjem ali s sotekmovalkami in posvečanje šoli oz. izobraževanju. Po zaključku kariere je večina ostala aktivno povezanih s športom, bodisi kot vaditeljice, sodnice ali pa se s športom ukvarjajo rekreativno.

Ključne besede: športna kariera, zaključek kariere, vrhunski športniki, ženske, mladi

Career dropouts of young elite athletes

Petra Fišer
Voličina, Slovenia

Abstract: The main problem of the study was to examine the characteristics of sports career drop outs of young elite sportswomen and their adaptation to the post-sport life. The sample included 20 ex-young elite sportswomen, who had brought their successful sport careers to an end before the age of 19. We used a modified interview about sports career termination (Cecić Erpič, 1998) for the investigation of the characteristics of their sports careers. To examine the characteristics of sport careers we used frequency analysis and cluster analysis. The results showed that the participants mostly stated more than one reason for the termination of their career. The most common reasons for career termination were: lack of motivation, bad relations with trainers or co-competitors and dedication to school or education. After the end of a sports career most of the young sportswomen stayed actively in touch with sport, either as trainers, judges, or they remained engaged in sports for recreation.

Key words: sports career, career termination, elite athletes, women, young

CC = 3720

* Naslov / Address: Petra Fišer, Zg. Voličina 118, 2232 Voličina, e-mail: petrafiser@email.si

Vrhunski športni rezultati so pomembna sestavina nacionalne in regionalne identitete (Šturm, Petrović in Strel, 1990). V številnih športnih panogah se vedno bolj pogosto pojavljajo med vrhunskimi športniki tudi mladi in zelo mladi tekmovalci. Starostne meje vrhunskih tekmovalcev (in predvsem tekmovalk) kažejo težnjo k zniževanju. Kot posledica zgodnjega vključevanja v vrhunski šport se pojavlja tudi zgodnji konec kariere. Vedno več mladih vrhunskih športnikov se odloči, da bo svojo kariero končalo še pred prestopom v članske vrste. V Sloveniji (najbrž tudi drugod) je opaziti upad števila vrhunskih športnikov pri prestopu v članske vrste. Ta fenomen, povezan s športom, je relativno slabo raziskan. Na to temo sta bili v Sloveniji narejeni le dve raziskavi na odraslih športnikih (in sicer Cecić Erpič, 1998, 2000).

V literaturi (npr. Alferman, 1995) zasledimo dva različna angleška izraza za konec kariere: "dropout" in "retirement".

Prvega razumemo kot predčasno prekinitev športne poti. S takim koncem kariere označujemo športnike, ki so se v zgodnjih letih uvrščali med talente, so bili na listi kategoriziranih športnikov, vendar so svojo kariero končali, preden so dosegli svoj vrhunec v obdobju odraslosti. Ugotovljeno je bilo (Alferman, 1995), da vsak drugi športnik, ki dosega vidne rezultate v mladinski kategoriji, čez dve leti, ko bi se moral dokazati v članski konkurenci, prekine kariero. Večinoma za odločitev o koncu kariere ne prevlada samo en vzrok, ampak se vzroki med seboj prepletajo (Alferman, 1995; Cecić Erpič, 1998, 2000, 2002).

Kreim in Mayer (1985) sta v Nemčiji z raziskavo, ki je zajemala 99 mladih športnikov, ki so z načrtovanimi treningi začeli že v zgodnjem otroštvu in hitro za tem dosegali izjemne rezultate, odkrila, da je mnogo teh talentov zgodaj zaključilo svojo športno pot. Pri dekletih jih je to storilo kar 50 %, pri fantih pa 30 %. Ugotovljena povprečna starost ob koncu kariere je znašala 16,7 let. Mladi so kot vzrok za konec kariere največkrat navajali vzroke iz kategorije socialnih vzrokov. Novi interesi in hobiji, ostale aktivnosti v prostem času, so bile najpogostejši razlog za zaključek kariere. Mladi so po koncu kariere pričakovali več prostega časa.

Podobne ugotovitve je dobil tudi Holz (1988). V njegovi raziskavi je sodelovalo kar 1500 nemških športnikov in od tega jih je 50 % predčasno končalo kariero. Dobil je tri pomembne skupine vzrokov, ki v največji meri vplivajo na konec kariere. To so: prednost šole/študija, pomanjkanje prostega časa in upad motivacije. S tem ko mladi športniki zaključijo s svojo kariero, pa se ne poslovijo od športa. Holz (prav tam) je ugotovil, da 76 % mladih ostane aktivnih v športnem življenju kot vaditelji, trenerji, sodniki, funkcionarji ali rekreativno.

Cahill in Pearl (1993) sta v svojih raziskavah v okviru Michigan Youth Sports Institute ugotovila, da so najpogostejši razlogi za umik iz športnega življenja druge zanimivosti in negativne športne izkušnje, med katerimi sta najbolj izpostavljena tekmovalnost in prevelik poudarek na zmagah. Ugotovila sta tudi, da je več kot 50 % športnikov, ki sta jih proučevala, po prenehanju ukvarjanja s tekmovalnim športom nadaljevalo svojo pot na nižji rekreativni ravni.

Z izrazom "retirement" označujemo športnike, ki preprosto končajo svojo kariero

zaradi različnih dejavnikov. Ti športniki so se preizkusili v članskih vrstah, tekmovali so tudi v zrelih letih.

Zaradi specifičnosti slovenskega športnega prostora pogledjmo rezultate, pridobljene na odraslih slovenskih športnikih (Cecić Erpič, 2000, 2002). Najpomembnejši dejavnik, ki je vplival na odločitev udeležencev, da končajo z aktivno športno kariero, so bile poškodbe in težave z zdravjem. Drugi najpomembnejši dejavnik je bila naveličanost nad športnim načinom življenja ter finančni razlogi.

Z našo raziskavo smo želeli ugotoviti vzroke za prenehanje športne kariere pri mladih športnicah. Zanimali so nas predvsem vzročni dejavniki, ki vplivajo na zgodnji konec športne poti. Ker je konec kariere tesno povezan z njenim začetkom in potekom, smo želeli z intervjujem ugotoviti tudi: (i) kdaj posameznice, ki so bile zajete v naš vzorec, začnejo z treningi; (ii) kako poteka delovni dan mladega športnika ter (iii) katere prednosti in slabosti športnega življenja vidijo mlade športnice.

Metoda

Udeleženci

V vzorec je bilo vključenih 20 mladih vrhunskih športnic, ki so pred dopolnjenim 19. letom zaključile svojo uspešno športno pot. To pomeni, da dekleta ne trenirajo več sistematično in pod nadzorom strokovnjakov, se ne udeležujejo tekmovanj na najvišji državni ravni, ali pa so se preusmerile v drugo športno panogo in tako pravzaprav končale kariero v svoji prvotni panogi. Udeleženke so v času aktivne športne kariere tekmovali v štirih športnih panogah: športni gimnastiki, ritmični gimnastiki, plavanju in akrobatskem rock & roll-u. Vse merjenke so v svoji karieri dosegle vsaj enega izmed petih statusov kategoriziranega športnika, ki ga podeli Olimpijski komite Slovenije – Športna zveza Slovenije.

V času študije so bile stare med 15 in 21 let. Njihova povprečna starost je znašala 17,9 let ($SD = 1,55$ leta). Štirinajst udeleženk je svojo kariero zaključilo prostovoljno in šest neprostovoljno. Športno kariero so zaključile pred povprečno 1,4 leta. Takrat so bile stare od 14 do 18 let, njihova povprečna starost ob koncu kariere pa je znašala 16,5 let. Pogoji za sodelovanje v študiji je bil, da od zaključka kariere udeleženke in do izvedbe intervjuja ni minilo več kot dve leti. Kajti adaptacija na pošportno življenje je lahko odvisna tudi od periode po zaključku kariere.

Pripomočki

Za proučevanje značilnosti zaključevanja športne kariere sem uporabila modificiran intervju, ki ga je sestavila Saša Cecić Erpič (1998). Originalna verzija intervjuja se nanaša na odrasle športnike, zato sem ga spremenila in prilagodila mlajšim udeleženkam. Intervju obsega vprašanja, ki se nanašajo na začetek aktivne športne

kariere ter njen potek, na življenje mladega športnika ter prednosti in slabosti takšnega življenja, na konec športne kariere in na počutje ob tem ter na organizacijo življenja po koncu kariere. Na začetke ukvarjanja s športom in značilnosti aktivne športne kariere se nanaša sedem vprašanj s podvprašanji. Zanimajo nas predvsem podatki o začetkih športne kariere, trajanju in poteku ter uspehi in neuspehi na športni poti. Šest vprašanj se nanaša na življenje udeleženk v času aktivne kariere, na šolanje, odnose z vrstniki in prijatelje ter s starši in športnimi delavci. Na značilnosti konca športne kariere se nanaša osem vprašanj, ki ugotavljajo vzročne dejavnike konca kariere in počutje ob tem. Ob koncu nam udeleženka predstavi še svojo organizacijo pošportnega življenja.

Postopek

Navezala sem stik z bivšimi vrhunskimi športnicami, tako da sem jih poklicala po telefonu in jim predstavila študijo in njen namen. Sodelovanja ni odklonila nobena izmed športnic. Izbranim sem že med dogovarjanjem za sodelovanje povedala, v kakšen namen bodo podatki uporabljeni in da me zanima potek in predvsem zaključek njihove športne kariere. Dogovorili smo se za čas izvedbe intervjujev. Pogovori, ki so potekali po vprašanjih iz Intervjuja o koncu športne kariere, so bili posneti na diktafon in kasneje dobesedno prepisani. Intervju je v povprečju trajal 25 minut. Odgovore sem kasneje ovrednotila in sestavila listo spremenljivk. Ocenila sem pogostost pojavljanja značilnih vsebin. Kot enoto ocenjevanja sem upoštevala zaključeno misel udeleženke, ki se je nanašala na vsebine iz list spremenljivk. Za ugotavljanje tipov konca športne kariere, značilnih za mlade slovenske športnice, sem uporabila frekvenčno analizo in klastersko analizo.

Rezultati z razpravo

Opis značilnosti konca športne kariere bivših mladih slovenskih vrhunskih športnic temelji na frekvenčni analizi njihovih odgovorov na vprašanja iz Intervjuja o koncu športne kariere. Opisane bodo tiste značilnosti športne kariere, ki so se pojavljale najpogosteje, in tiste, ki jih je navedlo največ udeleženk. Ob tem bo navedeno število udeleženk, ki so to vsebino pojasnile v svojih odgovorih. Predstavljene bodo po kronološkem zaporedju poteka športne kariere, to je od začetkov ukvarjanja s športom, aktivne kariere, značilnosti samega konca športne kariere, do prilagajanja na pošportno življenje.

Športna kariera

Večina bivših vrhunskih športnic (15 od 20 udeleženk), ki so bile zajete v vzorec, se je začela s športom ukvarjati prostovoljno oz. na lastno željo. Pri približno eni polovici udeleženk (11 od 20) je šlo za usmerjanje strokovnjakov, ki so po vrtcih in

šolah iskali talente za šport in jim priporočali športno vadbo. Pri drugi polovici udeleženk (9 od 20) so za navdušenje za šport poskrbeli starši, saj je s športom povezana že družina. Podobno je v svoji študiji ugotovil tudi Hahn (1982). Večinoma so se tudi starši ukvarjali s športom ali pa so športniki njihovi bratje in sestre. Vrhunski šport postaja vedno bolj sistematična in do potankosti načrtovana storilnostna dejavnost. V takem sistemu igrajo starši vedno bolj ključno vlogo (Tušak, 2001). Že od otrokovih zgodnjih let so njegovi glavni socializatorji, ga vzgajajo, navdušujejo in ga vodijo. V nekaterih športnih panogah se neredko dogaja, da finančni vložek predstavlja enega glavnih selekcijskih mehanizmov, zato si v takih primerih otrokovega športnega udejstvovanja brez podpore družine sploh ne moremo zamišljati.

Mlade slovenske športnice so svojo kariero začele med 5. in 10. letom starosti. V povprečju pa je njihova starost ob začetku ukvarjanja s športom znašala 7,7 let ($SD = 1,66$). Rezultati kažejo, da je delež tistih, ki so se s športom začele ukvarjati že v srednjem otroštvu, med petim in šestim letom, najvišji pri športni gimnastici, sledi plavanje.

Podatki o začetku ukvarjanja s športom se pri slovenskih športnicah ne razlikujejo bistveno od podatkov, ki jih navajajo tuji avtorji (Kaminski, Mayer in Ruof, 1984; Wylleman in De Knop, 2000). Prvi prehod, to je prehod v organiziran šport, se pojavi med šestim in osmim letom starosti. V tej starosti so je začela s športom ukvarjati tudi večina udeleženk te študije. Samo štiri (od 20) so svojo kariero začele kasneje, pri 10. letih.

Kariera mladih vrhunskih športnic je trajala od 5 do 12 let, v povprečju pa 9 let ($SD = 2,19$). V času svoje kariere so skoraj vsa dekleta (19 od 20) zastopala reprezentanco Slovenije, nekatera tudi na tekmovanjih najvišjega razreda.

Življenje mladega športnika

Bivše vrhunske športnice, ki so bile udeležene v študiji, so v času svoje kariere povprečno trenirale 4 ure in pol na dan. Večina treninga je potekala v popoldanskem času (pri vseh udeleženkah), ena do dve uri pa pri nekaterih (14 od 20 udeleženk) še v dopoldanskem času. Treningi so potekali vsakodnevno, nedelja je bila edini prosti dan v tednu, če seveda ni bilo tekmovanj ali turnirjev. Celoten ritem življenja mladih športnic je bil posvečen treningu, prostega časa je bilo zelo malo.

Podobni rezultati o količini treningov so bili dobljeni tudi na vzorcu mladih nemških športnikov (Kaminski idr., 1984). Mladi športniki večinoma trenirajo vsak dan, le izjemoma je en dan v tednu treninga prost. V povprečju znaša čas treninga tri ure na dan. Na vzorcu mladih slovenskih športnic je bilo ugotovljeno, da le-te trenirajo v povprečju več, saj znaša njihov čas treninga 4,5 ure. To pomeni, da mlade slovenske športnice, ki so bile zajete v vzorec, trenirajo kar 27 ur tedensko, kar znaša precej več od njihovih vrstnikov v Nemčiji.

Za druženje z vrstniki je večina mladih športnic izkoristila kar čas na treningih (10 od 20) ali pa odmore v šoli za druženje s sošolkami (8 od 20). Dekleta so v svojih

odgovorih poudarjale, da so imele s sotekmovalkami dobre medsebojne odnose. Glede na to, da so veliko časa preživele v športnem okolju in družbi sotekmovalk, so dobri prijateljski odnosi olajšali naporne treninge in potovanja. Udeleženke so menile, da so dobri medsebojni odnosi s sotekmovalkami pomemben dejavnik uspeha v športu.

Vse udeleženke so se v času svoje športne kariere redno šolale, večina (16) jih je že obiskovala srednjo šolo. V šoli so imele status športnika (14 od 20) ali pa so obiskovale športni razred (5 od 20), ki jim je omogočal časovno prilagajanje šole in športa. Večina (17) jih je bila v šoli deležnih razumevanja. Samo 3 od 20 sodelujočih so poročale o slabih izkušnjah v šoli.

Udeleženke so bile v času svoje kariere v veliki meri deležne tudi podpore staršev. Kar 18 od 20 udeleženk je poročalo o razumevanju in podpori staršev na njihovi športni poti. Starši so jih v večini podpirali, vzpodbujali in motivirali za nadaljnji trening. Športnicam je veliko pomenila vzpodbudna beseda staršev, pomoč pri učenju in raznih seminarskih nalogah. Starši športnic, ki so se tudi sami ukvarjali s športom, so jim pripovedovali o svojih izkušnjah in jih skušali pripraviti na to, kar jih čaka, kar se je zdelo mladim izjemnega pomena. Velikokrat je bila pomoč tudi finančna, saj je bilo treba plačati treninge in velikokrat tudi stroške tekmovanj. Enajst udeleženk je poročalo o velikih finančnih stroških, ki vključujejo nakup opreme, potrebne za posamezni šport, stroške treningov in tekmovanj. Večino teh stroškov so pokrivali starši, majhen del ali pa sploh ne pa klub. Kar 16 udeleženk je reklo, da so jih starši hodili gledat na domača tekmovanja, kar jim je veliko pomenilo.

Za uspešno pot mladega športnika je pomembno primerno organizirano družinsko življenje, ki naj deluje kot del športnega življenja (Wylleman in De Knop, 2000). Vzpostaviti je potrebno odprt in konstruktiven odnos, ki temelji na obojestranskem sprejemanju, zaupanju in spoštovanju. Würth, Lee in Alferman (2004) so ugotovili, da si mladi na svoji poti želijo pozitivne podpore staršev, ki pa jim mora dopuščati tudi dovolj svobode. Avtorji so ugotovili, da je zaznati največji vpliv staršev ob začetku otrokove športne poti, vmešavanje staršev pa upada z otrokovo starostjo.

Prednosti in slabosti življenja športnika

Vse udeleženke so v svojih odgovorih poudarile pozitivne značilnosti ukvarjanja s športom. Med te so uvrščale veliko potovanj, spoznavanje sveta in ljudi. Pozitivne strani so tudi užitek in doživetja na treningih, tekmovanjih in na pripravah, spoznavanje novih prijateljev. Šport naj bi po mnenju udeleženk pozitivno vplival na oblikovanje delovnih navad.

Večina udeleženk (18) je navajala tako prednosti kot tudi slabosti športnega življenja. Med najpogostejše pomanjkljivosti so uvrstile napornost treningov in odpovedovanje ter malo druženja z vrstniki (15 od 20). Pogosto so navajale, da so imele med aktivno športno kariero malo socialnih in družabnih odnosov. Glavni razlog za to je bilo pomanjkanje časa in motivov. Večino časa so namenile športnemu udejstvanju, zaradi tega se niso vključevale v s športom nepovezane dejavnosti,

kjer bi se družile z vrstniki. Udeleženke so med pomanjkljivosti športa uvrstile tudi poškodbe (5 od 20). Mlade športnice se zavedajo, da so poškodbe sestavni del športa, vendar težke ali pogoste poškodbe lahko pomembno vplivajo na potek športne kariere. Med pomanjkljivosti športa, po mnenju 7 udeleženk, sodi tudi slaba organiziranost športa in slabi odnosi med sotekmovalkami in trenerji. Vendar kljub nekaterim slabostim udeleženkam ni bilo žal, da so se ukvarjale z vrhunskim športom, saj so menile, da so pridobile veliko več pozitivnih izkušenj, ki odtehtajo vse izgubljeno.

Konec športne kariere

Šestnajst udeleženk je športno kariero zaključilo zaradi dejavnikov, ki so bili pod njihovim nadzorom. To lahko opredelimo kot prostovoljen konec športne kariere. Udeleženke so večinoma navajale več kot en razlog za zaključek kariere, torej se različni vzroki med seboj prepletajo. Da se različni vzroki med seboj prepletajo, ugotavljajo tudi drugi avtorji (Alferman, 1995; Cecić Erpič, 1998, 2000, 2002).

Najpomembnejši dejavnik, ki je vplival na odločitev udeleženk, da končajo z aktivno tekmovalno kariero, je bil upad motivacije (pri 12 udeleženkah). Dekleta so navajale, da so bila naveličana monotonih treningov, ki so jih začeli preveč utrujati, in enostavno niso več trenirala z veseljem. Pomanjkanje motivacije izraža odgovor ene od udeleženk: *“Enostavno se mi ni več dalo. Rezultati so začeli padati in imela sem dovolj tega, da ves čas porabim za treninge. Nisem več imela veselja, bila sem naveličana in vse se mi je zdelo preveč monotono in naporno.”*

Drugi najpomembnejši dejavnik konca kariere mladih slovenskih športnic so poškodbe in težave z zdravjem (navedlo jih je devet udeleženk). Tri udeleženke so bile tako hudo poškodovane, da je bila vrnitev v vrhunski šport nemogoča, torej so morale zaradi poškodbe neprostovoljno končati kariero. Odgovori ostalih šestih športnic, ki so se srečale s poškodbo, pa kažejo, da so športno kariero končale v veliki meri ravno zaradi poškodb, bili pa so tudi drugi vzroki. Poškodba sama ni bila edini razlog za zaključek kariere. Večinoma je bil le-ta povezan z upadom motivacije, saj so se poškodbe ponavljale, vrnitev v staro formo pa je bila težka in naporna. Ponavljajoče poškodbe so mladim športnicam preprečevale dober trening in uvrščanje na pomembne tekme, zato niso več videli smisla vztrajati. Nekatere so svojo športno pot prekinile po nasvetu zdravnikov.

Tretji najpomembnejši dejavnik predstavljajo slabi odnosi v klubu (navedlo jih je osem udeleženk), ki se nanašajo na pogosto menjavanje trenerjev ali na odhod priljubljenega trenerja, na nerazumevanje v skupini za trening, na prevelike stroške in na spor s trenerjem. Nekatere športnice so se za konec kariere odločile zaradi šolskih obveznosti (8 od 20). Želele so se bolj posvetiti izobraževanju, saj si želijo uspeti na poklicnem področju.

Odgovori mladih slovenskih športnic so dokaj podobni tistim, ki jih navaja S. Cecić Erpič (1998, 2002) v študiji na odraslih slovenskih športnikih. Tudi odrasli vrhunski športniki v Sloveniji so v največ primerih končali kariero zaradi poškodb in naveličanosti.

Če dobljene rezultate primerjam še s študijo na nemških športnikih (Holz, 1998; Kreim in Mayer, 1985), ugotovim, da se pojavljajo podobni razlogi za zaključek kariere, le deleži so različni. Slovenske športnice so v večji meri kot nemški športniki končale kariero zaradi poškodb. Tuji avtorji so ugotovili višji odstotek tistih, ki so kariero končali zaradi večjega posvečanja šoli in izobraževanju, medtem ko je odstotek tistih, ki so končali kariero zaradi upada motivacije, primerljiv. Dobljeni rezultati so najbolj podobni tistim, ki jih navaja S. Cecić Erpič v študiji na odraslih slovenskih športnikih. Mislim, da vsebina odgovorov odraža vpliv socialno-kulturnega okolja in njegovih značilnosti.

Povprečna starost mladih slovenskih športnic je ob zaključku športne kariere znašala 16,5 let. Ta podatek je skoraj identičen tistemu, ki sta ga navedla Kreim in Mayer (1985). Avtorja poročata, da mladi nemški športniki v povprečju končajo kariero pri 16,9 letih. Vidimo, da se v času adolescence pojavi upad motivacije za udeležbo v športu. Športniki morda iščejo nove izzive in cilje v drugih, nešportnih dejavnostih. Trenerji mladih športnikov bi se morali zavedati, da tisto, kar je nekoč motiviralo mlade športnike, v obdobju, ko odraščajo, nima več ustreznega motivacijskega pomena (Tušak, 2001).

Mlade slovenske športnice so navajale, da se je njihov ritem življenja po koncu kariere sicer zelo spremenil, vendar večina (15) ni pogošala prejšnjega načina življenja in so se razmeroma hitro in brez večjih težav prilagodile na nove socialne vloge v pošportnem življenju. Po koncu kariere so več časa posvečale prijateljem, druženju, drugim stvarim, ki jih rade počnejo, vendar v času kariere ni bilo veliko časa za njih, ter so se tudi več posvečale šolskih obveznostim.

Pet deklet pa se je hitro po koncu kariere preusmerilo na drug šport. Ena udeleženka se ukvarja z istim športom, vendar na nižji tekmovalni ravni.

Večina udeleženk si je svoje pošportno življenje oblikovala tako, da so vsaj deloma dejavne na športnem področju. V pošportnem življenju se s športom ne ukvarjajo le štiri udeleženke, ki so bile zajete v vzorec. Največ udeleženk (14) se je odločilo, da bodo sodelovale v športu kot sodnice ali vaditelji. Udeleženkam se je zdelo pomembno, da ostanejo v stiku s svojo športno panogo in z ljudmi, ki sodelujejo v njej. Veliko jim je pomenilo tudi dejstvo, da svoje znanje in izkušnje prenašajo naprej.

Rezultati klastrske analize intervjuja o koncu športne kariere

Na osnovi liste spremenljivk iz Intervjuja o koncu športne kariere in tabele frekvenc smo izvedli klastersko analizo. Iz dobljenega dendrograma smo določili šest klastrov subjektivnih interpretacij značilnosti zaključevanja športne kariere.

Prvi klaster smo poimenovali *nestrinjanje staršev s športno kariero svojega otroka*, ker vsebuje spremenljivke, ki izražajo nezadovoljstvo staršev in njihovo nestrinjanje z dejstvom, da se njihov otrok ukvarja s športom. Mlade športnice navajajo, da so se s športom začele ukvarjati na pobudo prijateljev, kar pa ni bilo všeč staršem. Le-ti jih niso podpirali na njihovi športni poti. Želeli so, da bi njihov otrok prekinil športno pot in se bolj posvetil izobraževanju. Pogosto je prihajalo do sporov med starši

in trenerjem, ki pa so se večinoma reševali sproti. Klaster označujejo spremenljivke, ki izražajo zanižanje pomena, ki ga je za športnico imel šport v času aktivnega športnega udejstvovanja. Športnim uspehom in neuspehom ne pripisujejo posebnega pomena in navajajo, da le-ti niso vplivali na njihovo nadaljnjo športno kariero. Spremenljivke, ki se nanašajo na konec kariere in opisujejo ta klaster, izražajo, da so športnice kariero zaključile neprostoovoljno. Do zaključka kariere je prišlo zaradi zunanjih dejavnikov, med katerimi so najpogostejše poškodbe, sprememba tekmovalnih pravil in prisila staršev. Starši so bili s tem, da je kariere konec, zadovoljni, športnice pa so doživele veliko razočaranje. V klaster sodijo spremenljivke, ki se nanašajo na prilagajanje na pošportno življenje. Zdravljenje in rehabilitacija po poškodbah so dejavnosti, s katerimi se je posameznica ukvarjala neposredno po zaključku kariere. Mlada športnica pogreša nekdanji način življenja, zdi se da je časa naenkrat preveč, vendar se je počasi navadila na nov način življenja. V šoli ima kljub temu, da je sedaj po karieri več časa za učenje, težave. Šolski uspeh se je poslabšal vsaj za eno oceno. Dan je bolj neorganiziran, ni točno določenega urnika in mladostnica ne ve, kdaj naj se uči, učenje nenehno prelaga. Možno je tudi, da je slabši učni uspeh neke vrste kljubovanje staršem, da bi videli, da je bilo njihovo nestrinjanje s kariero zaman in da to ne vpliva na njihovo izobraževanje.

Drugi klaster je imenovan *neprostovoljen konec športne kariere* in je edini izmed klastrov, ki ga opisujejo le značilnosti konca športne kariere in pošportnega življenja. Posameznica je bila prisiljena zaradi poškodbe ali ponavljajočih se poškodb, ki so vplivale na slabše treninge in s tem na padec forme, zaključiti s kariero. Proces zaključevanja športne kariere najbolj izrazito spremljajo žalost, nezadovoljstvo in razočaranje. Tudi družina in prijatelji so bili nad dejstvom o koncu kariere razočarani, saj so pričakovali nadaljnje športne uspehe.

Tretji klaster, *sociopsihološki in prostovoljni vidiki konca športne kariere*, je najboljšežnejši in edini, ki vsebuje spremenljivke iz vseh časovnih obdobjev športne kariere. Posameznica se je začela s športom ukvarjati na pobudo družine. S športom so se ukvarjali že starši ali pa brat in sestra. Posameznica je bila v svoji karieri uspešna, uvrščala se je v sam vrh slovenskega športa v svoji starostni kategoriji in je veliko potovala na reprezentančne tekme. Neuspehi so predstavljali veliko razočaranje. Usklajevanje šole in športa je bilo zelo težavno, saj je zaradi treningov, priprav in tekmovalj tudi veliko izostajala od pouka. Klaster vsebuje spremenljivke, ki kažejo, da se je posameznica zavedala, da se zato, ker se ukvarja z vrhunskim športom, razlikuje od svojih vrstnikov. Posameznice v tem klastru menijo, da so pridobile veliko več doživetij in izkušenj kot njihovi vrstniki – nešportniki. V klaster se povezujejo tudi spremenljivke, ki se nanašajo na zaključevanje športne kariere. Posameznica je kariero končala na podlagi lastne odločitve. Kariero je zaključila zaradi prezahtevnosti treningov in usklajevanja s šolskimi obveznostmi, pa tudi zaradi slabih odnosov v klubu. Ni se razumela s trenerjem, imela je občutek, da jo le-ta zapostavlja. Tudi starši so bili s trenerji v nenehnih sporih, kar je vplivalo na slabo vzdušje na treningih in na nerazumevanje s sotekmovalkami. Prav odnosi kluba in trenerjev do tekmovalk se posameznici zdijo tudi največje slabosti športnega življenja. Odločitev o koncu kariere

je prijatelj in pomembne druge presenetila, saj še niso pričakovali njenega zaključka kariere, ker je dosegala vidne športne rezultate. Po koncu kariere se je njen šolski uspeh izboljšal, po končani kariere pa ne sodeluje več v športnem življenju, kar je najbrž posledica slabih odnosov med njo, starši in trenerjem.

