

Mednarodna konferenca, Ljubljana, 7. april 2017

# Soočanje z ločitvijo



teorija, terapevtska praksa in raziskovanje

Teološka fakulteta Ljubljana in Frančiškanski družinski inštitut

# Kazalo

<b>Uvod</b>	<b>3</b>
Nataša Rijavec Klobučar	
<b>Poroke in razveze v Sloveniji – nekateri statistični podatki</b>	<b>5</b>
Robert Cvetek	
<b>Soočanje z ločitvijo skozi prizmo teorije navezanosti in odnosa z Bogom</b>	<b>11</b>
Barbara Simonič	
<b>Izzivi skrbništva otrok za ločena starša in proces relacijske družinske terapije</b>	<b>22</b>
Saša Poljak Lukek	
<b>Transferna vloga družinskega terapevta in skupine pri delu s skupino razvezanih</b>	<b>34</b>
Drago Jerebic	
<b>Bolečina ločenih partnerjev</b>	<b>41</b>
Christian Gostečnik	
<b>Otrokovo soočanje z izzivi ločitve</b>	<b>48</b>
Tanja Repič Slavič	
<b>(Ne)sodelovanje med partnerjema kot ključen kazalnik (ne)stabilnosti partnerskega odnosa</b>	<b>58</b>
Mateja Cvetek	
<b>Vloga terapevtskih, svetovalnih in izobraževalnih programov pri soočanju z ločitvijo</b>	<b>72</b>
Nataša Rijavec Klobučar	
<b>Poverty as a Determinant of Divorce</b>	<b>80</b>
Domagoj Runje in Ana Jeličić	
<b>The Role of Catholic Religious Education in Croatia in Strengthening of Marital Love and Prevention of Divorce</b>	<b>93</b>
Jadranka Garmaz in Gina Šparada	

## Uvod

Problematika ločitve oziroma razpada partnerskega odnosa je prisotna že vrsto let, tako v zahodni Evropi, kot tudi v Sloveniji, in kaže ne samo na potrebe po različni pomoči ljudem, ki doživljajo razpad partnerske zveze in preoblikovanje družine, temveč tudi nagovarja raziskovalce, da iz različnih zornih kotov proučujejo omenjeni fenomen.

Številne raziskave potrjujejo, da je ločitev stresen življenjski dogodek za vse vključene, ki ima številne čustvene, socialne in ekonomske posledice. Za partnerja in njune otroke so posledice ločitve lahko vidne še dolgo po tem, ko se je zveza formalno že zdavnaj zaključila. Prilagoditev na novo življenjsko situacijo je namreč proces, ki traja od nekaj mesecev do včasih tudi več let.

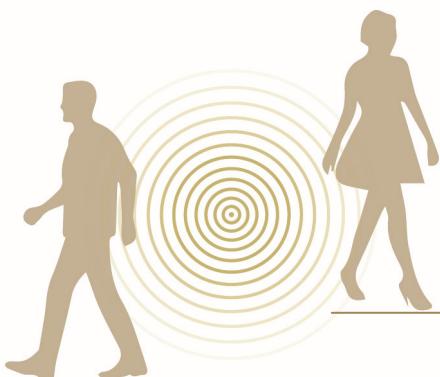
Ločitev je večdimenzionalna izkušnja in oba partnerja, ne glede na okoliščine, gresta v tem procesu preko težkih preizkušenj, prav tako pa tudi njuni otroci. Glede na statistične podatke za leto 2016, ki kažejo, da se je razvezalo 2.531 zakonov, je število družin z bolečo izkušnjo precej veliko in tako naraščajo tudi potrebe po raznovrstnih pomoči ob tej reorganizaciji družinskega življenja. S podobno ali celo enako krizo ob razpadu partnerstva se soočajo tudi partnerji, ki živijo v neregistriranih zunajzakonskih skupnostih, in so njihove življenjske zgodbe prav tako zanimive za raziskovanje te življenjske prelomnice.

Tudi večina prispevkov, predstavljena v zborniku, je delo raziskovalcev, ki so v obdobju treh let sodelovali v raziskovalnem projektu *Proces soočanja z ločitvijo in relacijsko družinska terapija*, finančno podprtega s strani Agencije Republike Slovenije za raziskovalno dejavnost. Glede na kompleksnost, ki jo ločitev predstavlja za družinsko življenje, so

raziskovalci usmerili pozornost predvsem na čustveni vidik doživljanja te izkušnje, v poglobljeno spoznavanje procesa soočanja z ločitvijo pred, med in po ločitvi. V delu so vključili tudi druge dimenzije, ki so pomembne ob tej boleči življenjski preizkušnji.

Znotraj projekta smo v sodelovanju s Teološko fakulteto Univerze v Ljubljani in Frančiškanskim družinskim inštitutom organizirali mednarodno konferenco z naslovom **Soočanje z ločitvijo: teorija, terapevtska praksa in raziskovanje**, ki je gostila tudi raziskovalce iz tujine. Prispevki, predstavljeni na mednarodni konferenci, so prikazani v tem zborniku, tudi z namenom, da z dostopnostjo širši strokovni in laični javnosti, doprinesejo nova spoznanja, razmišljanja in morebiti prispevajo k razvijanju podpornega okolja za ljudi, ki so v stiski.

