

Odnos navezanosti in nadaljevanje vezi v procesu žalovanja[#]

*Anja Simonič**

KOPA Golnik - Klinični oddelek za pljučne bolezni in alergijo, Golnik

Povzetek: Predmet pričujočega prispevka je odnos navezanosti kot eden izmed dejavnikov, ki sooblikujejo proces žalovanja po izgubi partnerja. V izvedeni, integrativno naravnani študiji o procesu žalovanja po izgubi partnerja zaradi nenadne ali pričakovane smrti v času enega do dveh let po izgubi se je odnos med partnerjema izkazal kot pomemben pokazatelj procesa žalovanja. V skladu z občutljivo naravo procesa žalovanja za raziskovanje se je avtorica odločila za študijo primera kot metodo dela (sodelovalo je sedem udeležencev) in krožno oblikovan raziskovalni proces. Funkcioniranje žalujočih na različnih področjih življenja je ocenjevala s polstrukturiranim intervjujem, posebej oblikovanim za namen raziskave, ter s prirejeno verzijo podtesta Navezanost v okviru Slikovnega testa separacije in individualizacije (Žvelc in Žvelc, 2000). Ugotovila je, da se določene vsebine v procesu žalovanja specifično vežejo na vrsto odnosa s partnerjem pred izgubo (ambivalenten in tesno povezan, odvisen odnos) ter doživljanje sedanje pozicije v odnosu do umrlega partnerja. Avtorica je zaključila, da je brez nadaljnega raziskovanja težko ocenjevati, kakšno doživljanje sedanje pozicije v odnosu do partnerja prispeva k zdravi izpeljanosti separacije in individualizacije oziroma procesa žalovanja. Dobljena spoznanja so omejena na specifični kontekst posameznega udeleženca. Dejstvo, da je avtorica ob študiji primera kot metodi dela odkrila v procesu žalovanja in odnosu navezanosti med partnerjema določene vzorce, pa kaže na možnost le-teh tudi v širši populaciji.

Ključne besede: žalovanje, navezanost, partnerski odnosi, študija primera

Attachment and continuing bonds in bereavement

Anja Simonič

University Clinic of Respiratory and Allergic Diseases Golnik, Golnik, Slovenia

Abstract: The subject of this paper is the attachment in a relationship being one of the factors which conform the grieving process after conjugal loss. In this integrative study about the grieving process after the loss of a partner due to sudden or expected death one or two years after the loss, the author determined that the relationship between partners represents an important indicator of the grieving process. Due to the sensitive nature of the process, the method used was a case study (seven participants were interviewed) and a circular research process. The functioning of grieving persons in different areas of life was assessed with a semi-structured interview, specifically designed for this research, and with an adapted version of the Attachment Test, a part of Picture Test of Separation and Individuation (Žvelc

[#] Del raziskave je avtorica predstavila na 18. Onkološkem vikendu: Paliativna oskrba bolnikov z rakom, Laško, 2005.

* Naslov / Address: Anja Simonič, univ. dipl. psih., KOPA Golnik - Klinični oddelek za pljučne bolezni in alergijo, Golnik 36, 4204 Golnik, e-pošta: anja.simonic@klinika-golnik.si

and Žvelc, 2000). It was ascertained that particular contents in the grieving process are specifically connected with the type of relationship prior to death (ambivalent and closely connected/dependent relationship) and the experiencing of the present position in relation to the deceased partner. Due to the fact that knowledge about possible maintenance/continuance of the bond between the partners has only recently become the locus of empirical research, the present study could not yet fully evaluate what kind of experience of current relationship position towards the partner contributes to healthy separation and individuation processes, i.e. grieving. Although the findings are limited to the specific context of each individual participant, the case study ascertained certain patterns in the relation between the grieving process and the attachment between partners, which indicates that there is a possibility of these in the wider population.

Key words: grief, attachment behavior, marital relations, case report

CC = 2950

UDK=159.9:393.7

Opredelitev žalovanja

Obstaja mnogo opredelitev žalovanja, od katerih jih večina kaže na aktivno, naporno naravo procesa žalovanja, kajti da žalujoči najde upanje, uteho ali tolažbo, mora predelati svojo žalost in preboleti izgubo (Corr, 1996). Zadnja desetletja je področje žalovanja namreč zaznamovala literatura, ki je poudarjala »pomembnost preboleti, predelati misli, čustva, povezana z izgubljenim odnosom, pri čemer so bila v ospredju negativna čustva in opustitev, prenehanje navezanosti na umrlega« (Bonanno in Kaltman, 1999, str. 760). Gre za teoretično ozadje, ki združuje pojma *izguba* in *delo*, izhajajoč iz Freudove (1917/2001) uporabe izraza »*work of mourning*« oziroma »*grief work*«, ali v slovenščini *predelati žalost* oziroma boljše *preboleti izgubo*. Zadnja leta pa prihaja na področju raziskovanja žalovanja do konceptualnih in empiričnih sprememb, ki so predvsem posledica vse več raziskav o naravi stresa in reakcij na travmo. Te so s seboj prinesle raziskovanje drugih psiholoških fenomenov, povezanih z žalovanjem, kot so emocije in navezanost (Bonanno in Kaltman, 1999), ter spoznanja, da ideja »*prebolevanja izgube*« nima solidne empirične podpore (Bonanno in Kaltman, 1999; Stroebe in Stroebe, 1987; Stroebe, Stroebe in Schut, 2001).

Vsekakor pa drži, da je žalovanje v svoji osnovi naraven (Tekavčič Grad, 2003), ustrezen in zdrav (Corr, 1996) odgovor posameznika na izgubo. Skupno vsem izgubam, ki jim sledi določena oblika žalovanja, je to, da je »posameznik prikrajšan/ločen od izgubljene osebe, objekta, statusa ali razmerja« (Corr, 1996, str. 19). Pot, ki jo mora žalujoči prehoditi, da po izgubi bližnjega ponovno uravnovesi svoje življenje, se med posamezniki lahko zelo razlikuje, prav tako pa tudi med kulturami. Skoraj nemogoče pa se je izogniti nekaterim univerzalnim vsebinam (Tekavčič Grad, 2003), ki se manifestirajo na več ravneh: čustveni, telesni, kognitivni, vedenjski (Worden, 2003), socialni in duhovni (Corr, 1996). Medtem ko so nekateri v akutni stiski, od katere si ne morejo opomoči (t. i. kronično žalovanje), drugi trpijo manj intenzivno in krajše časovno

obdobje (t. i. proces okrevanja), za nekatere se zdi, da hitro okrevajo, nato pa se pojavijo nepričakovane zdravstvene težave in problemi v doživljanju običajnega zadovoljstva v življenju (t. i. odloženo žalovanje), veliko število ljudi pa prestane trenutno izgubo presenetljivo dobro, brez očitnih motenj v zmožnosti funkcioniranja na delu ali v bližnjih razmerjih in zanje se zdi, da gredo z lahkoto novim izzivom naproti (t. i. »žilavo« odzivanje) (Bonanno, 2004). Ta drugačnost v procesu žalovanja posameznikov je odvisna od mnogih dejavnikov: načina smrti, starosti žalujoče osebe in starosti umrlega, narave, dolžine in kakovosti razmerja s to osebo, osebnosti, spola, finančnega stanja, socialnega in kulturnega okvira, ki žalujočo osebo obdaja po smrti ljubljene osebe, preteklih izkušenj z izgubo ali načina, kako se je bila oseba v preteklosti vajena soočati s stresnimi situacijami (Bonanno in Kaltman, 1999; Cleiren, 1991). Bonanno in Kaltman (1999) poudarjata možnost interakcije različnih faktorjev konteksta izgube, ki jih tako ni moč vedno razlagati neodvisno drug od drugega. Celostno razumevanje procesa žalovanja torej mora sloneti na kontekstu, v katerem se je izguba zgodila. Čeprav se bomo v nadaljevanju natančneje posvetili spoznanjem o vplivu odnosa navezanosti na prilagoditev po izgubi, ne bomo mogli mimo sovplivanja drugih dejavnikov konteksta izgube.