Četrty klaster, *netežavna prilagoditev na pošportno življenje*, ne vsebuje nobene spremenljivke, ki bi se nanašala na konec kariere. Klaster vsebuje spremenljivke, ki kažejo na začetek in aktivno kariero posameznice ter na počutje po koncu kariere. Posameznica se je s športom začela ukvarjati na pobudo strokovnjakov, ki so iskali za šport nadarjene otroke. Starši so jo pri tem vzpodbujali in veliko financirali v njen športni razvoj. Vedno so ji kupovali kvalitetno opremo, plačevali priznane trenerje in financirali večino tekmovanj na mednarodna tekmovanja. Mlada športnica je dosegala dobre rezultate in se ne spomni neuspehov na svoji športni poti. Kot prednosti športnega življenja uvršča pridobitev delovnih navad in navajanje na red. Po koncu kariere se ne srečuje s težavami in ne pogrša nekdanjega načina življenja. Svoj delovni dan si je zapolnila s stvarmi, ki jih rada počne. Veliko se druží s prijatelji, za kar ji je med kariero zmanjkovalo časa. Ukvarja se tudi s svojimi hobiji, kot so kolesarjenje, rolanje in druge rekreativne oblike športa. Še vedno je aktivna na športnem področju, saj svoje izkušnje kot vaditelj prenaša na mlajše.

V peti klaster, *pozitivni vidiki športne kariere in njenega zaključka*, se povezujejo spremenljivke, ki kažejo pozitivne poglede na športno kariero in tudi na njen zaključek. Posameznica se je s športom začela ukvarjati na lastno željo. Kljub temu, da je bilo prostega časa in časa za učenje zelo malo, v šoli nikoli ni imela težav. Imela je status športnika in vedno je bila deležna razumevanja s strani učiteljev in sošolcev. Nikoli se ji ni zdelo, da se zaradi pogostih treningov razlikuje od svojih vrstnikov. Starši so jo na športni poti podpirali in vzpodbujali, veliko ji je pomenilo tudi dejstvo, da so jo vedno spremljali na domačih tekmah. Odnosi med starši, trenerjem in športnico so bili vedno solidni. V klaster se združujejo spremenljivke, ki poudarjajo prednosti športnega življenja. Med te sodijo potovanja, spoznavanje novih ljudi in njihovih običajev, doživetja in izkušnje na pripravah in tekmovanjih. Mlada športnica navaja, da ji ni bilo nikoli žal, da se je ukvarjala s športom, in da zaradi tega zagotovo ni ničesar zamudila v otroštvu. Za zaključek kariere se je odločila sama, po koncu pa si je privoščila oddih.

Šesti klaster sem imenovala *motivacijski vidiki konca športne kariere*. V tem klastru se nahaja največ spremenljivk o zaključku kariere in organizaciji pošportnega življenja. Združujejo se tudi spremenljivke, ki se nanašajo na vpliv uspehov in neuspehov na nadaljnjo športno pot. Posameznica navaja, da uspehi pomenijo za mladega športnika motivacijo za nadaljnje treninge in predstavljajo nov izziv. Meni, da so uspehi nagrada za vloženi trud in potrditev dobrega dela. Posameznica se je v času aktivne kariere večinoma družila s prijatelji iz športa. Kot največjo slabost športnega življenja navaja napor in pogoste poškodbe.

Svojo kariero je zaključila zaradi naveličanosti nad monotonimi treningi, delno pa daje prednost šoli. To svojo odločitev je doživljala v redu, brez težav in ne pogrša

nekdanjega načina življenja. Večina pomembnih drugih je njeno odločitev o koncu kariere spoštovala, nekateri pa so jo vseeno še želeli prepričati, naj še vztraja. Kmalu po koncu kariere se je preusmerila v drug šport, ki pa ni tako naporen, kot je bil prvotni, tudi prostega časa je več. Zato se je izboljšalo družabno življenje, v šoli pa so ocene boljše.

Zaključki

V študiji je sodelovalo le 20 bivših vrhunskih mladih športnic, zato rezultatov ne moremo posploševati. Vendar kljub temu rezultati kažejo na nekatere značilnosti poteka in konca športne kariere mladih slovenskih športnic.

Informacije o tem, kako poteka kariera mladih slovenskih športnic, kakšen je potek zgodnjega zaključevanja športne kariere, kateri dejavniki vplivajo na konec kariere in kakšen je proces prilagajanja na pošportno življenje, so lahko pomembne tudi za prakso. Služijo lahko kot smernice za vse strokovnjake s športnega področja, ki se ukvarjajo z mladimi športniki. Morda bo prav poznavanje vzrokov za konec športne kariere pripomoglo k temu, da bodo mladi športniki ostali aktivni in bodo vztrajali tudi v članskih vrstah.

Literatura

- Alfermann, D. (1995). Karriereverlauf und Karriereende im Leistungssport [*Sports career and the end of sports career*]. *LSB* 36(2), 1–22.
- Alfermann, D. in Gross, A. (1998). Erleben und Bewältigen des Karriereendes im Hochleistungssport [*Experiencing and coping with the end of elite sports career*]. *Leistungssport*, 28(2), 45–48.
- Cahill, B. R. in Pearl, A. J. (1993). *Intensive participation in children's sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Cecić Erpič, S. (1998). *Spremljanje razvoja življenjskih struktur in življenjskega zadovoljstva v zgodnji odraslosti: Primerjava med bivšimi vrhunskimi športniki in nešportniki [Monitoring the development of life structures and life satisfaction in early adulthood: A comparison between former elite sportsmen and normal population]*. Neobjavljeno magistrsko delo [Unpublished MA thesis], Univerza v Ljubljani, Ljubljana, Slovenija.
- Cecić Erpič, S. (2000). *Konec vrhunske športne kariere in napoved prilagoditve na pošportno življenje [Ending the elite sports career and predicting the adjustment to life after sport]*. Neobjavljena doktorska disertacija [Unpublished doctoral dissertation], Univerza v Ljubljani, Ljubljana, Slovenija.
- Cecić Erpič, S. (2002). *Konec športne kariere: Razvojno psihološki in športno psihološki vidiki [The end of sports career: Developmental psychological and sports psychological aspects]*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Hahn, E. (1982). *Kindertraining: Probleme, Trainingstheorie, Praxis. [Youth sport:*

- Problems, theory, practice*]. München, Wien, Zürich: BLV Sportwissen.
- Holz, P. (1988). Probleme des Ausstiegs von Jugendlichen aus dem Leistungssport [*Problem of ending the elite sports career in youth sport*]. *Leistungssport* 18(1), 5–10.
- Kaminski, G., Mayer, R. in Ruoff, B. A. (1984). *Kinder und Jugendliche im Hochleistungssport* [*Intensive participation in children's and youth sport*]. Schorndorf: Hoffman.
- Kreim, G. in Mayer, R. (1985). Abbruch der sportlichen karriere im Jugendalter [*Ending the elite sports career in youth sport*]. *Sportwissenschaft*, 15(4), 398–409.
- Šturm, J., Petrovič, K. in Strel, J. (1990). Šport mladih kot izziv sedanjosti in vizija prihodnosti [Sport of the young as a challenge for today and a vision of the future]. V: *Šport mladih / IV. kongres športnih pedagogov Jugoslavije in I. mednarodni simpozij, Ljubljana-Bled, Jugoslavia, 3.-5.10.1990* [IV. Congress of Sports Pedagogues of Yugoslavia and I. International Symposium] (str. 1–12). Ljubljana: s. n.
- Tušak, M. (2001). *Psihologija športa mladih* [*Sports psychology of young people*]. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.
- Wylleman, P. in De Knop, P. (2000). Transitions in Youth Sport: A Developmental Perspective on Parental Involvement. V D. Lavallee in P. Wylleman, P. (ur.), *Career transitions in sport: International Perspectives* (str. 143–160). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Würth, S., Lee, M. J. in Alferman, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of sport and Exercise*, 5(1), 21–33.

Stili navezanosti pomagajočih prostovoljcev in soočanje s stresom pri nujenju psihosocialne pomoči

*Leonida Kopal Možina**

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo, Ljubljana

Povzetek: Več let sem spremljala mlade odrasle, ki so delali kot prostovoljci na področju psihosocialne pomoči. Raziskovala sem njihovo delovanje v času poletnih psihoterapevtskih taborov, na katerem so skupaj z otroki in mladostniki s težjimi čustvenimi in vedenjskimi težavami preživeli okrog 20 dni. Terapevtski tabori, ki so temeljili na konceptu miljejske terapije, so bili za prostovoljce, večinoma študente brez terapevtske izobrazbe, večkrat stresni. Predpostavila sem, da so se pomagajoči glede na prevladujoči stil navezanosti med seboj razlikovali v tem, kako so se s stresom soočali in kaj jim je pri soočanju s stresom predstavljalo konstruktivne premike. Vzorec je sestavljalo 21 prostovoljcev. Podatke sem zbirala z vprašalnikom o stilih navezanosti in dvema delno strukturiranima intervjujema. Obdelala sem jih s kvalitativno analizo. Prostovoljke s preokupiranim stilom navezanosti so se npr. Težje distancirale od notranjega doživljanja v stresnih situacijah in so pogosteje doživljale intenzivne čustvene krize, nemoč, prizadetost; iskale so veliko opore in se oklepale idealiziranih posameznikov; potrebovale so veliko povratnih informacij o sebi in delu; samopodoba in samovrednotenje sta bila odvisna od zunanjih dejavnikov. Prostovoljci z izogibajočim stilom navezanosti so se npr. Izogibali konfliktom in čustveni vpletenosti z zatekanjem v delo, aktivnost; čustva so zadrževali, temu pa so sledili intenzivni izbruhi jeze; odzivali so se nefleksibilno in v skladu s svojimi pričakovanji, cilji, tako da so z držo samozadostnosti ohranjali nadzor v odnosu.

Ključne besede: navezanost, spoprijemanje, stres, prostovoljno delo, odrasli, prostovoljci

Attachment styles of helping volunteers and their coping with stress in the field of psychosocial help

Leonida Kopal Možina

University of Ljubljana, Faculty of social work, Ljubljana, Slovenia

Abstract: For many years I have been observing young adults who worked as volunteers in the field of psychosocial help. I have studied their functioning during summer psychotherapeutic camps, where they spent about 20 days with children and adolescents with heavier emotional and behaviour problems. Therapeutic camps based on the concept of milieu therapy often presented a stress factor for the volunteers, consisting mostly of students with no therapeutic education. I presumed they would differ in prevailing attachment styles, in their ways of coping with stress, and in constructive shifts when coping with stress. The sample consisted of 21 volunteers. Data were collected with The Attachment Style Questionnaire and with two semi-structured interviews and interpreted with the qualitative analysis.

* Naslov / Address: dr. Leonida Kopal Možina, Fakulteta za socialno delo, Topniška 31, 1000 Ljubljana, e-mail: leonida.kopal@fsd.uni-lj.si

Volunteers with a preoccupied attachment style, for example, had difficulties with distancing themselves from inner experiencing in stressful situations and often went through intense emotional crises, helplessness, suffering; they were looking for constant support and held on to idealized individuals; they needed frequent feedback information about themselves and their work; self-image and self-evaluation depended on external factors. Volunteers with an avoidant attachment style, for example, avoided conflicts and emotional engagements by occupying themselves with work, activity; holding back emotions was often followed by intense anger outbursts; their reactions were inflexible and connected with their expectations and goals, thus exercising constant control in the relationship with their self-sufficient attitude.

Key words: attachment behavior, coping behavior, stress, volunteer work, adults, volunteers

CC = 3120

Raziskovanje odnosa med različnimi stili navezanosti ter socialno in čustveno prilagoditvijo odraslih se je začelo v drugi polovici osemdesetih let pod vplivom dveh konceptualno in metodološko različnih smeri. Prva temelji na delu M. Main (1991), ki je razvila Intervju o navezanosti v odraslosti (Adult Attachment Interview). Z njegovo pomočjo sprašujemo posameznike po predstavah, ki so jih kot odrasle osebe razvili o izkušnjah navezanosti na lastne starše. Bolj kot vrsta preteklih izkušenj so za določanje stila navezanosti pomembna stopnja koherentnosti pripovedi in samorefleksivnost, torej predvsem posameznikovo razumevanje in razlaganje I izkušenj. Raziskovalci v drugi smeri, ki so se naslonili na raziskovalno metodologijo psihologije osebnosti in socialne psihologije, pa so začeli ugotavljati razlike v navezanosti v odraslosti s pomočjo samoocenjevalnih vprašalnikov. Vprašalniki so temeljili na kategorijah navezanosti v otroštvu in/ali na predpostavki o notranjih delovnih modelih.

M. D. S. Ainsworth s sodelavci (1978) je razvila eksperimentalno metodo, s katero je želela preveriti hipotezo, da je v starosti od 12. do 18. meseca otrokovo reagiranje na materino odsotnost oziroma na ponovno snidenje z njo v nepoznanem laboratoriju kazalec otrokove navezanosti na mamo, torej izraža, ali ima otrok v odnosu do mame občutek varnosti ali ne. Za to predpostavko se je v znanstveni literaturi uveljavil izraz *tuja situacija*. Eksperimenti tuje situacije so potekali takole:

1. Opazovalec – raziskovalec predstavi mami in otroku eksperimentalno sobo.
2. Mama in otrok sta v sobi z igračami, mama bere, kasneje skuša otroka zainteresirati za igrače, če se sam ne zanima zanje.
3. Vstopi tuja oseba, se pogovarja z mamo, nato pa se zbliža z otrokom.
4. Mama zapusti sobo, otrok pa ostane sam s tujo osebo v neznanem okolju.
5. Mama se čez nekaj časa vrne, poskuša otroka zainteresirati za igrače, tuja oseba pa odide.
6. Mama ponovno zapusti sobo, otrok ostane sam.
7. Tuja oseba se vrne, se poskuša poigrati z otrokom in sede.
8. Mama se ponovno vrne.

V vseh situacijah je M. D. S. Ainsworth skupaj s sodelavci opazovala otrokove reakcije na spremenjene okoliščine. Odkrila je tri tipe navezanosti pri otrocih.

Varno navezani otroci (tip B):

- v novih situacijah lahko precej svobodno raziskujejo in mamo uporabijo kot varno bazo;
- materina odsotnost jih vznemiri, vendar lahko prenesejo kratka obdobja brez razburjenja;
- ob materini vrnitvi iščejo njeno bližino (želijo si v naročje, so v njeni bližini), potem pa se kmalu vrnejo k igri;
- razvijejo bolj raznoliko in sofisticirano obliko komunikacije z mamo; so bolj kooperativni, ko se soočijo z materinimi željami in zahtevami, in manj izražajo jezo, ko jim nekaj preprečijo.

Plašno izogibajoče navezani otroci (tip A):

- po ponovnem srečanju z materjo se stiku izogibajo (še posebej po drugem odhodu mame). Otroci se materi približajo, vendar potem obstanejo ali celo tečejo v drugo smer. Ko so poleg matere, se je ne dotaknejo, ali pa se dotaknejo le perifernega dela, npr. Stopala. Če jih mati dvigne v naročje, se otroci ob materinem telesu ne namestijo udobno, temveč ostanejo napeti, in ko jih mati poskuša odložiti, protestirajo bolj kot drugi otroci;
- večkrat izražajo jezo do predmetov;
- veliko se jih bolj prijateljsko vede do tujca kot do matere.

Plašno ambivalentno navezani otroci (tip C):

- pri ponovnem snidenju otroci nihajo med iskanjem bližine in stika ter odporom do bližine in stika z mamo in se le težko potolažijo;
- v tuji situaciji se ne morejo "odlepiti" od matere;
- še posebej izražajo odpor in jezo, ko mati poskuša, da bi se igrali stran od nje;
- v času materine odsotnosti kažejo močan stres;
- nekateri so bolj agresivni od drugih otrok, veliko več pa jih je bolj pasivnih – v situacijah, ko se bi drugi otroci igrali, ostajajo pasivnejši.

Kasnejše raziskave so pokazale še eno kategorijo negotove navezanosti, t. i. dezorganizirani – dezorientirani tip (Cugmas, 1998; Main in Solomon, 1968, po Hopkins, 1990). Za ta tip otrok je značilna mešanica izogibajočega in ambivalentnega vedenja. To so otroci, ki so imeli izkušnje hudega zamemarjanja ali so bili žrtve različnih zlorab. V neznanih situacijah lahko uporabljajo protislovne oblike vedenja, npr. približevanje z glavo nazaj, pojavijo se tiki, ohromijo.

Tri kategorije navezanosti v otroštvu, ki jih je potrdila M. D. S. Ainsworth s sodelavci, so prevedli v termine romantične ljubezni in v tri kategorije navezanosti v

odraslosti. Kategorije navezanosti v odraslosti ugotavljamo s samoocenjevalnimi vprašalniki (Hazan in Shaver, 1987). Drugi avtorji so stile navezanosti v odraslosti utemeljili na Bowlbyjevi teoriji o notranjih delovnih modelih in jih pojasnili z delovanjem dveh temeljnih dimenzij navezanosti (Bartholomew in Horowitz, 1991). Tudi v tem primeru stile navezanosti v odraslosti merimo s pomočjo samoocenjevalnih vprašalnikov.

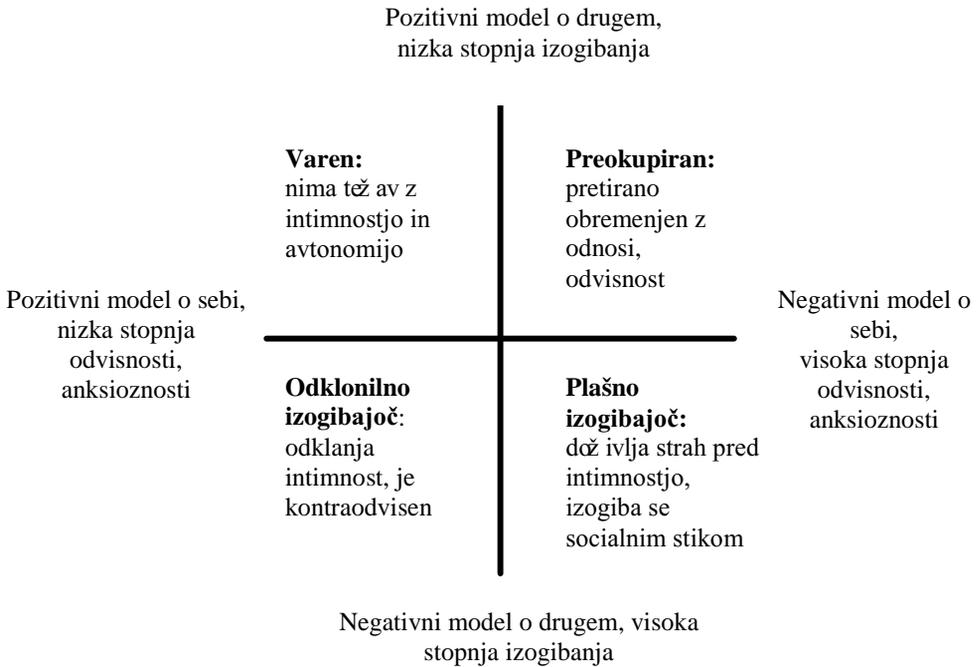
Bowlby (1998) je predpostavil, da na osnovi ponavljajočih interaktivnih izkušenj otrok izoblikuje reprezentacijo o skrbnikovi dostopnosti oz. notranje delovne modele, ki predstavljajo kognitivne mehanizme v ozadju vedenjskega sistema navezanosti. Na oblikovanje modelov vpliva zaupanje, da je oseba, na katero je navezan, dosegljiva in tudi odzivna. To se odraža v dveh spremenljivkah:

- ali posameznik presoja, da se oseba, na katero je navezan, navadno odzove na klice po podpori in zaščiti (model drugega);
- ali je posameznik taka oseba, na katero objekt navezanosti odgovori na pomagajoči način (model sebe).

Ko se otrok razvija, navezanost vse bolj uravnava sam. Vzorec navezanosti tako postane del otroka samega. "Kognitivne in vedenjske strukture določajo, kaj bo posameznik zaznal in kaj prezrl, kako bo oblikoval nove situacije in kako jih bo načrtoval. Trenutne strukture določajo, kakšne ljudi in situacije bo posameznik iskal in katerim se bo izogibal. Na ta način posameznik vpliva na izbor svojega lastnega okolja." (Bowlby, 1998, str. 72).

Bartholomew in Horowitz (1991) sta na predpostavki o notranjem modelu sebe in notranjem modelu o drugih razvila sistem štirih stilov navezanosti v odraslosti. Vsak model se razdeli na pozitivni in negativni vidik. Pozitivni model o sebi kaže stopnjo, do katere je posameznik ponotranjil občutek lastne vrednosti in pričakuje pozitiven odziv drugih. Negativni model o sebi se povezuje s stopnjo anksioznosti in odvisnosti. Pozitivni model o drugem kaže stopnjo, do katere posameznik doživlja, da so drugi dosegljivi in nudijo podporo. Negativni model o drugem se povezuje s stopnjo izogibanja bližini. Model o sebi in model o drugem predstavljata posplošena pričakovanja o vrednosti sebe in dosegljivosti drugih.

Dimenzija odvisnosti (horizontalna os) se nanaša na odnos do sebe. Dimenzija izogibanja intimnosti (vertikalna os) se nanaša na odnos do drugih. Odvisnost se lahko giblje od nizke (pozitivno samospoštovanje je ponotranjeno in ne potrebuje zunanjega potrjevanja) do visoke (pozitivno samospoštovanje potrebuje neprestano potrjevanje drugih). Izogibanje intimnosti odseva stopnjo, do katere se ljudje izogibajo odnosom z večjo čustveno bližino zaradi pričakovanja, da bodo zavrženi. Razlika med plašnim izogibanjem in izogibanjem z odklanjanjem je ta, da odklonilno izogibajoči posameznik za vzdrževanje pozitivnega samospoštovanja ne potrebuje drugega. Razlika med preokupiranim in plašnim posameznikom je v tem, koliko se zaplete v odnose z večjo čustveno bližino. Štirje vzorci navezanosti predstavljajo prototipične vzorce čustvenih odzivov in medosebnega vedenja ter so prototipične strategije za uravnavanje občutka



Slika 1. Model štirih stilov navezanosti (Bartholomew in Horowitz, 1991).

varnosti v odnosih, kjer obstaja večja čustvena bližina (Griffin in Bartholomew, 1994).

Varno navezani posameznik je pozitivno naravnani do intimnih odnosov in jih lahko vzdržuje, ne da bi izgubil osebno avtonomijo, o odnosih se pogovarja premišljeno in skladno.

Preokupirano navezani posameznik doživlja občutek lastne nevednosti, ki se povezuje s pozitivno oceno drugih. Pretirano je vpleten v odnose večje čustvene bližine, njegovo samospoštovanje je odvisno od sprejemanja drugih. Pretirano išče bližino drugih in je bolj ranljiv, ko potreb po bližini ne zadovolji. Teži k idealizaciji drugih, o odnosih se pogovarja neskladno in pretirano čustveno.

Plašno izogibajoče navezani posameznik doživlja občutek lastne nevednosti in pričakuje, da mu drugi ne bodo naklonjeni. Izogiba se odnosom zaradi strahu pred zavrnitvijo, občutka osebnega nezaupanja in nezaupanja v druge.

Odklonilno izogibajoče navezani posameznik podcenjuje pomembnost odnosov z večjo čustveno bližino, njegovo čustveno izražanje je omejeno, poudarja neodvisnost in zanašanje na samega sebe, v pogovorih o odnosih manjka jasnost ali verodostojnost. V raziskavah (Bartholomew in Horowitz, 1991) so posamezniki z odklonilnim stilom navezanosti dosegli enako visoke ocene kot varno navezani pri samozaupanju in enako nizke ocene kot varno navezani pri izražanju čustev, pogostosti jokanja in toplini. Nižje ocene kot varno navezani in preokupirani so dobili na vseh lestvicah, ki merijo bližino

v odnosih, to so intimnost, sposobnost, da se zanesesh na drugega in jemlješ drugega kot varno bazo. Nižjo oceno so tudi dobili za skrb za drugega in bili ocenjeni kot bolj nadzorujoči. Nižji rezultat so dosegli na oceni socialnosti in prijatelji so jih ocenili kot manj socialne. Odklonilno izogibajoči stil se bolj pogosto pojavlja pri moških.

Dostopnost in odzivnost osebe, na katero smo navezani, ocenjujemo celo življenje. Pretekli ponotranjeni odnosni modeli, ki so posplošene stalnice interakcij s primarnim skrbnikom, so v interakciji s trenutnimi odnosi navezanosti. To pomeni, da se notranji modeli, ki usmerjajo vzorce navezovanja, lahko tudi spreminjajo. Hkrati raziskave tudi kažejo, da celo življenje ostajajo relativno stabilni (Benoit in Parker, 1994; Collins in Read, 1990; Waters idr., 2000, po Meyer in Pilkonis, 2002).

Ujemanje in primerljivost rezultatov eksperimenta tuje situacije z intervjuji in anketnimi vprašalniki za odrasle pa ostaja še vedno področje polemik, ki zahteva potrditve z večjim številom longitudinalnih raziskav. V eni izmed njih so Waters idr. (2000, po Meyer in Pilkonis, 2002) ugotovili, da je 72 % dojenčkov, ki so jih pri 12. mesecih razvrstili kot varno navezane, kazalo varno navezanost tudi čez 20 let. Spremembe v vzorcu navezanosti so se zgodile zaradi negativnih življenjskih dogodkov (smrti, ločitve, depresije staršev).

Stili navezanosti in soočanje s stresom

Zgodnje raziskave o navezanosti v odraslosti so bile usmerjene v odkrivanje razlik v bližnjih medosebnih odnosih. Z razvojem teorije in metod raziskovanja pa so raziskovalci vedno večjo pozornost posvečali razlikam v intrapsihičnih procesih, kot so reprezentacije sebe, uravnavanje čustev in soočanje s stresom glede na stile navezanosti (Mikulincer, 1998).

Bowlby (1998) je predpostavil, da deluje mehanizem navezanosti v funkciji zaščite pred nevarnostjo in leži v ozadju stresnih reakcij. Ko posameznik zazna potencialno nevarnost, bo iskal zaščito, se odzval z agresivnostjo ali se bo umaknil. Pri otroku opazimo vse te odzive v eksperimentu tuje situacije, ki predstavlja za otroka bolj ali manj stresno situacijo. Odzivanje na stres je tesno povezano s sistemom navezanosti in delovanjem notranjih delovnih modelov, notranjih reprezentacij generaliziranih izkušenj in pričakovanj o tem, ali je posameznik taka oseba, na katero se drugi odzivajo z nudenjem podpore, in ali zaznava druge pomembne osebe kot take, ki so odzivne. Na osnovi preteklih izkušenj v pomembnih odnosih navezanosti posameznik razvije odnos do sebe, ki je negujoči ali destruktiven, ter samouravnavanje čustev v stresni situaciji. Sovplivanje otrokovega zorenja in odnosnega konteksta pri samouravnavanju občutka sebe in čustev se odraža tudi v razlikah v nevrobiološkem razvoju (Schore, 1994). Sistem navezanosti lahko razumemo kot sistem za uravnavanje čustev (Sroufe, po Fonagy, 2001, str. 16). Varo navezani posamezniki ponotranjijo sposobnost samouravnavanja čustev, medtem ko negotovo navezani posamezniki čustva premalo izražajo, se jim izogibajo (izogibajoči) ali pretirano izražajo (uporniški, ambivalentni).

Raziskovalci so odkrili tudi pomembne razlike v odzivih na stres med različnimi stili navezanosti (Mikulincer, 1998; Mikulincer, Orbach in Iavnieli, 1998).

Varno navezani uporabljajo konstruktivne, instrumentalne strategije za soočanje s stresom, iščejo podporo pri pomembnih drugih, priznavajo stres, ne da bi jih le-ta preplaval. Imajo optimistična pričakovanja do lastne sposobnosti obvladovanja stresa, močan občutek lastne učinkovitosti ter zaupanje v dobre namene drugih. Zaupanje v lastne sposobnosti jim omogoča, da odpirajo svoje sheme tudi za ogrožujoče informacije; revidirajo prepričanja, raziskujejo in tolerirajo sprožilce stresa. Na ta način varno navezani posamezniki lahko razvijejo bolj fleksibilne in konstruktivne sheme soočanja s stresom, ki na drugi strani olajšujejo prilagajanje in kvaliteto bivanja. S stresom se soočajo brez izključevanja ali pretirane aktivacije sistema navezanosti. Mikulincer (1998) je v eksperimentu ugotovil, da se v primeru stresa (napake pri eksperimentalni nalogi) pri varno navezanih posameznikih ocena samega sebe ni spremenila. Lastna samopodoba je bila bolj stabilna. Po stresnem dogodku so priklicali veliko več opisov samega sebe – pozitivnih in negativnih. Sebe so opisovali bolj uravnoteženo (brez idealizacij ali razvrednotenj). Po stresu so evalvirali proces s pomočjo samorefleksije. Za razliko od negotovo navezanih so varno navezani posamezniki tudi podobnost z drugimi ocenili bolj realno. Pod vplivom stresne situacije se njihovo zaznavanje podobnosti z drugimi ni spremenilo.

Posamezniki z izogibajočim stilom navezanosti (bolj odklonilno izogibajoči kot plašni) običajno uravnavajo čustva z obrambnimi poskusi izključitve sistema navezanosti ter prepoznavanja kakršnegakoli vira stresa. Kompulzivno poskušajo ohraniti občutek zanašanja na samega sebe (samozadostnost), bežijo od bližnjih odnosov, minimalizirajo čustveno vpletenost, zanikajo potrebe po navezanosti in poudarjajo avtonomijo in nadzor, potlačujejo slabe misli in čustva, ne kažejo stresnih reakcij, uporabljajo mehanizme potlačevanja in disociacije. Nediferencirana obramba omogoča posamezniku, da se izključi iz bližnjih odnosov ter se izogne konfrontaciji z odnosi večje čustvene bližine in življenjskimi problemi.