doc. dr. Nataša Rijavec Klobučar



# **Poroke in razveze v Sloveniji – nekateri statistični podatki**

Izr. prof. dr. Robert Cvetek

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

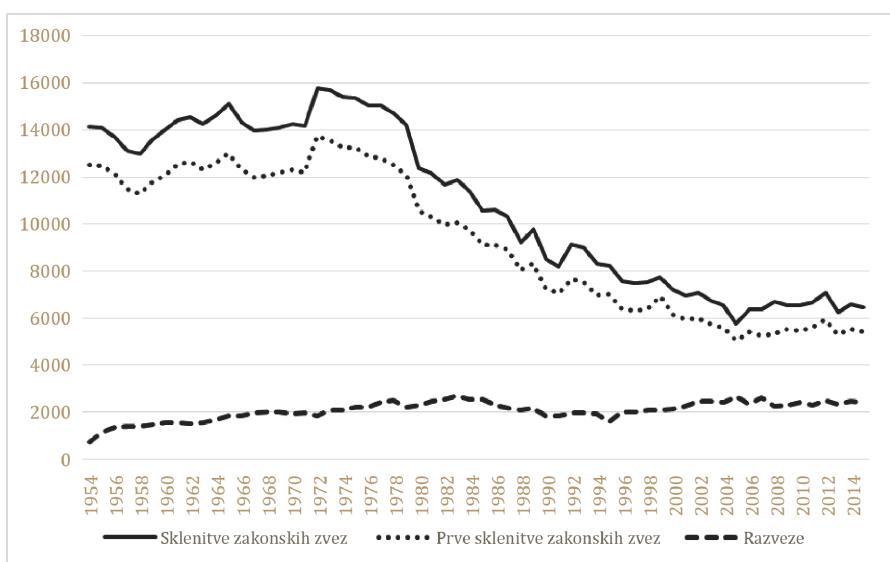
## **1. Uvod**

Večje število razvez v zahodnem svetu je dokaj nov pojav, vendar se njihovo število povečuje že od konca 19. stoletja (Wagner, Schmid in Weiβ, 2015, str. 211). To je torej pomemben pojav, s katerim se sooča vedno več ljudi – tako partnerjev kot tudi otrok. Ima vrsto negativnih posledic (glede na nekatere ocene (npr. Homes in Rahe, 1967) je razveza eden največjih stresorjev v življenju posameznika), zato je spremeljanje tega trenda pomembno. Raziskave kažejo, da se je v številnih državah trend povečevanja števila razvez ne samo končal, ampak se je celo obrnil – število razvez na primer v ZDA ostaja stabilno ali se celo zmanjšuje (Wagner in dr., 2015, str. 211). Pri tem je sicer treba spremeljati spremembe v starostni sestavi poročene populacije – tako se je stopnja razvez med osebami nad 35 let v zadnjih dveh desetletjih podvojila, med mlajšimi pari pa se je stopnja razvez res umirila ali zmanjšala (Kennedy in Ruggles, 2014, str. 587). S tega vidika so zanimivi tudi podatki za Slovenijo, ki jih hrani Statistični urad Republike Slovenije.

## **2. Razmerje med porokami in razvezami**

Statistični urad hrani podatke o številu sklenjenih zakonskih zvez oz. porok od leta 1954, ko je bilo sklenjenih 14.126 zakonskih zvez (od tega 12.498 prvih sklenitev zakonskih zvez), razvez pa je bilo 747. Leta 2015 je bilo 6449 sklenitev

zakonskih zvez (od tega prvih 5435), razvez pa 2432. Na Sliki 1 je prikazano gibanje števila sklenjenih zakonskih zvez, števila sklenjenih prvih zakonskih zvez in razvez.

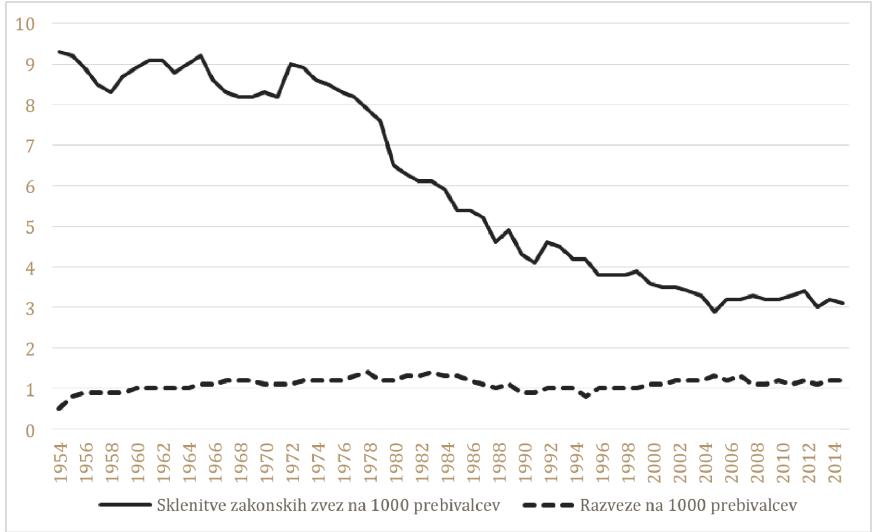


Slika 1. Prikaz števila sklenjenih zakonskih zvez ter razvez po posameznih letih od 1954 do 2014. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (2017).

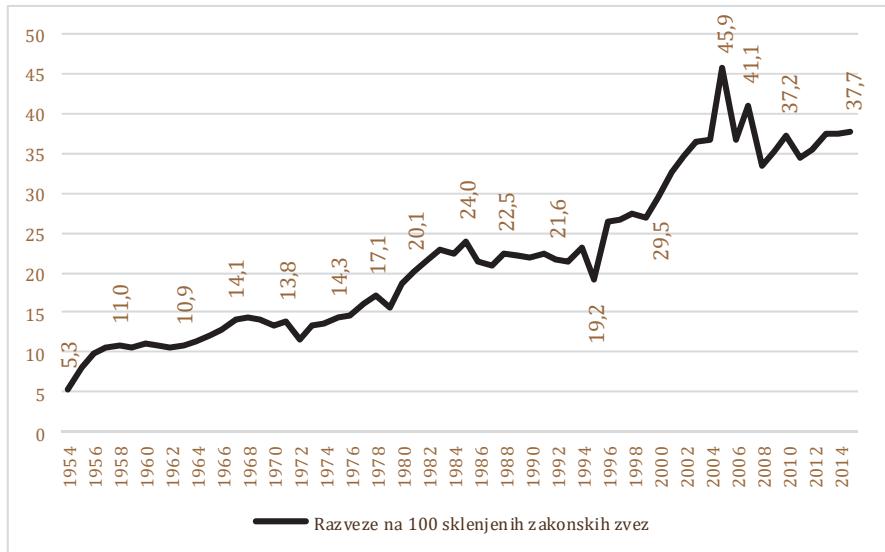
Slika 1 kaže, da je število sklenjenih zakonskih zvez (podobno pa tudi število prvih sklenitev zakonskih zvez) močno upadlo (v letu 2015 je bilo le še 45,7 % sklenitev zakonskih zvez v primerjavi z letom 1954, prvih sklenitev zakonskih zvez pa le še 43,5 %), medtem ko se je število razvez v tem obdobju v splošnem rahlo povečevalo.