Nadaljevanje/ohranitev vezi

Šele nedavno so raziskovalci začeli obravnavati navezanost kot eno od perspektiv v žalovanju, ne nujno v odvisnosti od teoretičnega ozadja »preboleti izgubo«. Freud (1917/2001) je domneval, da je cilj »prebolevanja izgube« v postopnem ločevanju navezanosti od izgubljenega objekta. Zanimivo je, da sta tako Freud (1923/2001) kot Bowlby (1980) v svojih kasnejših delih revidirala svoja začetna razmišljanja o ločevanju oziroma ohranitvi vezi z umrlo osebo in poudarila pomembnost nadaljevanja vezi s preminulim. Bonanno in Kaltman (1999) sta v svojem odmevnem pregledu o procesu žalovanja izpostavila Bowlbyjeva (1980) novejša spoznanja na področju žalovanja. Bowlby (1980, str. 96) tako pravi, da bolečina žalovanja vodi v preoblikovanje notranjih reprezentacijskih modelov in v reorganizacijo oblike navezanosti, oboje pa vključuje »vztrajanje odnosa« s preminulim. »Ko se prvo leto žalovanja izteče [...] polovica ali več vdov in vdovcev doseže duševno stanje, v katerem ohranijo močan občutek kontinuirane/trajne prisotnosti njihovega partnerja«. Spremembo v Freudovem razmišljanju o žalovanju je celostno interpretirala T. Clewell (2004). Freud je proces identifikacije z izgubljenim objektom najprej (1917/2001) povezoval s patologijo v žalovanju, kasneje (1923/2001) pa razumel, da je »proces 'working through' odvisen od internalizacije izgubljenega drugega v strukturo posameznikove lastne identitete, kar je oblika ohranjanja izgubljenega objekta v selfu« (Clewell, 2004, str. 61). Shuchter in Zisook (1993) zagovarjata podobno: »Empirična realnost je, da se ljudje ne odrečejo svoji vezi s preminulim, ne umaknejo svoje katekse ali jih 'pustijo, da gredo'. Preživeli se soočajo s transformacijo odnosa, ki je deloval na več ravneh: dejanski, simbolični, internalizirani, imaginarni v smislu predstavljanja sorodnosti in tudi na tisti, na kateri je

dejansko ('življenje in dihanje') razmerje bilo izgubljeno, toda druge oblike so ostale ali se celo lahko razvile v bolj izdelane oblike« (str. 34).

Prispevki raznih avtorjev (Benore in Park, 2004; Field, Gal-Oz in Bonnano, 2003; Field, Nichols, Holen in Horowitz, 1999; Park in Benore, 2004; Stroebe, Schut in Stroebe, 2005; Stroebe, 2004; Stroebe, Gergen, Gergen in Stroebe, 1992) v zadnjem času kažejo povečano pozornost tematiki ohranjanja vezi oziroma nadaljevanja navezanosti, pri čemer pritrjujejo obstoju vezi med umrlo in žalujočo osebo, obenem pa ugotavljajo, da obravnavano področje doslej ni bilo adekvatno raziskano. Odprto ostaja zlasti vprašanje, kako vpliva nadaljevanje navezanosti na prilagoditev ob izgubi. Vsekakor izguba intimnega razmerja zaradi smrti predstavlja velik izziv adaptaciji človeka (Neimeyer, 2002) v smislu na novo vzpostaviti ravnovesje, ki vsebuje nove načine funkcioniranja in obenem ohranja stare učinkovite ter v interakciji z drugimi vodi posameznika naprej v osebnostnem razvoju.

Koncept navezanosti je temelj Bowlbyjeve (1980) teorije navezanosti, na katero se, poleg npr. kognitivne teorije stresa (npr. Stroebe in dr., 2005), avtorji večinoma opirajo pri raziskovanju odnosa navezanosti kot dejavnika v procesu žalovanja. Izhodišče teorije navezanosti predstavlja razvoj močnih emocionalnih vezi s pomembnimi drugimi ter njihovo ohranjanje. Situacije, ki te vezi ogrožajo ali jih celo pretrgajo, vzbudijo specifične reakcije, npr. t. i. separacijsko anksioznost. Pomembnejša je izguba, intenzivnejše so reakcije in bolj variirajo. V takšnih situacijah se aktivira t. i. »*searching behavior*«, hrepenenje, jok ali klicanje in, če objekt navezanosti kljub temu ni ponovno dostopen, sledijo občutja žalosti, obupa. Izgubo bližnje osebe ali objekta navezanosti bi tako lahko definirali kot neželjeno, nehoteno separacijo od figure navezanosti, zaradi česar se pojavi vedenje navezanosti, podobno tistemu pri otrocih (Bowlby, 1969). Teorija navezanosti tako predpostavlja, da uspešna prilagoditev na izgubo zahteva postopno revizijo notranjih delovnih modelov navezanosti na umrlega (Bowlby, 1980) v skladu z realnostjo izgube. Prilagoditvena vrednost v ohranitvi trajne navezanosti na preminulega je za Bowlbyja (1980) najbolj jasno razvidna v smislu pomena in kontinuiranosti identitete, ki jo takšna trajna vez lahko nudi. Field in dr. (2003) k temu dodajajo še, da je razmerje med nadaljevanjem vezi in prilagoditvijo na izgubo kompleksno ter da teorija navezanosti dopušča, da to razmerje ni ekskluzivno adaptivno. Field in dr. (1999) tako npr. poročajo, da so žalujoči, ki so pol leta po izgubi partnerja poročali o ohranjanju in uporabi lastnine umrlega na podoben način kot v času, ko je še živel, v času 25 mesecev po izgubi doživljali in izražali večjo stisko (simptomi, specifično vezani na žalovanje), zlasti pa občutek nemoči. Po drugi strani je bilo iskanje tolažbe skozi spomine na umrlega negativno povezano s stisko v času 25 mesecev po izgubi. Ti rezultati kažejo, da je prilagoditev na izgubo v smislu ohranjanja vezi odvisna od oblike, ki jo prevzame nadaljevanje navezanosti.

Pričujoča študija pa teoretično ni umeščena samo v okvir teorije navezanosti, temveč je vpeta tudi v logiko teorije separacije in individualizacije Mahlerjeve (glej Mahler, Pine in Bergman, 1975). Separacija je nujno komplementarna navezanosti, saj bi navezanost sama, brez separacije ter formiranja reprezentacij selfa in objekta, vodila v razvojni zastoj. Navezanost je nujna, toda ne zadovoljiva za doseg individualizacije

ter identitete (Blum, 2001). Podobno meni tudi Praper (1999), da se oba koncepta dopolnjujeta. Medtem ko številne študije preučujejo razvoj odnosa navezanosti med otrokom in starši v prvih letih življenja, je manj znano o odnosih navezanosti, zlasti pa procesu separacije in individualizacije, pri odraslih. Poznamo sicer tipologijo navezanosti pri odraslih, izpeljano iz raziskav pri otrocih (npr. Hazan in Shaver, 1987; Main, 2000) in vemo, da je navezanost dinamičen sistem (Cugmas, 2003). O procesu separacije in individualizacije, skozi katerega gremo na svojevrsten način v življenju večkrat (Colarusso, 2000; Mahler, Pine in Bergman, 1975), morda celo vedno znova, pa je znanega še veliko manj. Lahko sklepamo, da tovrsten proces potemtakem poteka tudi v razvoju partnerskega razmerja. Prosky (po Česnik, 1994) npr. govori o treh razvojnih obdobjih v življenju partnerskega odnosa: fazi dvorjenja, fazi diferenciacije in fazi recipročnega odnosa. Izhajajoč iz ozadja uporabljenega podtesta Navezanosti, prirejenega posebej za žalovanje (Žvelc, Žvelc in Simonič, 2004, po Simonič, 2004), sledi razmišljanje, da partnerjeva smrt povzroči neke vrste vnovičen proces separacije in individualizacije, ki ga lahko opišemo tudi kot bistvo procesa žalovanja.

Preden opredelim raziskovalni problem, je nujno, da na kratko popišem ključno značilnost kvalitativno zasnovane raziskave, to je krožnost raziskovalnega procesa. Gre za temeljno značilnost modela utemeljene teorije, vezane le na določen kontekst (Glaser in Strauss, 1967, po Flick, 2002). Krožnost raziskovalca spodbuja, da permanentno reflektira celotni raziskovalni proces in v luči posameznih korakov osvetli druge korake. To pomeni, da upošteva v prejšnjih korakih pridobljeno znanje pri načrtovanju naslednjega koraka, kar mu dovoljuje ne le, da se vedno znova sprašuje, temveč tudi, da odgovarja, v kolikšni meri so uporabljene metode, kategorije in teorije pravične do subjekta in podatkov (Flick, 2002). Tako vsak delec in vsak nov podatek vpliva na sliko o celoti in jo sproti ter neprestano spreminja, dokler se na koncu raziskave vendarle ne ustali sorazmerno zanesljiva slika (Mesec, 1998). Preverjanje zastavljene hipoteze (ki ima sicer izredno pomemben in dragocen namen, predvsem da fokusira in omeji pozornost raziskovalca) v okviru študije primera lahko postane preveč ambiciozno zastavljeno, obenem pa je zaradi kompleksnosti in globine informacij preseženo. Posledično bom raziskovalni problem raje predstavila v obliki raziskovalnih vprašanj, ki so se pravzaprav porajala sproti kot posledica dobljenih izsledkov, obenem pa tudi kot izhodišče za nove.