Posamezniki z anksiozno-ambivalentnim stilom navezanosti (preokupirani) poskušajo v situacijah stresa zmanjšati razdaljo z objektom navezanosti in povečati občutek "varne baze", ki ga le-ta lahko zagotovi. Sistem navezanost je hiperaktiven. Ljubezen drugih poskušajo pridobiti z oklepanjem, pretirano pozornostjo in kontrolirajočim vedenjem. To vodi do pretirane anksioznosti v zvezi z navezanostjo in sprožilci stresa ter preprečuje kognitivno in vedenjsko razmejitev od virov stresa. Na stres so pretirano občutljivi, pretirano aktivirajo slabe spomine in misli. Uporabljajo pasivne tehnike soočanja s stresom. Stres se na ta način stopnjuje in razširja na druga področja življenja.

Problem

Več let sem spremljala pomagajoče, ki so delali kot prostovoljci na področju psihosocialne pomoči otrokom in mladostnikom s težjimi čustvenimi in vedenjskimi

težavami, še posebej v času poletnih psihoterapevtskih taborov na katerem so pomagajoči prostovoljci skupaj z otroci in mladostniki preživeli okrog dvajset dni (Kopal, 2001a, 2001b, 2002).

Terapevtski tabori, ki temeljijo na konceptu miljejske terapije, so bili za pomagajoče prostovoljce, večinoma mlade odrasle še brez terapevtske izobrazbe, praviloma stresni (Možina, 2000). Razumevanje razlik v soočanju s stresom pri pomagajočih na področju psihosocialne pomoči omogoča tudi teorija navezanosti. Predpostavila sem, da se glede na prevladujoči stil navezanosti pomagajoči med seboj razlikujejo v tem, kako se soočajo s stresom v kontekstu psihosocialne pomoči in kaj so za njih konstruktivni premiki na področju soočanja s stresom. Razlike v stresnih vzorcih med pomagajočimi z različnimi stili navezanosti sem opredelila na podlagi naslednjih kategorij: iskanje podpore, razreševanje konfliktov oz. soočanje z medosebnimi problemi, uravnavanje čustev in soočanje s čustvenimi krizami, odnos do sebe, odnos do dela.

Metoda

Vzorec

Strokovni tim terapevtskega tabora so sestavljali vodje in supervizorji (psihologi, psihiater, socialni delavci s psihoterapevtsko izobrazbo) ter prostovoljci (študenti/ke socialnega dela, psihologije, socialne pedagogike, medicine in tudi nekaj strokovnjakov iz pomagajočih poklicev). Tabora se je povprečno udeležilo 25 prostovoljcev in 35 otrok in mladostnikov. Sistemska teorija in skupnostno orientirana psihiatrija (dinamična psihiatrija) sta bila glavna teoretična modela za organizacijo in interpretacijo dela na taboru. Temeljna metoda dela je bilo skupinsko delo v okviru miljejske terapije.

Raziskovalni vzorec je sestavljalo 21 prostovoljcev (8 moških, 13 žensk). Povprečna starost prostovoljcev je bila 23,1 let ($SD = 2,6$), vodji pa sta bili stari 45 let. Večina prostovoljnih sodelavcev je bila študentov (12), sledili so zaposleni (7) in dijaki (2). Devet prostovoljcev je bilo na taboru prvič, dva prostovoljca drugič, tri in večkrat je bilo na taboru 10 prostovoljcev.

Instrumenti

Podatke sem zbirala z anketo o demografskih podatkih, vprašalnikom o stilih navezanosti in dvema delno strukturiranima intervjujema.

1. Anketa o demografskih podatkih je vključevala podatke o spolu, starosti, izobrazbi, statusu, kraju bivanja in partnerstvu.
2. Vprašalnik medosebnih odnosov (Bartholomew in Horowitz, 1991). Vprašalnik ugotavlja prevladujoči stil navezanosti in izraženost štirih stilov navezanosti:

varni, preokupirani, plašni in odklonilni stil navezanosti. Vprašalnik je sestavljen iz dveh delov:

- v prvem delu udeleženec med opisi štirih stilov navezanosti izbere tistega, za katerega meni, da je zanj najznačilnejši;
- v drugem delu udeleženec na 7-stopenjski ocenjevalni lestvici oceni izraženost vsakega stila navezanosti pri sebi. Oceni, koliko meni, da je posamezen stil navezanosti za njega značilen.

Prvi del vprašalnika je kompatibilen z vprašalnikom Hazana in Shaverja (1987), ki meri tri stile navezanosti. Drugi del vprašalnika pa omogoča merjenje stilov navezanosti kot dimenzij, ki so pri vsakem posamezniku bolj ali manj izražene. Točnih podatkov o zanesljivosti samoocenjevalnih tehnik za merjenje navezanosti ni. Avtorji navajajo, da obstaja srednja mera zanesljivosti.

3. Intervjuji. Oblikovala sem dva intervjuja. Intervju I je delno strukturiran, vključuje vprašanja odprtega tipa in sociogram. Vprašanja so zastavljena tako, da sogovornik opiše konkretne situacije in odnosno dinamiko. Intervju se začne z vprašanji o pričakovanjih in osebnih, strokovnih ciljnih prostovoljcev na taboru. Osrednji del intervjuja zajemajo vprašanja, s katerimi sem želela pridobiti čim bolj konkretne interakcijske opise dinamike v pomembnih diadnih odnosih, mali in veliki skupini. Ti opisi zajemajo sledeče sklope: povezanost – osamljenost, razreševanje medosebnih konfliktov, komplementarnost v odnosih, izražanje čustev in doživljanje čustvenih kriz, odnos do sebe in dela na taboru. Zadnji del intervjuja pa vključuje vprašanja o konstruktivnih premikih: kaj prostovoljci zaznavajo, da je bilo za njih osebno v času tabora pomembno, in kaj je bilo za njih v tem novega – v smislu učenja o sebi.

Intervju II sem oblikovala na osnovi prvih rezultatov. Po načelih kvalitativnega raziskovanja sem po prvih intervjujih oblikovala hipoteze, ki sem jih v drugem intervjuju skupaj z intervjuvanci preverjala in zbirala dodatne informacije. Ker sem intervju izvedla tri mesece po taboru, sem lahko preverjala, kako prostovoljci doživljajo in reflektirajo medosebno dogajanje in osebno odzivanje iz oddaljene perspektive in kako so spremembe na taboru vplivale na njihovo življenje po taboru.

Viri podatkov so bili še moji dnevniški zapisi, ko sem brez udeležbe opazovala dogajanje na taboru, in zapisi pogovorov s supervizorji.

Postopek

Podatke sem zbirala z vprašalnikom, intervjuji in deloma z opazovanjem brez udeležbe. Prvi del podatkov sem zbrala pred taborom. Z vprašalnikom sem ugotavljala stile navezanosti prostovoljcev. Drugi del podatkov sem zbirala na taboru. Na začetku in ob koncu tabora sem opravila s prostovoljci Intervju I, ki sem ga navezala na utečeno metodo dela na taboru, uporabo sociograma. Pogovore, ki so trajali približno

eno uro, sem zapisovala. Poleg tega sem v obliki dnevniških zapisov beležila svoja opažanja dogajanja na taboru. Zapisovala sem tudi pogovore s supervizorji, v katerih sem se pogovarjala o posameznih prostovoljcih, dinamiki med prostovoljci, dinamiki med otroki, mladostniki in prostovoljci. Tretji del podatkov sem zbrala tri mesece po taboru, ko sem izvedla Intervju II.

Analiza podatkov

Na podlagi Vprašalnika o medosebnih odnosih, ki meri izraženost štirih stilov navezanosti, sem prostovoljce razdelila v skupine glede na prevladujoči stil navezanosti. Ko sem pomagajoče najprej razvrstila v prevladujoče stile navezanosti le glede na njihove odgovore na samoocenjevalnem vprašalniku o stilih navezanosti, sem se soočila z nekaterimi težavami.

Morala sem se odločiti, kako analizirati prostovoljce, ki so ocenili, da je za njih najznačilnejši plašni stil navezanosti, hkrati pa so se ocenili tudi precej visoko na odklonilnem stilu navezanosti. Odločila sem se, da bom obravnavala skupino izogibajočih kot enotno skupino, iskala pa bom možna razlikovanja. Po teoriji je za oba omenjena stila navezanosti značilna visoka stopnja izogibanja, razlikovala pa naj bi se po stopnji odvisnosti, anksioznosti. Poročila raziskav so v tem primeru tudi dvoumna, ker se mešajo različne tipologije navezanosti v odraslosti: tipologija stilov navezanosti, ki vključuje tri stile navezanosti (Hazan in Shaver, 1987), in modeli, ki govorijo o štirih stilih navezanosti in vnašajo razlikovanje v skupino izogibajočih (Bartholomew in Horowitz, 1991).

Naslednja zahtevna odločitev je bila, kako analizirati prostovoljce, ki so se ocenjevali kot varno navezani, hkrati pa so se ocenili tudi precej visoko na odklonilnem stilu navezanosti. Raziskave kažejo, da se izogibajoči mladi odrasli, še posebej odklonilni, zaradi obrambnega vedenja pogosto ne razlikujejo od varno navezanih (Bartholomew in Horowitz, 1991; Hazan in Shaver, 1987). Intervjuje sem analizirala po obeh kategorizacijah – za izogibajoče in varno navezane – in pokazalo se je, da nisem odkrila prostovoljcev s prevladujoče varnim stilom navezanosti. Za nadaljnjo analizo te skupine prostovoljcev sem uporabila kategorizacijo, ki temelji na značilnostih izogibajočega stila navezanosti.

Na samoocenjevalnih vprašalnikih nisem odkrila značilnosti prevladujoče varnega stila navezanosti (kar kaže tudi na selekcionirano populacijo prostovoljcev). To pa ne pomeni, da se prostovoljci ne razlikujejo med seboj v stopnji izraženosti izogibanja in anksioznosti (odvisnosti) v odnosih.

Z zgoraj navedenimi dilemami se ne bi srečala, če bi uporabila samo tipološko ocenjevanje stilov. Z uporabo lestvic, na katerih so prostovoljci ocenili izraženost vsakega stila navezanosti, intervjujev, opazovanja in pogovorov s supervizorji, ki sem jih analizirala z vidika pokazateljev varne/negotove navezanosti, pa sem dobila kompleksnejši pogled na stile navezanosti. Raziskovalci (Bartholomew in Horowitz, 1991; Hazan in Shaver, 1987) opozarjajo, da je uporaba tipologije vprašljiva, saj

posameznik istočasno izraža elemente iz različnih stilov navezanosti, spreminja pa se tudi njihova izraženost v času in v različnih medosebnih odnosih. Sodobnejše raziskave tudi kažejo, da sta temeljni dimenziji navezanosti anksioznost (odvisnost) in izogibanje. Avtorji (Brennan, Clark in Shaver, 1998, po Shaver in Fraley, 2000; Brennan, Shaver in Tobey, 1991) priporočajo raziskovalcem uporabo merskih instrumentov, ki ugotavljajo izraženost dveh dimenzij navezanosti. Vendar z ocenjevanjem štirih kategorij navezanosti dobimo pomembne razlike, ki jih z ocenjevanjem dveh dimenzij izgubimo (Bartholomew in Horowitz, 1991).

Najprej sem primerjala med seboj tri skupine prostovoljcev: (a) preokupirane, (b) izogibajoče (bolj plašne kot odklonilne) in (c) izogibajoče (odkonične), ki so se prevladujoče ocenili kot varno navezani, hkrati pa tudi visoko na odklonilnem stilu navezanosti. V članku sem združila obe skupini izogibajočih, ker se glede na zastavljeno raziskovalno vprašanje med seboj nista pomembno razlikovali. Razlike in podobnosti v njihovem odzivanju so bile zabeležene v različnem gradivu: intervjujih, komentarjih k sociogramu, zapisih mojega opazovanja brez udeležbe, zapisih pogovorov s supervizorji. Za analizo gradiva sem uporabila kvalitativno analizo vsebine (Mesec, 1998), ki je potekala v naslednjih korakih.

Najprej sem vse gradivo (zapise intervjujev, sociograme, zapise svojih opažanj, pogovorov s supervizorji) uredila in prepisala. Določila sem enote kodiranja (izjave, stavki ali več stavkov skupaj), ki so se nanašale na širše vsebinske sklope: povezanost, komplementarnost v odnosih, razreševanje konfliktov, nadzor v odnosih, obvladovanje čustvenih kriz, uravnavanje čustev, iskanje podpore, strategije skrbi za sebe, odnos do dela, občutek lastne vrednosti. Z metodo odprtega kodiranja sem pripisala relevantne pojme in jih kategorizirala. Z osnim kodiranjem sem iskala odnose med kategorijami, ki so opisovale soočanje s stresom: iskanje podpore, razreševanje konfliktov oz. soočanje z medosebnimi problemi, uravnavanje čustev in soočanje s čustvenimi krizami, odnos do sebe, odnos do dela. Na podlagi tega sem oblikovala poskusno teorijo. V danem primeru me je zanimala razlika med preokupiranim in izogibajočim vzorcem soočanja s stresom, ki sem ga zasledila v literaturi (Mikulincer, 1998; Mikulincer idr., 1998).

Rezultati

S kvalitativno analizo vsebine sem analizirala razlike med pomagajočimi v soočanju s stresom v kontekstu psihosocialne pomoči. Za vsak prevladujoči stil navezanosti (preokupirani in izogibajoči) sem izdelala dve tabeli. V tabeli 1 navajam značilnosti posameznikov s prevladujočim stilom navezanosti na področju dela in soočanja s stresom, kot ga opisuje raziskovalna literatura (Bartholomew in Horowitz, 1991; Fraley in Shaver, 1997; Hazan in Shaver, 1990; Mikulincer, 1998; Mikulincer idr., 1998; Rholes, Simpson in Orina, 1999) ter značilnosti prostovoljcev in njihovih odnosov v kontekstu psihoterapevtskega tabora. V tabeli 2 navajam konstruktivne

premike pomagajočih prostovoljcev na področju soočanja s stresom. Pod vsako tabelo navajam nekaj interakcijskih in doživljajskih opisov.

V tabelah 1 in 2 se rezultati nanašajo na skupino sedmih prostovoljk s preokupiranim stilom navezanosti, ki so se same ocenile kot prevladujoče preokupirano navezane. V dveh primerih je bil ob prevladujoče preokupiranem stilu navezanosti močnejše izražen tudi plašno izogibajoči stil navezanosti.

V tabelah 3 in 4 so rezultati, ki se nanašajo na skupino izogibajočih prostovoljcev. V to skupino sem združila dve skupini prostovoljcev. Prvo skupino je sestavljalo šest prostovoljcev, ki so se ocenili kot prevladujoče plašne (trije so se visoko ocenili tudi na odklonilnem stilu navezanosti). Drugo skupino pa je sestavljalo sedem prostovoljcev,

Tabela 1. *Značilnosti pomagajočih s preokupiranim stresnim vzorcem (N = 7).*

Teoretično empirični podatki (Bartholomew in Horowitz, 1991; Fraley in Shaver, 1997; Hazan in Shaver, 1990; Mikulincer, 1998; Mikulincer idr., 1998; Rholes idr., 1999)	Kvalitativna analiza vsebine intervjujev
<ul style="list-style-type: none"> - motivira jih priznanje drugih; - skrbi jih, da drugi ne bodo zadovoljni z njihovim delom in da bodo zavrnjeni - pritožujejo se, da se počutijo nerazumljeni in podcenjevani - slabo se kognitivno in vedenjsko razmejujejo od virov stresa - pretirano so občutljivi na stres in pretirano aktivirajo slabe spomine in misli - neprimerno izražajo čustva in bolj pogosto jokajo - pozornost usmerjajo na probleme (težko preusmerjajo pozornost) - druge uporabljajo kot varno bazo (v stiski se jih pretirano oklepajo) 	<ul style="list-style-type: none"> - pogosteje doživljajo krize v stresni situaciji (vse postane nesmiselno, globoko trpljenje, obup) - pogosteje doživljajo nemoč - težje se distancirajo od notranjega doživljanja v stresnih situacijah - stiska jih preplavi in pozabijo na svojo vlogo - ohromijo in ostanejo brez osebnih pobud za rešitev - se pretirano oklenejo drugih v stiski, vendar se izogibajo reševanju konfliktov - o stiskah govorijo z velikim številom ljudi in zmedo povečujejo - njihovo samovrednotenje niha glede na zunanje odzive - potrebujejo veliko povratnih informacij in jih tudi aktivno iščejo - ustreza jim usmerjanje vodje oz. sodelavca, ki vzbuja občutek varnosti - ambivalentno doživljajo vodenje – ga želijo, hkrati ga doživljajo kot onemogočanje - v primeru stresa jim je zelo pomemben telesni dotik

ki so se ocenili kot prevladujoče varno navezane. Istočasno so se vsi prostovoljci visoko ocenili na odklonilnem stilu, dve prostovoljki pa sta se istočasno ocenili višje tudi na preokupiranem stilu navezanosti. Za to skupino se je pokazala najbolj ustrezná uvrstitev v kategorijo izogibajoče navezanosti.

Primeri (tabela 1):

Suzana: »Nisem pričakovala, da bo tako hitro počilo ...Včeraj je bilo zelo hudo. Prve tri dni nisem sebe poslušala. Kot da bi prišlo nekaj iz moje 'ropotarnice'. Mi je šlo na jok. Me je zgrabila panika. Prve dneve bi bila kar zraven Mije. Bi se nanjo prilepila. Opozarjala sem se, da ima druge naloge, funkcije. S pogledi večkrat iščem njeno potrditev. Zelo dostikrat.«

Ana: »Enkrat sem padla v jok – spet jokam, ne da bi konstruktivno razrešila. Jaz stalno rolam. Mirko mi pomaga, da najde nekaj pozitivnega, preokviri. Mirko mi nudi oporo – grem ga vprašat, ko kaj ne gre ... Rabila sem pogovore z Milko. Večkrat sva šli zvečer na sprehod in se pogovarjali. Čutila sem zaščito, oporo.«

Primeri (tabela 2):

Mija: »Doživela sem, da lahko 'šaltam'. Tako sem bila žalostna, pa sem vodila skupino. Jokala sem zunaj tabornega prostora, ko sem srečala otroka, sem bila lahko pozorna. Enkrat, ko sem bila v 'luknji', sem imela tak obraz, da nihče ni upal zraven. Nisem bila sposobna kontakta, pozornosti ali sem projicirala. Ko sem se tokrat vrnila, sem z ljudmi bolj priljudno komunicirala. To je zelo nova izkušnja zame. Spoznala sem, da je čustvena opora drugih,

Tabela 2. Značilnosti premikov v smeri bolj konstruktivnega soočanja s stresom pri pomagajočih s preokupiranim stresnim vzorcem ($N = 7$).

Konstruktivni premiki na in po taboru	
-	doživljajo večjo razmejenost med notranjim čustvenim stanjem in vlogo, v kateri so
-	lažje preusmerjajo pozornost od notranjih vsebin in se usmerijo na nalogo
-	se odzovejo z večjo samoiniciativnostjo, samostojnostjo v aktivnostih in tvegajo kritiko, izpostavljenost
-	bolj fleksibilno iščejo pomoč in hkrati prevzamejo več odgovornosti za svojo stisko
-	bolje poskrbijo za sebe v smislu boljšega prepoznavanja in upoštevanja lastnih potreb
-	s konflikti, nesoglasji, prizadetostmi se soočijo in jih reflektirajo
Po taboru:	
-	lažje prenašajo samoto in lažje najdejo oporo v sebi
-	bolj so samoiniciativni, bolj zaupajo v lastne sposobnosti in so manj odvisni od mnenja drugih

tako kot človek, ki pride izpod vode po zrak, potem pa gre spet pod vodo. Ni pa okleniti se, ostati zmeraj nad vodo in se rešiti...«

Ana: »Vse sem videla črno ... Kaj bom ... Šla sem k ognju, k otroku. Bolj sem se preusmerila nanj. Govorila sva o avtomobilih, motorjih. To tudi mene zanima. Potem sva se pogovarjala še o nogometu. Prav fajn sva se imela. Ko sem bila včeraj spet v 'luknji', sem vseeno šla v skupni šotor, kjer je Viki podivjal pri Človek ne jezi se. Mirila sem ga. To me je premaknilo – akcija otrok, agresivnost. Spravilo me je iz moje pasivnosti, luknjavosti.«

Tabela 3. Značilnosti pomagajočih z izogibajočim stresnim vzorcem (N = 13).

Teoretično empirični podatki (Bartholomew in Horowitz, 1991; Fraley in Shaver, 1997; Hazan in Shaver, 1990; Mikulincer, 1998; Mikulincer idr., 1998; Rholes idr., 1999)	Kvalitativna analiza vsebine intervjujev
<ul style="list-style-type: none"> - delo jim služi kot nadomestek za tesnejše odnose - izključujejo prepoznavanje virov stresa - prisilno ohranjajo občutek zanašanja na same sebe (samozadostnost) - ne iščejo opore pri drugem - potlačujejo slabe misli in čustva - preusmerjajo pozornost od konfliktnih, stresnih tem, tem navezanosti in čustvene vpletenosti - napihujejo pozitivno samopodobo (to velja za odklonilne) - poudarjajo razlike med seboj in drugimi v času stresne reakcije 	<ul style="list-style-type: none"> - poudarjajo vlogo, funkcijo - izogibajo se osebni vpletenosti in izražanje osebnih čustev doživljajo kot neprimerno in neustrezno v delovnem projektu - izogibajo se konfliktom in čustveni vpletenosti z zatekanjem v delo, aktivnost - v stiski se umaknejo, mogoče se pogovorijo z izbranim posameznikom, s katerim imajo že dolgotrajen, zaupen odnos - čustva zadržujejo, temu pa sledijo intenzivni izbruhi (navadno jeze) - delujejo samozadostno, samozavestno navzven - ne iščejo povratnih informacij ali se jim celo izogibajo - odzivajo se nefleksibilno in v skladu s svojimi pričakovanji, cilji, tako da ohranjajo nadzor v odnosu - v stresu poudarjajo razlike v odnosu z drugimi, projicirajo, druge idealizirajo ali razvrednotijo - ne prijavljajo intenzivnih čustvenih kriz - pritožujejo se, da so preveč delali in so pregoreli ter da so drugi premalo delali

Primeri (tabela 3):

Aleks: »V bistvu se mi zdi, da njihova čustva ne vplivajo name. Ves čas se skušam prilagajati, svoja čustva izražam, ko sem sam, ali z nekom, ko imam zaupen pogovor. Šele takrat povem. Dokler ne pridem do stanja, ko lahko povem, kot bi igral po eni strani. Se mi zdi, da moja čustva ne smejo vplivati na to tukaj. Čustva lahko tudi malo počakajo. Prav želel bi si, da bi bil osamljen, pa ne gre. Zelo veliko delam. Zelo malo časa imam, da premišlujem o osebnih stvareh. Me mora res nekaj razkuriti, da o tem premišlujem.«

Vojko: »Včasih imam občutek, da nimam sovodnic, ampak otroke. Obe se družita s projektnim vodom (odrasli na taboru, ki so delno klienti, delno pomagajoči prostovoljci) – oni so lahko kot otroci. S sovodnicama smo si tako podobni v tem, da bi morali fajn funkcionirati. Imam veliko težnjo po harmoniji. Hitro me zanese v smer voditi skupino tako, da bodo vsi zadovoljni. Če ne reče vsak po koncu skupine, da je bilo fajn, je že nekaj narobe. Znam poslušati, biti aktiven, ko se to pričakuje. Grem v narcisistično pozicijo – delati, da bodo vsi zadovoljni. Ko se začnejo kazati razlike, čutim v sebi veliko nemira. Mi vsi smo naravnani v to smer, čeprav se mi zdi, da sem jaz še najmanj. Dosti več pa je stvari, kjer si nismo podobni: kaj kdo opazi, kaj kdo naredi, ko opazi; koliko pregleda ima nad dogajanjem; koliko si vzamemo časa za sebe. Zdi se mi, da se malo bolj zavedam, kaj je moja vloga tu. Ko mi ni bilo fajn, mi je šlo po glavi, da se moram malo potruditi zaradi mulcev. Mi ne more vse dol pasti. Sem se malo potrudil, pa je šlo naprej. Jasminin vzorec je bil, da se je umaknila v šotor ali šla sama. Tina pa se je bolj začela družiti s ta starimi.«

Tabela 4. Značilnosti premikov v smeri bolj konstruktivnega soočanja s stresom pri pomagajočih z izogibajočim stresnim vzorcem ($N = 13$).

Konstruktivni premiki na in po psihoterapevtskem taboru

- zagledajo lastne napake in jih priznajo
- bolj so v stiku z motnjami, konflikti, prizadetostmi, nesoglasji in jih hitreje prijavijo, reflektirajo in se z njimi poskušajo soočiti
- bolj so v stiku z lastnimi potrebami in mejami
- manj odpisujejo neprijetna čustva (svoja in od drugih)
- iščejo povratno informacijo drugega
- zaupajo o svojih težavah drugemu
- skozi delo vzpostavijo pristnejši odnos

Po taboru:

- lažje prenašajo stresne situacije (verjetno je to bolj značilno za plašljive, ki so podobni preokupiranim glede nezaupanja v samega sebe in želje po odvisnosti od drugih)
 - ne jemljejo stvari tako osebno in so bolj tolerantni do različnosti drugih
-

Primeri (tabela 4):

Tara: »Konflikti bi lahko bili, če bi ven spravila stvari. Danes sem si upala povedati, da imam dosti tega, da se moram nečemu odpovedovati. Rekla sem, da ne bom v kuhinji in da grem na Snežnik in konec. Drugače sem to bolj potlačila v sebi in naredila vse, kar so drugi želeli. To mi je res pomembno, da sem se postavila zase in doseгла, kar sem hotela.«

Vili: »Moj odnos z malim Lanom je zelo konstruktiven. Precej skrbim za njega. Zame je to presenečenje, saj očeta ni bilo, mama pa je cele dneve delala. Nisem se znal obnašati. Z Lanom pa mi gre od rok. Drugi rečejo, da Lan stalno sprašuje, kje je Vili.«

Tisa: »Že pred taborom sem poskušala rešiti težavo, da ne bi skrivala čustev. Tabor mi je to pomagal premakniti. Postala sem bolj odprta. Imela sem veliko prijateljev, ki bi jim lahko zaupala, pa jim nisem, ne vem, zakaj. Zdaj ni več tako. Sedaj vem, da če ne razložim, malo pojasnim, drugi ne morejo vedeti, o čem razmišljam in na kakšen način.«

Julija: »Bila sem taka, da zmorem vse sama in da moram vse sama. Zdaj znam sprejeti, da ne zmorem vsega, da ni treba, da sem stalno na uslugo, da tudi jaz rabim pomoč. Znam iskati pomoč, ne da sem stalno na uslugo. Prej sem bila bolj po vojaško, zdaj sem bolj mehka. Zdaj se mi včasih zdi, da celo pretiravam v mehki, da sem neorganizirana, neresna. Včasih imam grozen občutek, da sem preveč mehka.«

Sandi: »Letos si nisem tako naložil stvari, ker če bom tako kot lani, ne bom zdržal na taboru. Letos se mi zdi, da moram tudi na samega sebe paziti, kako delam s sabo. Ne samo delati in se počutiti kot neka delovna sila za druge.«

Razprava

Preokupirane prostovoljke so na taboru pogosteje izražale stiske, doživljale tudi večje čustvene krize in nihanja. Težje so preusmerjale pozornost od notranjega čustvenega dogajanja. V čustveni stiski so poskušale intenzivirati bližino z drugimi, ki so jim predstavljali »varno bazo«. Pogosto so to bili prostovoljci, ki so jih idealizirale. Čustvene in odnosne težave so se običajno stopnjevale, ker niso zmogle neposredne komunikacije s tistim, ki je bil izvor težav. Pogosteje so doživljale nemoč, prizadetost v odnosu z otroci in odraslimi, potrebovale so veliko povratnih informacij o sebi in svojem delu. Navadno so iskale sodelovanje z nekom, ki jim je vzbujal občutek varnosti oz. občutek, da ve, kmalu pa so se ob isti osebi doživele onemogočene, spregledane. V skladu z drugimi raziskavami (Hazan in Shaver, 1990) se je pokazalo, da so preokupirane prostovoljke izražale precej negotovosti v lastne sposobnosti in aktivnosti in da je bilo njihovo samovrednotenje odvisno od zunanjega okolja. Bolj konstruktivno so se soočale

s stresom, ko so uspele preusmeriti pozornost od notranjega čustvenega dogajanja na nalogo, ki je bila del njihove vloge, ali v samorefleksijo; ko so zagledale razlike med seboj in tistim, ki je bil zanje izvor stresa, in se z njim soočile na konstruktivnejši način; ko so se samoiniciativno aktivirale, se izpostavile, ko je nanje manj vplivala ocena drugega oz. ko jih predpostavka o tem, kaj si drugi (negativnega) mislijo, ni zaustavila pri njihovem projektu.