Vendar pa je treba upoštevati, da se je celotno število prebivalstva v tem obdobju znatno spremajalo, zato so bolj povedni podatki o številu zakonskih zvez, prvih sklenitvah zakonskih zvez in razvez na 1000 prebivalcev, kar je prikazano na Sliki 2.

Z upoštevanjem rasti števila prebivalstva se nekoliko spremeni pogled na število razvez, saj lahko vidimo, da je število razvez od leta 1968 (1,2 razveze na 1000 prebivalcev) tako rekoč stabilno z nekaj nihanji (npr. od leta 2008 1,1 ali 1,2 razveze na 1000 prebivalcev). Delež razvezanosti je prikazan na Sliki 3.



Slika 2. Prikaz števila sklenjenih zakonskih zvez na 1000 prebivalcev ter razvez na 1000 prebivalcev po posameznih letih od 1954 do 2015. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (2017).



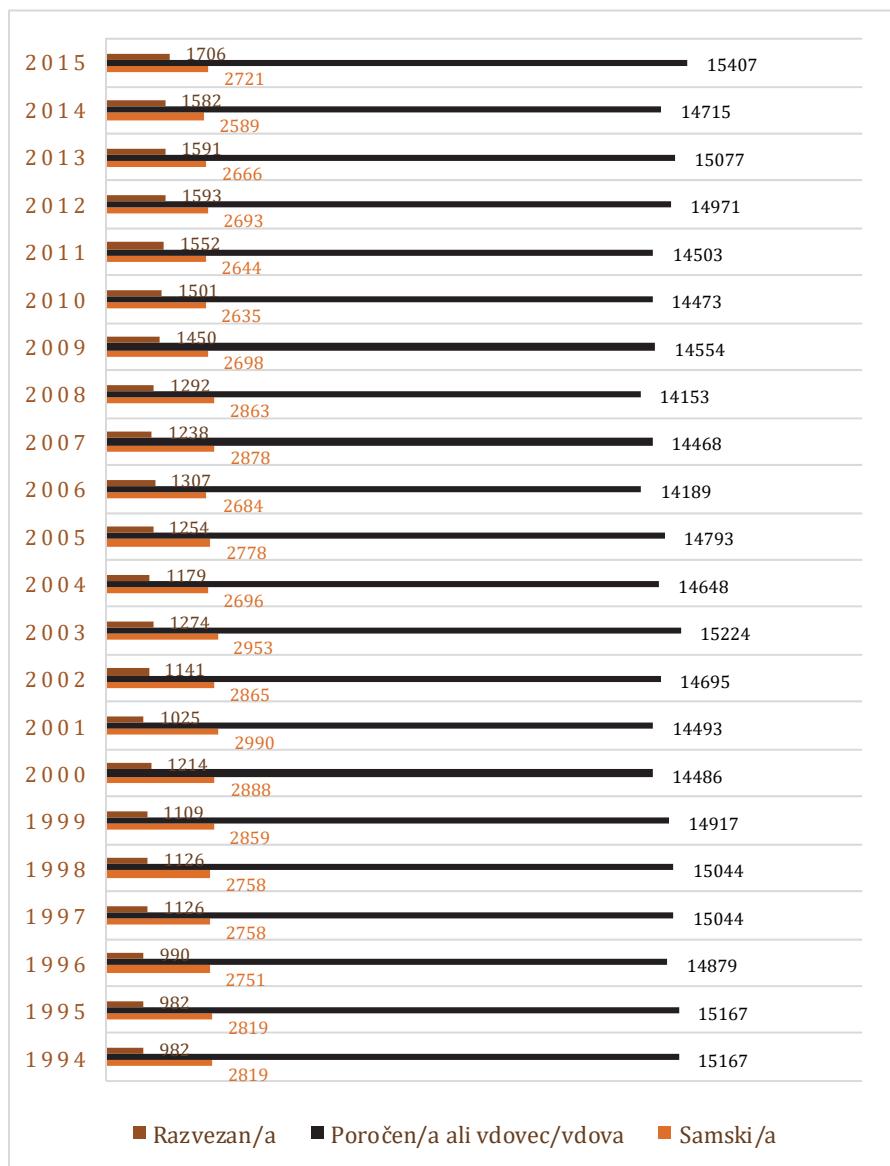
Slika 3. Prikaz števila razvez na 100 sklenjenih zakonskih zvez. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (2017).

Ob Sliki 3 je treba poudariti, da gre za odstotek vseh sklenjenih zakonskih zvez, torej ne samo tistih, ki jo pari sklenejo prvič.

### 3. Možnost posameznika za razvezo in razmerje pri več porokah

Podatek s Slike 3 moramo pravilno razumeti. Čeprav je razvidno, da je bilo na primer leta 2015 kar 37,71 % razvez glede na sklenjene zakonske zveze, to še ne pomeni, da ima nekdo, ki danes sklene zakonsko zvezo, 37,71 % možnosti, da se bo razvezal. Treba je namreč upoštevati, da je bilo nekdaj

sklenjenih zakonskih zvez veliko več, zato je treba današnjo stopnjo razvez gledati v luči števila preteklih sklenjenih zakonskih zvez.

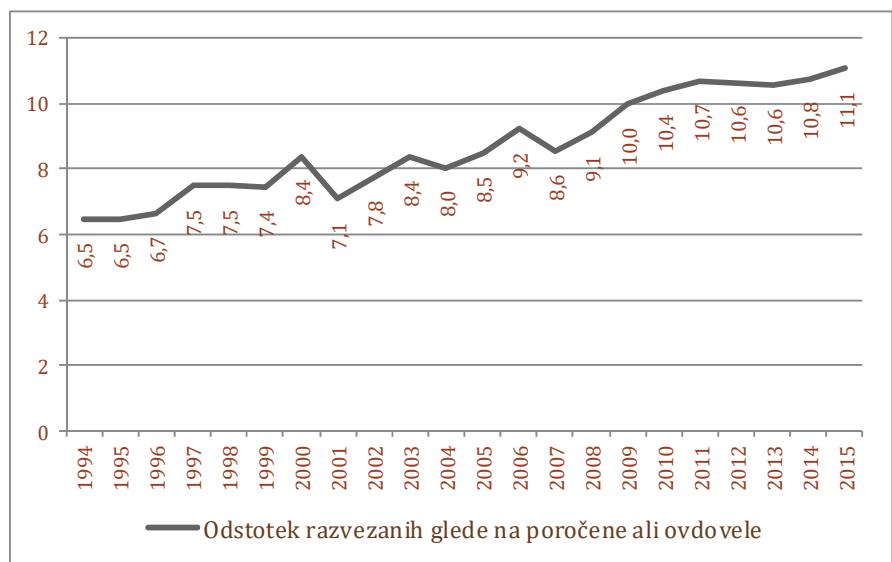


*Slika 4.* Število umrlih kot samskih, poročenih ali ovdovelih ter razvezanih od leta 1994 do 2015. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (2017).