Zanimala me je celostna podoba procesa žalovanja po izgubi partnerja, pri čemer je izhodišče raziskovanja najprej predstavljal način smrti (nenadna; dolgotrajna bolezen; samomor; prometna nesreča). Tekom analize rezultatov pa se je kot pomemben pokazatelj procesa žalovanja izkazal odnos med partnerjema, ki tako predstavlja predmet tega prispevka. Prednost izvedene kvalitativne raziskave vidim tako v globini kot tudi širini dobljenih informacij. Prvič, ker gre za dokaj »novo« raziskovalno polje, drugič, ker so zbrani podatki lahko v oporo bodočim raziskovalcem tega področja, zlasti pri operacionalizaciji določenih spremenljivk, in tretjič, ker lahko z vključitvijo teorije separacije in individualizacije ter instrumenta Navezanosti (Žvelc in dr. 2004, po Simonič, 2004) bolje razumemo proces žalovanja. Pri analizi in interpretaciji rezultatov so me usmerjala naslednja raziskovalna vprašanja:

1. *Ali se določene vsebine v procesu žalovanja vežejo le na določen tip odnosa, ki so ga imeli udeleženci s svojim partnerjem?* Sistematičnih raziskav o odnosu med žalujočim in umrlim ni veliko. Notranje modele ali reprezentacije odnosa literatura opisuje kot stile, tipe ali vzorce navezanosti. Stroebe in dr. (2005) v svojem teoretičnem pregledu o navezanosti in soočanju z izgubo uporabljajo naslednjo delitev (po Shaver in Tancredy, 2001): varna, odklonilna, preokupirana in neorganizirana navezanost. Težave v žalovanju predvidevajo pri oblikah anksiozne navezanosti, kamor spadajo vsi tipi, razen varne navezanosti. Parkes in Weiss (1983, po Stroebe in Stroebe, 1987) kot patološke oblike žalovanja opisujeta sindrome nepričakovanega žalovanja, vezanega na nenadno izgubo, ambivalentnega žalovanja, kot posledice ambivalentnega ali konfliktnega razmerja z umrlo osebo, ter kroničnega žalovanja, ki je posledica zelo odvisno naravnane odnosa z umrlim. Bolj sta bila partnerja v odnosu odvisna drug od drugega ali ambivalentna (Parkes, 1975a, po Cleiren, 1991; Parkes in Weiss, 1983, po Cleiren, 1991), težje je žalovanje. Odkriti želim, ali so določene značilnosti procesa žalovanja značilne le za določen odnos navezanosti med partnerjema.

- 2a. *Ali odnos med partnerjema pred izgubo lahko vpliva na obliko nadaljevanja vezi z umrlim partnerjem oziroma na doživljanje sedanje pozicije v odnosu do umrlega partnerja?*

Če naše izhodišče utemeljimo na tezi, da se navezanost med umrlo in žalujočo osebo ohranja oziroma nadaljuje, potem nas v nadaljevanju zanimajo le še možne oblike te navezanosti in njihova prilagoditvena funkcija. Z besedno zvezo »doživljanje sedanje pozicije« v odnosu do umrlega partnerja tako mislimo na nadaljevanje vezi s partnerjem, toda z možnostjo natančnejše določitve oblike te navezanosti. Izhajajoč iz uporabljenega slikovnega testa (opis v *Metodi*), kjer imamo na eni strani povsem prepleten, odvisen odnos med partnerjema, na drugi strani pa osebo, ki je v odnosu nenavezana, sama, samostojna, osamljena, tako sledi, da je tudi nenavezanost oziroma samostojnost ena od oblik, ki jo lahko prevzame nadaljevanje vezi. Stroebe in dr. (2005) domnevajo, da je »za varno navezane posameznike verjetno, da bodo ohranili svojo vez, obenem pa postopoma opustili močno navezanost na umrlega, kar privede do 'premestitve' (relokacije) umrlega in pomiritve z žalostjo. T. i. premestitev implicira stopnjo umika iz odnosa, obenem pa kontinuiteto te vezi v smislu, da se umrle osebe spominjamo ... in se odpiramo prihajajočemu življenju. Z drugimi besedami, umrli bo v večji ali manjši stopnji ostal del življenja tudi v prihodnosti, toda s prepoznavanjem in sprejemanjem, da ni več fizično prisoten, pri čemer bo ta sprememba integrirana tekom življenja« (str. 62–63). V primeru t. i. anksiozne navezanosti je premestitev težja in na različne načine povezana z vztrajajočim žalovanjem ali drugimi negativnimi posledicami, v ekstremnih primerih s psihopatologijo ali slabim zdravjem (Stroebe in dr., 2005). Zanima nas torej morebitna povezanost odnosa navezanosti med partnerjema pred izgubo s

sedanjim doživljanjem ohranjanja/nadaljevanja vezi do umrlega partnerja.

- 2b. *Ali nadaljevanje vezi s partnerjem predstavlja zaščitni dejavnik pri funkcioniranju žalujočih?* Klas, Silverman in Nickman (1996, po Bonanno in Kaltman, 1999) so opazali, da ohranitev povezanosti olajša, tako odraslim kot otrokom, zmožnost soočiti se z izgubo in spremembami, ki jo spremljajo. Te vezi omogočajo uteho, tolažbo in podporo ter olajšajo prehod iz preteklosti v prihodnost. Field in dr. (1999) pa menijo, da je od oblike, skozi katero se navezanost ohranja in nadaljuje, odvisno, ali je le-ta adaptivna ali ni. Zanima nas, kakšno doživljanje sedanje pozicije v odnosu do partnerja prispeva k zdravi izpeljavnosti separacije in individualizacije oziroma procesa žalovanja. Z drugimi besedami, kakšna je morebitna zaščitna funkcija nadaljevanja določene oblike vezi med partnerjema.

Metoda

Udeleženci

V raziskavi je sodelovalo sedem udeležencev, starih od 40 do 63 let, od tega je bilo pet žensk in dva moška. Udeleženci so doživeli naslednje vrste izgube partnerja: izgubo zaradi nenadne bolezni (1), izgubo po dolgotrajni bolezni (3), izgubo zaradi samomora (2) in izgubo po prometni nesreči (1). Pri izboru udeležencev, ki je bil priložnosten, sem upoštevala dva kriterija: način partnerjeve smrti in čas, ki je pretekel od partnerjeve smrti. Čas, ki je potekel od partnerjeve smrti do izvedbe intervjuja, je variiral med posamezniki, in sicer od 11 do 20 mesecev.

Pripomočki

Uporabila sem Intervju o žalovanju, ki sem ga oblikovala in sestavila sama, pri čemer sem se oprla na različne vire¹. Intervju so sestavljala vprašanja iz več področij, ki so ključna za prilagoditev na izgubo: 1. osebna anamneza (demografske

¹ 1. a) Slovenski vprašalnik o žalovanju (Tekavčič Grad in Zavasnik, 1999 – nestandardiziran in osnovan na kliničnih izkušnjah ter drugih vprašalnikih: Grief Experience Questionnaire (Barrett in Scott, 1989), oblikovan z namenom iskanja razlik med žalujočimi po izgubi bližnjega zaradi samomora ter drugimi načini smrti; The Leiden Bereavement Study (Cleiren, 1991), oblikovan z namenom raziskati vpliv načina smrti in odnosa med umrlim in žalujočim na adaptacijo žalujočega); b) usmerjen intervju o žalovanju; c) začetni intervju; 2. intervju o spremembah življenja starejših parov »The changing lives of older couples« (Wortman, Kessler, House in Lepkowski, 1987–1994), pri čemer sem uporabila določene postavke iz poglavij: socialna podpora, žalovanje, odgovori na izgubo, soočanje s problemi vdovstva, zakon, depresivnost in anksioznost, religija ter okrevanje; 3. t. i. teoretična triangulacija. Teoretično izhodišče pri oblikovanju intervjuja je predstavljala integracija različnih perspektiv o žalovanju – oprla sem se na znanstveno-raziskovalni članek Bonanna in Kaltmana (1999); 4. praktične nasvete pri oblikovanju vprašanj na podlagi dolgoletnih kliničnih izkušenj in dela z žalujočimi somentorice dr. Onje Tekavčič Grad (osebna komunikacija; glej tudi Tekavčič Grad, 2003); 5. lastne (osebne) implicitne teorije o procesu žalovanja na različnih področjih funkcioniranja posameznika.

spremenljivke, družina in otroci, zaposlitev, finančno stanje, zdravstveno stanje, pretekle izkušnje z izgubami); 2. odnos med partnerjema; 3. rituali in stališča (povezana s smrtjo in žalovanjem); 4. emocionalno doživljanje in izražanje; 5. socialna mreža; 6. strategije soočanja z izgubo; 7. iskanje smisla v izgubi; 8. perspektiva za prihodnost; dodatek: 9. prilagoditev glede na način smrti (vprašanja, tipična za posamezen način smrti) in 10. časovni mejniki v času po izgubi (vprašanja, vezana na časovne spremembe v procesu žalovanja).