Raziskave so pokazale, da posamezniki s preokupiranim (plašno ambivalentnim, preokupiranim) stilom navezanosti opisujejo sebe z negativnimi opisi, pod vplivom stresa pa se negativno vrednotenje sebe še intenzivira (Mikulincer, 1998). S šibkostjo in nemočjo poskušajo druge prepričati, da potrebujejo zunanjo pomoč pri soočanju z življenjskimi problemi, kar olajšuje oblikovanje negativne samopodobe. Ugotovili so tudi, da preokupirani posamezniki težijo k brisanju razlik med seboj in drugimi, ko zaznavajo stres na splošno, še posebej pa v odnosu do partnerja, ki je izvor stresa (Mikulincer idr., 1998). Precenjevanje podobnosti sebe – drugi ali »lažni konsenz« (Ross, Green in House, 1977, po Mikulincer idr., 1998) – omogoča zmanjšanje kognitivne distance s pomembnimi drugimi in olajšuje asimilacijo v socialno okolje. V novejših prispevkih avtorji navajajo, naj bi preokupirani posamezniki s pozitivnim modelom drugih maskirali negativni model drugih. Težnja po idealiziranju drugih je obramba pred spoznanjem, da so drugi včasih neskrbni in niso vselej na razpolago (Bartholomew, 2000, po Žvelc in Žvelc, 2006). S kognitivno interferenco, pozitivnim okvirjanjem razlik, se lahko precenjevanje podobnosti zmanjša (Mikulincer idr., 1998).

Izogibajoči prostovoljci so poročali o pomembno manjšem številu večjih čustvenih kriz. V stresni reakciji so včasih silovito odreagirali z agresivnostjo do drugega, drugače pa so nemoč težko pokazali. Manj so iskali pomoči pri drugem, bolj so se zanašali sami nase, se umikali, nadzorovali čustva ali jih odpisovali ter se izogibali konfliktom. Če so pomoč poiskali, potem so se obrnili na enega ali dva posameznika, s katerima so imeli že dolgotrajnejši večletni odnos. Preokupirane prostovoljke pa so iskale pomoč pri različnih ljudeh oz. so imele večjo mrežo ljudi, s katerimi so se pogovarjale o svojih težavah.

Izogibajoči (še posebej odklonilni prostovoljci) so izražali manj negotovosti vase, kar ne pomeni, da je niso doživljali. Mnogi izogibajoči prostovoljci so v intervjujih omenjali, da je za njih pomembno, da jih drugi opazijo in da so stvari, ki jih počnejo, videti dobre tudi navzven. Vendar pa so ti prostovoljci druge redkeje vprašali za povratno informacijo in drugi so jih zaznavali poudarjeno samozavestne in samozadostne. Delo jim je služilo kot nadomestek za odnose. En prostovoljec je nazorno izjavil, da je šele na koncu tabora ugotovil, da ne pozna imen nekaterih prostovoljcev. V odnosih so pogosto ostali distancirani, kar so skrivali s stalno zaposlenostjo. Večkrat je pretiranemu obremenjevanju sledil občutek pregorelosti, velika utrujenost, bolezen, občutek osamljenosti, nesmisla, krivice, žrtve.

Za vse skupine negotovo navezanih prostovoljcev so značilne delovne motnje (Hazan in Shaver, 1990), ki navadno izhajajo iz pomanjkljivega razmejevanja. Delo posameznik doživlja kot prekomerno obremenitev, ob neuresničljivih zahtevah lahko

izgubi občutek za tukaj in sedaj in za razlikovanje med uresničljivim in dejansko uresničeno dejavnostjo. To lahko spremljajo občutki krivde, s tem pa se stopnjuje tudi destruktivni strah in agresivnost (Ammon, 1982).

Nekateri izogibajoči prostovoljci so glede na izkušnje iz prejšnjih taborov lažje uravnavali razmerje med delom in skrbjo zase. Marsikateri si je želel, da bo v prihodnje bolje uravnesil delo in odnose, kar pomeni več stikov z drugimi prostovoljci ali intenzivnejši stik z enim otrokom. Na taboru so nekateri izogibajoči prostovoljci skozi delo vzpostavili pristnejši odnos, zaupali in tvegali več bližine, reflektirali konflikte in tudi bolje uravnavali potrebo po počitku.

Raziskave so pokazale, da so izogibajoči posamezniki v stresnih situacijah napihnilo pozitivno samopodobo (Mikulincer, 1998). Težili so k potlačevanju osebnih pomanjkljivosti, izogibali so se temu, da bi prepoznali samega sebe kot vir stresa ter prepričevali druge, da se lahko zanesejo na njihov močni in učinkoviti sebe. Idealizacijo sebe so uporabljali kot obrambni mehanizem pred zavrnitvijo, prepoznavanjem lastnih pomanjkljivosti in ko je bila ogrožena njihova samozadostnost. V primeru, ko so preizkušanci dobili sporočilo, da je priznavanje osebnih pomanjkljivosti znak samozadostnosti, se je težnja k napihovanju lastne podobe zmanjšala. Izogibajoči so v stresnih reakcijah tudi poudarjali razlike med seboj in drugimi (Mikulincer idr., 1998). Podcenitev podobnosti sebe in drugih ter poudarjanje posameznikove enkratnosti v potezah in mnenjih omogoča povečevanje kognitivne distance in omogoča razmejevanje od drugih.

Pri preokupiranih in izogibajočih prostovoljcih je bilo doživljanje stresa povezano s težavami v razreševanju medosebnih problemov in s težavami pri iskanju ravnotežja med vključenostjo v odnose, opravljanjem delovnih obveznosti in skrbjo zase. Izogibajoči (odklonilni) prostovoljci so se v stresnih situacijah ščitili z grandioznostjo in distanciranjem, medtem ko so se preokupirane prostovoljke zatekale k oklepanju drugega in čustveni manipulaciji z občutki nemoči. V obeh primerih so se pokazale težave v zdravem samovrednotenju, konstruktivnem razmejevanju in povezovanju, uravnavanju čustev in razreševanju konfliktov. Tudi njihova nereflektirana intrapsihična dinamika je bila večkrat podobna. Npr. preokupirane prostovoljke so govorile o strahu pred (ne)priznanjem drugega in izražale večjo negotovost vase. Izogibajoči prostovoljci o tem niso govorili, a so kazali potrebo po priznanju in negotovost vase v izogibanju medosebnim situacijam, kjer bi bili ranljivi. S tega vidika lahko razumemo stile navezanosti, ki se nanašajo na negotovo navezanost, kot obrambno varovalne strategije za soočanje s stresom v medosebnih situacijah.

Zaključek

Generalizirane reprezentacije interakcij s pomembnimi primarnimi osebami, ki se izražajo kot stili navezanosti, sovpivajo skupaj s trenutnim življenjskim kontekstom na to, kako se z drugimi povezujemo, kakšen odnos imamo do sebe in kako sebe

negujemo v času povečanega stresa. Vplivajo na to, kako stres, vezan na medosebne odnose, zaznavamo, doživljamo, čustveno izražamo, reflektiramo, se z njim soočamo in kako vpliva na doživljanje sebe. Na ta način teorija navezanosti omogoča razlago razlik v čustveno-kognitivnih mehanizmih, ki uravnavajo socialno vedenje posameznika v osebnem življenju in delovnem kontekstu. Iz tega naslova rezultati raziskave prispevajo k spoznanjem na področju socialne in klinične psihologije.

Uporabno vrednost raziskave vidim na širšem področju psihosocialne pomoči in na področju psihoterapije. Sodobne psihoterapevtske raziskave so pokazale, da k učinkovitosti pomoči v veliki meri prispevajo skupni terapevtski dejavniki, med katerimi imajo pomembno mesto terapevtski odnos, klientovi in terapevtovi dejavniki (Lambert in Barley, 2002). Prostovoljci niso terapevti, se pa izobražujejo za pomagajoče poklice, mnogi med njimi tudi za terapevtsko delo. Njihovi vzorci navezanosti opredeljujejo način, kako sooblikujejo terapevtski (svetovalni, socialno delavski) odnos, kako razrešujejo motnje v delovnem odnosu ali kako spodbujajo kohenzivnost v skupini in modelirajo učinkovito medosebno komunikacijo v skupini tukaj in zdaj. Večanje občutljivosti za osebne vzorce navezanosti in z njimi povezane značilnosti medosebnega sloga in odzivanja na stres v kontekstu psihosocialne pomoči prispeva k učinkovitejši pomoči in predvsem tudi k manj bolečim in stresnim zapletom med prostovoljci sodelavci in med prostovoljci in klienti.

Za nadaljnje raziskovanje navezanosti v odraslosti bi bilo pomembno raziskati možnosti za uporabo obstoječih in novih poglobljenih intervjujev za ugotavljanje navezanosti v odraslosti. Potrebno bi bilo nadaljevati z uporabo kombiniranega kvantitativnega in kvalitativnega raziskovanja na različnih manjših priročnih vzorcih s ciljem boljšega razumevanja čustveno-kognitivnih mehanizmov v ozadju stilov navezanosti.

Literatura

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. in Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ammon, G. (1982). Delo, skupina, družba [Work, group, society]. V J. Southgate, R. Randall, F. Tomlinson (ur.), *Skupinska dinamika v skupnosti [Group dynamic in community]* (str. 22). Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Bartholomew, K. in Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-44.
- Benoit, D. in Parker, K. C. H. (1994). Stability and Transmission of Attachment across Three Generations. *Child Development*, 65, 1444-1456.
- Bowlby, J. (1998). Separation, anger and anxiety. *Attachment and Loss: Volume 2*. London: Pimlico.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R. in Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender and parental

- problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 451–466.
- Collins, N. L. in Read, S. J. (1990). Adult Attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644–663.
- Cugmas, Z. (1998). *Bodi z menoj, mami: Razvoj otrokove navezanosti. [Be with me, mum: Development of child's attachment]*. Ljubljana: Produktivnost, Center za psihodiagnostična sredstva.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment Theory and Psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fraley, R. C. in Shaver, P. R. (1997). Adult Attachment and the Suppression of Unwanted Thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1080–1091.
- Griffin, D. in Bartholomew K. (1994). Models of the Self and Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430–445.
- Hazan, C. in Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Hazan, C. in Shaver, P. (1990). Love and work. An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 270–280.
- Hopkins, J. (1990). The Observed Infant of Attachment Theory. *Journal of The Institute for Self Analysis: On Attachment – Commemorating Work of John Bowlby*, 4(1), 16–29. York: Quack Booklet Printers.
- Kobal, L. (2001a). *Razvoj diadnih odnosov v kontekstu prostovoljske organizacije [The development of diadic relations in the context of voluntary organization]*. Neobjavljeno magistrsko delo [Unpublished M. Sc. Thesis], Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Ljubljana, Slovenija.
- Kobal, L. (2001b). “Zlimam se z ljudmi” – ugotavljanje terapevtskih učinkov na prostovoljcih z vidika teorije navezanosti [“I fuse with the people” – an assessment of therapeutic effects on volunteers in the frame of the attachment theory]. *Socialno delo [Social Work]*, 40(6), 335–354.
- Kobal, L. (2002). Evalvacija premikov pri prostovoljcih z vidika teorije objektnih odnosov [An assessment of therapeutic effects on volunteers in the frame of the theory of object relations]. *Psihološka obzorja*, 11(4), 103–122.
- Lambert, M. J. in Barley, D. E. (2002). Research Summary on the Therapeutic Relationship and Psychotherapy Outcome. V J. C. Norcross (ur.), *Psychotherapy Relationships That Work – Therapist Contributions and Responsiveness to Patients* (str. 17–32). Oxford: Oxford University Press.
- Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) model of attachment. Finding and directions for further research. V C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde in P. Marris (ur.), *Attachment Across the life Cycle* (str. 127–159). London, New York: Routledge.
- Mesec, B. (1998). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu. [Introduction to qualitative research in social work]*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Meyer, B. in Pilkonis, P. A. (2002). Attachment Style. V J. C. Norcross (ur.), *Psychotherapy Relationships That Work – Therapist Contributions and Responsiveness to Patients* (str. 367–382). Oxford: Oxford University Press.
- Mikulincer, M., Orbach, I. in Iavnieli, D. (1998). Adult Attachment Style and Affect Regulation: Strategic Variations in Subjective Self – Other Similarity. *Journal of Personality*

- and Social Psychology*, 75(2), 436–48.
- Mikulincer, M. (1998). Adult Attachment Style and Affect Regulation: Strategic Variations in Self – Appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75,(2), 420–435.
- Možina, M. (2000). Črne luknje, samopomoč in osebnostna rast prostovoljcev [Black holes, self-help and personal growth of volunteers]. V T. Martelanc in T. Samec (ur.), *Prostovoljno delo včeraj, danes in jutri [Voluntary work yesterday, today and tomorrow]* (str. 57–74). Ljubljana: Slovenska filantropija.
- Rholes, W. S., Simpson, J. A. in Orina, M. M. (1999). Attachment and Anger in an Anxiety- Provoking Situation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(6), 940–957.
- Shaver, P. R. in Fraley, C. R. (2000). *Self-Report Measures of Adult Attachment*. Sneto avgusta 2007 s spletne strani: <http://psychology.ucdavis.edu/Shaver/measures.html>
- Shore, A. N. (1994). *Affect Regulation and the Origin of the Self. The Neurobiology of Emotional Development*. Hillsdale, NJ, Hove: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Žvelc, M. in Žvelc, G. (2006). Stili navezanosti v odraslosti [Adult Attachment Styles]. *Psihološka obzorja*, 15(3), 51–64.

Melita Puklek Levpušček



**Socialna anksioznost v
otročtvu in mladostništvu:
razvojni, šolski in
klinični vidik**

Ljubljana
2006

Odnos navezanosti med očetom in otrokom v obdobju zgodnjega otroštva: Doživljanje odnosa z otrokom[#]

*Tajana Brajović**
Ljubljana

Povzetek: Ponotranjeni delovni model navezanosti, na podlagi katerega posameznik vstopa v odnose z bližnjimi, lahko ostaja skoraj nespremenjen skozi posameznikovo življenje. Zdi se, da odnos navezanosti odlikujejo nekatere univerzalne značilnosti, ne glede na to, ali gre za partnerski (romantični) odnos ali za odnos roditelj – otrok. Oblikovati smo želeli vprašalnik odnosa navezanosti med očetom in njegovim otrokom v zgodnjem otroštvu, ki bi nudil možnost primerljivosti rezultatov ter bi bil razmeroma enostaven in hiter za reševanje in vrednotenje. Pričujoči vprašalnik je nastal na podlagi priredbe vprašalnika Doživljanje odnosov z bližnjimi – revidirana različica (ECR-R; Fraley, Waller in Brennan, 2000). Prirejeni vprašalnik je samoocenjevalni instrument za očete, s katerim ugotovljamo njihovo mero zaznavanja anksioznosti in izogibanja v odnosu navezanosti s svojim otrokom v zgodnjem otroštvu. V analizi 32 prirejenih postavk se je kot ustrezna izkazala različica z 22 postavkami (12 na podlestvici anksioznosti in 10 na podlestvici izogibanja). Komponentna analiza 22 postavk je kazala dvokomponentno rešitev. Zanesljivost obeh podlestvic za 22 postavk je bila sprejemljivo visoka. V prihodnosti bi bilo potrebno preveriti tudi kriterijsko veljavnost instrumenta in dodatno vsebinsko preoblikovati nekatere obstoječe in morda tudi izločene postavke ter ga ponovno aplicirati na reprezentativnem vzorcu očetov. Oblikovali bi lahko tudi priredbo ECR-R za matere otrok v zgodnjem otroštvu.

Ključne besede: navezanost, očetje, otroci, zgodnje otroštvo, vprašalniki

Attachment relationship between a father and a child in early childhood: Experiences in relationship with a child

Tajana Brajović
Ljubljana, Slovenia

Abstract: Internalized working model of attachment, which affects quality of interactions with others, can remain relatively stable throughout a person's life. Attachment relationship seems to have some universal characteristics regardless of the form of the relationship (romantic partners relationship or parent-infant relationship). We were trying to develop a questionnaire of the attachment relationship between a father and his child in early childhood, that could offer comparable results and would be relatively easy to answer and validate. The questionnaire presented in this paper was adapted from the Experiences in Close Relationships – Revised (ECR-R; Fraley, Waller and Brennan, 2000) with regard to

[#] Zainteresirani bralci si lahko originalni vprašalnik ECR-R ogledajo tudi na www.psych.uiuc.edu/~rcfraley/measureseccritems.htm.

* Naslov / Address: e-mail: tajanaan@hotmail.com

the relationship between a father and a child. This adapted inventory is a self-report questionnaire for fathers and is used for establishing father's perceptions of anxiety and avoidance in the attachment relationship with his child in early childhood. Analysis of 32 statements adapted from the ECR-R proved a 22 item form of the questionnaire (12 items on the anxiety and 10 items on the avoidance subscale) to be adequate. Principal component analysis of 22 items showed a two-component solution. Reliability of both subscales of the adapted instrument for 22 item solution proved to be acceptably high. In the future, criteria validity of the adapted instrument should be tested and some changes in the content of the existing items as well as some of the excluded items should be considered, and the revised version of the adapted ECR-R should be applied to the representative sample of fathers. A version of the adapted ECR-R for mothers of children could also be formed.

Key words: attachment behavior, fathers, children, early childhood, questionnaires

CC = 2223, 3120

M. Zupančič (2004) navaja, da lahko navezanost opišemo kot dejaven, močno naklonjen recipročen odnos med dvema oseba. M. Žvelc in Žvelc (2006) pa navajata, da bi nekateri raziskovalci navezanosti k temu verjetno še dodali, da je navezanost vseživljenjski proces. Močna čustvena povezava, značilna za odnos navezanosti, se pri človeku začne kazati v obliki separacijske anksioznosti in se manifestira kot strah z občutki nelagodja ob izgubi občutka varnosti in ob ločenosti od objekta navezanosti okrog osmega meseca otrokove starosti. Tekom odraščanja se nato pri otroku razvija notranji delovni model navezanosti, ki je sestavljen iz niza pričakovanj o dostopnosti referenčnih oseb, o verjetnosti pridobivanja njihove pomoči in opore v nejasnih in stresnih situacijah ter o lastni interakciji z njimi (Bretherton in Mulholland, 1999, po Shemmings, 2005; Cook, 2000; Zupančič, 2004). Neodvisne predstave navezanosti na vsakega izmed staršev (skrbnikov) v obdobju dojenčka se do odraslosti na podlagi pridobitev kognitivnega razvoja (razvoja formalnih operacij) združijo v eno predstavo navezanosti (glej Furman in Simon, 2004). Slednja lahko pri posamezniku ostaja relativno stabilna, če ima oseba v življenju zelo podobne izkušnje v čustvenih odnosih z drugimi (npr. Žvelc in Žvelc, 2006). Bretherton in Munholland (1999, po Johnson, Ketring in Abshire, 2003) tako navajata, da bodo starši vzorce navezanosti, ki so jih v zgodnjem otroštvu oblikovali na podlagi interakcij s svojimi starši, razmeroma nespremenjene, v obliki ponotranjenih delovnih modelov navezanosti, ohranili in uporabljali pri vstopanju v bližnje odnose z drugimi, tudi s svojimi otroki. Različni raziskovalci so ugotovili relativno stabilnost vzorcev navezanosti v odraslosti (pregled v Cugmas, 2003) in povezave med stili navezanosti staršev in njihovih otrok (npr. Mikulincer in Florian, 1999; Shemmings, 2005). A. Slade, Belsky, Aber in J. L. Phelps (1999) so v svoji raziskavi ugotovili povezave med materino trenutno perspektivo navezanosti na Intervjuju navezanosti za odrasle in njenimi reprezentacijami lastnega odnosa s svojim otrokom, ki so jih ugotavljali z instrumentom za ocenjevanje starševskih reprezentacij odnosa z lastnim otrokom Parent Development Interview (PDI; Aber idr., 1985, v Slade, Belsky, Aber in Phelps, 1999). Matere, umeščene v kategorijo avtonomne navezanosti, so si v primerjavi z materami, umeščenimi v druge kategorije navezanosti, svoje odnose z

lastnimi otroki predstavljale kot bolj koherentne in take, ki jim prinesejo več veselja in zadovoljstva.

Zdi se, da za navezanost, ne glede na obdobje tvorjenja in naravo (sorodniki, partnerja) tega odnosa, veljajo neke univerzalne značilnosti. Shaver, Hazan in Bradshaw (1988, po Fraley, Brumbaugh in Marks, 2005) so ugotovili, da se v obeh – v odnosu med otrokom in skrbnikom ter v romantičnem odnosu med dvema odraslima – posamezniki (a) počutijo bolj varne ob bližini in odzivnosti druge osebe; (b) vstopajo v edinstveno mero intimnega, telesnega stika z drugo osebo; (c) se ne počutijo varne, ko jim je druga oseba nedosegljiva, in si želijo stika z njo; (d) kažejo vzajemno navdušenje in preokupiranost s to osebo; (e) lahko komunicirajo s to osebo z uporabo “pootročnega govora” (npr. pomanjševalnice). Razlika med odnosom navezanosti med odraslima (romantičnima) partnerjema in med odnosom navezanosti med roditeljem in otrokom bi bila verjetno predvsem v tem, da partnerja v romantičnem odnosu drug drugemu predstavljata objekt navezanosti in sta si bolj enakovredna glede skrbi za ohranjanje kakovosti njunega odnosa, kot to velja za odnos med otrokom in roditeljem. Pri slednjem gre večinoma za oblikovanje primarnega modela navezanosti pri otroku, kjer je roditelj objekt navezanosti, ki s svojim vedenjem (na katerega deluje ponotranjeni model navezanosti, ki ga je oseba razvila v življenju) do otroka spodbuja oblikovanje odnosa določene kakovosti med njima. Da bi prišlo do kakovostnega odnosa, se mora roditelj zavedati otrokovih emocionalnih potreb in biti dostopen otroku (Kerns, Aspelmeier, Gentzler in Grabill, 2001). Šele ob koncu zgodnjega otroštva, ko je otrok sposoben prevzeti perspektivo drugega, lahko tudi sam začne prevzemati vse bolj aktivno vlogo pri ohranjanju kakovosti odnosa navezanosti z roditeljem (Kerns idr., 2001).

Navezanost pri odraslih osebah različni avtorji (npr. Fraley idr., 2005) v svojih raziskavah obravnavajo predvsem z vidika posameznikove navezanosti na svoje starše ali trenutnih čustvenih odnosov z drugimi osebami, npr. v partnerski zvezi. Nekaj raziskav govori o navezanosti med materjo in njenimi otroki (npr. Tarabulsy idr., 2005), zelo malo raziskav pa lahko zasledimo o navezanosti otrok na svojega očeta (npr. Bakermans-Kranenburg, van IJzendoorn, Bokhorst in Schuengel, 2004) in še manj raziskav na temo odnosa navezanosti med očetom in otrokom (npr. Brajović, 2007). Slednje bi bilo seveda lahko povezano z dejstvom, da se je sistematično raziskovanje očetove vloge v družini v evropskem prostoru in tudi v ZDA začelo šele v sedemdesetih letih prejšnjega stoletja (Braungart-Rieker, Courtney in Garwood, 1999; Zavrl, 1999), ter da je bil Bowlby mnenja, da je vez med materjo in otrokom primarnega pomena in ima prednost pred vezjo med očetom in otrokom (Mackey, 2001).

Po navedbah Atkinsa (2006) instrumente za merjenje navezanosti v odraslosti lahko delimo na (a) instrumente, ki jih posameznik izpolnjuje sam, in (b) opazovalno-klinične instrumente in intervju. V prvo skupino bi lahko umestili lestvico Doživljanje odnosov z bližnjimi (ECR-R; Fraley, Waller in Brennan, 2000), v drugo skupino pa Intervju navezanosti za odrasle (George, Kaplan in Main, 1984, v Furman in Simon, 2004). Slednji je polstrukturiran intervju za odrasle, namenjen ugotavljanju domnevnih odnosov navezanosti iz posameznikovega otroštva na podlagi specifičnih skladnih in nasprotujočih si spominov, podanih iz sedanje življenjske perspektive. Posameznikove

odgovore glede na vsebino in način govora o posameznem roditelju razvrstimo v eno izmed štirih kategorij navezanosti pri odraslih: avtonomno, zavračujočo, preokupirano ali nerešeno. Poglavitni pomanjkljivosti tega postopka sta časovna neekonomičnost in relativna zahtevnost vrednotenja odgovorov, ki zahteva posebno izurjenost izpraševalca.

Johnson in sodelavca (2003) so v svoji študiji želeli sočasno ugotoviti starševsko perspektivo navezanosti do svojih mladostnikov in perspektivo odnosa navezanosti, ki ga imajo mladostniki s svojimi starši. V izsledkih raziskave omenjeni avtorji predvidevajo, da so starševske percepcije navezanosti s svojimi otroki podobne percepcijam mladostnikov o navezanosti na svoje starše.

Če je navezanost vzajemen, čustveno recipročen odnos med osebama, lahko o kakovosti tega odnosa med dvema osebama govorimo tako z vidika ene kot z vidika druge osebe, ki sta v tem odnosu. Naš namen je bil prirediti vprašalnik ECR–R, da bi bil primeren za ugotavljanje očetovih zaznav izogibanja in anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom in bi omogočal medsebojno primerljivost rezultatov ter razmeroma enostavno in hitro reševanje ter vrednotenje.

Metoda

Udeleženci

V 17 skupin vrtčevskih otrok (v katerih so vzgojiteljice in pomočnice privolile v sodelovanje) od tretjega leta do vstopa v šolo smo posredovali obvestila za starše (očete), v katerih smo k sodelovanju v raziskavi na temo očetovstva pozvali vse očete vrtčevskih otrok, starih najmanj tri leta. Priredbo ECR–R je izpolnilo 95 očetov vrtčevskih otrok (44 deklic in 51 dečkov), starih od 33 do 74 mesecev ($M = 52,8$; $SD = 10,6$). Povprečna starost očetov je bila 38,3 leta. Trije očetje so imeli osnovnošolsko izobrazbo, 41 srednješolsko izobrazbo, 51 očetov pa je imelo višješolsko oz. visokošolsko izobrazbo ali več. Triindevetdeset očetov je živelo s svojim otrokom, starim tri do šest let. Štiriinosemdeset očetov je navedlo, da sta v družini zaposlena oba starša, v 93 družinah je bil zaposlen vsaj en roditelj (dva očeta nista odgovorila). Petintrideset očetov je navedlo, da največ časa s predšolskim otrokom preživijo matere, 5 očetov, da največ časa z otrokom preživijo sami, 54 očetov je navedlo, da največ časa z otrokom preživita oba starša. Nihče ni navedel, da največ časa z otrokom preživi druga odrasla oseba (en oče ni odgovoril). Štiriinpetdeset očetov je navedlo, da sta v družini dva otroka, 22 očetov, da je v družini en otrok, 19 očetov pa, da so v družini trije otroci ali več.

Instrumenti

Ker v pregledu literature nismo našli instrumenta, namenjenega ugotavljanju kakovosti odnosa navezanosti med roditeljem in otrokom v zgodnjem otroštvu, smo se odločili za priredbo vprašalnika Doživljanje odnosov z bližnjimi – revidirane različice

(ECR–R; Fraley idr., 2000). Fraley (2007) namreč navaja, da lahko ta pripomoček z ustreznimi vsebinskimi spremembami priredimo za ugotavljanje odnosa navezanosti z bližnjimi izven partnerske zveze. Prirejeni vprašalnik je tako kot ECR–R samoocenjevalni instrument za odrasle, namenjen ugotavljanju medosebnih razlik v zaznavanju anksioznosti (mera, v kateri so ljudje prepričani v stopnjo dostopnosti in odzivnosti bližnjega) in izogibanja (mera, v kateri ljudje čutijo nelagodje v odnosu z bližnjim) v odnosu navezanosti, le da je namenjen ugotavljanju kakovosti odnosa navezanosti med očetom in njegovim otrokom v obdobju zgodnjega otroštva. Med prirejanjem postavk ECR–R v postavke, ki bi opisovale odnos med očetom in otrokom, smo ugotovili, da je nekatere postavke prvotnega vprašalnika nemogoče prirediti za odnos navezanosti med očetom in njegovim otrokom v zgodnjem otroštvu. Zato v prirejeni vprašalnik, kot so ga izpolnjevali očetje, nismo vključili dveh postavk s podlestvice zaznavanja anksioznosti v odnosu navezanosti (“Včasih partner spremeni čustva do mene brez očitnega razloga” in “Moja želja po bližini včasih prestraši in odbije partnerja”) in dveh postavk s podlestvice zaznavanja izogibanja v odnosu navezanosti (“Težko si dovolim, da bi bil odvisen od partnerja” in “Ni mi neprijetno, če se zanesem na svojega partnerja”). Priredba ostalih postavk instrumenta ECR–R je potekala z upoštevanjem uvrščanja postavk na podlestvico izogibanja ali anksioznosti v odnosu navezanosti in glede na značilnosti odnosa med otrokom in očetom v zgodnjem otroštvu. Nekatere postavke so se v končni različici prirejenega instrumenta zato nekoliko razlikovale od postavk ECR–R. Na primer, pri podlestvici izogibanja v odnosu navezanosti smo postavko z ECR–R “Prijetno mi je, kadar sem si čustveno blizu s svojim partnerjem” spremenili v “Prijetno mi je, če se moj otrok želi pocrkljati pri meni”. Prirejena postavka še vedno govori o (ne)prijetnosti posameznika ob tesnem stiku z bližnjim, pri čemer smo upoštevali, da starši otrokom te starosti kažejo čustveno naklonjenost predvsem skozi telesni stik.