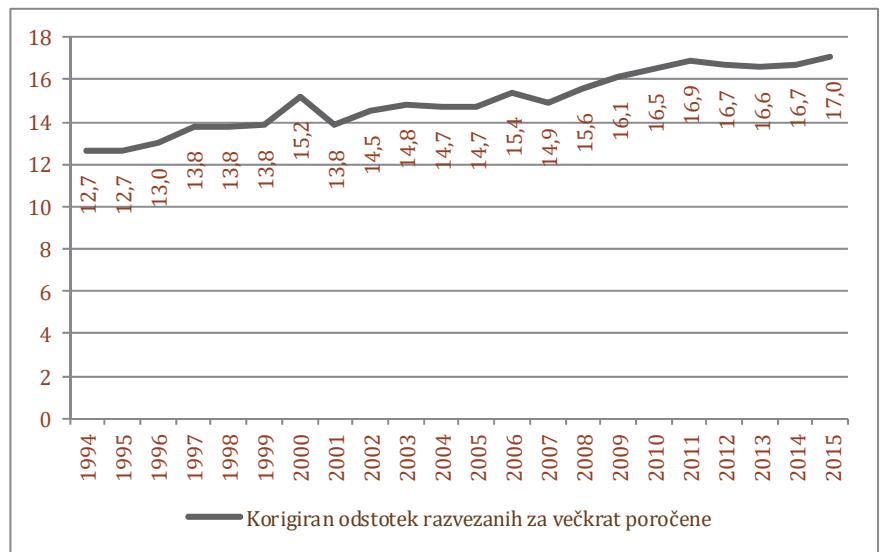
Za primerjavo lahko pogledamo podatke o umrlih osebah v zadnjih 21 letih (od leta 1994) in preverimo, kakšnega zakonskega stanu so bili, ko so umrli. Podatki so prikazani na Sliki 4 (število) in 5 (odstotki tistih, ki so umrli razvezani, v primerjavi s tistimi, ki so umrli poročeni ali ovdoveli).

Kot lahko vidimo na Sliki 5, se delež razvezanih sicer res povečuje, vendar je bistveno nižji. Vendar je tudi ob teh rezultatih treba upoštevati dvoje – da gre za starejšo populacijo (v prikaz so zajeti umrli), v število umrlih kot poročenih ali

ovdovelih pa so vključeni tudi tisti, ki so se sicer razvezali, vendar so vnovič sklenili zakonsko zvezo in umrli kot poročeni.



Slika 5: Odstotek umrlih kot razvezanih glede na umrle kot ovdovele ali poročene. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (2017).



Slika 6. Odstotki tistih, ki so umrli razvezani (povečano za ocenjeno vrednost poročenih, vendar pred tem tudi razvezanih) v razmerju do tistih, ki so umrli poročeni (zmanjšano za ocenjeno vrednost poročenih, vendar pred tem tudi razvezanih). Vir: Statistični urad Republike Slovenije (2017).

Točnih podatkov o tem, koliko je med umrlimi razvezanih in vnovič poročenih, Statistični urad Republike Slovenije žal nima. Če bi upoštevali, da je odstotek drugih porok glede na prve od

leta 1985 dokaj stabilen (povprečje 10,38 %), lahko tudi to upoštevamo (zmanjšamo število poročenih ali ovdovelih in povečamo število razvezanih za ta odstotek, ob tem se ne upošteva tretjič ali večkrat poročenih, ker so že všteti v ta odstotek) tudi podatke o zakonskem stanu umrlih iz slike 4 in 5, da dobimo število poročenih, ki niso bili nikoli ločeni. Dobljeni podatki so prikazani na Sliki 6.

## Reference

- Homes, T. in Rahe, R. (1967). The social readjustment scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Kennedy, S. in Ruggles, S. (2014). Breaking up Is hard to count: The rise of divorce in the United States, 1980–2010. *Demography*, 51, 587-598.
- Wagner, M., Schmid, L. in Weiβ, B. (2015). Exploring increasing divorce rates in West Germany: Can we explain the iron law of increasing marriage instability? *European Sociological Review*, 31(2), 211-229.

# **Soočanje z ločitvijo**

## **skozi prizmo teorije navezanosti in odnosa z Bogom**

Izr. prof. dr. Barbara Simonič

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

### **POVZETEK**

Z vidika teorije navezanosti pristen odnos z Bogom pomeni varno osnovo in varno pribegališče, od koder lahko oseba črpa moč za spoprijemanje z izvivi. Tudi ločitev (ali razpad dolgotrajnejše partnerske zveze) se uvršča med bolj stresne in psihično naporne življenjske preizkušnje, ki povečajo posameznikovo ranljivost. Občutek varnosti v tem primeru zagotavlja močno oporo pri soočanju s temi izvivi. V prispevku bodo predstavljena teoretična izhodišča teorije navezanosti in navezanosti na Boga, ki jih bomo aplicirali na področje soočanja z razvezo. Poudarek je na tem, ali in kako osebe, ki so doživele razvezo, doživljajo odnos z Bogom kot odnos navezanosti, iz katerega lahko črpajo moč in oporo za soočanje z izvivi razveze, kar smo raziskovali tudi s kvalitativno študijo. Ugotovitve kažejo, da so udeleženci raziskave doživljali odnos z Bogom kot temeljni vir varnosti in gotovosti, ki jim je na različne načine pomagal pri soočanju z izvivi v procesu ločitve.