Uporabila sem tudi prirejeno verzijo polprojekcijskega podtesta Navezanost (Žvelc, Žvelc in Simonič, 2004, po Simonič, 2004), ustrezno za primer žalovanja ob izgubi, ki je sicer del Slikovnega testa separacije in individualizacije (STSI) (Žvelc in Žvelc, 2000). Raziskave (Žvelc, 1998; Žvelc, 2003; Žvelc in Žvelc, 2000) potrjujejo dobro veljavnost STSI, občutljivost in ekonomičnost, uporaba prirejene verzije podtesta Navezanost pa je preliminarne. Podtest Navezanost sestavljajo skupine sličic, pri čemer posamezna slika udeležencu pomeni vsebino, ki se jasno loči od pomenov drugih slik (Žvelc, 1998). V slikah naj bi udeleženec preko procesa projekcije prepoznaval svoj odnos s partnerjem in izbral tisto situacijo, ki najbolje oriše posamezen aspekt odnosa z umrlim partnerjem (Žvelc in Žvelc, 2000). Kot raziskovalko so me zanimali posamezni aspekti odnosa med partnerjema pred izgubo ter primerjava preteklega in sedanjega odnosa navezanosti med partnerjema. Izhodišče študije je predstavljalo stališče, da vez med partnerjema še vedno obstaja, vendar je oblika te vezi lahko različna (udeleženci lahko izberejo tudi sliko E, ki se nanaša na osebo, ki je sama, samostojna, osamljena, nenavezana). Pri posamezniku torej ugotavljamo, kakšen je njegov odnos z umrlim partnerjem v luči navezanosti, osamosvajanja in identitete (npr. odvisen, ambivalenten, separiran, konflikten odnos idr.). Izvemo tudi, ali je bil posameznik z odnosom zadovoljen, kakšne težnje v odnosu so bile zanj značilne ter kakšna je bila dinamika želja v odnosu (Žvelc, 2003).

Postopek

Dostop do potencialnih udeležencev: Podatke o žalujočih po izgubi partnerja zaradi dolgotrajne bolezni sem pridobila na Onkološkem inštitutu v Ljubljani. Komisija RS za medicinsko etiko je raziskavo ocenila kot etično sprejemljivo. Zaradi predpisov Zakona o varstvu osebnih podatkov (1999) je bilo po uradni poti nemogoče priti do osebnih podatkov oseb, ki so v času enega do dveh let nazaj izgubile partnerja ali partnerko zaradi nasilne smrti, tj. samomora ali prometne nesreče. Zato sem bila prisiljena iskati ostale udeležence preko znancev, prijateljev, sorodnikov, domačega župnika, domače zdravnice.

Povabilo k sodelovanju: Na potencialne udeležence raziskave sem naslovila pismo s povabilom k sodelovanju, v katerem sem tudi natančno predstavila vir njihovih osebnih podatkov (te osebe so jim vnaprej pojasnile namen zadeve in nato njihovo privolitev, da jih povabim k raziskavi, posredovale meni). Nobene osebe nisem prej kakorkoli poznala. Podala sem informacije v zvezi z vzpostavitvijo morebitnega prvega

stika oziroma soglasja ali zavrnitve pri sodelovanju. Seznanila sem jih tudi z možnostjo dogovora za kratko uvodno srečanje, na katerem bi imeli priložnost spoznati mene kot raziskovalko in se šele nato odločiti za morebitno sodelovanje v raziskavi. Uvodno pismo sem poslala skupno 14 osebam, od tega z dvema osebama nisem uspela vzpostaviti kontakta, sedem jih je pristalo na intervju, pet pa jih je sodelovanje zavrnilo. Za sodelovanje se je torej odločila polovica kontaktiranih preko pisma.

Izvedba intervjuja: Intervju sem vodila nedirektivno. Večinoma sem spraševala tako, da sem vsako naslednje vprašanje vsebinsko skušala povezati s prejšnjim. Včasih je bilo to zelo težko, saj so določeni udeleženci odgovarjali zelo nestrukturirano. Vsem udeležencem nisem zastavila enakih vprašanj. Razlogov za to je več: ali niso bila primerna zaradi same osebe, same intervjujske situacije oziroma so bila nerelevantna za ta primer ali pa sem domnevala, da bi bila v kontekstu situacije preveč provokativna. Čeprav sem z vprašanji usmerjala intervju, so ga skozi svoje pripovedi usmerjali tudi udeleženci. Proti koncu pogovora sem aplicirala slikovni test.

Postopek obdelave rezultatov: Pri kvalitativno naravnani raziskavi je ključna metodološka zahteva podrobno opisati celotni postopek raziskave, posebno še postopek analize, v kateri oblikujemo pojme in ugotavljamo pravilnosti in vzorce ravnanja, doživljanja in interakcij. Sam postopek obdelave rezultatov namreč ne samo vpliva na končno verzijo rezultatov, temveč predstavlja rezultate same in je vsebovan v vsakem vmesnem koraku analize rezultatov. Za boljšo preglednost sem sam proces obdelave rezultatov razdelila v posamezne faze, dogajanje znotraj faz pa na korake. Po izvedbi določenega koraka sem ugotovila, kaj je bilo dobro in kaj se je izkazalo za manj ustrezno, ter ta spoznanja upoštevala pri vsakem naslednjem koraku (jih ohranila, izločila, dopolnila ali kako drugače spremenila). Uporabljala sem posamezne kvalitativne analitične postopke, ki vključujejo tehnike kodiranja in povezovanja pojmov oziroma kategorizacije. Ključna metoda analize je bila analiza vsebine. Zbrane podatke sem pozorno in natančno analizirala in bila obenem naravnana tako deduktivno (prve stopnje kategorizacije, analiza delov, razdeljevanje odgovorov) kot tudi induktivno (sinteza, integracija).

V prvi fazi sem zvočno posnet material prepisala oziroma prevedla v pisno obliko. V drugi fazi sem najprej izločila in preoblikovala manj pomembno gradivo, nato pa ločila in razvrstila odgovore glede na vprašanja (prva kategorizacija). Ob koncu te faze so bili rezultati razdeljeni glede na posamezna področja intervjuja. V tretji fazi je sledilo globlje branje materiala (druga kategorizacija), ponovno razvrščanje odgovorov glede na vprašanja, najprej v prvi, nato pa v tretji osebi ter krajšanje teksta. V četrti fazi je sledila nadaljnja kategorizacija in analiza vsebine. Najprej sem izvedla t. i. skupni prerez, do katerega sem prišla preko horizontalno-vertikalnega prereza. Horizontalni prerez se nanaša na analizo odgovora vsake posamezne osebe na določeno vprašanje. Vertikalni prerez pa se nanaša na skupno analizo odgovorov vseh oseb pri posameznem vprašanju. Tako sem pri odgovoru posamezne osebe najprej določila kategorije (več horizontalnih linij), nato pa sem pri vseh posameznikih razdelila dele njihovih odgovorov v malo prej izbrane kategorije (vertikalna linija). Odgovori nekaterih

posameznikov so napolnili vse kategorije, drugi le nekaj ali celo nič. Vseh kategorij nisem opisovala, ker so bile bolj podrobno opisane v okviru drugih vprašanj in področij intervjuja oziroma nekatere niso bile tako pomembne za našo raziskavo. Takšne odgovore sem smiselno povezala oziroma jih združila v enotno kategorijo kasneje. Posledično se je spremenila tudi sestava intervjuja². Sledil je prerez glede na neodvisno spremenljivko, izbrano v odvisnosti od raziskovalnega vprašanja. Odgovore, razdeljene na kategorije, sem povzela, pri čemer sem bila posebej pozorna na razlike v odnosu do neodvisne spremenljivke, kot je npr. odnos med partnerjema pred izgubo. Če so odgovori oziroma kategorije kazale na razlike glede na kakšno drugo opazno spremenljivko konteksta, npr. spol, sem te razlike seveda opisala. Ob koncu te faze sem imela za vsako področje intervjuja na listu narisano t. i. *drevo kategorij*, s katerimi je deduktivna analiza dosegla svoj višek. Z upoštevanjem vsebinsko vezanih ali celo enakih odgovorov na vprašanja pod drugimi področji, so se nekatere kategorije združile, druge nastale na novo, tretje bile izločene. Določene kategorije sem tudi preimenovala. V fazi interpretacije sem vključila tudi rezultate slikovnega testa.