Različica prirejenega vprašalnika, ki so jo reševali očetje, je imela 32 postavk, in sicer 16 na podlestvici zaznavanja očetove anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom in 16 na podlestvici zaznavanja očetovega izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom. V vprašalniku so bile izmenično predstavljene postavke vsake podlestvice. Očetje so odgovarjali na 7-stopenjski lestvici (1 – trditev zame sploh ne drži, 7 – trditev zame povsem drži), ki jo uporablja že ECR–R. Končni rezultat dobimo s povprečenjem odgovorov vsake podlestvice (anksioznosti in izogibanja v odnosu navezanosti), s čimer dobimo dve dimenziji kvalitete očetovega odnosa navezanosti z otrokom. Nekatere postavke po zgledu vprašalnika ECR–R vrednotimo obratno (glej tabeli 2 in 3). Vsebinsko ustrezno smo spremenili tudi navodila za reševanje.

Postopek

V enem ljubljanskih vrtcev smo po predhodnem dogovoru vodstvo in strokovne delavce seznanili z namenom, vsebino in potekom raziskave na temo očetovstva. V obvestilu očetom smo nato na kratko razložili potek raziskave in način njihovega sodelovanja v njej. Očetje so lahko sodelovanje v raziskavi zavrnili. S pomočjo vzgojiteljic

(in pomočnic) v vrtcu smo po objavi obvestila za starše v oštevilčenih pisemskih ovojnica očetom poleg drugega testnega materiala, ki smo ga uporabili v študiji, posredovali še prirejeni instrument ECR–R. Navodila za reševanje so bila podana pisno na začetku vprašalnika. Očetje so izpolnjene vprašalnike s še drugim testnim materialom v zaprtih ovojnicah oddali nazaj vzgojiteljici (pomočnici) v vrtec, kjer smo jih prevzeli v dogovorjenem roku. Sodelovanje očetov je bilo anonimno.

Rezultati

Manjkajočih vrednosti na posameznih postavkah nismo nadomeščali. Pri računanju povprečnega rezultata na posamezni podlestvici jih nismo upoštevali. Takih primerov je bilo zelo malo in tako niso bistveno vplivali na končni rezultat.

Tabela 1. Nasičenosti izbranih 22 postavk prirejenega ECR–R pri dvokomponentni rešitvi ob uporabi rotacije Varimax.

		Komponenta	
		1	2
1	Skrbi me, da bi izgubil otrokovo ljubezen.	,743	–,036
2	Moj otrok zlahka prepozna moje razpoloženje.	–,184	,365
3	Pogosto me skrbi, da moj otrok ne bi želel ostati z mano.	,566	–,091
4	Prijetno mi je, če se moj otrok želi pocrkljati pri meni.	,129	,306
5	Pogosto me skrbi, da me moj otrok v resnici nima rad.	,468	,071
6	Brez težav vzpostavljam čustveno bližino s svojim otrokom.	,128	,637
7	Skrbi me, da mojemu otroku ni toliko do mene, kot meni do njega.	,601	,241
8	Ni se mi težko čustveno približati svojemu otroku.	,168	,618
9	Pogosto si želim, da bi bila otrokova čustva do mene tako močna, kot moja čustva do njega.	,558	–,250
10	Če moj otrok ne upošteva pravil, za katera smo se domenili doma, se z njim pogovorim o tem.	,258	,530
11	Pogosto me skrbi moj odnos z mojim otrokom.	,361	,230
12	Kadar sem potrj ali žalosten, mi pomaga, če preživim čas s svojim otrokom.	–,160	,453
13	Ko svojemu otroku pokažem naklonjenost, me skrbi, da sam ne bo čutil enako do mene.	,502	,212
14	Svojemu otroku povem veliko stvari.	,229	,552
15	Moj otrok me pogosto privede do tega, da podvomim vase.	,306	,019
16	Če opazim, da otroka nekaj teži, se brez težav z njim pogovorim o tem.	,349	,620
17	Opažam, da mi moj otrok ne pusti priti tako blizu, kot bi si jaz želel.	,595	,045
18	Zlahka sem ljubeč do svojega otroka.	,162	,722
19	Bojim se, da svojemu otroku, ko me bo enkrat spoznal, ne bom več všeč.	,287	,085
20	Občutek imam, da bo moj otrok nekoč razumel mene in moje potrebe.	–,135	,549
21	Na sploh me skrbi, da svojemu otroku ne nudim dovolj.	,380	,098
22	Zdi se, da me moj otrok opazi le, kadar sem jezen.	,523	,345

Opombe: Krepko so označene nasičenosti postavk s komponento, višje od 0,30.

Za orientacijo navajamo nekaj percentilnih vrednosti: (a) na podlestvici anksioznosti $P_{10} = 1,08$; $P_{25} = 1,33$; $P_{50} = 1,58$; $P_{75} = 2,25$; $P_{90} = 2,95$; (b) na podlestvici izogibanja $P_{10} = 1,30$; $P_{25} = 1,60$; $P_{50} = 1,90$; $P_{75} = 2,40$; $P_{90} = 3,00$.

Sprva smo pri analizi postavk in komponentni analizi upoštevali vseh 32 postavk, kot so bile podane v reševanje očetom. Graf drobirja, ki smo ga dobili pri komponentni analizi 32 postavk, je nakazoval dvo- oziroma trikomponentno rešitev (pri trikomponentni rešitvi bi tretjo komponento nad ,30 nasičalo pet postavk). Lastne vrednosti prvih štirih komponent so bile: 4,72; 2,56; 2,37 in 1,77. V nadaljevanju bomo prikazali le dvokomponentno rešitev, brez postavk, ki so se med analizo postavk izkazale za neustrezne (glej tabeli 2 in 3) – od tega tri postavke, ki bi nasičale tretjo komponento, zaradi česar smo trikomponentno rešitev opustili. Dvokomponentna rešitev se tudi bolj ujema z umeščanjem postavk v dve podlestvici originalnega vprašalnika ECR–R (Fraley idr., 2000).

Razen mejne nasičenosti postavke 19 s prvo komponento, vsako izmed preostalih 21 postavk nad vrednostjo ,30 nasiča vsaj ena izmed dveh komponent (tabela 1).

Tabela 2. Koeficienti diskriminativnosti (r) in prikaz koeficientov zanesljivosti α v primeru izločitve posamezne postavke s podlestvice anksioznosti v odnosu navezanosti med očetom in otrokom v zgodnjem otroštvu.

Št.	Postavke	r	α , če izločimo postavko
1	Skrbi me, da bi izgubil otrokovo ljubezen.	,515	,622
3	Pogosto me skrbi, da moj otrok ne bi želel ostati z mano.	,433	,644
5	Pogosto me skrbi, da me moj otrok v resnici nima rad.	,281	,664
7	Skrbi me, da mojemu otroku ni toliko do mene, kot meni do njega.	,450	,651
9	Pogosto si želim, da bi bila otrokova čustva do mene tako močna, kot moja čustva do njega.	,364	,651
11	Pogosto me skrbi moj odnos z mojim otrokom.	,397	,650
13	Ko je otrok v vrtcu, me skrbi, da bi se navezal na vzgojiteljico in me ne bi več imel toliko rad.	–,052	,685
15	Ko svojemu otroku pokažem naklonjenost, me skrbi, da sam ne bo čutil enako do mene.	,507	,651
17	Redko me skrbi, da si moj otrok ne bo več želel stikov z mano.	,076	,716
19	Moj otrok me pogosto privede do tega, da podvomim vase.	,256	,665
21	Ne skrbi me pogosto, da bi moj otrok imel raje drugo odraslo osebo.	,235	,678
23	Opažam, da mi moj otrok ne pusti priti tako blizu, kot bi si jaz želel.	,457	,641
25	Bojim se, da svojemu otroku, ko me bo enkrat spoznal, ne bom več všeč.	,208	,673
27	Jezi me, če moj otrok namenja več pozornosti drugim odraslim kot meni.	,183	,673
29	Na sploh me skrbi, da svojemu otroku ne nudim dovolj.	,291	,660
31	Zdi se, da me moj otrok opazi le, kadar sem jezen.	,383	,659

Opombe: Krepko so označene postavke, ki se vrednotijo obratno.

Tabela 3. Koeficienti diskriminativnosti (r) in prikaz koeficientov zanesljivosti α v primeru izločitve posamezne postavke s podlestvice izogibanja v odnosu navezanosti med očetom in otrokom v zgodnjem otroštvu.

Št.	Postavke	r	α , če izločimo postavko
2	Otroku nerad pokažem svoja najgloblja čustva.	,052	,684
4	Moj otrok zlahka prepozna moje razpoloženje.	,260	,650
6	Prijetno mi je, če se moj otrok želi pocrklati pri meni.	,197	,656
8	Raje imam, da se čustveno ne zblížam preveč s svojim otrokom.	,084	,664
10	Ni mi prijetno, če moj otrok lahko razbere, kako se počutim.	,054	,678
12	Neprijetno mi je, če moj otrok ves čas "visi" na meni.	,181	,659
14	Brez težav vzpostavljam čustveno bližino s svojim otrokom.	,408	,629
16	Ni se mi težko čustveno približati svojemu otroku.	,422	,629
18	Če moj otrok ne upošteva pravil, za katera smo se domenili doma, se z njim pogovorim o tem.	,503	,617
20	Kadar sem potr ali žalosten, mi pomaga, če preživim čas s svojim otrokom.	,244	,652
22	Svojemu otroku povem veliko stvari.	,495	,619
24	Če opazim, da otroka nekaj teži, se brez težav z njim pogovorim o tem.	,491	,621
26	Če sem dolgo s svojim otrokom, postanem nervozen.	,092	,667
28	Zlahka se zanesem na svojega otroka.	,154	,665
30	Zlahka sem ljubeč do svojega otroka.	,548	,625
32	Občutek imam, da bo moj otrok nekoč razumel mene in moje potrebe.	,350	,635

Opombe: Krepko so označene postavke, ki se vrednotijo obratno.

Postavke 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21 in 22 bi najbolje opisali s prvo komponento, tj. anksioznostjo v odnosu navezanosti z otrokom. Postavke 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 in 20 pa bi najbolje opisali z drugo komponento, tj. izogibanjem v odnosu navezanosti z otrokom. Tako dobljeni komponenti skupaj pojasnita 31,3 % skupne variance, od tega prva komponenta 15,9 % in druga komponenta 15,4 % skupne variance.

Sledijo prikazi analize 32 postavk za vsako izmed podlestick prirejenega ECR–R posebej. Uvrščanje postavk na ustrezno podlestvico instrumenta smo izvedli glede na uvrščanje originalnih postavk na instrumentu ECR–R. Tudi postavke so bile podane v enakem zaporedju kot postavke v originalnem ECR–R.

Koeficient zanesljivosti je za 16 postavk podlestvice anksioznosti v odnosu navezanosti med očetom in otrokom v zgodnjem otroštvu znašal $\alpha = ,68$ ($N = 88$), njegova spodnja meja, dobljena po obrazcu za izračunavanje spodnje meje intervala zaupanja v primeru, ko zanesljivost ocenjujemo po metodi notranje skladnosti (Sočan, 2004), je bila pri 5-odstotnem tveganju $\alpha_{SM} = ,59$. Koeficient zanesljivosti za 16 postavk podlestvice izogibanja v odnosu navezanosti med očetom in otrokom v zgodnjem otroštvu je znašal $\alpha = ,66$ ($N = 89$), s spodnjo mejo pri 5-odstotnem tveganju $\alpha_{SM} = ,57$.

Tabela 4. Deskriptivne statistike za rezultate na izbranih 22 postavkah prirejenega ECR–R glede na otrokov spol.

Št.		<i>M</i> dkl	<i>M</i> dčk	<i>SD</i> dkl	<i>SD</i> dčk
1	Skrbi me, da bi izgubil otrokovo ljubezen.	2,77	2,82	2,29	2,02
2	Moj otrok zlahka prepozna moje razpoloženje.	3,35	3,55	1,49	1,75
3	Pogosto me skrbi, da moj otrok ne bi želel ostati z mano.	1,46	1,82	1,14	1,63
4	Prijetno mi je, če se moj otrok želi pocrkljati pri meni.	1,23	1,45	0,61	1,12
5	Pogosto me skrbi, da me moj otrok v resnici nima rad.	1,12	1,59	0,39	1,28
6	Brez težav vzpostavljam čustveno bližino s svojim otrokom.	2,00	1,73	1,41	1,15
7	Skrbi me, da mojemu otroku ni toliko do mene, kot meni do njega.	1,35	1,47	0,81	0,99
8	Ni se mi težko čustveno približati svojemu otroku.	1,75	1,80	1,20	1,46
9	Pogosto si želim, da bi bila otrokova čustva do mene tako močna, kot moja čustva do njega.	2,95	3,26	2,20	2,24
10	Če moj otrok ne upošteva pravil, za katera smo se domenili doma, se z njim pogovorim o tem.	2,14	1,80	1,44	1,06
11	Pogosto me skrbi moj odnos z mojim otrokom.	1,70	1,88	1,00	1,36
12	Kadar sem potr ali žalosten, mi pomaga, če preživim čas s svojim otrokom.	2,80	2,31	1,85	1,29
13	Ko svojemu otroku pokažem naklonjenost, me skrbi, da sam ne bo čutil enako do mene.	1,19	1,42	0,45	0,97
14	Svojemu otroku povem veliko stvari.	2,20	1,90	1,23	1,17
15	Moj otrok me pogosto privede do tega, da podvomim vase.	1,98	2,26	1,23	1,61
16	Če opazim, da otroka nekaj teži, se brez težav z njim pogovorim o tem.	2,07	1,94	1,32	1,18
17	Opažam, da mi moj otrok ne pusti priti tako blizu, kot bi si jaz želel.	1,71	1,94	1,13	1,46
18	Zlahka sem ljubeč do svojega otroka.	1,61	1,36	0,97	0,75
19	Bojim se, da svojemu otroku, ko me bo enkrat spoznal, ne bom več všeč.	1,16	1,12	0,65	0,32
20	Občutek imam, da bo moj otrok nekoč razumel mene in moje potrebe.	2,56	2,46	1,76	1,62
21	Na sploh me skrbi, da svojemu otroku ne nudim dovolj.	2,23	2,41	1,58	1,72
22	Zdi se, da me moj otrok opazi le, kadar sem jezen.	1,25	1,37	0,65	0,89

Opombe: dkl – deklice; dčk – dečki; Lihe postavke in postavka 22 sodijo na podlestvico anksioznosti, sode postavke, razen postavke 22, pa na podlestvico izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom. *N* deklic glede na postavko variira od 42 do 44, *N* dečkov pa od 48 do 51.

V tabeli 2 vidimo, da je bila diskriminativnost postavk 13, 17 in 27 nižja od ,20. Na tej meji je tudi diskriminativnost postavke 25. Zanesljivost podlestvice anksioznosti v odnosu navezanosti med očetom in otrokom v zgodnjem otroštvu bi se povečala, če bi iz priredbe ECR–R izločili postavke 13, 17 in 21.

V tabeli 3 vidimo, da je bila diskriminativnost postavk 2, 8, 10, 12, 26 in 28 nižja od ,20. Postavka 6 je blizu tej meji diskriminativnosti. Zanesljivost podlestvice izogibanje v odnosu navezanosti med očetom in otrokom v zgodnjem otroštvu bi se povečala, če bi iz priredbe ECR–R izločili postavke 2, 10, 26 in 28.

Tabela 5. Deskriptivne statistike za očetov rezultat na podlestvici anksioznosti (rešitev z 12 postavkami) in podlestvici izogibanja (rešitev z 10 postavkami) v odnosu navezanosti z otrokom v zgodnjem otroštvu glede na otrokov spol (N dečki = 51; N deklice = 44) ter rezultati testa normalnosti porazdelitve Kolmogorov–Smirnov.

Podlestvica VOO	M		SD		Z		Z	
	deklice	dečki	deklice	dečki	deklice	p	dečki	p
Anksioznost v odnosu navezanosti	1,74	1,94	0,58	0,81	0,836	0,486	1,574	0,014
Izogibanje v odnosu navezanosti	2,17	2,03	0,76	0,71	0,878	0,424	1,019	0,250

Opombe: Z = statistika testa Kolmogorov–Smirnov.

Če smo izločili postavke 13, 17, 21 in 27, je zanesljivost podlestvice anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom znašala (za 12 postavk) $\alpha = ,75$ (spodnja meja $\alpha_{SM} = ,68$ pri 5-odstotnem tveganju). Če smo izločili postavke 2, 8, 10, 12, 26 in 28, je zanesljivost podlestvice izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom znašala (za 10 postavk) $\alpha = ,73$ (spodnja meja $\alpha_{SM} = ,66$ pri 5-odstotnem tveganju).

V tabeli 4 je predstavljen opis rezultatov glede na otrokov spol po posameznih postavkah, v tabeli 5 pa na podlestvicah prirejenega ECR–R. Porazdelitev rezultatov na podlestvicah je od normalne odstopala le pri podlestvici anksioznosti v odnosu navezanosti s sinom. V splošnem so bili rezultati očetov na podlestvici izogibanja v odnosu navezanosti nekoliko višji od rezultatov na podlestvici anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom. Rezultati očetov deklic in dečkov se na podlestvici izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom niso statistično pomembno razlikovali, $t(93) = 0,89$, $p = ,375$. Tudi na podlestvici anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom se rezultati očetov dečkov niso statistično pomembno razlikovali od rezultatov očetov deklic, Mann-Whitneyev $U = 1006,0$, $z = -0,868$, $p = ,386$.

Razprava

Priredba ECR–R je bila prvotno razvita za potrebe raziskave očetovstva in z namenom hitrega in enostavnega pridobivanja ter vrednotenja podatkov o kakovosti odnosa navezanosti med očetom in njegovim otrokom v zgodnjem otroštvu. Sestava instrumenta je temeljila na priredbi in prilagoditvi instrumenta ECR–R (Fraley idr., 2000), ki je namenjen ugotavljanju razlik v zaznavanju anksioznosti in izogibanja v odnosu navezanosti med (romantičnima) partnerjema. Kljub temu, da se je že na začetku procesa priredbe ECR–R izkazalo, da določenih postavk ne bo mogoče prilagoditi in prirediti za odnos oče – otrok, smo skušali prirediti čim več originalnih postavk, saj bi (pre)majhno število postavk lahko negativno delovalo na merske značilnosti vprašalnika.

Analiza postavk je za prvotnih 32 postavk prirejenega ECR–R pokazala, da bi bile nekatere merske značilnosti vprašalnika boljše, če bi določene postavke (postavke

2, 8, 10, 12, 13, 17, 21, 26, 27 in 28) izločili iz njega (tabela 2 in 3). V tem primeru bi podlestvico anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom sestavljalo 12, podlestvico izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom pa 10 postavk. Zanesljivost obeh podlestvic se je v primerjavi z njuno zanesljivostjo pred izločitvijo omenjenih postavk povečala. Tudi komponentna analiza, ki jo izvedemo po izločitvi omenjenih postavk, po pričakovanjih dopušča dvokomponentno rešitev: podlestvico anksioznosti in podlestvico izogibanja v odnosu navezanosti.

Postavke, ki smo jih zaradi neustreznih merskih značilnosti izločili iz priredbe ECR–R, so bile morda deloma “težavne” zaradi njihove dvoumnosti, kar še posebej velja za postavke, ki smo jih vrednotili obrnjeno. Vzemimo za primer postavko “Redko me skrbi, da si moj otrok ne bo več želel stikov z mano”. Če očeta slednje res redko skrbi, potem bo odgovoril, da ta trditev zanj povsem drži. S tem odgovorom naj bi oče izražal nizko zaznavanje izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom. Problem nastane pri očetovem odgovoru, da navedena postavka zanj sploh ne drži. V tem primeru lahko predvidevamo, da očeta sploh nikoli ne skrbi, da njegov otrok ne bi več želel imeti stikov z njim, ali pa, da očeta velikokrat skrbi, da otrok ne bi želel imeti več stikov z njim. Podobno težavo zasledimo pri postavki “Ne skrbi me pogosto, da bi moj otrok imel raje drugo odraslo osebo kot mene”. V reviziji naše priredbe ECR–R bi se morda izkazalo, da bi ti dve postavki, ki bi ju zaradi neustreznih merskih značilnosti sicer izločili iz končne različice vprašalnika, ob ustrezni besedni prilagoditvi vseeno lahko obdržali. Poleg tega bi bilo v prihodnosti, predvsem na podlestvici anksioznosti, kjer je večina postavk pozitivno valenčnih, smiselno uravnotežiti pozitivno in negativno valenčne postavke, pri čemer bi morali biti zaradi omenjenih težav z razumevanjem postavk še posebno previdni.

Pri rezultatih očetov niti na podlestvici anksioznosti niti na podlestvici izogibanja v odnosu navezanosti z otrokom ne prihaja do razlik glede na spol otroka. Slednje bi lahko pomenilo, da očetje v odnosu navezanosti s svojimi hčerami in sinovi v enaki meri zaznavajo bojazen pred izgubo otrokove naklonjenosti in svojimi pomanjkljivostmi, kot tudi, da očetje v odnosu navezanosti s svojimi hčerami in sinovi v enaki meri zaznavajo nelagodje ob stikih z otrokom. Rezultati v tabeli 5 kažejo še, da očetje v odnosu navezanosti z otrokom v nekoliko večji meri zaznavajo izogibanje kot anksioznost, čeprav je ta mera še vedno precej nizka. Na 7-stopenjski lestvici očetje raven svojega nelagodja v odnosu z otrokom v povprečju ocenijo z nekaj več kot 2,0, kar bi opisno prevedli v “pretežno ne drži”. To pomeni, da je večina sodelujočih očetov menila, da zanje pretežno ne drži, da se v odnosu z otrokom počutijo nelagodno. Slednje bi lahko povezali z ugotovitvami raziskave T. Brajović (2007), da so bili očetje otrok v zgodnjem otroštvu, ne glede na spol otroka in podatek, kdo izmed staršev je preživel največ časa z otroki, precej odzivni in občutljivi do svojih otrok tudi ob visokih ravneh vpletenosti v vsakodnevno rutino otrok. Očetje, ki so bili iz različnih razlogov vključeni v otrokovo vsakodnevno rutino, niso bili nagnjeni k izogibanju stikom z otrokom in se v njih niso počutili nelagodno.

Zaključek

Z nekaterimi spremembami – izločitvijo mersko neustreznih postavk – priredba instrumenta ECR–R kaže zadovoljive merske značilnosti (diskriminativnost postavk in zanesljivost podlestvic). Vendar je dobljene ocene zanesljivosti vseeno potrebno do določene mere razumeti kot preliminarne, saj so bile računane na istem vzorcu kot pred izločitvijo neustreznih postavk. Potrdili bi lahko tudi dvokomponentno sestavo prirejenega vprašalnika (s komponentama izogibanja in anksioznosti v odnosu navezanosti z otrokom), ki se ujema z dvokomponentno rešitvijo pri originalnem vprašalniku ECR–R.

Kljub ugodnim merskim značilnostim, ki smo jih predstavili na tem mestu, ima trenutni prirejeni vprašalnik ECR–R v različici 22 postavk nedvomno še nekatere pomanjkljivosti, ki bi jih bilo potrebno pred nadaljnjo rabo odpraviti ali omejiti.

Konstruktno veljavnost prirejenega instrumenta bi do neke mere npr. lahko ugotavljali kot mero ujemanja z rezultati roditelja na kakšnem drugem instrumentu navezanosti (npr. Intervjuju navezanosti za odrasle, ali originalno lestvico ECR–R). Omenili smo že nekatere raziskave, ki so se ukvarjale s preučevanjem stabilnosti oz. ujemanjem stilov navezanosti med generacijami družinskih članov (Mikulincer in Florian, 1999; Shemmings, 2005; Slade idr., 1999). Tudi slednje bi lahko preverili s pomočjo ugotavljanja povezanosti rezultatov na različnih instrumentih navezanosti pri odraslih, ki smo jih navedli.

Prvotno smo vprašalnik ECR–R priredili kot vprašalnik za očete, saj je bil oblikovan v namene raziskave na temo očetovstva. V prihodnosti bi lahko oblikovali različico vprašalnika za matere.

Poleg reviziji vsebine izločenih in ohranjenih postavk bi se bilo ob aplikaciji revidirane različice priredbe ECR–R smiselno posvetiti tudi reprezentativnosti vzorca očetov za slovensko populacijo, saj glede nekaterih parametrov (npr. izobrazbe) naš vzorec ni bil reprezentativen.

Kljub vsemu se priredba vprašalnika, kot je ECR–R, zdi pomembna iz dveh razlogov. Prvič, gre za vprašalnik kakovosti odnosa navezanosti, ki ne temelji na klasificiranju posameznika v določen stil navezanosti kot večina drugih vprašalnikov s tega področja, ampak z njim ugotavljamo kakovost odnosa navezanosti v smislu dveh dimenzij občutij posameznika (očeta), ki je v odnosu navezanosti s svojim otrokom v zgodnjem otroštvu. Drugič pa menimo, da smo s priredbo ECR–R za odnos med očetom in otrokom do neke mere presegle običajni vidik obravnavanja navezanosti med roditeljem in otrokom, saj so nas zanimale očetove zaznave v odnosu navezanosti s svojim otrokom v zgodnjem otroštvu in ne otrokov stil navezanosti na svojega roditelja, ki je pogosto predmet raziskovanja navezanosti (npr. Braungart-Rieker idr., 1999; Tarabulsky idr., 2005).

Priredbo vprašalnika ECR–R za odnos med roditeljem in otrokom bi v praksi lahko uporabili pri psihološki obravnavi v primeru specifične družinske problematike,

lahko pa tudi na drugih področjih psihološkega delovanja (svetovanja), npr. pri obravnavi težavnega vedenja otrok v zgodnjem otroštvu (več v Brajović, 2007).

Zahvala

Zahvaljujem se vsem očetom, ki so rešili vprašalnik, in doc. dr. Matiji Svetini za mentorstvo pri diplomski nalogi, v kateri je bil uporabljen predstavljeni vprašalnik.

Literatura

- Atkins, R. J. (2006). *ATWS: The Attachment Theory Website: Measures*. Sneto decembra 2006 s spletne strani: <http://www.richardatkins.co.uk/atws/page/55.html>
- Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., Bokhorst, C. L. in Schuengel, C. (2004). The Importance of Shared Environment in Infant-Father Attachment: A Behavioral Genetic Study of the Attachment Q-Sort. *Journal of Family Psychology*, 18(3), 545–549.
- Brajović, T. (2007). *Kvalitativni vidiki očetovstva in socialna prilagojenost otroka v obdobju zgodnjega otroštva [Qualitative aspects of fatherhood and social adaptation of a child in early childhood]*. Neobjavljeno diplomsko delo [Unpublished BA thesis], Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo, Ljubljana, Slovenija.
- Braungart-Rieker, J., Courtney, S. in Garwood, M. M. (1999). Mother- and Father-Infant Attachment: Families in Context. *Journal of Family Psychology*, 13(4), 535–553.
- Cook, W. L. (2000). Understanding Attachment Security in Family Context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 285 - 294.
- Cugmas, Z. (2003). Navezanost je dinamičen sistem [Attachment is a dynamic system]. *Psihološka obzorja*, 12(1), 85–102.
- Fraley, R. C., Waller, N. G. in Brennan, K. A. (2000). An Item Response Theory Analysis of Self-Report Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365.
- Fraley, R. C., Brumbaugh, C. C. in Marks, M. J. (2005). The Evolution of Function of Adult Attachment: A Comparative and Phylogenetic Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 731–746.
- Fraley, R. C. (2007). *Information on the Experiences in Close Relationships - Revised (ECR-R) Adult Attachment Questionnaire*. Sneto februarja 2007 s spletne strani: www.psych.uiuc.edu/~rcfraley/measures/ecrr.htm
- Furman, W. in Simon, V. A. (2004). Concordance in Attachment States of Mind and Styles With Respect to Fathers and Mothers. *Developmental Psychology*, 40(6), 1239–1247.
- Johnson, L. N., Ketring, S. A. in Abshire, C. (2003). The Revised Inventory of Parent Attachment: Measuring Attachment in Families. *Contemporary Family Therapy*, 25(3), 333–349.
- Kerns, K. A., Aspelmeier, J. E., Gentzler, A. L. in Grabill, C. M. (2001). Parent-Child Attachment and Monitoring in Middle Childhood. *Journal of Family Psychology*, 15(1), 69–81.

- Mackey, W. C. (2001). Support for the Existence of an Independent Man-to-Child Affiliative Bond: Fatherhood as a Biocultural Invention. *Psychology of Men and Masculinity*, 2(1), 51–66.
- Mikulincer, M. in Florian, V. (1999). The association between parental reports of attachment style and family dynamics, and offspring's reports of adult attachment style. *Family Process*, 38(2), 243–257.
- Shemmings, D. (2005). Using adult attachment theory to differentiate adult children's internal working models of later life filial relationships. *Journal of Aging Studies*, 20(2), 177–191.
- Slade, A., Belsky, J., Aber, J. L. in Phelps, J. L. (1999). Mothers' Representations of Their Relationships With Their Toddlers: Links to Adult Attachment and Observed Mothering. *Developmental Psychology*, 35(3), 611–619.
- Sočan, G. (2004). *Postopki klasične testne teorije [Procedures of the classical test theory]*. Ljubljana: Oddelek za psihologijo Filozofske fakultete.
- Tarabulsky, G. M., Provost, M. A., Bernier, A., Maranda, J., Larose, S., Moss, E., Larose, M. in Tessier, R. (2005). Another Look Inside the Gap: Ecological Contributions to the Transmission of Attachment in a Sample of Adolescent Mother-Infant Dyads. *Developmental Psychology*, 41, (1), 212–224.
- Zavrl, N. (1999). *Očetovanje in otroštvo [Fathering and childhood]*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Zupančič, M. (2004). Socialni razvoj dojenčka in malčka [Social development of infant and toddler]. V L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija* (str. 255–277). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
- Žvelc, M. in Žvelc, G. (2006). Stili navezanosti v odraslosti [Adult attachment styles]. *Psihološka obzorja*, 15(3), 51–64.