**KLJUČNE BESEDE:** ločitev, ranljivost, navezanost, duhovnost

### **1. Uvod**

Ločitev oz. razpad dolgotrajnejše partnerske zveze pomeni za vse neposredno (partnerja in otroci) in posredno udeležene (širša družina, prijatelji itn.) osebe stresno izkušnjo, ki jo spremljajo številne čustvene, socialne in ekonomske posledice. To potrjujejo tudi številne raziskave, ki kažejo, da ločene osebe

doživljajo povečan psihični stres, kar se pri njih kaže npr. v višji stopnji depresije in manjšem občutju zadovoljstva (Amato, 2000; Aseltine in Kessler, 1993), večjem uživanju alkohola in slabši kakovosti spanja (Hetherington in Kelly, 2002), celo v višji smrtnosti (Sbarra in Nietert, 2009), prav tako težo posledic ločitve doživljajo otroci (Amato, 2001; Amato in Keith, 1991; Andrejč, 2014). Ločitev je torej situacija, ki povzroča stanje povečane vsesplošne ranljivosti in krhkosti.

## 2. Ranljivost ob ločitvi in mehanizem navezanosti

Ne glede na to, da je ločitev lahko tudi rešitev iz zapletenih, grobih, nasilnih in nemogočih odnosov (Määttä, 2011), ločene osebe poročajo, da v določeni meri ločitev doživljajo kot poraz. Čutijo prizadetost, nemoč, krhkost, krivico, krivdo, izdajstvo in osamljenost, sprembla jih tudi občutek zaznamovanosti (Gostečnik, 2003). V tem stanju se doživljajo še dodatno ranljivi, saj je strah pred nadaljnjo ranjenostjo še večji. V trenutkih povečane ranljivosti pa je najbolj običajna človeška reakcija iskanje čustvenega pribegališča in zatočišča, kjer je mogoče najti varnost in zaščito (Simonič, 2015).

Utemeljitev in pojasnilo za dinamiko, ki se vzpostavi v takih trenutkih, je mogoče najti znotraj teorije navezanosti, ki jo mnogi imenujejo kar teorijo travme, saj se osredotoča na ekstremne čustvene pretrese in občutke izolacije ter ločitve zlasti v trenutkih povečane ranljivosti – kar se ob ločitvi zgodi (Johnson, Makinen in Millikin, 2001). Navezanost je vseživljenjski razvojni sistem, v katerem ljudje uporabljajo izjemno kompleksne fizične, kognitivne in komunikacijske strategije za oblikovanje močnih čustvenih vezi, ki bi jih zaščitile pred resničnimi ali potencialnimi grožnjami. Temelji tega sistema se vzpostavijo že v otroštvu z osebo navezanosti, kvaliteta teh odnosov pa zaznamuje človeka v vseh nadalnjih odnosih v življenju, saj je to model odnosov oz. dojemanja sebe, drugih in sveta (Bowbly, 1973). Z vidika vseživljenjske perspektive kvaliteta navezanosti, ki se oblikuje v zgodnjem otroštvu, vpliva na oblikovanje kasnejših odnosov in reakcije v trenutkih stiske, bodisi v okviru širšega socialnega konteksta bodisi v intimnih odnosih (Simonič, 2006).

Navezanost je del prilagoditvenega vedenjskega sistema, ki ga posameznik kot otrok vzpostavi v najzgodnejšem otroštvu. Ta

mehanizem razloži, kako otrok (zlasti v trenutkih stiske in stresa) vzpostavlja in ohranja stik s svojim staršem ali primarnim skrbnikom in kako se odziva na prekinitev tega stika. V varni navezanosti bo otrok lahko poiskal bližino z osebo, na katero je navezan, ohranjaj bo občutek gotovosti, da se lahko nanjo obrne v času stresa, ter gojil zavedanje, da ga bo odrasli potolažil in umiril njegovo tesnobo. Hkrati bo razvil notranji delovni model (ang. *internal working model*) varne osnove, ki je notranja shema sebe v odnosu do drugega (osebe navezanosti), ta shema pa mu omogoča občutek varnosti pri raziskovanju sveta v otroštvu in tudi v kasnejšem življenju. Primarni odnos s skrbnikom (navadno je to mati) otroku torej omogoča preživetje, obenem pa prek tega skrbnik regulira čustveno zahtevne situacije v času stresa (Erzar in Kompan Erzar, 2011). Sistem navezanosti je tako ključna strategija pri soočanju s stresom, ko se oseba obrne k drugemu po varnost in podporo (Kobak, Cassidy, Lyons-Ruth in Ziv, 2000). Gre za čustveni regulacijski sistem, v katerem je vsak vzorec navezanosti povezan z različnimi pristopi v soočanju s stresom (Ein-Dor, Mikulincer in Shaver, 2011; Schore, 2003).

Odnos navezanosti torej zagotavlja čustveno podporo kot *varna osnova* (ang. *secure base*) in *varno zatočišče* (ang. *safe haven*). Odnos navezanosti v funkciji varne osnove pomeni, da zagotavlja vir zaupanja, varnosti in spodbuja osebo, da raziskuje svet in se v varnem okolju sooča s stresnimi situacijami. Varno zatočišče pa pomeni odnos navezanosti, ki je za posameznika v stiski, ko je tesnoven in vznemirjen, vir čustvene pomiritve. Na podlagi tega posameznik v svoji notranjosti oblikuje pomirjajoče zaupanje, ki prihaja iz zavedanja, da je čustveno pribegališče dostopno, če bo stres postal preveč prevzemajoč in bo potreben umik iz stresnih situacij, da bi ohranil čustveno ravnotesje (Johnson, 2003). Seveda pa niso vsi odnosi oz. izkušnje odnosov navezanosti enako varni in učinkoviti, saj poleg varne navezanosti poznamo tudi ne-varno navezanost. Varno navezani posamezniki so v primerjavi z ne-varno navezanimi v stresnih situacijah učinkovitejši kot iskalci ali kot ponudniki podpore drugim. Pri tem je varna navezanost povezana z boljšo sposobnostjo soočanja, prav tako pa tudi z boljšo splošno posameznikovo blaginjo (Crowell, Fralex in Shaver, 1999; Dozier, Stovall in Albus, 1999).