Rezultati in razprava

Pri samem načrtovanju raziskave, predvsem pa pri oblikovanju in izvajanju intervjuja, sem izhajala iz spoznanja, da je proces žalovanja izredno občutljiva tematika za raziskovanje. V času enega do dveh let po izgubi partnerja namreč ni samoumevno pričakovati, da bo žalujoča oseba pripravljena sodelovati v intervjuju s tujo osebo ter govoriti tudi o svojih zelo intimnih občutjih ob izgubi partnerja. V raziskovalnem procesu sem tako skušala slediti raziskovalnemu namenu, to je iskanju odgovorov na raziskovalna vprašanja, in sočasno spoštovati t. i. »terapevtski« namen raziskave, kar pomeni, da sem intervju oblikovala in vodila z odprtostjo za praktične probleme, s katerimi se žalujoči srečujejo v vsakdanjem življenju in ki so zanje pomembni, ne pa le za podatke, pomembne z vidika teorije (glej Mesec, 1998). Poleg narave žalovanja kot občutljive tematike za raziskovanje ter namena omogočiti udeležencem, da dobijo vpogled v lasten proces žalovanja, me je k temu usmerjalo tudi integracijsko naravnano teoretično izhodišče (Bonanno in Kaltman, 1999). Podlaga temu je bila kvalitativna paradigma raziskovanja, ki je na področju žalovanja zelo aktualna (Cleiren, 1991; Flick, 2002). Ker izhodišče raziskave predstavlja študija primera, v razpravi ne morem mimo

² Vprašanja v intervjuju, ki so razdeljena na posamezna področja in podpodročja, predstavljajo kategorije in podkategorije, urejene v hierarhično lestvico. Ker so udeleženci pogosto v enem kosu odgovorili na več različnih vprašanj, sem morala njihove odgovore razdeliti glede na pripovedovane teme oziroma intervjujska vprašanja. Včasih so bili njihovi odgovori tako ozki in specifični, da jih nisem mogla uvrstiti pod nobeno obstoječe vprašanje, obenem pa so se s svojo specifičnostjo včasih izkazali za pomembne. Takrat sem v okviru intervjuja ustvarila novo vprašanje ali podvprašanje, ki mu lahko rečemo tudi kategorija. Po drugi strani so se nekatera vprašanja v intervjuju izkazala za nefunkcionalna in sem jih po obdelavi rezultatov izločila ali preoblikovala. S samo obdelavo rezultatov je torej potekala tudi revizija intervjuja, ki sem ga tekom procesa raziskovanja rezultatov izboljševala.

izpostavljanja posameznega udeleženca. Vsak primer namreč funkcionira specifično in predstavlja samostojen in s tem omejen sistem, ki pa nam pomaga odgovoriti na vprašanje: kaj specifičnega se lahko naučimo iz samostojnega primera? (Stake, 2000) Analiza ter interpretacija sta pripeljali do naslednjih spoznanj:

1. Ali se določene vsebine v procesu žalovanja vežejo le na določen tip odnosa, ki so ga imeli udeleženci s svojim partnerjem?

Na podlagi informacij o odnosu med partnerjema, dobljenih s pomočjo intervjuja (Simonič, 2004) in slikovnega testa (Žvelc in dr., po Simonič, 2004), sem odnose treh udeleženk z njihovimi partnerji ocenila kot ambivalentne, odnosa dveh udeleženk pa kot tesno povezana, odvisna. Zbrani podatki o partnerskem odnosu obeh udeležencev mi niso dopuščali, da bi ju lahko ocenila tako kategorično kot npr. zgornje odnose. En udeleženec je bil pri opisu odnosa s partnerko veliko skromnejši, poleg tega je dala primerjava informacij, dobljenih z obema instrumentoma, manj usklajene podatke. Partnerski odnos obeh udeležencev sem tako ocenila zgolj na nivoju osnovne deskripcije kot povezan odnos. Oceno odnosov mi je pomagala operacionalizirati t. i. dinamika, ki se nanaša na primerjavo med odnosom, ki si ga je udeleženec najbolj želel imeti v odnosu s partnerjem, ter odnosom, ki si ga je po mnenju udeleženca z njim najbolj želel imeti partner (Žvelc in Žvelc, 2000).

Ambivalenten odnos. Na splošno hipoteza o razmerju med ambivalentnostjo v odnosu in oteženim žalovanjem empirično ni povsem podprta. Razlog je predvsem v številnih težavah, s katerimi se raziskovalci srečujejo pri operacionalizaciji pojma ambivalentnosti (Sincoff, 1990, po Bonanno, Notarius, Gunzerath, Keltner in Horowitz, 1998). Sama sem ambivalentnost definirala na podlagi dinamike v odnosu, in sicer takrat, ko so si udeleženke v partnerskem odnosu želele spremembo, pri čemer po njihovi oceni umrli partnerji v odnosu niso želeli istih sprememb oziroma jih sploh niso želeli (zadovoljni so bili z obstoječim odnosom). Te udeleženke (Marta, Janja in Irena; glej tabelo 1) izražajo *željo živeti naprej* in so usmerjene k akciji, ciljem. Pomembna skupna značilnost vseh treh je njihova *samostojnost*. Ker so bile že v času pred izgubo zelo samostojne, se zanje ritem obveznosti večinoma ni zelo spremenil, saj so »držale tri vogale pri hiši«. Skozi intervju so izpostavile večinoma negativne lastnosti svojih partnerjev, čeprav so izrazile tudi njihove pozitivne plati in medsebojno naklonjenost. Eden je bil alkoholik in brezposeln, drugi neiniciativen in bolešno ljubosumen, tretji pa depresiven in apatičen. Pravijo, da morajo biti sedaj še bolj samostojne kot prej. Udeleženke omenjajo *spremembe v duševnem počutju: sproščenost, mir, ni strahu, svoboda*. Seveda povedo tudi, da so imele partnerja rade, da ga pogrešajo in so žalostne, ker ga ni. V tabeli 1 vidimo, da *ambivalentnost lahko izhaja tako iz želje po večji distanci v odnosu kot tudi iz želje po večji bližini v odnosu*. Sama menim, da je posledica ambivalentnega razmerja med partnerjema lahko prav tako ambivalenten proces žalovanja. Obstoj nasprotujočih si čustev deloma olajšuje, deloma pa otežuje separiranje od umrlega partnerja in s tem

Tabela 1. Rezultati podtesta Navezanosti.

Podtest Navezanost	MARTA nenadna bolezen; ambivalenten odnos	JANJA dolgotrajna bolezen; ambivalenten odnos	IRENA samomor; ambivalenten odnos	MIR dolgotrajna bolezen; odvisen, zelo povezan odnos	MARTINA prometna nesreča; odvisen, zelo povezan odnos	MILAN dolgotrajna bolezen; povezan odnos	FRANC samomor; povezan odnos
Odnos, kot je bil (1.)	D	A	C	A	A	B	B
Odnos, ki ste si ga želeli (2.)	A	B	B	A	A	A	B
Odnos, ki ga je partner želel imeti z vami (3.)	D	A	A	A	A	A	B
Odnos sedaj (4.)	?	E	E	0	A	A	B
TEŽNJA V ODNOSU	po obratnem odnosu	po večji distanci	po večji bližini	po ohranitvi odnosa	po ohranitvi odnosa	po večji bližini	po ohranitvi odnosa

Opombe.

Slika A - skoraj popolno (prostorsko) prekrivanje med osebama, simbiotično zlivanje

Slika B - delno prekrivanje med osebama, intimen odnos; osebi imata veliko skupnega, hkrati pa ohranjata vsaka sebe

Slika C - odnos brez prekrivanja med osebama: odnos brez intimnosti; osebi sta zelo samostojni in nista odvisni ena od druge (npr. kolegi)

Slika D - osebi, ločeni s črto; konflikten ali odtujen odnos

Slika E - oseba sama; osamljenost ali nenavezanost; brez partnerja

Odnos sedaj - ?; 0: udeleženci nista odgovorili, kar lahko kaže tudi na to, da vprašanje ni zastavljeno povsem razumljivo.

Težnja v odnosu je relacija med odnosom, ki ga je udeleženeec imel s partnerjem, in odnosom, ki si ga je želel imeti z njim.

Imena udeležencev so izmišljena.

tudi funkcioniranje posameznika. Primeri udeleženk, ocenjenih kot ambivalentnih v odnosu, kažejo na aktivno spoprijemanje z nalogami vsakdanjega življenja (skrb za dom, družino, služba). Če vzamemo za kriterij zdravega poteka žalovanja aktivno spoprijemanje z izgubo, potem ambivalentnost v odnosu tega ne zavira, morda k temu celo doprinaša. Da bi lahko (seveda v okviru tega konteksta) verodostojno podali takšen sklep, pa bi morali preveriti, ali je v ozadju aktivnega spoprijemanja morebiti strategija izogibanja pred realnostjo in bolečino izgube. Le-ta je sicer lahko do določene mere tudi adaptivna (Bonanno, 2004; Bonanno in Kaltman, 1999). Medtem ko je pozitivna plat ambivalentnosti v procesu žalovanja vidna v konkretnih akcijah (aktivno spoprijemanje), je negativna plat razvidna zlasti iz razdvojenosti v notranjem doživljanju in čustvovanju udeleženk.