Prispelo/Received: 24.08.2007

Sprejeto/Accepted: 06.11.2007

Predstavitev doktorske disertacije “Psihološki profil vodilnih slovenskih športnih delavcev” (dr. Tanja Kajtna)

*Matej Tušak**
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana

Presentation of the doctoral dissertation “Psychological profile of the leading Slovene coaches” (Tanja Kajtna, Ph. D.)

Matej Tušak
University of Ljubljana, Faculty of Sports, Ljubljana, Slovenia

Ključne besede: šport, trenerji, osebnost, motivacija, vodenje, čustvena inteligentnost, doktorske disertacije, predstavitev

Key words: sports, coaches, personality, motivation, leadership, emotional intelligence, doctoral dissertations, reviews

Kajtna, T. (2007). Psihološki profil vodilnih slovenskih športnih delavcev. Neobjavljena doktorska disertacija, Univerza v Ljubljani, Ljubljana, Slovenia. (COBISS.SI-ID: 227826944)

CC = 3720

Tanja Kajtna je v doktorski disertaciji z naslovom »Psihološki profil vodilnih slovenskih športnih delavcev« želela ugotoviti nekatere psihološke značilnosti slovenskih trenerjev v primerjavi s splošno populacijo, preveriti razlike v izraženosti teh psiholoških značilnosti med trenerji obeh spolov, med trenerji, ki delujejo v skupinskih in individualnih športih, med trenerji, ki trenirajo mlajše in starejše športnike, in med mlajšimi in starejšimi trenerji ter izdelati psihološki profil nekaterih skupin trenerjev in preveriti povezanosti med posameznimi psihološkimi značilnostmi. V njej najprej v uvodnem delu prikaže delo trenerjev in njihove naloge ter opredeli delo v specifičnih skupinah, nato prikaže

* Naslov / Address: izr. prof. dr. Matej Tušak, Fakulteta za šport, Gortanova 22, 1000 Ljubljana, e-mail: matej.tusak@fsp.uni-lj.si

teoretične vidike osebnosti, motivacije in vrednot, vodenja, socialnih spretnosti ter čustvene inteligentnosti. Za merjenje izbranih psiholoških vidikov delovanja trenerjev je kandidatka izbrala ustrezen inštrumentarij in sicer vprašalnik Velikih pet za merjenje osebnostnih značilnosti, za merjenje storilnostne motivacije je izbrala Vprašalnik samomotivacije in Vprašalnik storilnostne motivacije, stile vodenja je merila z Lestvico vodenja v športu in vprašalnikom Stili vodenja – lastna ocena. Socialne spretnosti je merila z Vprašalnikom medosebnih spretnosti in čustveno inteligentnost z Vprašalnikom emocionalne kompetetnosti, medtem ko je za merjenje vrednot na novo sestavila vprašalnik. Zastavila si je 11 raziskovalnih hipotez in jih preverila na vzorcu 275 slovenskih trenerjev in 78 posameznikov iz splošne populacije. Njeni rezultati so pokazali številne zanimive ugotovitve, tako je faktorizacija novega vprašalnika stališč pokazala tri faktorje, ki jih je kandidatka poimenovala vzgoja, vrhunstvo in težave, vprašalnik pa se je izkazal kot ustrezen instrument za merjenje stališč. Nekatere hipoteze so se nanašale na razlike med posameznimi skupinami znotraj uporabljenega vzorca. Tako so se razlike med trenerji in trenerkami pokazale predvsem v čustvenih značilnostih – ugotovila je, da so trenerke bolj čustvene in v svojem čustvovanju bolj intenzivne. Ugotovljene razlike med trenerji v ekipnih in individualnih športih so se nanašale predvsem na vidike delovanja v socialnih situacijah in preizkušanje novosti ter na zadovoljstvo z lastnim položajem, našla pa je tudi nekatere razlike med trenerji bolj in manj uspešnih športnikov; slednji so se pokazali kot manj dominantni in manj demokratični ter slabše prepoznavajo čustva. Trenerji mlajših športnikov so se v primerjavi s trenerji starejših športnikov pokazali kot boljši v socialnih in komunikacijskih spretnostih in čustveni inteligentnosti. V primerjavi mlajših in starejših trenerjev so se mlajši pokazali kot bolj odprti za novosti, bolj vestni in imajo višje izraženo sprejemljivost ter znajo bolje upravljati s svojimi čustvi. Med splošno populacijo in trenerji je avtorica našla razlike, ki so precej podobne tistim med vrhunskimi športniki in splošno populacijo. Izdelala je tudi psihološke profile trenerjev bolj in manj uspešnih športnikov v ekipnih in individualnih športih ter trenerjev mlajših in starejših športnikov v ekipnih in individualnih športih. Na koncu raziskave je pokazala tudi številne nove možnosti za raziskovanje in odprla nova raziskovalna vprašanja, podala pa tudi kritičen pogled na lastno delo.

Doktorska disertacija je znanstveno izvorno delo, ki je pomembno za psihološko znanost, še posebej na področju psihologije športa. Avtorica na 339 straneh pokaže veliko količino poznavanja obstoječega področja. Njena natančna študija trenerske populacije v Sloveniji sodi med najbolj poglobljene do sedaj. Avtorica jasno nakaže tudi možnosti praktične uporabe ugotovitev, ki izhajajo iz njenega živega zanimanja za področje psihologije športa.

Predstavitev doktorske disertacije “Povezanost trenerjevega vedenja in njegove motivacijske strukture z motivacijskimi tendencami športnikov” (dr. Renata Barić)

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

Presentation of the doctoral dissertation “The relationship of coach’s leadership behaviour and his motivational structure with athletes’ motivational tendencies” (Renata Barić, Ph. D.)

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

Ključne besede: športniki, trenerji, motivacija, vodenje, doktorske disertacije, predstavitve

Key words: athletes, coaches, motivation, leadership, doctoral dissertations, reviews

Barić, R. (2007). The relationship of coach’s leadership behaviour and his motivational structure with athletes’ motivational tendencies. Unpublished doctoral dissertation, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia. (COBISS.SI-ID: 236037632)

CC = 3720, 3120

Mag. Renata Barić je na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani, pred komisijo v sestavi red. prof. dr. Ludvik Horvat, red. prof. dr. Valentin Bucik in izr. prof. dr. Darja Kobal Grum s Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani ter izr. prof. dr. Matej Tušak s Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, uspešno zagovarjala doktorsko disertacijo z naslovom “Povezanost trenerjevega vedenja in njegove motivacijske strukture z motivacijskimi tendencami športnikov (ob mentorstvu red. prof. dr. Valentina Bucika in somentorstvu izr. prof. dr. Mateja Tuška), in sicer v četrtek, 27. septembra

* Naslov / Address: red. prof. dr. Valentin Bucik, Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, p. p. 580, 1001 Ljubljana, Slovenija, e-mail: tine.bucik@ff.uni-lj.si

2007, dan zatem rodila deklico, 18. oktobra 2007 pa je bila s strani rektorice Univerze v Ljubljani, red. prof. dr. Andreje Kocijančič, promovirana za doktorico znanosti s področja psihologije, kar je po mojem spominu eden zanimivejših časosledov v karieri kakšnega psihologa. Ja, mag. Renata Barić je univerzitetna diplomirana psihologinja, čeprav je tudi (oziroma je bila najprej) profesorica športne vzgoje, ki je diplomirala leta 1991 na »Fakultetu za fizičko kulturo Sveučilišta u Zagrebu« (mimogrede, hkrati je magistrica psihologije, saj je na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani leta 2004 magistrirala pri kolegih Ludviku Horvatu in Maksu Tušku s področja športne psihologije). Ko pravim, da je psihologinja, je še najbolj zanimivo, da je »k sreči« doktorirala šele zdaj, jeseni 2007, ker če bi uspela (in vse je kazalo na to) doktorirati že spomladi, bi bila morda prva strokovnjakinja, ki je najprej doktorirala s področja psihologije in šele potem diplomirala iz istega področja, torej psihologije. Kolegica Renata Barić je namreč v času, ko je kot »nepsihologinja« v Ljubljani končevala magistrski študij psihologije in se pripravljala na doktorskega, vpisala tudi dodiplomski študij psihologije na Filozofski fakulteti Univerze v Zagrebu in ga spomladi leta 2007 tudi končala ter si pridobila naziv univerzitetna diplomirana psihologinja.

Anekdote in zanimive življenjske zgodbe na stran. Podajam kratko predstavitev disertacije, ki se mi zdi dragocena tako s teoretskega vidika, konkurentnega preverjanja ustreznosti različnih motivacijskih modelov in modelov vodenja, kot tudi s praktičnega vidika, saj ponuja različne povsem konkretne napotke za delo z vrhunskimi športniki. Doktorska disertacija mag. Renate Barić je napisana v angleškem jeziku, priložen je obširen povzetek v slovenščini. Po vsebini delo sodi na presek med področja psihologije športa, kineziologije ter psihologije dela in organizacije. V ožjem smislu pa raziskava sodi v polje iskanja občutljivih povezav in medsebojnih soodvisnosti v strategijah dela, motivacijski strukturi ter obnašanju trenerjev in motivacijskimi strukturami ter tendencami aktivnih športnikov, s katerimi ti trenerji delajo. Gre torej za preplet tem iz psihologije športa in motivacije ter psihologije dela zlasti v področju vodenja ter proučevanja organizacijske klime oziroma organizacijske kulture. Disertacija je vsebinsko razdeljena na dva dela (teoretični in empirični) in se cepi v naslednja vsebinska poglavja: uvod, raziskovalni cilj, iz njega izhajajoči raziskovalni problemi in hipoteze, metoda, rezultati, razprava, zaključek in literatura.

Osnovni problem oziroma cilj disertacije je bil preučiti medosebne odnose med trenerji in njihovimi športniki, da bi lahko tudi na osnovi teh odnosov skleпали na posledice pri motivacijski strukturi športnikov. Avtorica je preučevala odnose med trenerjevo motivacijsko strukturo in njegovim vodstvenim vedenjem na eni in motivacijsko strukturo športnikov na drugi strani. Iz navedenih referenc ob koncu disertacije je razvidno, da avtorica pozna vse ključne mednarodne raziskave, ki so bile na področju proučevanja motivacije v športu in intenzivne psihosocialne dinamike med trenerji in njihovimi varovanci ter vloge motivacijskih in kognitivnih mehanizmov pri tem izvedene in objavljene v zadnjem času (recimo v obdobju zadnjih desetih let). Iz pregleda do sedaj znanih podatkov o športnikovi intrinzični in ekstrinzični motivaciji, ciljni usmerjenosti, motivacijski klimi, vodstvenem vedenju trenerjev itd. so jasno razvidna

področja »sivih lis« v pojasnjevanju teh odnosov. Izvedena raziskava nudi nekatere rešitve in odgovore, ki pomembno prispevajo k popolnejšemu vedenju o motivaciji v športu in trenerjevem vplivu na delo vrhunskih športnikov, na njihovo učenje in razvijanje spretnosti ter končno na njihov športni dosežek.

V uvodnem delu avtorica najprej opiše teoretske osnove ter do sedaj znana empirična raziskovalna dejstva o raziskovanju motivacije na splošno ter zlasti motivacije v športu (v ekipnih ter v individualnih športih); zlasti razčlenjuje, kaj vse vpliva na motivacijo in na kaj vse motivacija deluje. V nadaljevanju podrobno pojasni ključne mehanizme in razlikovalne podrobnosti med intrinzično ter ekstrinzično motivacijo in razliko med orientiranostjo trenerja in/ali športnika na cilj in orientiranostjo na proces, torej na učenje. Zelo natančno in poznavalsko razlaga koncepte naravnosti k cilju, motivacijski klimi, determinantah vodstvenega obnašanja trenerja in njegovih posledicah na odnos med trenerjem in športnikom ter na njuno kompatibilnost, in uvaja konceptualne razlike med teorijo dosežka in teorijo kognitivne evalvacije. Ves čas skozi uvodno poglavje po korakih uvaja svoj glavni raziskovalni interes oziroma že opisno opredeljuje raziskovalni problem študije, o kateri poroča v doktorski disertaciji, oziroma ga pojasnjuje s teoretskimi izhodišči in modeli ter z dostopnimi rezultati že opravljenih študij na tem področju. Na ta način podaja (in kritično primerja) najnovejša spoznanja raziskav, s katerimi uspešno polemizira tudi kasneje pri razlagi rezultatov in še posebej pri integralni interpretaciji izsledkov. Posebno vrednost uvodnim prikazom v disertaciji daje poglavje »Interakcionistični pristop k motivaciji športnika«, kjer avtorica z željo pojasniti ta pristop kot enega najbolj konstruktivnih za delo s (še posebej mladimi) športniki prečeše rezultate doslej znanih študij, ki so skušale raziskati problematiko; avtorica tu (kar je za študijo ključnega pomena) uspe pokazati na številne vrzeli, ki pri raziskovanju motivacije v športu zevajo v polje med psihologijo in kineziologijo, ki pa športnike in zlasti njihove trenerje še kako zanimajo.

Raziskovalni problem študije – v resnici gre za pet samostojnih, a med seboj neločljivo povezanih raziskovalnih (pod)problemov – ki je znanstveno relevanten in do sedaj ni bil dovolj pojasnjen, je v disertaciji predstavljen jasno in enoznačno. V najširšem pomenu besede gre za odgovor na vprašanje, kakšen je prispevek trenerja in njegovega vedenja (zlasti vodstvenega obnašanja) na športnikovo motivacijsko strukturo in dinamiko. Preko osvetlitve namena študije in razgradnje v sklope posameznih hipotez je raziskovalni problem dovolj natančno operacionaliziran, tako da je bil avtorici obvladljiv v obliki prikazanega raziskovalnega načrta in s pomočjo predvidenega znanstvenega orodja.

V metodologiji so vzorci oseb, tako športnikov v različnih skupinah kolektivnih športov (košarka, roket, nogomet) kot tudi njihovih trenerjev, dovolj veliki in reprezentativni, da lahko nudijo ustrezno posplošljive rezultate. Raziskava je bila načrtovana kot korelacijska študija in v naslednjem koraku kot hierarhična korelacijska študija v tem smislu, da je avtorica kombinirala (povezovala) rezultate, dobljene na enoti individualnega športnika (kot člana te ali one ekipe), ter rezultate, dobljene na enoti ekipe (če v študiji sodeluje trener, potem nas njegovo obnašanje najprej zanima

glede na celotno ekipo in ne glede na posameznega športnika v ekipi). Avtorica je uporabila ustrezne postopke za analizo tovrstnih podatkov. Hkrati je podatke o odnosih med opazovanimi in latentnimi spremenljivkami ugotavljala z multivariatno metodologijo analize linearnih strukturnih odnosov (LISREL – LInear Strucutural RELations), kar je posebna dragocenost študije, najprej zato, ker takšna analiza v vnaprej postavljenem teoretskem strukturnem modelu omogoča iskanje hkratnih medsebojnih povezanosti velikega števila manifestnih in latentnih spremenljivk, omogoča pa tudi celovito preverjanje predpostavljenih teoretskih modelov, nato pa tudi zato, ker je v področju raziskovanja, ki se ga je kolegica lotila, najti razmeroma malo študij, ki bi se tako celovito in hkratno lotevale medsebojnih soodvisnosti velikega števila spremenljivk, kjer lahko s parcialnimi pristopi oziroma analizami hitro spregledamo ter izpustimo kakšno povezavo, ki je sicer tam, a je posamične parcialne analize ne zmorejo zaznati in nanje opozoriti. Tudi pripomočki, s katerimi je zbirala informacije s strani udeležencev, so primerni tako z vidika teoretskih izhodišč kot tudi z vidika psihometrične ustreznosti oziroma verodostojnosti.

Raziskava je bila, kot rečeno, načrtovana kot korelacijska študija z dvema skupinama udeležencev, trenerjev in njihovih športnikov (v treh podskupinah glede na športno disciplino). Avtorica Renata Barić nas sistematično vodi preko posameznih skupin primerjav rezultatov na teh skupinah udeležencev. Glede na oceno korektnosti tako faze operacionalizacije raziskovalnega problema kot celotne metodologije (vzorcev udeležencev, pripomočkov, postopkov) lahko zaključimo o ustrezni verodostojnosti dobljenih rezultatov ter njihove interpretacije. Avtorica je ugotovila, da je pri delu trenerjev s športniki mogoče potrditi teorijo dosežka in teorijo kognitivne evalvacije, ki predpostavljata pozitiven odnos med ciljno usmerjenostjo k izvedbi naloge in notranjo motivacijo, ob upoštevanju, da sta notranja motivacija in motivacijska klima, ki je usmerjena k učenju in razvoju spretnosti, bolj zaželeni motivacijski vzorca, še posebej pri mladih športnikih. Izkazalo se je tudi, da športniki, ki sodelujejo s trenerji, pri katerih prevladuje ciljna usmerjenost k rezultatom naloge, zaznavajo več pritiskov v procesu treninga in tekmovanj. Na podlagi takšnih in vrste drugih rezultatov na koncu oblikuje priporočila za njihovo uporabo v športnem kontekstu in kontekstu športne vzgoje. Za trenerje, športne pedagoge in oblikovalce športne politike, na primer, je pomembno, da se osredotočajo zlasti na spoznavanje notranje motivacije in njenega pomena za šport, saj bodo le na ta način lahko spodbujali vseživljenjsko telesno dejavnost.

Ob koncu razlage izsledkov svoje študije avtorica korektno opozori na nekatere omejitve raziskave in na to, da je interpretabilnost ter posplošljivost rezultatov v kontekstu teh omejitev. Hkrati naniza vrsto odprtih vprašanj, ki so bodisi vzniknila iz rezultatov njenega raziskovalnega načrta, ali pa vprašanja, na katera postavljeni načrt že v samem začetku ni mogel oziroma ni imel namena odgovoriti. Oboje zahteva angažma raziskovalcev in avtorica s ponujanjem idej in odprtih vprašanj (tudi tistih, ki so se pojavila kot posledica znanstvenih izsledkov te študije) vabi sodelavce k nadaljevanju raziskovalne dejavnosti v tem raziskovalnem polju.

V študiji je bil fokus zanimanja postavljen v odnose med trenerjevo motivacijsko strukturo in njegovim vodstvenim vedenjem ter športnikovo motivacijsko strukturo in determinantami športnikove notranje motivacije. Dobljene rezultate je avtorica skušala umestiti v okvir najnovejših motivacijskih teorij, kot sta teorija dosežka in teorija kognitivne evalvacije. Želela je povezati trenerjev način dela in športnikov način dela z vidika motivacijske strukture ter modelov pristopa k motiviranju športnikov k optimalnemu športnemu dosežku in detajlno proučiti povezave med njimi. Po mojem mnenju ji je to v celoti uspelo. Glavne odlike raziskave, o kateri poroča v disertaciji, so jasno osredotočenje na še ne docela raziskan problem, samoiniciativnost ter inovativnost v poti iskanja odgovorov na zastavljen problem (inovativno, a vseeno znanstveno rigorozno načrtovanje raziskovalnega načrta, uporaba sodobne metodologije in korektna izvedba meritev, ki zagotavlja kredibilnost rezultatov), hkrati pa večdimenzionalnost pristopov k zbiranju podatkov, kar zagotavlja ustrezno posplošljivost zaključkov o raziskovanem problemu. Nekatere posamezne težave in dileme v izvedbi študije ter v pripravi disertacije ne kvarijo celotne slike znanstvene ustreznosti ter praktične uporabnosti rezultatov študije, ki veljavno predstavljajo novo osvetlitev enega od pomembnih in danes pogosto obravnavanih fenomenov, in sicer: kaj vse vpliva na športnikovo obnašanje, ko se trudi doseči kar najboljši športni rezultat, in kakšna je pri tem vloga trenerjevih pogledov in metod dela. Rezultati te raziskave prav zaradi svoje celovitosti in posplošljivosti v interpretaciji lahko služijo uporabi tudi (ali predvsem) na različnih temeljnih in aplikativnih področjih psihološke znanosti, zlasti splošne, še posebej pa v športni psihologiji, pa tudi v kineziologiji, saj rezultati kažejo na mesta, kje (in na kakšen način) naj se trener/strokovnjak ukvarja s športnikovo motivacijo. Rezultati imajo torej lahko pomembne in koristne teoretske in praktične implikacije. Zaključiti je mogoče, da je disertacija Renate Barić zrelo in izvirno znanstveno-raziskovalno delo, pomembno tako z vidika raziskovanja v polju psihologije športa, kineziologije ter psihologije dela in organizacije (oziroma pri iskanju občutljivih povezav in medsebojnih soodvisnosti v strategijah dela, motivacijski strukturi ter obnašanju trenerjev in motivacijskimi strukturami in tendencami aktivnih športnikov, s katerimi ti trenerji delajo). Avtorica je z novega raziskovalnega zornega kota in na metodološko inovativen način ter po poti sistematičnega raziskovanja s pomočjo verodostojnih psiholoških metod osvetlila omenjeno problematiko. Na ta način je prispevala k spoznavanju možnih vidikov vplivanja trenerjevih načinov dela na motivacijsko pripravljenost njihovih športnikov. Nekateri fenomeni in povezave na tem področju so bili do sedaj še ne docela razjasnjeni. Seveda v zvezi s proučevanimi odnosi ostaja še vrsta nerešenih vprašanj v psihološki znanosti, ki bodo v prihodnje potrebovala relevantne odgovore.

PANIKA

ŠIRIMO PSIHOLOŠKA OBZORJA

Osrednja tema

Prehod v odraslost

Anja Vidmar

Zgodnja odraslost: nekje po zaključku formalnega izobraževanja in ob oddaji prve davčne napovedi

Katja Bobovnik

Starševstvo in/ali kariera?

Janja Kolar

Predporodne priprave: anksioznost v nosečnosti

Eva Boštjančič

Nova generacija na pohodu

Marta Sečnik

Glasbena pomoč deklicam z Rettovim sindromom

Andreja Banfi

Fetalni alkoholni sindrom (FAS) ali "Don't drink and be pregnant!"

Maja Trajnsček

Didaktična prenova gimnazije ali pomembno je biti profesor

Intervju z asistentko Katjo Košir, s klinično psihologinjo Vidko Ribičič, bralnaznačka s profesorjem Markom Poličem, pogled v Indijo in potep po Sardiniji...

Ne pustite, da bi vam spolzela med prsti!

PANIKA je časopis študentov psihologije. Izdaja ga skupina za časopis v okviru Društva študentov psihologije Slovenije.

društvo
študentov
psiholog
slovenije



Predstavitev doktorske disertacije “Nevropsihološka osnova samomorilnih misli in vedenja” (dr. Saška Roškar)

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

Presentation of the doctoral dissertation “Neuropsychological mechanisms of suicidal ideation and behaviour” (Saška Roškar, Ph. D.)

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

Ključne besede: samomor, depresija, nevropsihologija, doktorske disertacije, predstavitve

Key words: suicide, major depression, neuropsychology, doctoral dissertation, reviews

Roškar, S. (2007) Nevropsihološka osnova samomorilnih misli in vedenja. Neobjavljena doktorska disertacija, Univerza v Ljubljani, Ljubljana, Slovenija. (COBISS.SI-ID: 1829093)

CC = 2520, 3210

Saška Roškar je na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani, pred komisijo v sestavi red. prof. dr. Maks Tušak, red. prof. dr. Peter Praper, izr. prof. dr. Andrej Marušič in red. prof. dr. Valentin Bucik, uspešno zagovarjala doktorsko disertacijo z naslovom “Nevropsihološka osnova samomorilnih misli in vedenja», ki jo je opravila ob mentorstvu red. prof. dr. Valentina Bucika in somentorstvu izr. prof. dr. Andreja Marušiča. Po vsebini delo sodi na presek med področja klinične psihologije, nevropsihologije in psihodiagnostike, v ožjem smislu pa v področje iskanja občutljivih nevropsiholoških diagnostičnih instrumentov in pristopov za ločevanje med dvema vrstama motenj, depresivnostjo in samomorilnimi težnjami in vedenji.

* Naslov / Address: red. prof. dr. Valentin Bucik, Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, p. p. 580, 1001 Ljubljana, Slovenija, e-mail: tine.bucik@ff.uni-lj.si

Osnovni problem disertacije je bil sistematično proučiti občutke brezupa in morebiten kognitivni primanjkljaj oseb po poskusu samomora ter oseb z depresijo. Gre torej za zanimiv diferencialnopsihološki pristop, kjer je želja poiskati nekatere, lahko tudi komaj zaznavne razlikovalne značilnosti ene in druge simptomatike, ki bi pomagale k zgodnejši in natančnejši diferencialni diagnostiki samomorilnih teženj pri ljudeh z depresivnimi motnjami ali težavami glede na posameznike z depresivnimi težavami, ki se ne nagibajo k samomorilnim mislim in dejanjem. Avtorici so bili med kognitivnimi primanjkljaji zanimivi predvsem težave pri načrtovanju in reševanju problemov, negativna orientiranost v preteklost in prihodnost ter pristranskost v pozornosti. Zlasti slednja je za diferencialno diagnostiko posameznikov s samomorilnim vedenjem zanimiva – na voljo so številne študije, ki so z emocionalnim Stroopovim testom preučevale vpliv pomembnosti ali pogostosti pojavljanja dražljaja na posameznikovo pozornost oziroma pristranskost v pozornosti. Vendar se je izkazalo, da ni znano, ali je pri proučevanju vpliva pomembnosti in pogostosti emocionalnega dražljaja na pristranskost v pozornosti mogoče razločevati med depresivnimi posamezniki, ki izražajo samomorilno vedenje, in tistimi osebami z depresijo, ki tega vedenja ne kažejo. Avtorica je na podoben način, razlikovalno med obema skupinama pacientov (in v primerjavi s skupino zdravih posameznikov), preverjala tudi druge kognitivne primanjkljaje in specifike ter prehodnost in stabilnost občutij brezupa. Ključno je bilo torej vprašanje, zakaj nekatere osebe z depresijo razvijejo samomorilno vedenje, druge pa ne, in kako morebitne razlike razložiti s pomočjo izraženosti kognitivnih mehanizmov ter občutij brezupa pri osebah s samomorilnim vedenjem in pri osebah z depresijo. Iz navedenih referenc je razvidno, da avtorica pozna vse ključne mednarodne raziskave, ki so bile na področju proučevanja samomorilnega vedenja in depresivnosti ter vloge nevropsiholoških in kognitivnih mehanizmov pri samomorilnem vedenju in depresiji izvedene in objavljene v zadnjem času (v obdobju zadnjih desetih let). Iz pregleda do sedaj znanih podatkov o kognitivnih primanjkljajih oseb z depresijo in oseb, ki izražajo samomorilno vedenje, ki jih je kandidatka predstavila v disertaciji, so jasno razvidna področja »sivih lis« v pojasnjevanju teh odnosov. Izvedena raziskava nudi nekatere rešitve in odgovore, ki pomembno prispevajo k popolnejšemu vedenju o diferencialni diagnostiki depresivnih motenj brez in depresivnih motenj s samomorilnimi težnjami in samomorilnim vedenjem.

V uvodnem delu avtorica najprej opiše teoretske osnove ter do sedaj znana empirična raziskovalna dejstva o samomoru in samomorilnosti ter z njima povezanih pojavov. Podrobno pojasni epidemiologijo samomorilnega vedenja in samomorilni proces. Podrobno in sistematično tudi razčleni dejavnike tveganja za samomorilno vedenje (pri čemer mnogo bolj podrobno, kot je to v navadi pri preglednih študijah samomorilnega vedenja v Sloveniji – nekatere tega sploh ne omenjajo – opiše in razloži vpliv genetskih dejavnikov tveganja za samomorilno vedenje, o čemer je v zadnjih petnajstih letih na voljo vrsta temeljitih in verodostojnih študij), posebej se osredotoči na psihološke dejavnike samomorilnega vedenja in na t. i. psihobiološke modele samomorilnega vedenja. V posebnem poglavju osvetli tudi problem

samomorilnosti na slovenskem in naniza študije, v katerih so strokovnjaki skušali razložiti nekatere značilnosti samomora in samomorilnosti v Sloveniji, tudi v primerjavi z drugimi primerljivimi državami. Zatem se v učbeniškem slogu sistematično loti razlage depresivnosti (klinična slika, etiologija, genetski in socialni dejavniki ter kognitivne funkcije oseb z depresijo). Na ta način podaja (in kritično primerja) najnovejša spoznanja raziskav, s katerimi uspešno polemizira tudi kasneje pri razlagi rezultatov in še posebej pri integralni interpretaciji izsledkov. Posebno vrednost uvodnim prikazom v disertaciji daje poglavje »Nevropsihološki in kognitivni mehanizmi pri samomorilnem vedenju in depresiji«, kjer avtorica prečeše rezultate doslej znanih študij, ki so skušale razcepiti diagnostiko depresivnega vedenja in samomorilnega vedenja, in kjer opozori na »sive lise« zlasti v proučevanju kognitivnih primanjkljajev pri tem. Na to se navezuje poglavje, v katerem avtorica natančneje pojasni pojem pristranskosti v pozornosti in klasični Stroopov učinek (kadar imamo opravka z dvema nalogama, pri katerih izvajanje prve otežuje ali onemogoča izvajanje druge, govorimo o Stroopovem učinku). Uvede specifično uporabo (pri osebah s samomorilnim vedenjem) modificirane verzije »klasične Stroopove preizkušnje«. V klasični preizkušnji mora preizkušane poimenovati ime barve, s katero je izpisana beseda na predlogi. Pri tem ima na voljo tri predloge: imena barv, napisane v črni barvi, znake XXXXX, natisnjene v rdeči, zeleni ali modri barvi, ter imena barv, ki so izpisana v teh treh barvah, pri čemer barva z imenom »modra« ni izpisana v modri, temveč v rdeči barvi, in podobno. Udeleženci potrebujejo pomembno več časa, da poimenujejo barvo neskladnih dražljajev. Podaljšan čas odgovora na barve imenujemo učinek interference. Modificirana verzija, o kateri je beseda na tem mestu, se imenuje »emocionalna Stroopova preizkušnja«, kjer so med t. i. nevtralne dražljaje (besede) vrinjene ključne besede, pri katerih se pri specifičnih posameznikih (npr. tistih, ki izražajo samomorilne misli ali vedenja) pričakuje večja latenca pri odgovorih (npr. besede, kot so smrt, truplo, obup, zlom ...). Emocionalni Stroopov test je avtorica sama prilagodila (zlasti je pomemben pravilen izbor »kritičnih« besed in razmerje z drugimi besedami) za uporabo pri samomorilnih in depresivnih z iskanjem razlikovalnih besed ob nevtralnih, torej besed, na katere bodo občutljivejši posamezniki z depresivnimi motnjami in brez samomorilnega vedenja, in tistih, na katere bodo občutljivejši tisti posamezniki, ki izražajo samomorilno vedenje. Avtorici je z odgovori na zastavljena vprašanja uspelo osvetliti pomembna neraziskana področja kognitivnega delovanja, zlasti kognitivnih primanjkljajev depresivnih in samomorilnih posameznikov.