O sistemu navezanosti torej lahko govorimo kot o vseživljenjskem razvojnem sistemu, v katerem ljudje uporabljajo izjemno kompleksne fizične, kognitivne in komunikacijske strategije za oblikovanje močnih čustvenih vezi, ki bi jih zaščitile pred resničnimi ali potencialnimi grožnjami. Odnosi navezanosti spodbujajo soočanje s stresom tako, da zagotavljajo predvsem čustveno podporo. Takšna podpora v zgodnjem otroštvu prihaja od staršev in skrbnikov, v odraslosti pa iz tesnih bližnjih odnosov, kot so vrstniški prijateljski odnosi, partnerski odnosi, lahko pa tudi pristen in globok intimen odnos z Bogom.

### 3. Odnos z Bogom kot odnos navezanosti

Številni teoretiki in raziskovalci relacijske psihologije religije ugotavljajo, da ima intrapsična podoba Boga psihično energijo in dinamiko žive osebe. Je psihična realnost, človek ga čuti kot resničnega, živega, z njim je mogoče biti v resničnem in živem odnosu (Belford Ulanov, 2001). Tudi v trenutkih ranljivosti je ta odnos tisti, ki pomirja, saj je za mnoge ljudi vera pomemben vir, ki pomaga pri soočanju z dnevnimi in večjimi eksistencialnimi stiskami (Pargament, 1997). Ena poglavitnih funkcij religije je tako zagotavljanje občutka varnosti, kadar smo ranljivi (Durhheim, 1995), v čemer je mogoče prepoznati temeljne dimenzijs mehanizma navezanosti. Številne raziskave na področju psihologije religije dejansko dokazujejo, da ima Bog za mnoge posameznike psihološko funkcijo osebe navezanosti (Beck in McDonald, 2004; Granqvist, 1998; Granqvist in Hagekull, 1999, 2000, 2001; Kirkpatrick, 1997, 1999, 2005; Kirkpatrick in Shaver, 1990, 1992; Rowat in Kirkpatrick, 2002).

Z izrazi in dinamikami teorije navezanosti lahko konceptualiziramo različne oblike religiozne izkušnje. Vera je namreč odnos navezanosti, saj ustreza dvema glavnima kriterijema navezanosti: *varne osnove* (ang. *secure base*) in *varnega zatočišča* (ang. *safe haven*) (Beck in McDonald, 2004). To je mogoče prepoznati v različnih vidikih odnosa z Bogom. Ljudje se največkrat obračajo na Boga v trenutkih težav in kriz in pri njem iščejo zaščito, varnost in tolažbo (Kirkpatrick, 1999). V trenutkih stiske Bog deluje tako kot pri otroku starši, torej kot *varno zatočišče*, h kateremu se lahko vernik obrne po emocionalno podporo. Navezanost zagotavlja tudi občutek

*varne in trdne osnove* za raziskovanje okolja. S tega vidika je Bog nekdo, ki človeku vedno stoji ob strani, ga vedno gleda in sprembla. Bog je tako dojet kot oseba navezanosti, ki je vedno navzoča in vsemogočna in kot tak lahko zagotavlja najbolj zanesljiv temelj varnosti (Kirkpatrick, 2005). Od njega lahko človek odhaja v raziskovanje okolja in se k njemu vedno vrača (Granqvist, 1998). Vera zagotavlja ljudem varnost in zaupanje, da lahko funkcionirajo v vsakodnevni življenju, ter jim pomaga, da se laže soočajo s stresom ter preizkušnjami in stiskami.

#### **4. Ločitev in doživljanje varnosti v odnosu z Bogom**

Precej študij potrjuje, da ima duhovnost pomembno mesto pri soočanju s posledicami ločitve (Krumrei, Mahoney in Pargament, 2009, 2011; Pargament, 1997), pri čemer prepoznavajo različne strategije, od pozitivnih do negativnih, v njihovem ozadju pa je mogoče prepoznati tudi obliko navezanosti (Beck in McDonald, 2004). Med pozitivnimi lahko npr. prepoznamo molitev, osebne rituale ali različne oblike čaščenja, kar je pomembno pri preseganjtu občutkov jeze, bolečine in strahu; iskanje duhovnega očiščenja ali odpuščanja za morebitna napačna ravnana v razpadli zvezi, kar pripomore k zmanjšanju krivde ali ponovni utrditvi občutka integritete; iskanje možnosti za povečevanje občutka povezanosti s presežnim bitjem, ki zmanjšuje občutek zapuščenosti; iskanje tolažbe in sprejetosti s strani duhovnikov in članov verske skupnosti, katere član je tudi posameznik. Negativno religiozno soočanje z ločitvijo pa pomenijo oblike, kot so doživljanje ločitve kot kazni od Boga; dojemanje, da Bog nima dovolj moči oz. je nesposoben, da bi vplival na možnost, da do ločitve ne bi prišlo – vse to zaznamuje posameznikovo duhovno dojemanje sveta in življenja, kar se navadno kaže v notranjih duhovnih bojih (razočaranje, zagrenjenost, zavrženost, zmeda ipd.); doživljanje duhovne in moralne krivde za propadli odnos; doživljanje konfliktov in obsojanja znotraj verske skupnosti zaradi ločitve ipd. (Krumrei in drugi, 2009, 2011). Vse te različne oblike se kažejo tudi v uspešnosti prilagoditve na ločitev. Ločeni posamezniki v proces soočanja z ločitvijo večinoma vključujejo pozitivne oblike religioznega soočanja (Simonič in Rijavec Klobučar, 2016), pri čemer rezultati

raziskav kažejo, da so te oblike pozitivno povezane z večjo posttravmatsko rastjo pri posameznikih in negativno z depresijo (Krumrei in drugi, 2009).

Kakor pri medosebni navezanosti je stil navezanosti posameznika na Boga povezan s tem, kako in ali se bo oseba obračala na Boga kot na vir podpore, ko se sooča s stresom (Kirkpatrick in Shaver, 1992). Varno navezani na Boga vidijo Boga kot vir varnosti, ljubezni, zaščite in podpore. Ti ljudje se s pozitivnimi strategijami religioznega soočanja na Boga obračajo po pomoč (Kirkpatrick, 1999). Predvidevamo, da tudi v ranljivih trenutkih, ki sledijo ločitvi, verne osebe v odnosu z Bogom z vidika aktivacije navezanosti iščejo varno osnovo in varno zatočišče. V nadaljevanju sledi predstavitev kvalitativne študije, v kateri smo iskali odgovor na vprašanje: *Ali in kako ločene osebe doživljajo odnos z Bogom (znotraj katoliške tradicije) kot vir varnosti in pozitivne podpore pri soočanju z razvezo (vidik varne osnove in varnega zatočišča)?*

## 5. Metoda

### 5.1 Udeleženci

V raziskavo je bilo vključenih sedem oseb, ki so za sabo imele izkušnjo soočanja z ločitvijo, gojile pa so tudi globok oseben odnos z Bogom (vsi so bili katoličani). Pet je bilo žensk, dva pa moška. Njihova povprečna starost je bila 44 let. Od njihove ločitve je minilo dve do sedem let.