Zelo povezan/odvisen odnos. Obe udeleženci (Mira in Martina; glej tabelo 1) sta bili intenzivno vpleteni v moževo življenje in njuna smrt je zanju pomenila pomembno izgubo emocionalne in socialne podpore. Raziskave kažejo, da so takšne vdove imele več problemov v prilagajanju na izgubo kot bolj avtonomne vdove (Parkes, 1975a, po Cleiren, 1991; Parkes in Weiss, 1983, po Cleiren, 1991). Pri njiju sta poudarjeni kategoriji *iskanja samega sebe in želje po samostojnosti*. V večji meri iščeta svojo vlogo in prostor pod soncem, če se izrazim z besedami ene od njiju, saj sta ga vedno tesno delili s partnerjem. Njuna dejanja so bila zelo povezana s partnerjem in njegovim odzivom: ker sta ju partnerja zelo spodbujala in jima stala ob strani, sta se v manjši meri zanašali sami nase. Obe sta izrazili *težnje po ohranitvi obstoječega odnosa*, kar pomeni, da sta si takšen odnos želeli oziroma bili z njim zadovoljni. Za razliko od udeleženk, ocenjenih kot ambivalentnih v odnosu, so njune izjave daleč od tega, da bi izražale npr. občutke olajšanja in miru ob dejstvu, da partnerja več ni. Čutiti je le njihovo *ljubezen do partnerja, naklonjenost, pogręsanje, žalost, da ga ni*. Poleg enega udeleženca, ki se slabo razume s svojimi otroki, sta onidve edini, ki eksplicitno povesta, da se počutita *sami, osamljeni* (čepprav najbolj, ko ni otrok).

Povezan odnos. V slikovnem testu sta odnos z ženo oba udeleženca (glej tabelo 1) označila kot intimen, z delnim prekrivanjem. Medtem, ko Milan *zaupa vase*, Franc pravi, da je *izgubil smisel, motivacijo živeti naprej*. Dejstvo, da sta njuna odnosa pripeljala do zelo različnega doživljanja procesa žalovanja, je lahko posledica premalo podatkov za zanesljivejšo oceno predvsem Francevega odnosa z ženo ali/in pa dejstva, da pomemben delež k procesu žalovanja doprinesejo drugi dejavniki. Pri Francu namreč sam način ženine smrti (samomor) ter pretekle izgube bližnjih zaradi samomora (tako je izgubil tudi brata in sestro) otežujejo njegov proces žalovanja in funkcioniranja, sploh na področju socialne mreže (občuti stigmatizacijo okolice, slabo se razume tudi z otroci) in samodestruktivnih občutkov krivde.

Odnos med partnerjema pred izgubo lahko vpliva tudi na *možnosti novega partnerskega odnosa*. Rezultati kažejo tendenco, da zelo povezan/odvisen odnos med partnerjema pred izgubo v manjši meri vodi k željam po novem odnosu, kot npr. ambivalenten in povezan odnos. Če izhajamo iz psihoanalitičnih predpostavk (Freud, 1917/2001) ali modelov nalog (npr. Rando, 1993, po Corr, 1996) v procesu žalovanja,

bi pripravljenost posameznika na nova razmerja lahko pomenila kriterij za dobro prilagoditev na izgubo. Po psihoanalitičnih predpostavkah (Freud, 1917/2001) se libido, ki je bil v času pred izgubo vezan na sedaj izgubljeni objekt, umakne iz navezanosti na objekt ter se dekatehira nazaj v ego, da bi se lahko kasneje uporabil za nova vlaganja. Po modelu nalog (npr. Rando, 1993, po Corr, 1996), kjer je ena izmed nalog »ponovno investirati«, se žalujoči dobro prilagodi na izgubo, če ponovno investira. Sama sicer menim, da je od konkretne situacije odvisno, ali dejstvo, da ni potrebe po novem partnerskem razmerju oziroma da do njega nikoli ne pride, vodi v oteženo funkcioniranje po izgubi. V kontekstu naših udeležencev pa se kriterij možnosti novega partnerskega odnosa torej spreminja v odvisnosti od odnosa navezanosti med partnerjema.

Vidimo torej, da se zlasti ambivalentnost in tesna povezanost, odvisnost v odnosu med partnerjema povezujeta s specifičnimi značilnostmi procesa žalovanja.

Na tem mestu velja opozoriti še na nekatere dileme, ki se odpirajo ob raziskovanju odnosa navezanosti kot dejavnika procesa žalovanja. Bonanno in dr. (1998), ki so se sicer ukvarjali specifično z ambivalentnostjo v odnosu, npr. poudarjajo, da je predpogoj povezanosti med tipom navezanosti in težavami v žalovanju, relativno stabilen stil navezanosti v odnosu. To pa zahteva empirično podporo podatkov o kakovosti razmerja pred izgubo, ki je iz različnih razlogov težko dosegljiva. Večina trditev o zvezi med tipom navezanosti, npr. ambivalentnostjo, in žalovanjem tako dejansko ne temelji na kvaliteti razmerja s preminulim partnerjem, temveč na predstavah, ki jih ima preživeli partner v času po izgubi o razmerju s partnerjem pred izgubo. Poleg tega lahko partnerjeva smrt v specifičnem kontekstu izgube sama po sebi ustvari npr. ambivalentne predstave, ne glede na to, ali je bilo razmerje prej konfliktno ali ne (Fenichel, 1945, po Bonanno in dr., 1998). Vsekakor je potrebna previdnost pri obravnavanju konceptov, kot so ambivalentnost, odvisnost, povezanost, in sicer tudi na nivoju instrumenta, s katerim jih ocenjujemo. Eden od dejavnikov, ki omejuje razvoj ustreznega vprašalnika oziroma npr. mere ambivalentnosti, je njena domnevna nezavedna narava. Ambivalentnost naj bi operirala zunaj ranga zavestnih pojmovanj osebe in tako naj bi jo težko zanesljivo »ujeli« z vprašalnikom (Bonanno in dr., 1998). Če to drži, je na mestu vprašanje, kako učinkovito sem skozi intervju »ujela« možen obstoj ambivalentnosti v razmerju, podobno velja seveda tudi za druge oblike odnosa. Menim pa, da se je prirejena verzija podtesta Navezanost s svojo slikovno in za udeležence dokaj enostavno strukturo izkazala za vredno natančnejšega proučevanja ravno v zvezi z merami predstav o kakovosti posameznikovega razmerja z izgubljeno osebo.

2a. Ali odnos med partnerjema pred izgubo lahko vpliva na obliko nadaljevanja vezi z umrlim partnerjem oziroma na doživljanje sedanje pozicije v odnosu do umrlega partnerja?

Dve od treh udeleženk, ocenjenih v odnosu kot ambivalentnih (Janja in Irena), sta za svojo sedanjo pozicijo oziroma relacijo do partnerja izbrali sliko, ki predstavlja njiju kot

samostojni osebi, sami. Izbrana slika lahko pomeni tudi osamljenost ali nenavezanost, kar so vse možne posledice pomembne izgube. Ena od obeh udeleženk, ocenjenih kot tesno povezanih/odvisnih v odnosu (Martina), je svojo sedanjo relacijo do partnerja opisala kot enako odnosu s partnerjem pred smrtjo. Lahko sklepamo, da ohranja preteklo navezanost s partnerjem. Moška udeleženca sedanjo pozicijo do partnerke ocenjujeta tako, da eden (Franc) ohranja preteklo navezanost do partnerke, drugi (Milan) pa jo je celo poglobil (njegova vez z ženo je sedaj takšna, kot si jo je želel že prej). Kljub našemu izhodišču, da se vezi med umrlo in žalujočo osebo nadaljujejo, se vendarle odpira vprašanje, ali doživljanje sedanje pozicije v odnosu do partnerja kot samostojne, same, osamljene, nenavezane osebe pomeni, da je to ena od oblik nadaljevanja navezanosti ali da odnosa več ni oziroma se vez ni ohranila. Udeleženci sicer na drugih mestih v intervjuju, ko govorijo o notranji praznini ter žalovanju ob izgubi partnerja, vsi po vrsti pritrjujejo obstoju vezi, tudi udeleženke, ki so izbrale sliko E. Če v tem kontekstu omenim še Attiga (2003), ki pravi, da »žalujoči nosijo zapuščino umrlih, ki ni samo telesna ali genetska, temveč so to spomini in vplivi na naše vsakdanje življenje« (str. 356), domnevam, da tudi slika E implicira določeno obliko nadaljevanja odnosa, kar pa bo seveda potrebno preveriti z nadaljnjo uporabo prirejene verzije Navezanost (zlasti, kakšna je veljavnost tovrstnega spremljanja nadaljevanja vezi).