Metodologija raziskave je povsem ustrezna. Skupine udeležencev je avtorica sestavila iz treh virov: skupine oseb po poskusu samomora (ki so vsi izražali tudi simptome depresivnosti), skupine oseb z depresijo (vendar brez samomorilnih teženj) in kontrolne skupine primerljivih zdravih posameznikov. Raziskava je bila načrtovana kot kvaziekperimentalna študija s tremi skupinami udeležencev, na katerih so bili podatki zbrani v dveh časovnih točkah (samo za skupini hospitaliziranih pacientov, samomorilnih in depresivnih). Osnovni problem pri zbiranju podatkov je število pacientov v posamezni skupini. Druga in tretja skupina se po primerljivosti strukture in osnovnih (psihodemografskih) značilnostih ter tudi po številu navezujeta na prvo skupino, saj

kljub temu, da Slovenija velja za »samomorilno produktivno« državo, število oseb, ki so poskušale storiti samomor (v primeru avtoričine študije 19 oseb s preveliko količino zaužitih zdravil in po ena oseba s poskusom samomora z rezanjem žil, elektriko, obešanjem in zastrupitvijo s plinom), pa jim to k sreči ni uspelo, in so se posledično znašle na Kliničnem oddelku za mentalno zdravje v Ljubljani, tudi v daljšem časovnem obdobju ni veliko. Tudi pripomočki, s katerimi je zbirala informacije s strani udeležencev, so primerni (strukturiran intervju za množico osnovnih ter indikativnih podatkov, Beckova lestvica obupanosti, Londonska trdnjava za ocenjevanje sposobnosti kognitivnega načrtovanja in reševanja problemov, Test fluentnosti kot merilo orientacije v prihodnosti ter končno Emocionalna Stroopova preizkušnja, ki je pretanjeno pripravljen in prirejen inštrument za uporabo v slovenskem jeziku in za uporabo na pacientih z depresivno motnjo in pacientih po poskusu samomora) in docela ustrezajo namenu raziskave, kar pomeni, da vrednosti, zbrane na udeležencih s temi preizkusi, dajo relevantne informacije, ki služijo odgovorom na vprašanja, zastavljena v raziskovalnem problemu.

Raziskava je bila, kot rečeno, načrtovana kot kvazieksperimentalna študija s tremi skupinami udeležencev in z zbiranjem podatkov v dveh časovnih točkah. Avtorica nas sistematično vodi preko posameznih skupin primerjav rezultatov na treh skupinah (dveh ciljnih in kontrolni). Vmes je opravila še natančnejšo ali bolj občutljivo primerjavo med osebami z depresijo brez samomorilnih misli, osebami z depresijo s samomorilnimi mislimi ter osebami po poskusu samomora (za katere se je izkazalo, da po diagnostičnem postopku lečečega zdravnika vsi sodijo tudi v skupino depresivnih pacientov), kar pomeni, da je (ob zavedanju, da se s tem število pripadnikov skupine še manjša in bodo zato rezultati manj posplošljivi) med depresivnimi pacienti, ki niso imeli izkušnje s samomorilnim dejanjem, ločila tiste, ki so aktivneje razmišljali o samomoru, in tistimi, ki niso. Ta subtilna primerjava je dala nekatere uporabne izsledke za razlikovalno interpretacijo simptomatike depresivnih in samomorilnih posameznikov.

Glede na oceno korektnosti tako faze operacionalizacije raziskovalnega problema kot celotne metodologije (vzorcev udeležencev, pripomočkov, postopkov) lahko zaključimo o visoki verodostojnosti dobljenih rezultatov ter njihove interpretacije. Avtorica je ugotovila, da so tako osebe po poskusu samomora kot tudi osebe z depresijo manj uspešne, bolj pasivne pri reševanju problemov in da v primerjavi z zdravimi osebami izražajo večjo stopnjo brezupa. Zanimivo je, da ni našla razlik v pristranskosti v pozornosti med skupinami. Glede pričakovanj pozitivnih dogodkov v prihodnosti so najmanj pozitivne osebe z depresijo, še posebej tiste osebe z depresijo, ki trenutno razmišljajo o samomoru. Te osebe so se izkazale tudi z najvišjo stopnjo brezupa. V času so se občutki brezupa tako pri skupini depresivnih posameznikov kot posameznikov s samomorilnim vedenjem zmanjšali. Pri osebah s samomorilnim vedenjem se je razlikovalno (glede na osebe z depresijo in seveda še posebej glede na skupino zdravih posameznikov) pokazalo, da sta kognitivna dejavnika, ki najverjetneje predstavljata najšibkejši člen pri zapletanju v začaran kognitivni krog, okrnjena sposobnost reševanja problemov in odsotnost pozitivnih pričakovanj glede prihodnosti. Z vzpodbujanjem

iskanja pozitivnih rešitev in dogodkov v prihodnosti ali z učenjem reševanja problemov bi bilo mogoče vsaj posredno vplivati na zmanjšanje občutkov brezupa in posledično tudi samomorilnega vedenja, seveda ob ustrezni socialni opori, ki ugodno vpliva na napredovanje samomorilnega vedenja, torej ga upočasni ali zaustavi.

Avtorica ob koncu razlage izsledkov svoje študije korektno opozori na omejitve raziskave (majhni vzorci, izenačevanje udeležencev glede na resnost in trajanje depresije, število predhodnih poskusov samomora, slaba kontrola kognitivnih ter osebnostnih lastnosti udeležencev itd). Opozarja na omejeno interpretabilnost ter posplošljivost rezultatov. Hkrati naniza vrsto odprtih vprašanj, ki so bodisi vzniknili iz rezultatov njenega raziskovalnega načrta, ali pa vprašanja, na katera postavljeni načrt že v samem začetku ni mogel oziroma ni imel namena odgovoriti. Ta odprta vprašanja zagotavljajo po eni strani, da še vedno ostajajo številni problemi na področju proučevanja kognitivnih dejavnikov, ki igrajo pomembno vlogo pri depresivnosti in samomorilnem vedenju, nejasni in nerazrešeni, po drugi strani pa, da gradiva zainteresiranim in prizadevnim raziskovalcem na tem področju še zlepa ne bo zmanjkalo. Na koncu je mogoče podati sklepno oceno disertacije: avtorico so v študiji zanimale kognitivne značilnosti oseb po poskusu samomora ter razlike in podobnosti s kognitivnimi značilnostmi in delovanjem oseb z depresijo. Najprej jo je zanimalo, ali in kako se proučevane kognitivne lastnosti spreminjajo s spremembo razpoloženja. Dobljene rezultate je skušala umestiti v okvir najnovejših teorij samomorilnega vedenja. Po mojem mnenju ji je to v celoti uspelo. Glavne odlike raziskave, o kateri avtorica poroča v disertaciji, so jasno osredotočenje na še ne docela raziskan problem, samoiniciativnost ter inovativnost v poti iskanja odgovorov na zastavljen problem (inovativno, a vseeno znanstveno rigorozno načrtovanje raziskovalnega načrta, uporaba sodobne metodologije in korektna izvedba meritev, ki zagotavlja kredibilnost rezultatov), hkrati pa večdimenzionalnost pristopov k zbiranju podatkov, kar zagotavlja ustrezno posplošljivost zaključkov o raziskovanem problemu. Nekatere posamezne težave in dileme v izvedbi študije ter v pripravi disertacije ne kvarijo celotne slike znanstvene ustreznosti ter praktične uporabnosti rezultatov študije, ki veljavno predstavljajo novo osvetlitev enega od pomembnih in danes pogosto obravnavanih fenomenov, samomorilnega vedenja.

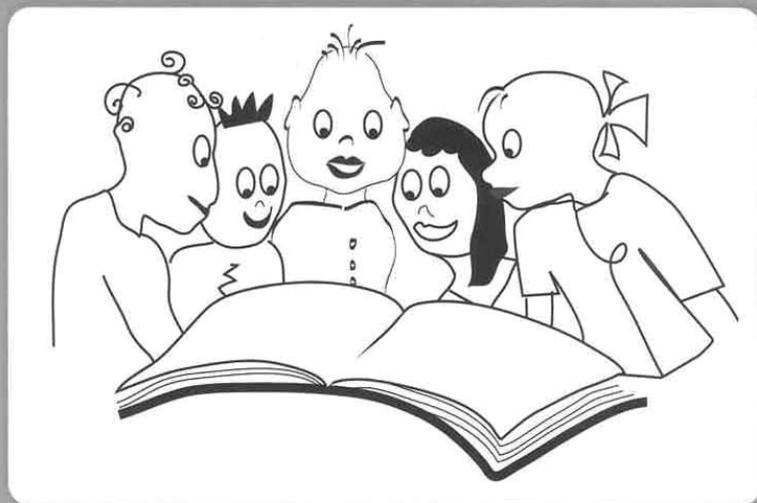
Rezultati te temeljne raziskave prav zaradi svoje kompletnosti in posplošljivosti v interpretaciji lahko služijo uporabi tudi (ali predvsem) na različnih temeljnih in aplikativnih področjih psihološke znanosti, zlasti splošne, še posebej pa kliničnopsihološke diagnostike ter psihologije samomorilnega vedenja in depresivnosti, pa tudi v kliničnopsihološki praksi in psihološkem svetovanju, saj rezultati kažejo, kje (in na kakšen način) naj se strokovnjak podrobneje in bolj poudarjeno predvsem preventivno ukvarja s težavo posameznika (npr. s samomorilnimi mislimi in samomorilnim vedenjem). Rezultati imajo torej lahko pomembne in koristne teoretske in praktične implikacije.



Center za pedagoško izobraževanje Filozofske fakultete

**MELITA PUKLEK LEVPUŠČEK
BARICA MARENTIČ POŽARNIK**

SKUPINSKO DELO ZA AKTIVEN ŠTUDIJ



Ljubljana, 2005

Razmišljanja ob knjigi D. Lane-a in S. Corrie “Sodobni znanstvenik – praktik: Priročnik za psihologijo kot prakso”

*Peter Praper**
Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo, Ljubljana

Thoughts on the book “The modern scientist–practitioner: A guide to practice in psychology”, written by David Lane and Sarah Corrie

Peter Praper
University of Ljubljana, Department of Psychology, Ljubljana, Slovenia

Ključne besede: znanost, praksa, psihologija, ocene

Key words: science, practice, psychology, reviews

Lane, D. A. in Corrie, S. (2006). *The modern scientist-practitioner : a guide to practice in psychology*. London, New York: Routledge.

CC = 2100

Izraz »znanstvenik – praktik« je nastal pred kakimi 50 leti v zvezi z izobrazbo in prakso psihologov na njihovih strokovnih področjih dela. Razširil se je v številne dežele. Zajema vprašanja izobraževanja psihologov in njihovega usposabljanja za prakso. Koncept pa je ostajal dokaj nejasen in je morda še danes. Prva raven nejasnosti nastaja zaradi tega, ker psihologi nimamo ene (svoje) stroke in prakse, ampak delujemo na več področjih. Vse do danes se ta nepregledno spreminjajo. Druga raven problemov nastaja zato, ker le malo katera od teh strokovnih praks sloni na empiričnih, raziskovalnih dejstvih. Tretja težava je organizacijske narave – kako povezovati znanost in prakso, in to na mednarodni ravni?

V zadnjih 50 letih se je število psihologov astronomsko dvignilo skoraj po vsem svetu. Tudi če jih le polovica ostaja v okvirih strokovne prakse, se področja med seboj

* Naslov / Address: red. prof. dr. Peter Praper, Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, p. p. 580, 1001 Ljubljana, Slovenija, e-mail: peter.praper@ff.uni-lj.si

že tako razlikujejo, da je težko zamejiti tisto »skupno« za psihologijo kot stroko. V nekaterih državah so uspeli področja ujeti v zakonodajo o psihološki dejavnosti, v mnogih pa še to ne (tudi v Sloveniji ne, čeprav si za to prizadevamo že od leta 1989). Tako sta še vedno odprti dve temeljni vprašanji: (i) vprašanje znanstvene veljavnosti in kriterijev kompetentnosti ter s tem licenc in (ii) vprašanje moralno etičnih kriterijev strokovne prakse.

V teh pogojih znanstveno psihologijo preplavljajo psevdopsihološki koncepti, ki so prej plod pripadnosti in verovanja v okvirih duhovnih gibanj kakor odsev »na znanosti in znanju sloneče družbe«. Ta situacija je terjala ponovno pretresanje odnosa med znanostmi in praksami tako, da bi se oboje dopolnjevalo in ne razdvajalo. Novo znanje se bo izgubljalo v napačnih predpostavkah, če se ne bo pretresalo skozi prakso, in praksa je obsojena na rutinski prakticizem, če se ne bo oplajala z raziskovanjem. Oboje drži: »Teorija brez prakse je kot kolo brez akse« in »Nič ni bolj praktičnega kot dobra teorija«. To spoznavata tudi IV PsyS (Mednarodna zveza psihološke znanosti) in EFPA (Mednarodna zveza združenj psihologov), ki ustvarjata medsebojne povezave.

V ta prostor je pred slabim letom prišla knjiga Davida Lane-a (ki me je nasledil v vlogi predsednika stalne komisije za psihoterapijo pri EFPA) in njegove soavtorice Sarah Corrie. Za to smo jima hvaležni, pa tudi njunim še enajstim zelo kvalificiranim kolegom, ki sodelujejo s prispevki.

Knjiga Sodobni znanstvenik – praktik na 255 straneh predstavlja generične modele poklicne prakse psihologov na področjih zdravstva, šolstva, socialnega varstva, organizacije in dela itn. Ko jo tako zameji ob izteku prejšnjega stoletja, se ozira naprej z vprašanjem, kako bo videti strokovna praksa psihologov 21. stoletja. Edini možni odgovor je, da bo ta praksa znanstveno utemeljena in da se bo s tem uveljavil koncept psihologa znanstvenika – praktika.

Koncept znanstvenika – praktika je nastal že daljnega leta 1949 (in navsezadnje je vsaj klinična psihologija definirana kot aplikativna znanost in strokovna praksa), vendar vse skupaj ne ustreza več ekspanziji psihologije kot stroke. Če hočemo ta koncept prilagoditi današnji situaciji, si moramo zastaviti dvoje vprašanj:

- kaj danes določa okvire znanstveno utemeljene prakse in
- kako izobraževati in usposablјati psihologe, da bodo ustrezali tem zahtevam?

Dolga desetletja smo bili priče vročim debatam s trditvami, da je znanost odmaknjena od realnosti, da so znanstveniki »suha veja« v stroki in da se stroka izgublja v prakticizmu brez verifikacije.

V nekaterih poklicnih dejavnostih so psihologi zato veliko truda namenili samostojnemu raziskovanju. Tako danes praksa in znanost ne živita več le paralelno, ampak sta v interakciji. S tem je raziskovanje bolj namenjeno realnim problemom in strokovna praksa bolj temelji na znanstvenih ugotovitvah ter tako postaja *evidence based* praksa. Če temu dodamo še izobraževanje na osnovi znanstvenih dokazov in ustrezno planiranje psihologovih storitev, dobimo avtoformativni sistem, ki se bo razvijal in dopolnjeval skozi čas.

Sodobni znanstvenik – praktik se je zato podvrgel vseživljenjskemu učenju, da bi vzdrževal zmožnost učinkovito misliti, slediti informacijam in novemu znanju na transdisciplinarni ravni, učinkovito delati in permanentno pretresati svoje delo (skozi supervizijo, nekateri celo skozi lastno terapevtsko izkušnjo).

Avtorja si ne prizadevata postaviti le enega, vseobsegajočega modela znanstvenika – praktika, saj se zavedata raznolikosti psiholoških praks. Nasprotno, pozdravljata kreativno diferenciacijo modela, ki bo prilagojena specifičnosti določene prakse. Vseeno pa te razlike ne morejo biti tolikšne, da psihologi med seboj ne bi imeli nič več skupnega, saj bi se potem praksa kot disciplina izgubila v kaos.

Knjiga obsega 13 poglavij in se prične z debato o odnosu med znanostjo in prakso. Prvo poglavje obravnava model klinične psihologije (klinični psiholog je tudi pri nas edini z zakonom reguliran poklic psihologa). Klinična psihologija je tudi uveljavljena kot aplikativna znanost. Obstajajo pa razlike glede tega, kaj se od klinične psihologije pričakuje. Poglavje vsebuje primerjavo med britanskim in ameriškim modelom.

Čeprav je na področju klinične psihologije koncept znanstvenik – praktik prisoten od vsega začetka, se model prilagaja socialnim potrebam in odseva duh časa. Wilhelm Wundt je psihologa videl kot nekoga, ki je, več eksperimentalne metode, sposoben tudi praktično tako obravnavati področja mišljenja, čustvovanja itd. Nasprotno je William James v ZDA favoriziral holistični koncept posameznika kot osebnosti. Diferenciacija disciplin psihologije kot znanosti in aplikacije je vodila tudi v različne koncepte znanstvenika – praktika, ki so narekovali tudi različno usposabljanje. Kljub temu pa je druga svetovna vojna našla psihologe dokaj nepripravljene, da bi zadostili potrebam po selekciji kadrov, preprečevanju posttravmatskih stresnih motenj ali povpraševanju po pomoči pri resocializaciji travmatiziranih. Zato je kmalu nastala nova generacija psihologov, vključenih v programe družbenih dejavnosti, še predvsem zdravstvene zaščite. Tako je nastajal ameriški model znanstvenika – praktika (kliničnega psihologa z nazivom doktor psihologije, to je PsyD in ne PhD), ki je največji kos kruha služil s skrbjo za vojaške in vojne veterane. Ti pa so zahtevali tudi učinkovite programe usposabljanja in izobraževanja psihologov, ki so se razvijali na tradicijah Lightnerja Witmerja in njegove klinične metode (1896).

V Veliki Britaniji se je model znanstvenika – praktika oblikoval pod vplivom behaviorista Hansa Eysencka in se močno razlikoval od ameriškega modela. Vloga terapevtske prakse je veliko manjša. Eysenck jo je smatral celo tujo kliničnemu psihologu. Zahteval je strog empirizem, omejen na raziskovanje in diagnosticiranje (ocenjevanje), terapevtsko vlogo pa prepuščal psihiatrom. Shapiro (1955, 1957) je na tej podlagi razvijal metode psihološkega ocenjevanja v klinični praksi. Kmalu pa je Eysenckov scientizem (ki je psihologom sicer prinesel ugled), postal problematičen. Zdravstveni sistem je zahteval usposobljene praktike, ki bi znali nuditi psihološko pomoč. To jih je prisililo razvijati metode psiholoških intervencij in posegati po psihoterapevtskem znanju. Ko je že moral temu slediti, je Eysenck podprl razvoj vedenjske terapije, ki se je kazala kot bolj znanstveno utemeljena, bližje eksperimentu. Ta orientacija je očitna

v modelu britanskega znanstvenika – praktika vse do danes, hkrati pa je zelo konfliktna in polna napetosti med znanostjo in prakso.

Morda je na tem mestu potreben razmislek, kakšen model znanstvenika – praktika smo razvijali Slovenci? Področje klinične psihologije sta zaznamovala Borut Šali (s humanistično orientacijo v svetovanju, na kateri je slonela doktrina vzgojnih posvetovalnic) in Leopold Bregant, ki je v zdravstvo (v klinično psihologijo in psihiatrijo) uvedel neoanalitično, relacijsko usmerjeno psihoterapijo. Pri definiranju psihološke dejavnosti v celoti pa nismo bili uspešni. Žal ugotavljamo, da smo sami sebi največja ovira. Dvajset let si že prizadevamo, da bi zakonsko zamejili svoje poklicno delo. Naleteli smo na hude odpore pri nosilcih dejavnosti v zdravstvu, socialnem varstvu in šolstvu, kjer se psihologi največ zaposlujejo. Ko smo z argumenti te odpore strli, pa so interesne skupine psihologov, ki niso bile pripravljene ob avtonomiji sprejeti nase tudi odgovornosti, spodkopale ta prizadevanja. To dejanje je izjemno oslabilo Društvo psihologov Slovenije, status psihologa v vseh temeljnih dejavnostih pa se je močno poslabšal. V zdravstvu je nova zakonodaja po osamosvojitvi specialista klinične psihologije s statusa zdravstvenega delavca degradirala na status sodelavca (kar je imelo tudi praktične in predvsem finančne, pa tudi organizacijske posledice) in smo potem z velikimi težavami ponovno vsaj deloma to popravili. V šolstvu so vsaj tri poklicne profile (psihologa, socialnega delavca, socialnega pedagoga, lahko pa tudi sociologa ali pravnika) zlili v »svetovalnega delavca«, v socialnem varstvu pa podobno v »strokovnega delavca«. Tako izgubljajo še ne utrjene karakteristike identitete psihologa, kaj šele, da bi ga nadgradili z modelom znanstvenik – praktik. S tem so tudi izničili možnost timskega dela.

Ko razmišljamo o tem, kakšne so možnosti, da model znanstvenik – praktik dobi prostor v naših lastnih socialnih reprezentacijah sebe kot poklicnega profila, ne moremo biti optimistični. V času, ko drugi že spreminjajo obraz psihologije z vidika multikulturalnosti, manjšin, razlik med spoloma, razlik med poklicnimi profili, se mi ubadamo šele s skupnimi izhodišči, ki bi omogočila sprejemanje zakona o psihološki dejavnosti. Hkrati pa je prepad med akademskimi disciplinami in poklicnimi dejavnostmi, med univerzitetnimi programi izobraževanja in programi usposabljanja za prakso še povsem nepresežen.

Mnogi ugledni psihologi (od W. Jamesa dalje) so bili mnenja, da imata znanstvenik in praktik v temelju različne prioritete. Tudi pri nas je tako, da tisti, ki želijo združevati oboje, praktično delajo dve karieri paralelno – akademsko in klinično – in so potem »drugačni« tako v krogih znanstvenikov kot med praktiki.

Prepad med psihologi raziskovalci in psihologi v strokovnih praksah je bil tudi v Evropi tako globok, da je EFPA (Evropska federacija združenj psihologov) bila ustanovljena kot EFPPA (Federacija strokovnih združenj), s kongresom, omejenim na strokovne prispevke, med tem ko so raziskovalci ustanavljali svoja mednarodna združenja. Prvi očitajo drugim, da dominirajo pri oblikovanju izobraževalnih programov, pozabljajo na usposabljanje, psiholog po diplomi pa ne zna opravljati nobenega dela. Drugi se branijo z argumenti, da fakultete niso poklicne šole in da so praktiki tisti, ki ne znajo novih znanj prenašati v prakso. Hkrati pa je tudi med strokovno in znanstveno

literaturo globok prepad.

Model znanstvenik – praktik pa se je vseeno obdržal tako v ZDA kot v Veliki Britaniji. Še več. Na prelomu v novo tisočletje je bil v publikacijah tako podprt, da gotovo pomeni dediščino, ki jo psihologi nesemo v 21. stoletje. Knjiga D. Lane-a in S. Corrie se je pojavila pravi čas kot urejena zakladnica te dediščine, ki se iz zdravstva (in klinične psihologije) prenaša tudi v šolstvo in socialno varstvo ter predstavlja ravno tisto specifičnost, po kateri se psiholog razlikuje od drugih profilov v strokovnem timu. Strokovna in znanstvena združenja že delujejo z roko v roki (EFPPA je danes EFPA, brez oznake »professional«), akreditirani univerzitetni programi izobraževanja pa se povezujejo z akreditiranimi institucijami, ki skrbijo za usposabljanje. Šele oboje skupaj tvori kriterije kompetenc in pot do licence za samostojno delo. Model znanstvenik – praktik predpostavlja integrirano znanje in veščine. Vpliv znanosti na prakso in obratno – preverjanje znanstvenih hipotez skozi prakso – pa vseeno ni tako vzajemen in istočasen, kot bi želeli, ampak gre prej za razvojno spiralo, ki zaznamuje razvoj skozi čas. Torej ne gre za pričakovanja, da bo znanost s svojimi dokazi narekovala praksi, kako obravnavati probleme, in tudi ne za to, da praksa verificira vsako raziskovanje, ampak gre za interakcijo, ki usmerja raziskovanje (od iskanja ustrezne metodologije dalje) in tudi omogoča revidiranje teoretičnih konceptov, metod in tehnik strokovnega dela.

Ni toliko vprašljivo, ali je model znanstvenik – praktik pravo izhodišče za te premike. Bolj tehtna so vprašanja, kako bo psiholog integriral dve na videz nasprotujoči si identiteti, vprašanje pripadnosti enim ali drugim krogom, okoljem, kam bo usmerjal kariero in kako usklajeval interese. V ta namen mora sestopiti s slonokoščene stolpa znanosti in prenehati s skrivanjem za veščinami, kot znani psihoterapevt, ki je pred leti protestiral, da »je psihoterapija umetnost, ki ne potrebuje verifikacije«. »S tem, da ponovno definiramo model znanstvenik – praktik, se morda lahko pomaknemo naprej od problematične zapuščine preteklosti in oblikujemo ustreznejši koncept bodočnosti«, menita Lane in S. Corrie.

Drugo poglavje knjige *Sodobni znanstvenik – praktik* avtorja namenjata preverjanju in treningu našega strokovnega razglabljanja, razumevanja in sprejemanja odločitev. Z vidika znanosti bi morale naše strokovne odločitve temeljiti na znanstvenih racionalnih ugotovitvah (na tem, kaj tvori preverjeno znanje, in ne na tem, v kaj verujemo). Kljub temu pa ni tako enostavno. V stroki pogosto gremo po preizkušanih poteh, deloma tako, kakor pač znamo, in na način, v katerega verjamemo. Tudi uporabnik naših storitev si ne želi znanstvene skepse, ampak predvsem strokovne gotovosti in prepričljivosti. Poleg tega psihologija kot znanost nima te možnosti, da bi naše sklepanje lahko naslonili na neizpodbitne zakone (kot je to v naravoslovnih vedah). Humanistične in družbene vede v najboljšem primeru ugotavljajo zakonitosti, možnost predikcije v izjemno kompleksnih pogojih. Na tej osnovi je mogoče sprejemati odločitve z določenim tveganjem. Če želimo zmanjšati to tveganje, moramo skozi izobraževanje in usposabljanje vaditi svoje zmožnosti razumevanja, sklepanja in odločanja. In to je tisto, čemur lahko rečemo tudi »umetnost« oziroma boljše »umetelnost« strokovne presoje. Naučeni smo, da se naše razumevanje in odločanje močno naslanja na veljavnost in objektivnost

podatkov. Tako tudi stroka temelji na sistematičnem pristopu k preiskavi, toda rezultati so mnogokrat daleč od zadovoljivih. Raziskave, ki so preverjale točnost presoje (Goldberg, Oskamp, Carkhuf in Berenson, po Lane in Corrie, 2006) kažejo celo, da pri tem tudi strokovne izkušnje ne pomenijo prav dosti.

Na področju klinične psihologije se prekrivata dva kriterija, po katerih ocenjujemo in se odločamo. Prognoza temelji na poznavanju razvoja neke bolezni ali motenosti, predikcija pa na statistično preverjeni napovedni vrednosti nekih prediktorjev. Običajno to pomešamo ali držimo vsaksebi, namesto da bi oboje upoštevali integrirano.

Rezultati raziskav nakazujejo, da predikcija na osnovi statistične obdelave podatkov omogoča bolj veljavne zaključke kakor klinična metoda, vendar natančen vpogled pove, da to drži za populacijo, vzorec, oziroma v pogojih, ko trditev zahteva nekaj posploševanja. V posameznem primeru (še posebej v redkih primerih) pa je lahko povsem zmotna in tam ima klinična metoda prednost. Znanstvenik – praktik se tega zaveda in testira hipoteze z obeh zornih kotov, preden sprejme odločitev. Njegov hevristični pristop mu omogoča, da obdrži svoja prepričanja na osnovi teoretičnih znanj, da pa vendar obstaja odprt za nove informacije in preverja hipoteze ter celo postavlja nasprotno hipoteze. Takšen pristop seveda zahteva spremljanje nekih pojavov, potovanje skozi čas, in to potovanje je neprestana učna ura, menita Lane in S. Corrie.