### 5.2 Postopek – fenomenološka metoda

Z udeleženci so bili opravljeni polstrukturirani intervjuji. Po načelih fenomenološke psihološke metode, ki omogoča kvalitativno raziskovanje doživljanja določenega fenomena (v našem primeru tega, ali in kako so osebe v soočanju z ločitvijo doživljale Boga kot varno osnovo in varno zatočišče), smo najprej oblikovali individualne opise strukture doživljanja vsakega udeleženca, nato pa še skupni opis strukture doživljanja.

## 6. Rezultati in razprava

Iz analize odgovorov je mogoče zaznati, da verne osebe po ločitvi zaznavajo stanje povečane krhkosti in ranljivosti. »*Zdelo se mi je, da se je podrlo vse, ko je mož odšel. Ostala sem sama, sama, popolnoma na tleh, ker se mi je pač zdelo, da se mi je porušilo življenje, da nimam več cilja, tistega cilja, ki sem ga imela celo življenje pred seboj.*« Ali: »*Ko je bila stvar še zelo akutna, se mi je zdelo, da me je kar premetavalo z enega konca na drugega.*« Pojavljajo se težka občutja, od jeze, razočaranja, krivde do nemoči. Vsi doživljajo osamljenost, zavrženost in nevrednost, kar je vodilo v iskanje občutka varnosti, s tem namenom pa se obračajo tudi na Boga: »*Vsega je bilo naenkrat preveč. Čutila sem nemoč, izpostavljenost, nezavarovanost, da sem izpostavljena in nimam nobenega nadzora. Zato sem se obrnila na Boga, da bi mi dal moč, da se soočim z novimi preizkušnjami.*« Ali: »*Ločitev je težek udarec, ampak so težki tudi drugi. Pri vsakem udarcu pa je zame pomembno najprej to, da se vrnem pred Boga, da se zavem, kdo sem zanj, koliko mu pomenim.*« To vedenje nakazuje, da se verne osebe v ranljivih trenutkih, ki sledijo ločitvi, zatekajo k Bogu in v odnosu z njim iščejo občutke varnosti in zaštite. V tem je mogoče prepoznati aktivacijo navezanosti, ki vsebuje izjemno zahtevno in intenzivno čustveno vedenje oz. reagiranje v trenutkih stiske (Erzar in Kompan Erzar, 2011).

Način vzpostavljanja odnosa z Bogom pri naših udeležencih nakazuje predvsem varno obliko navezanosti v odnosu z Bogom, ko so Boga doživelji kot ljubečega in vrednega zaupanja, medtem ko bi ga osebe z ne-varno obliko navezanosti doživele kot oddaljenega, neznanega, kaznovalnega ali odsotnega. Udeleženci ob zatekanju k Bogu v trenutkih povečane ranljivosti po ločitvi doživijo trenutno umirjenost, kar dolgoročno napoveduje tudi uspešnejše in kompetentnejše dolgoročno soočanje z izzivi, ki se pojavljajo kot posledica ločitve. To se sklada z ugotovitvami, da osebe s pozitivnim religioznim soočanjem, pri katerem delujejo dinamike varne navezanosti, kažejo večji napredek pri uspešnosti soočanja s stresom (Krumrei in drugi, 2009).

Odgovori kažejo, da Bog za osebe, ki se soočajo z izzivi ločitve, nastopa v funkciji osebe navezanosti, in sicer kot varna osnova in varno zatočišče, kar sta osnovni funkciji osebe navezanosti.

Bog je »varno zatočišče«, saj je vir čustvene pomiritve: »Pri Bogu dobim sprejemanje, pripadnost. K sreči nas Bog ne more zavreči. Ljudje pa nas lahko.« Ali: »To se ne da opisati, nobenemu ne moreš tako dati in povedati, kot lahko Bogu to poveš. ... Nisem mogla več sama, samo sem v tisti tišini pač rekla, da eno oko vedno gleda in vidi. In sem bila mirna.« Na podlagi takega doživljanja lahko rečemo, da je Bog resnično zagotavljal varno zatočišče, ki ima funkcijo pomirjanja in gradnje zaupanja. Prav tako (ali pa na ta način) Bog pomeni »varno osnovo«, saj je dojet kot »temelj, iz katerega lahko iz vsake polomije v življenju nekaj narediš«. S tem občutkom varnosti oseba lahko z večjim zaupanjem nadaljuje življenje v prihodnosti in se laže sooča z novimi izzivi: »Pred Boga se vrnem, da se zavem, kdo sem zanj, koliko mu pomenim. To je začetek in izhodišče, da začnem spet zaupati, da moje življenje ni za na odpad, če sem doživel, kar sem doživel ... Potem je na vrsti sprejemanje, odpuščanje. Sprejemanje tega, da živim naprej, da še vedno lahko ljubim skozi to rano, morda še bolj, ker sem še bolj resničen.«

## 7. Sklep

Sklenemo lahko s spoznanjem, da so duhovnost oz. religioznost, znotraj tega pa predvsem osebni odnos z Bogom, pomembni za človekovo doživljanje stresa v življenju na splošno, prav tako pa v specifičnih trenutkih ranljivosti, kakršni se prebujajo ob soočanju s posledicami ločitve. Predvsem pozitiven odnos z Bogom, ki ima funkcijo osebe navezanosti in zagotavlja ločenim osebam varno osnovo in varno zatočišče, znižuje učinke stresorjev in vodi v pozitivne oblike prilagoditve na stresne situacije po ločitvi. Vse to nakazuje tudi nekatere smernice za pomoč ločenim posameznikom, bodisi v okviru psihosocialne obravnave (psihoterapija, svetovanje itd.), ali pa duhovnega spremeljanja. Treba se je namreč zavedati, da duhovni oz. religiozni viri lahko zagotavljajo nekaterim osebam pomembno pomoč, ko se soočajo s situacijo ločitve in njenimi posledicami.