Ker je nekaj udeležencev komentiralo sliko, ki so jo na slikovnem testu izbrali glede na to, kako doživljajo sedanji odnos do partnerja, podajam njihove izjave. Janja (ambivalenten odnos, slika E) pravi: *»To je zaključeno poglavje, sedaj sem sama, v mojem spominu je, ne delam si nobenih utvar za naprej. Sedaj je eno leto in jaz mislim – ni ga več, on počiva, jaz moram pa še živeti«*. Irena (ambivalenten odnos, slika E): *»Sedanji odnos skozi to izkušnjo, kako je sedaj, ko ga ni več: ne vem, sedaj sem sama, to ni kaj.«* Franc (povezan odnos, slika B): *»Jaz zelo čutim povezanost z njo.«* Milan (povezan odnos, slika A): *»Praznina bo ostala ... to je del mene in si želim, da bi tako ostalo, ljudje smo tako narejeni, bila bi prava katastrofa, da nekoga, s katerim si preživel skupaj npr. 27 let, enostavno ne bi bilo več - ta vez se ne pretrga.«* Martina (tesno povezan/odvisen odnos, slika A): *»Povezanost je še zelo velika, ne morem se otresti tega, da bi se kakorkoli oddaljila in da bi se karkoli spremenilo. Spremenilo se je samo to, da ga fizično več ni. Enostavno ga ni, to je boleče in žalostno, na splošno pa se ni nič kaj spremenilo.«* Iz njihovega komentarja vidimo razlike v dojemanju sedanje pozicije do partnerja glede na to, ali so izbrali npr. sliko E, ki označuje samostojno, nenavezano, osamljeno osebo, ali sliko A (skoraj popolno zlivanje med osebama). Sklepamo torej, da obstaja tendenca, da se osebe, ambivalentne v odnosu s partnerjem, prej doživljajo kot samostojne, same, nenavezane, medtem ko osebe, v odnosu povezane ali tesno povezane, prej ohranijo preteklo navezanost s partnerjem. Da pa bi bil naš sklep o povezanosti odnosa navezanosti in oblike nadaljevanja vezi bolj verodostojen, bi morali poiskati tudi dejavnike, ki diferencirajo variabilnost rezultatov v zvezi z nadaljevanjem vezi. Z upoštevanjem dejavnikov, kot so npr. način partnerjeve smrti, čas, ki je pretekel od smrti, spol, osebnost, bi tako lahko odkrili, katere so tiste značilnosti, ki ločujejo

med žalujočimi s težavami v žalovanju in žalujočimi, ki se uspešno soočajo z izgubo.

2b. Ali ohranitev/nadaljevanje vezi s partnerjem predstavlja zaščitni dejavnik pri funkcioniranju žalujočih?

Vprašanje je pravzaprav vpeto v zgornjo diskusijo. Glede na to, da dve udeleženci (Marta in Mira) nista mogli/znali oceniti sedanjega odnosa oziroma pozicije do umrlega partnerja, sklepamo, da je uporaba besedne zveze *sedanji odnos* lahko sporna. Poleg tega to odpira vprašanje, kako pravzaprav sploh operacionalizirati ohranjanje/nadaljevanje vezi med umrlo in žalujočo osebo? Raziskovalci merijo nadaljevanje vezi npr. skozi konstrukte, kot so občutek prisotnosti umrlega, sanjanje o umrlem (Schuchter in Zisook, 1993), obujanje spominov na umrlega (Moss in Moss, 1996, po Field in dr., 1999), ravnanje s stvarmi umrlega (Gentry, Kennedy, Paul in Hill, 1995, po Field in dr., 1999), npr. z njegovimi oblekami (Worden, 1982, po Field in dr., 1999). Če med zbranimi rezultati intervjuja izpostavim samo kategorijo *ravnanje s partnerjevimi oblekami*, le-ta kaže, da imata obe udeleženci, ocenjeni kot zelo povezani, odvisni v odnosu, vse možne obleke večinoma nedotaknjene doma, medtem ko so vsi drugi udeleženci oddali večino partnerjevih stvari. Gotovo je dejstvo, da sta udeleženci (Mira – 12 mesecev od izgube, Martina – 19 mesecev od izgube) obdržali partnerjeve obleke praktično nedotaknjene, pokazatelj manj adekvatnega soočanja z izgubo. Že samo ta kategorija torej postavlja v ospredje morda večje težave pri prilagajanju na izgubo, če je bil odnos med partnerjema tesno povezan/odvisen. Takšno ohranjanje vezi torej ni adaptivno. Ugotovitve, da je od oblike, skozi katero se navezanost ohranja in nadaljuje, odvisno, ali je le-ta adaptivna ali ni (Field in dr., 1999), se zdijo smiselne. Na splošno so sicer storjeni prvi koraki pri preučevanju povezanosti med tipi odnosa navezanosti in prilagoditvijo na izgubo (npr. Bonanno in dr., 1998) ter med tipi odnosa navezanosti in ohranjanjem vezi (npr. Stroebe in dr., 2005), pri čemer pa dimenzije ohranjanja vezi niso natančno operacionalizirane. Dokler niso ta razmerja sistematično urejena, ne moremo docela podati odgovora na vprašanje, kakšna je zaščitna funkcija ohranjanja vezi med partnerjema.

Če ob koncu spregovorim še o prednostih in pomanjkljivostih raziskave, potem lahko najprej ugotovim, da so njene prednosti obenem tudi pomanjkljivosti, kot raziskovalka pa sem skušala krmariti raziskovalni proces med obojimi s cilji: priti do novih spoznanj ter omogočiti udeležencem, da izrazijo svoja občutja in s tem morebiti dobijo vpogled v lasten proces žalovanja. Žal v pričujočem članku zaradi premalo prostora nisem uspela povsem zadostiti sicer zelo pomembni zahtevi v kvalitativnem raziskovanju, to je natančnemu opisu vpletenosti raziskovalca v proces pridobivanja in predvsem analiziranja podatkov. V kvalitativni raziskavi veljajo različni tipi triangulacije za alternativo postopkom veljavnosti in povečajo obzorje, globino ter konsistentnost v metodoloških postopkih (Flick, 2002), pri čemer pa v študiji nisem uspela zadostiti triangulaciji podatkov ter triangulaciji raziskovalca. Prva bi bila v našem primeru uporaba različnih virov podatkov o udeležencih (npr. izjave njihovih otrok, drugih bližnjih

ipd.), kar v praksi ni bilo izvedljivo, druga pa sodelovanje več raziskovalcev, s čimer naj bi minimizirali vpliv posameznega raziskovalca. Dejstvo, da sem rezultate kategorizirala sama, vsekakor prispeva k nižji stopnji veljavnosti in zanesljivosti zbranih podatkov. Istočasno pa je seveda res, da sem s svojo osebnostjo vplivala že na samo pridobivanje rezultatov, zato so takšni, kot so, že v smislu pridobivanja v začetni fazi, neponovljivi. Po drugi strani vidim prednosti raziskave v njeni usmerjenosti k integraciji različnih perspektiv in celostni podobi procesa žalovanja, istočasno pa v usmerjenosti k posamezniku ter individualnosti njegovega doživljanja procesa žalovanja. Glede na to, da so se po nekaterih ocenah (Cleiren, 1991) empirična raziskovanja o procesu žalovanja razvila relativno neodvisno od teoretičnih spoznanj, menim, da je bilo integracijsko naravnano teoretično izhodišče velik izziv. Poleg t. i. teoretične triangulacije sem z uporabo polstrukturiranega intervjuja in podtesta Navezanost v okviru STSI vsaj do neke mere zadostila tudi metodološki triangulaciji, ki se nanaša na kombinacijo intervjuja in slikovnega testa na področju odnosa med partnerjema. Gotovo je pomanjkljivost raziskave tudi, da so bile med udeleženci določene razlike v času, ki je minil od izgube (največja razlika je znašala 9 mesecev), kar lahko pomembno prispeva k razlikam v procesu žalovanja. Udeležencev pa nisem spraševala samo po sedanjem stanju (kako žalujoči funkcionirajo na različnih področjih življenja), temveč je bila študija usmerjena tudi retrospektivno, kar odpira vprašanje, kako verodostojna je retrospektiva ocena. Poleg časovne oddaljenosti pa svoje doprinese tudi emocionalni vpliv izgube, ki lahko dodatno izkrivi posameznikovo oceno stanja. Če se vrnem k prednostim raziskave, ne morem mimo dejstva, da so udeleženci, tako so vsaj povedali, nekatere vsebine nekomu zaupali prvič in posledično začutili občutke olajšanja. To so bili trenutki izrednega čustvenega naboja, iskrenosti. Dejstvo, da je intervju vodila povsem neznana oseba, je tako imelo tudi svoje prednosti. Prav tako so imeli možnost pridobiti informativno podporo (informacije, kje najdejo strokovno pomoč, če bi to želeli).