V tretjem poglavju se avtorja ukvarjata z vprašanjem, kako formulirati ugotovitve in trditve. Je trditev lahko povsem točna ali je bolj od točnosti pomembno, v kolikšni meri je koristna? Poleg zmožnosti razmišljanja in razlaganja je zmožnost formuliranja strokovnih trditev temelj dobre prakse. Tega pa ne moremo početi, ne da bi nam bila povsem jasna praktična vprašanja in položaj uporabnika naših storitev. Morda to najbolj občutimo v forenzični psihologiji, kjer se prične že s tem, do kakšne mere je sodnik v sklepu za izvedenca znal formulirati vprašanja, na katera naj izvedenec odgovori. Psiholog izvedenec po vsem, kar je že bilo rečeno, ne bo mogel formulirati trditev brez sence dvoma, vendar pa mu mora biti jasno, da to ne pomeni, da obstaja utemeljen dvom glede obravnavane zadeve v sodni praksi. Na zaslišanju mora psiholog izvedenec postavljati jasno mejo med strokovnimi vprašanji in vprašanji, ki zadevajo poroto.

Podobno, čeprav manj prepoznavno, se takšne dileme pojavljajo v vsaki psihološki praksi. Iz dokumenta Britanskega združenja psihologov (2005), ki se nanaša na pet področij prakse (klinično, forenzično, šolsko, svetovalno in zdravstveno), izhaja, da se model znanstvenik – praktik povezuje s pomembnostjo prakse odzivanja z razmislekom in dobro formulacijo mnenja. V klinični, forenzični in svetovalno-terapevtski praksi to zmožnost postavljajo kot osnovni standard kompetence. Njihov trening mora v ta namen vsebovati tudi formuliranje mnenj skozi (i) identifikacijo namena, (ii) perspektivo veljavnih znanj in ustreznih postopkov in (iii) proces izpeljanega dela, psihološkega ocenjevanja in intervencij.

V naslednjem (četrt) poglavju avtorja postavljata vprašanje, kakšna je narava našega znanstvenega mišljenja in znanja. Vemo, da so kriteriji in pogoji glede tega, kaj je in kaj ni znanost, kot so jih postavili v 19. stoletju na osnovi naravoslovnih ved tistega časa, nesprejemljivi za današnjo rabo, še posebej pa to drži za humanistične in družbene znanosti. Nejasni kriteriji pa so tudi v psihologiji olje na ogenj sporov med

akademske discipline in strokovno prakso.

Avtorja pričenjata svoja razmišljanja z izjavo A. Einsteina: »Domišljija je pomembnejša kot znanje.« Kreativnost empatičnega razumevanja in spoznavanja je tisto, kar psihologovo znanje povzdiguje v umetnost. Vendar pa – ali ni kreativnost (od zaznavanja problema do interpretacije) tudi sok dobre raziskave? Kreativnost omogoča tudi premeščanje dobre raziskave v dobro prakso in obratno. Če znanstvenik – praktik dobro povezuje oboje, hkrati tudi zmanjšuje prepad med »vedeti o ...« in »vedeti, kako ...«. Razvija »kreativnost v akciji« skozi znanstveno in strokovno debato.

Kakšni znanstveniki smo psihologi (peto poglavje)? Kdo si lasti znanje in kdo lahko definira realnost (Reason, po Lane in Corrie, 2006)? Metodologija raziskovanja, čeprav zelo pomembna, ni namen, ampak sredstvo raziskovanja. Ustrezati mora zahtevam opazovanja in preverjanja danega problema. V zahodnih družbah močno precenjujemo znanost. Popper (1963) opozarja, da jo enačimo z resnico. Najbrž zato, ker ima to verovanje tudi praktično vrednost (za vsako zobno pasto v reklamah trdijo, da je znanstveno preverjena ...). V resnici pa je znanstveni način spoznavanja le eden od načinov s svojimi odlikami in slabostmi. Tisto, kar je empirično dokazljivo, je navadno le del celotne slike. Poleg tega se to običajno ne nanaša na redke pojave (ki so predvsem za klinika zelo pomembni). Pri tem nas lahko zavajajo še druge predpostavke:

- da je znanstveno opazovanje nevtralnno,
- da so spoznanja tako verodostojna, da jih lahko posplošujemo,
- da lahko pojave interpretiramo po linearno-posledičnih zvezah, in podobno.

Imamo torej dovolj razlogov, da empirične znanstvene ugotovitve preverjamo skozi strokovno prakso in obratno, da spoznanja ki jih pridobivamo skozi prakso, preverjamo z reprezentativnimi raziskavami.

Empirične ugotovitve same zase imajo več pomanjkljivosti, kot si mislimo. Kompleksnost človeške narave postavlja v mnogo preozke okvirje s tem, ko jo omejujejo na tisto, kar zmoremo opazovati in ocenjevati. Kot se človek ne odziva zgolj na osnovi zaznav, se tudi ne moremo omejiti le na spoznanja, ki jih omogoča obstoječa metodologija. S tem bi izključili zmožnost naših možganov, da prispevajo k razumevanju zaznanega. Tudi potem, ko si ustvarimo določene teorije, je dokaj nesmiselno, če skušamo znanstveno preverjati, katere so resnične in katere napačne. Avtorja v šali navajata Bertranda Russella, ko pravi, da bi po tem principu puran, ki je vaje, da ga že zjutraj izdatno nahranijo, to pričakoval tudi na božični dan, ko ga zakoljejo. Prav tako kot slediti znanemu pa je tvegano slediti samo novim spoznanjem, če tega ne integriramo v zakladnico znanega.

Popper (1963) opozarja, da na področju psihologije težka odkrivamo univerzalne zakone (dodajmo, da tudi zakonitosti). Zato je neka teorija pač zgostitev dotedanjih izkušenj, tisto najboljše, kar imamo v določenem času pri roki. Takšna znanost ima pač več opravlja z domnevanjem in ugibanjem kot z dejstvi. Odnos med teorijo in znanstvenim raziskovanjem pa je še bolj zapleten. To vidimo šele skozi čas, ko smo

priča vzajemnemu dopolnjevanju. Vprašanje *ali teorija ali raziskovanje* je torej odveč in stranpot.

Brez vzajemnosti so lahko tako teoretični koncept (ki ni testiran) kot tudi rezultati raziskave (ki so pomanjkljivo interpretirani) falsifikat. Kuhn (1970) preseže to zadrego z opozorilom, da kaže ugotovljeno (z raziskavo ali skozi prakso) preverjati v kontekstu vsega v času, ko je do te ugotovitve prišlo. Pri tem imata tako raziskovalec kot praktik v rokah samo nekaj *puzzlov* od celote. Če se tega zavedamo, se obvarujemo pred pretirano pripadnostjo eni paradigmi, ki nam lahko predstavlja preozke okvirje, da bi lahko razmišljali in delovali kreativno. Nevaren je tako socialni konstrukcionizem (kot da človekov um ne poseduje lastnih trajnejših karakteristik) kot tudi ignoriranje človekove socialne narave in kulture. Socialni konstrukcionizem nedvomno vpliva na to, kako usmerjamo svoje znanstveno raziskovanje, vendar to ne pomeni, da obstaja le »socialna realnost«, saj medčloveške interakcije niso izvzete iz naravnega okolja.

Aplikativcu se morda zdi, da lahko zanemari »merljivo« in obdelavo podatkov. Toda s tem stori podobno napako kot raziskovalec, ki se omejuje le na merljivo, pa rezultatov pogosto ne zna interpretirati. Znanstvenik – praktik potrebuje oboje in še več. Potrebuje znanost o učinkovitosti svojih intervencij.

Lane in S. Corrie sta mnenja, da psihologa danes vodi pot iz socialnega konstrukcionizma v znanost, imenovano »kritični realizem«. Ta upošteva, da je znanje produkt zgodovinskih in socialnih procesov, v katerih ima diskurz pomembno vlogo, vendar pa naše doživljanje sveta temelji na interakciji mnogo sistemov, ki so tudi neodvisni od našega razglabljanja. Kritični realist bo odkrival globlje ležeče strukture, ki so kritične v procesu oblikovanja naše socialne realnosti.

Biti znanstvenik – praktik pomeni tudi oblikovati svojo socialno identiteto, menita avtorja v naslednjem (šestem) poglavju. V to se vpletajo procesi iskanja svoje poklicne vloge. Doživljamo nemalo problemov s tem, ko hočemo z eno nogo stati v poklicni praksi, z drugo pa v znanstvenem raziskovanju. *Identificirati se* pomeni tudi *pripadati*. Kadar je socialna klima izključujoča, je nemogoče pripadati enim in drugim. Da je temu tako, priča tudi stanje duha slovenskih psihologov. Ko sem se kot nadebudni začetnik včlanil v Društvo psihologov, je bilo prvo posvetovanje, ki sem se ga udeležil, posvečeno poklicni identiteti psihologa. Več kot 30 let kasneje je bila osrednja tematika enega prvih slovenskih kongresov psihologov namenjena poklicni identiteti psihologov. Ko sem leta 1993 sprejel ponujeno mesto na Univerzi v Ljubljani (na Oddelku za psihologijo FF), sem za svoje področje klinične psihologije in psihoterapije vztrajal na modelu znanstvenika – praktika. Ne brez težav in posledic do današnjih dni. Vprašanja, kdo sem in komu pripadam, so konstantni del te scene.

Raziskave socialne (poklicne) identitete, povezane z organizacijskimi procesi same dejavnosti, so stekle šele v zadnjih dveh desetletjih. Kaže, da tudi sam način dela podpira identifikacijske procese. Dejavnosti psihologov pa so tako razpršene, različne in včasih nasprotujoče si, da to ni enostavno. Zato je poklicno dejavnost psihologov tudi težko regulirati z zakonom.

Od sedmega do trinajstega poglavja bo vsakdo od kolegov našel kaj zase. Enajst soavtorjev pretresa položaj psihologa znanstvenika – praktika v vseh pomembnejših

sferah njegove dejavnosti. V šolstvu v Veliki Britaniji psihologi veljajo za »pomagalni poklic«. S svojim delom se ne razlikujejo kaj prida od običajnega profila. Opravljajo naloge psihološkega ocenjevanja in intervencij, ki pa so omejene bolj na vedenjske, kognitivne in sistemske ukrepe. Model znanstvenik – praktik skuša zaživeti v bolj kompleksnem socialnem in predvsem političnem okolju (kar je šolstvo vedno bilo).

Področje svetovalne psihologije je v ZDA in tudi Veliki Britaniji (od 1982. leta dalje) definirano kot samostojno področje psihologove dejavnosti. Tisto, kar daje svetovalnemu psihologu posebno mesto, je humanistična orientacija, ki podpira procese samorazvoja klientov, večinoma na področjih duševnega zdravja in mentalne higiene, kjer se zoperstavlja medicinskemu modelu pogleda na človeka. Ta dejavnost predstavlja tudi uveljavljene psihološke intervencije, t. i. generični nivo psihoterapije. Dejavnost že iz tradicij C. Rogersa vključuje raziskovanje. Zato jim je model znanstvenik – praktik blizu.

Na področju psihologije dela in organizacije delo psihologa izhaja iz tradicij eksperimentalne psihologije in v teh okvirjih pozdravljajo model znanstvenik – praktik. V svojem pristopu k raziskovanju so že presegli pozicijo socialnega konstrukcionizma in odprli pot do kritičnega realizma. Niso zadovoljni z izobraževanjem na univerzah. Zato organizirajo usposabljanja, povezana z organizacijskim razvojem. Raziskujejo, da bi bolje razumeli človeka, vpetega v to organizacijsko polje.

Za zaključek avtorja vržeta oko še na izobraževalne programe. Opozarjata, da je sodobni obrat prakse psihologov na pristope, ki jih imenujejo »evidence-based«, premalo. Utegne se celo zgoditi, da bo to slepa ulica, če ne bodo izobraževalni programi usmerjali v pristope, ki »temeljijo na znanosti« (science-based). Pri tem se je nujno izogibati »scientizmu« in integrirati na videz nasprotujoča si polja znanosti in prakse. Model znanstvenik – praktik je zrasel prav iz teh prizadevanj.

Literatura

- British Psychological Society (2005). *Subject Benchmarks for Applied Psychology*. Leicester, UK: British Psychological Society.
- Kuhn, T. S. (1970). *The Structure of Scientific Revolutions*. Chicago: University of Chicago Press.
- Lane, D. A. in Corrie, S. (2006). *The Modern Scientist-Practitioner. A guide to practice in psychology*. London, New York: Routledge.
- Popper, K. R. (1963). *Conjectures and Refutations: the Growth of Scientific Knowledge*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Shapiro, M. B. (1955). Training in clinical psychologists at the Institute of Psychiatry. *Bulletin of the British Psychological Society*, 8, 1–6.
- Shapiro, M. B. (1957). Experimental methods in the psychological description of the individual psychiatric patient. *International Journal of Social Psychiatry*, 111, 89–102.
- Witmer, L. (1896). Practical work in psychology. *Pediatrics*, 2, 462–471.

V naslednji številki (letnik 17, številka 1, 2008) PSIHOLŠKIH OBZORIJ bodo predvidoma objavljeni naslednji prispevki [Forthcoming articles]:

Nataša Sedlar, Simona Medved in Anja Pernek

Povezanost konstruktov vprašalnika BisBas in nekaterih osebnostnih konstruktov

Olga Poljšak Škraban, Sonja Žorga, Zvezdan Penezić in Marina Nekić

Nekateri prediktorji življenjskih ciljev v Sloveniji in na Hrvaškem

Leonida Kobal Možina

Navezanost in proces separacije individualizacije pri mladih odraslih v vlogi pomagajočih prostovoljcev

Urška Fekonja Peklaj in Ljubica Marjanovič Umek

Mama in vzgojiteljica kot ocenjevalki otrokove govorne kompetentnosti

Rok Holnthaner

Uporaba nevrofeedbacka pri obravnavi motenj pozornosti z ali brez hiperaktivnosti – ADHD

Saška Roškar

Kognitivnopsihološke teorije samomorilnega vedenja

Sonja Pečjak

Predstavitev doktorske disertacije "Socialni odnosi v povezavi z učno motivacijo in emocijami ter učnimi dosežki učencev: vloga vrstnikov in učiteljev" (dr. Katja Košir)

Urška Arnautovska in Sana Čoderl

Predstavitev Centra za psihološko svetovanje Posvet ter osnovnih značilnosti njegovih klientov

Recenzenti v letu 2007

- prof. dr. Mary Ainley, University of Melbourne, Faculty of Medicine, Dentistry & Health Sciences, School of Behavioural Science, Victoria, Avstralija
- doc. dr. Andreja Avsec, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- asist. mag. Boštjan Bajec, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- izr. prof. dr. Karin Bakračević Vukman, Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta, Oddelek za pedagogiko, didaktiko in psihologijo, Maribor
- izr. prof. dr. Janez Bečaj, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- Dušica Boben, Center za psihodiagnostična sredstva, Ljubljana
- dr. Tone Brejc, Inštitut RS za rehabilitacijo, Ljubljana
- red. prof. dr. Valentin Bucik, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- red. prof. dr. Zlatka Cugmas, Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta, Oddelek za predšolsko vzgojo, Maribor
- Miha Černetič, Vrtec Tezno, Maribor
- asist. dr. Matej Černigoj, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- doc. dr. Urška Fekonja Peklaj, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- dr. Alenka Gril, Pedagoški inštitut, Ljubljana
- asist. dr. Katarina Habe, Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta, Oddelek za predšolsko vzgojo, Maribor
- asist. dr. Mojca Juriševič, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, Ljubljana
- izr. prof. dr. Darja Kobal Grum, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- asist. dr. Leonida Kobal Možina, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo, Ljubljana
- asist. dr. Luka Komidar, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- red. prof. dr. Edvard Konrad, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- doc. dr. Stane Košir, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, Oddelek za specialno in rehabilitacijsko pedagogiko, Ljubljana
- mag. Tina Kumelj, Ljubljanske mlekarnice, Ljubljana
- asist. Vesna Lešnik, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- red. prof. dr. Ljubica Marjanovič Umek, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana

- red. prof. dr. Janek Musek, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- asist. dr. Robert Masten, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- dr. Zoran Pavlović, Pedagoški inštitut, Ljubljana
- izr. prof. dr. Sonja Pečjak, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- izr. prof. dr. Cirila Peklaj, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- doc. dr. Zvezdan Pirtošek, Klinični center Ljubljana, Inštitut za klinično nevrofiziologijo, Ljubljana
- dr. Vid Pogačnik, Goodyear, Kranj
- red. prof. dr. Marko Polič, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- doc. dr. Melita Puklek Levpušček, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- asist. dr. Grega Repovš, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- dr. Saška Roškar, Inštitut za varovanje zdravja RS, Ljubljana
- Sanja Rozman, Ljubljana
- dr. Meta Shawe Taylor, Surrey and Borders Partnership NHS, Conifen Resource Center, London, Velika Britanija
- dr. Branko Slivar, Zavod RS za šolstvo, Ljubljana
- asist. mag. Barbara Smolej-Fritz, Glasbena šola Krško, Krško
- doc. dr. Gregor Sočan, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- doc. dr. Matija Svetina, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- red. prof. dr. Vladimir Takšič, Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju, Rijeka, Hrvaška
- mag. Rudi Tavčar, Mirabi, Zavod za izobraževanje, raziskovanje in svetovanje, Kranj
- izr. prof. dr. Matej Tušak, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana
- mag. Mojca Verhovnik, OŠ Mislinja, Mislinja
- dr. Tina Zadravec, Univerzitetna psihiatrična klinika, Ljubljana
- Maja Zorko, Inštitut za varovanje zdravja RS, Ljubljana
- red. prof. dr. Maja Zupančič, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Ljubljana
- asist. mag. Miloš Židanik, Zdravstveni dom dr. Adolfa Drolca, Maribor
- izr. prof. dr. Sonja Žorga, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, Ljubljana
- asist. dr. Gregor Žvelc, Inštitut za integrativno psihoterapijo in svetovanje, Ljubljana
- mag. Maša Žvelc, Inštitut za integrativno psihoterapijo in svetovanje, Ljubljana

Navodilo avtorjem prispevkov

Opredelevitev prispevkov

V Psiholoških obzorjih so objavljeni prispevki, napisani v slovenskem ali angleškem jeziku (izjemoma, po presoji uredniškega sveta, še v kakšnem drugem svetovnem jeziku). Znanstveni in strokovni prispevki morajo biti napisani v jedrnatem, razumljivem, jasnem in logičnem ter jezikovno ustreznem slogu. Avtorji morajo sami poskrbeti za jezikovno lekturo prispevkov. *Empirični članek* avtor napiše kot poročilo o raziskavi. Vsebovati mora vse značilne dele, ki odlikujejo korake raziskovalnega procesa: *uvod, metoda* (s podpoglavji *udeleženci, pripomočki oziroma instrumenti ter postopek*), *rezultati, razprava in literatura*. *Za teoretski članek* se predvideva, da v podrobnostih preučiti in kritično analizira določene modele ali teorije. Empirični podatki so predstavljeni le, če so v neposredni zvezi s teorijo. *Pregledni članek* kritično ovrednoti na različnih mestih že objavljene prispevke. Značilni deli preglednega članka so opredelitev in razlaga problema, povzetek predhodnih raziskav, pojasnitev medsebojnih odnosov, protislovij, pomanjkljivosti in na koncu predlogi za nadaljnje raziskovanje. *Metaanalitična študija* predstavlja posebno vrsto članka, v katerem avtor s pomočjo posebne raziskovalne metodologije, značilne za metaanalitične študije, pregledno predstavi rezultate številnih empiričnih študij na temo nekega raziskovalnega problema.

Struktura prispevka

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

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

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

Tehnična navodila za predložitev prispevkov

APA standardi

Oblika poslanih rokopisov naj sledi standardom in priporočilom, opisanim v priročniku za pisanje raziskovalnih poročil, ki ga je izdalo ameriško združenje psihologov (APA Publication Manual, 5. izd., 2001) in je že pred leti postal mednarodni standard, ki ga upoštevamo tudi slovenski psihologi. Vsak rokopis, ki bo prispel v objavo v revijo Psihološka obzorja, ki bo ustrezal tehničnim (oblikovnim) zahtevam in ki bo sodil v okvir »*namenja in ciljev revije*«, bo po postopku dvojne slepe recenzije poslan v oceno dvema kompetentnima ocenjevalcema.

Oblikovni izgled

Avtorji besedilo prispevka pripravijo v enem od standardnih računalniških programov za obdelavo besedil (npr. Word za Windows) in ga shranijo v datoteki standardnega formata, npr. .doc ali .rtf. Besedilo naj bo napisano s dvovrstičnim ali 1,5 vrstičnim razmikom, z različnimi naslovi, podnaslovi in oštevilčenimi stranmi. Napisano naj bo z eno osnovnih oblik pisave (Times Roman, Arial, Helvetica, Courier) velikosti 12, besedilo naj bo levo poravnano. Začetki odstavkov naj ne bodo umaknjeni navznoter, pač pa naj bo pred vsakim novim odstavkom, naslovom, podnaslovom, predvidenim mestom za sliko ali tabelo vrinjena prazna vrstica. Prispevek naj praviloma ne bo daljši kot ena avtorska pola (16 strani po 32 vrstic z okoli 60 znaki v vrstici oziroma okoli 30.000 znakov, vključno z razmiki).

Tabele, slike, opombe

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

Tabele naj bodo natipkane z enojnim razmikom. Nad tabelo naj bo (v datoteki s tabelaričnimi in slikovnimi prikazi) izpisana zaporedna številka tabele in za piko njen naslov (npr. Tabela 1. *Korelacijska matrika* ...). Tabela mora biti informativna brez posebnega sklicevanja na besedilo, torej opremljena s potrebnimi informacijami in po potrebi z opombami. Avtorji se v besedilu sklicujejo na sliko ali tabelo (npr. z 'glej sliko 1', 'v tabeli 2' ...), saj prikaz ne bo nujno na mestu, ki ga je predvidel avtor. V poglavju o rezultatih naj bo isti podatek vedno prikazan le enkrat. Avtorji naj se odločijo, kateri način (slika, tabela ali prikaz v vezanem besedilu) je najbolj primeren in informativen. Opombe pod črto naj bodo vključene v prispevek le izjemoma.

Citiranje, literatura

Uporabljene reference drugih avtorjev naj bodo v besedilu citirane po harvardskem sistemu: npr. Rostohar (1952) ali (Rostohar, 1952). Kadar je citiranih več avtorjev, so navedeni v abecednem redu, npr. (Bujas, 1953; Rostohar, 1952; Trstenjak, 1953). Citati posameznih referenc so ločeni s podpičjem, npr. (Petrič, 1970; Petrovič, 1969). Kadar so citirano delo napisali trije avtorji ali več (do vključno šest), so pri prvem citiranju vedno navedena imena vseh soavtorjev, npr. (Toličič, Šebek, Pečjak in Zorman, 1957), pri morebitnih naslednjih citatih pa le ime prvega avtorja, za druge pa je dodano le 'in dr.'; drugi citat bi se tako glasil (Toličič in dr., 1957). Kadar je citiranih več del istega avtorja, napisanih v istem letu, so letnicam dodane male črke po abecednem redu, npr. (Persič, 1968a, 1968b).

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

Navedki prispevkov v revijah morajo vsebovati priimek avtorjev, začetnice imena, leto izdaje, naslov prispevka, polno (neokrajšano) ime revije, letnik, če se v vsakem zvezku znotraj istega letnika število strani začne z 1, tudi številko zvezka (v oklepaju), in navedbo strani, na katerih je natisnjen prispevek (pri tem uporabljamo pomišljaj –, ne vezaj -). Pri tem je potrebno paziti na ločila, ki ločijo posamezne enote navedka. Ime revije in letnik izhajanja pri navajanju prispevkov v revijah ter naslov knjige (tako pri avtorskih kot pri urejenih knjigah) so v poševnem tisku. Primer navedbe:

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

Navedba avtorske knjige vsebuje priimek avtorjev, začetnice imena, leto izdaje, naslov knjige, kraj izdaje in založbo. Primer navedbe:

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

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

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

Vsaka navedba prispevka, katerega naslov ni v enem od pogosto uporabljenih svetovnih jezikov (npr. angleškem, nemškem, francoskem, italijanskem, španskem) mora imeti v seznamu referenc v ogletem oklepaju dodan tudi naslov prispevka, preveden v angleški jezik. Primer navedbe:

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

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

Oddajanje prispevkov

Avtorji besedilo in druge dele prispevka pripravijo v elektronski in natisnjeni obliki, ki morata biti identični. Datoteke, ki naj bodo poimenovane s priimkom prvega avtorja in dodano specifično oznako (npr. novak-besedilo.doc; novak-tabeleslike.doc), avtorji pošljejo glavni in odgovorni urednici na elektronski naslov anja.podlesek@ff.uni-lj.si (namesto tega lahko po navadni pošti na naslov urednice pošljejo CD). Natisnjeno obliko prispevka pošljejo na naslov: dr. Anja Podlesek, Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo, Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana.

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

Datoteke z besedilom, tabelami in slikami avtorji natisnejo z računalniškim tiskalnikom v treh izvodih. Vsaka stran naj bo natisnjena na posebnem listu. Po koncu besedila naj bodo dodane tabele in nato slike, vsaka na posebnem listu papirja (pri slikah naj bo na hrbtni strani lista s svinčnikom zapisana zaporedna številka slike).

Po končanem redakcijskem postopku in strokovnih recenzijah bo izvod prispevka vrnjen avtorjem, skupaj z recenzijama in kratkim mnenjem urednice glede sprejetja besedila v objavo. V primeru, da je prispevek sprejet v objavo, avtorji upoštevajo vse prejeete pripombe, popravke in sugestije ter pripravijo končno verzijo prispevka. V končni verziji naj bo prva stran besedila takoj za naslovom prispevka dopolnjena še z imenom in priimkom avtorjev, imenom inštitucije, kontaktnimi podatki in morebitnimi dodatnimi informacijami o financerju študije, o tem, da je bil prispevek predstavljen na kakšnem od kongresov, ali zahvalo.

Pri oddaji končne verzije prispevka avtorji natisnejo en izvod prispevka. Natisnjeno in elektronsko obliko pošljejo na naslov glavne in odgovorne urednice. Tipkopolis in slike bodo mesec dni po objavi uničeni, če avtorji ne bodo posebej pisno zahtevali vrnitve originalnih gradiv.

Zaključne opombe

Poslana končna verzija rokopisa pomeni tudi potrditev avtorjev, da prispevek v enaki ali podobni obliki ni bil objavljen v kateri drugi domači ali tuji publikaciji in da tudi v bodoče ne bo brez poprejšnjega soglasja izdajatelja Psiholoških obzorij. Uredniški odbor, uredniški svet ter izdajatelj ne prevzemata odgovornosti za strokovna mnenja in trditve oziroma zaključke, ki so jih podali avtorji v posameznih prispevkih.

Instructions for Authors

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

Manuscript Structure

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

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

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

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

Technical Aspects of Manuscript Preparation

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

The manuscript must be typeset in a standard font (Times Roman, Arial, Helvetica, or Courier, 12 pt size), with left justification and double spacing. Titles and subtitles must be clearly indicated and pages must be numbered (no other header/footer information is allowed). The paragraphs must not be indented and they must be separated by a blank line. The paper should normally not exceed 16 standard pages (32 rows by 60 characters) in length. The main text, without author(s) name(s) and institution(s), should be saved in a .doc or .rtf file (e.g., in MS Word – if non-Windows software is used, the author must perform the necessary conversion to assure seamless operation on the Windows platform). Tables and figures should not be included in the text (but their position should be indicated). They should be added as one or more separate files. Figures should be provided in camera-ready format without excessively small details. Graphs, schemes, and diagrams should be pasted from the original program into a .doc file as objects. Photographs should be supplied in high-resolution (> 300 dpi) graphic files as JPG, TIF, or PNG.

Manuscript Submission

The files containing the text, tables and figures should be named by the first author's surname and a short description of the file (e.g. novak-text.doc, novak-tables&figures.doc). In another separate file (e.g. novak-about authors.doc) the basic information on the paper should be provided – title of the paper, name(s) of the author(s), title(s), institution(s), and exact address of the author the Editorial Board will contact for further correspondence (including telephone number, fax number, e-mail address, home page URL if possible etc.). All the files should be sent by e-mail to anja.podlesesek@ff.uni-lj.si

The manuscript should also be printed in three copies on a single side of paper and sent to the Editor-in-Chief: Dr. Anja Podlesesek, University of Ljubljana, Faculty of Arts, Department of Psychology, Aškerčeva 2, 1000 Ljubljana, Slovenia. Each table and/or figure with the proper caption should be provided on a separate sheet. The manuscript will be destroyed one month after publication unless the author submits a request in writing for the originals to be return to her/him.

After editorial consideration and review process, a copy of the manuscript will be returned to the author together with the two reviews and editorial opinion on acceptability. In case the manuscript is accepted for publication, the author must take into account all the suggestions (including language and style changes) while preparing the final version. The text in the final version should include (after the title of the paper) the authors' names and institutions, contact information, and potential additional information on funding, congress presentation and/or acknowledgements. The files and a single copy of the final version should be mailed to the Editor-in-Chief. Submission of the final version implies author's declaration that the paper has not been published in any other Slovenian or foreign publication in its present (or similar) form. At the same time it implies author's consent that the paper or its parts can only be reproduced in any other publication by permission of the publisher of the Horizons of Psychology. For any additional correspondence please make use of e-mail.