Če povzamem, sem ugotovila, da se določene vsebine v procesu žalovanja vežejo le na določen tip odnosa, ki so ga imeli udeleženci s svojim partnerjem. Tako lahko ambivalentnemu odnosu navezanosti med partnerjema pripišemo samostojnost, željo živeti naprej, nasprotujoča si čustva in poudarjene spremembe v duševnem počutju, kot so sproščenost, mir, ni strahu, svoboda in dopuščanje več možnosti novega partnerskega odnosa. Za tesno povezan/odvisen odnos je značilno iskanje svoje vloge in želja po samostojnosti, izrazito je poudarjena ljubezen do partnerja, naklonjenost, pogrešanje, žalost, da ga ni, osamljenost, o novem partnerskem odnosu se ne razmišlja. V prihodnje bi morali preveriti, ali dobljene kategorije morebiti predstavljajo pomembne dimenzije prilagoditve na izgubo bližnjega. Nadalje se je pokazala tendenca, da ambivalentnost v odnosu lahko vpliva na doživljanje sedanje pozicije v odnosu do partnerja kot samostojne, same, osamljene, nenavezane osebe, medtem ko tesna / odvisna povezanost s partnerjem lahko vpliva na ohranjanje pretekle navezanosti s partnerjem, povezan odnos pa prav tako. Ker spoznanje o morebitni zaščitni funkciji ohranitve vezi med partnerjema šele postaja aktualno za empirično raziskovanje, je brez nadaljnega raziskovanja težko ocenjevati, kakšno doživljanje sedanje pozicije v

odnosu do partnerja (v ozadju je odnos navezanosti) prispeva k zdravi izpeljanosti separacije in individualizacije oziroma procesa žalovanja ali kakšna je zaščitna funkcija nadaljevanja/ohranjanja vezi. V prihodnje je vsekakor potrebno z ustreznimi instrumenti longitudinalno primerjati različne dejavnike, ki sooblikujejo proces žalovanja. Poleg odnosa navezanosti so to vsaj še način smrti, osebnost žalujočega in strategije spoprijemanja z izgubo, pri čemer bi z merjenjem procesa žalovanja skozi izbrane dimenzije žalovanja (npr. tudi nadaljevanja vezi) lahko celostno ocenili prilagoditev na izgubo. Bodoče raziskave procesa žalovanja dejansko gredo v smeri bolj reprezentativnih vzorcev, izdelanih sistematičnih merenj situacije in zgodovine žalujočega, kombiniranih s kvalitativnimi informacijami ter bolj sistematične primerjave med različnimi vrstami razmerij ter načini smrti (Cleiren, 1991). Sama menim, da je ravno zaradi občutljivosti narave procesa žalovanja v raziskovanju žalovanja ustrezna kombinacija kvalitativne in kvantitativne metodologije.

Literatura

- Attig, T. (2004). Meanings of death seen through the lens of grieving. *Death Studies*, 28, 341–360.
- Barrett, T. W. in Scott, T. B. (1989). Development of the Grief Experience Questionnaire. *Suicide and Life Threatening Behavior*, 19 (2), 201–215.
- Benore, E. R. in Park, C. L. (2004). Death-specific religious beliefs and bereavement: belief in an afterlife and continued attachment. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14 (1), 1–22.
- Blum, H. P. (2001). Separation-individuation theory and attachment theory. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52 (2), 535–553.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience. Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59 (1), 20–28.
- Bonanno, G. A. in Kaltman, S. (1999). Toward an integrative perspective on bereavement. *Psychological Bulletin*, 125, 760–776.
- Bonnano, G. A., Notarius, C. I., Gunzerath, L., Keltner, D. in Horowitz, M. J. (1998). Interpersonal ambivalence, perceived dyadic adjustment and conjugal loss. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 1012–1022.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss. Vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss. Vol. 3: Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Cleiren, M. (1991). *Adaptation after bereavement: A comparative study of the aftermath of death from suicide, traffic accident and illness for next of kin*. Leiden: DSWO Press, Leiden University.
- Clewell, T. (2004). Mourning beyond melancholia: Freud's psychoanalysis of loss. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52 (1), 43–67.
- Colarusso, C. A. (2000). Separation-individuation phenomena in adulthood: General concepts and the fifth individuation. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48 (4), 1467–1489.

- Corr, C. A. (1996). *Death and dying, life and living*. Pacific Grove [etc.]: Brooks/Cole Publishing Company.
- Cugmas, Z. (2003). Navezanost je dinamičen sistem [Attachment is a dynamic system]. *Psihološka obzorja*, 12 (1), 85–102.
- Česnik, S. (1994). Narcisistični partnerski odnos – značilnosti in psihoterapevtske možnosti [Narcissistic partner relationship – characteristics and psychotherapeutic possibilities]. *Psihološka obzorja*, 3 (1), 113–121.
- Field, N. P., Gal-Oz, E. in Bonnano, G. A. (2003). Continuing bonds and adjustment at 5 years after the death of a spouse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71 (1), 110–117.
- Field, N. P., Nichols, C., Holen, A. in Horowitz, M. J. (1999). The relation of continuing attachment to adjustment in conjugal bereavement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67 (2), 212–218.
- Flick, U. (2002). *An introduction to qualitative research*. London: Sage.
- Freud, S. (2001). Mourning and melancholia. V A. Strachey in A. Tyson (ur.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (14: str. 243–258). London: The Hogart Press; The Institute of Psycho-Analysis.
- Freud, S. (2001). The ego and the id. V A. Strachey in A. Tyson (ur.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (19: str. 12–66). London: The Hogart Press; The Institute of Psycho-Analysis.
- Hazan, C. in Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511–524.
- Mahler, M., Pine, F. in Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. London: Hutchinson.
- Main, M. (2000). The organized categories of infant, child, and adult attachment. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48, 1055–1096.
- Mesec, B. (1998). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu [Introduction to qualitative research in social work]*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Neimeyer, R. A. (2002). Traumatic loss and the reconstruction of meaning. *Journal of Palliative Medicine*, 5 (6), 935–942.
- Park, C. L. in Benore, E. R. (2004). »You're still there«: Beliefs in continued relationships with the deceased as unique religious beliefs that may influence coping adjustment. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14 (1), 37–46.
- Praper, P. (1999). *Razvojna analitična psihoterapija [Developmental analytic psychotherapy]*. Ljubljana: Inštitut za klinično psihoterapijo.
- Simonič, A. (2004). *Proces žalovanja ob izgubi partnerja glede na način smrti [The grieving process after the loss of partner due to the way of death]*. (Neobjavljena diplomska naloga) [Unpublished BA diploma]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Shaver, P. R. in Tancredy, C. M. (2001). Emotion, attachment, and bereavement: A conceptual commentary. V M. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe in H. Schut (ur.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care* (str. 63–88). Washington, DC: American Psychological Association.
- Shuchter, S. R. in Zisook, S. (1993). The course of normal grief. V M. S. Stroebe, W. Stroebe in R. O. Hansson (ur.), *Handbook of bereavement: Theory, research and intervention* (str. 23–43). Cambridge: Cambridge University Press.

- Stake, R., E. (2000). Case studies. V N. K. Denzin in Y. Lincoln (ur.), *Handbook of qualitative research* (str. 236–247). Thousand Oaks, London, New Delhi, Sage.
- Stroebe, M. (2004). Religion in coping with bereavement: confidence of convictions or scientific scrutiny? *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14 (1), 23–36.
- Stroebe, M., Schut, H. in Stroebe, W. (2005). Attachment in coping with bereavement: a theoretical integration. *Review of General Psychology*, 9 (1), 48–66.
- Stroebe, M., Stroebe, W. in Schut, H. (2001). Gender differences in adjustment to bereavement: An empirical and theoretical review. *Review of General Psychology*, 5, 62–83.
- Stroebe, W. in Stroebe, M. S. (1987). *Bereavement and health: The psychological and physical consequences of partner loss*. New York: Cambridge University Press.
- Stroebe, M., Gergen, M., Gergen, K. in Stroebe, W. (1992). Broken hearts or broken bonds, love and death in historical perspective. *American Psychologist*, 47 (10), 1205–1212.
- Tekavčič Grad, O. (2003). Žalovanje po samomoru bližnjega – travmatske posledice in kako jih preprečevati [The grieving process after the suicide of nearby – traumatic consequences and how to prevent them]. V A. Marušič in S. Roškar (ur.), *Slovenija s samomorom ali brez [Slovenia with or without suicide]* (str. 155–168). Ljubljana: DZS, d.d.; Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije.
- Tekavčič Grad, O. in Zavasnik, A. (1999). Phenomenology of bereavement process after suicide, traffic accidents and terminal illness (in spouses). *Omega Journal of Death and Dying*, 5, 157–172.
- Worden, J. W. (2003). *Grief counselling and grief therapy*. East Sussex: Brunner-Routledge.
- Wortman, C., Kessler, R., House, J. in Lepkowski, J. (1987–1994). *Changing Lives of Older Couples. A multi-wave prospective study of bereavement*. Sneto 19.4.2003 s strani Univerze v Michiganu, National Institute on Aging: http://www.cloc.isr.umich.edu/codebooks/cloc_qnaire.pdf
- Zakon o varstvu osebnih podatkov [Personal data protection law]*. (1999). Uradni list Republike Slovenije 59–2792.
- Žvelc, G. (1998). *Proces separacije-individuacije ter objektni odnosi pri osebah, ki so odvisne od drog [The separation-individuation process and object relations among drug addicts]*. (Neobjavljena diplomska naloga) [Unpublished BA diploma]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Žvelc, G. in Žvelc, M. (2000). Slikovni test separacije in individualizacije - preliminarne raziskave [The picture test of separation and individuation – preliminary research]. *Psihološka obzorja*, 9 (2), 33–52.
- Žvelc, M. (2003). *Razvoj slikovnega testa separacije in individualizacije [The development of The picture test of separation and individuation]*. (Neobjavljeno magistrsko delo) [Unpublished MA thesis]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.

Prispelo/Received: 20.12.2005

Sprejeto/Accepted: 27.03.2006