## 8. Reference

- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family, 62*, 1269-1287.
- Amato, P. R. (2001). Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology, 15*, 355-370.
- Amato, P. R., in Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 110*, 26-46.
- Andrejč, A. (2014). Negativni učinki razveze staršev na otroke in mladostnike: dejavniki tveganja in varovalni dejavniki. *Socialno delo, 53*, 25-41.
- Aseltine, R. H., in Kessler, R. C. (1993). Marital disruption and depression in a community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 34*, 237-251.
- Beck, R., in McDonald, A. (2004). Attachment to God: The Attachment to God Inventory, Tests of Working Model Correspondence, and an Exploration of Faith Group Differences. *Journal of Psychology and Theology, 32*, 92-103.
- Belford Ulanov, A. (2001). *Finding space*. Louisville: Westminster John Knox Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. III, Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Crowell, J. A., Fraley, R. C., in Shaver, P. R. (1999). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. V J. Cassidy in P. R. Shaver (ur.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (str. 434-465). New York: Guilford Press.
- Dozier, M., Stovall, K. C., in Albus, K. (1999). Attachment and psychopathology in adulthood. V J. Cassidy in P. R. Shaver (ur.), *Handbook of attachment theory and research* (str. 497-519). New York: Guilford.
- Durkheim, E. (1965). *The elementary forms of the religious life*. New York, NY: Free Press.
- Ein-Dor, T., Mikulincer, M., in Shaver, P. R. (2011). Attachment Insecurities and the Processing of Threat-Related Information: Studying the Schemas Involved in Insecure People's Coping Strategies. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*, 78-93.
- Erzar, T., in Kompan Erzar, K. (2011). *Teorija navezanosti*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.
- Gostečnik, C. (2003). *Srečal sem svojo družino II*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Granqvist, P. (1998). Religiousness and Perceived Childhood Attachment: On the Question of Compensation or Correspondence. *Journal for the Scientific Study of Religion, 37*, 350-367.
- Granqvist, P., in Hagekull, B. (1999). Religiousness and Perceived Childhood Attachment: Profiling Socialized Correspondence and Emotional Compensation. *Journal for the Scientific Study of Religion, 38*, 254-274.

- Granqvist, P., in Hagekull, B. (2000). Religiosity, Adult Attachment, and why »Singles« are more Religious. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10, 111-123.
- Granqvist, P., in Hagekull, B. (2001). Seeking Security in the New Age: On Attachment and Emotional Compensation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40, 527-545.
- Hetherington, E. M., in Kelly J. (2002). *For better or for worse: Divorce reconsidered*. New York: Norton.
- Johnson, S. (2003). Introduction to Attachment. V S. M Johnson in V. E. Whiffen (ur.), *Attachment processes in couple and family therapy* (str. 3-17). New York: The Guilford Press.
- Johnson, S. M., Makinen, J. A., in Millikin, J. W. (2001). Attachment injuries in couple relationships: a new perspective on impasses in couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27, 145-155.
- Kirkpatrick, L.A. (1997). A Longitudinal Study of Changes in Religious Belief and Behavior as a Function of Individual Differences in Adult Attachment Style. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36, 207-217.
- Kirkpatrick, L.A. (1999). Attachment and Religious Representations and Behavior. V J. Cassidy in P. R. Shaver (ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (str. 803-822). New York: Guilford.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. New York, NY: The Guilford Press.
- Kirkpatrick, L. A., in Shaver, P. R. (1990). Attachment Theory and Religion: Childhood Attachments, Religious Beliefs, and Conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 315-334.
- Kirkpatrick, L. A., in Shaver, P. R. (1992). An Attachment-Theoretical Approach to Romantic Love and Religious Belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 266-275.
- Kobak, R., Cassidy, J., Lyons-Ruth, K., in Ziv, Y. (2000). Attachment, stress, and psychopathology: A developmental pathways model. In D. Cicchetti in D. J. Cohen (ur.), *Developmental psychopathology (Vol. I): Theory and method* (str. 333-369). Hoboken, NJ: Wiley.
- Krumrei, E. J., Mahoney, A., in Pargament, K. I. (2009). Divorce and the divine - The role of spirituality in adjustment to divorce. *Journal of Marriage and Family*, 71, 373-383.
- Krumrei, E. J., Mahoney, A., in Pargament, K. I. (2011). Spiritual stress and coping model of divorce - a longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 25, 973-985.
- Määttä, K. (2011). The Throes and Relief of Divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 52, 415-434.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York, NY: The Guilford Press.
- Rowat, W.C., in Kirkpatrick, L.A. (2002). Two Dimensions of Attachment to God and Their Relation to Affect, Religiosity, and Personality Constructs. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41, 637-651.

Sbarra, D. A., in Nietert, P. J. (2009). Divorce and death - Forty years of the Charleston Heart Study. *Psychological Science*, 20, 107-113.

Schore, A. N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. New York: W. W. Norton & Company.

Simonič, B. (2006). Antropološko-psihološke in teološke osnove prenašanja vrednot: Zgodnja navezanost na starše in temelji religioznosti. *Bogoslovni vestnik*, 66, 123-136.

Simonič, B. (2015). Ranljivost sodobnih družin in spodbuda k materinski rahočutnosti v pastoralni skrbi za družine. *Bogoslovni vestnik*, 75, 487-494.

Simonič, B., in Rijavec Klobučar, N. (2016). Experiencing Positive Religious Coping in the Process of Divorce: A Qualitative Study. *Journal of Religion and Health*, 55, 1-11.



# Izzivi skrbništva otrok za ločena starša in proces relacijske družinske terapije

Doc. dr. Saša Poljak Lukek

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

## POVZETEK

Ločitev oziroma prekinitev partnerskega odnosa uvrščamo med izrazito stresne dogodke. Podatki pa kažejo, da je v skoraj polovici ločenih zakonskih parov del ločitvenega postopka tudi odločanje o načinu skrbi za otroke (SURS, 2016). Partnerji se tako v procesu ločevanja soočajo s končanjem partnerske vloge kot tudi s preoblikovanjem starševske vloge. Zaradi izrazite čustvene ranljivosti in izpostavljenosti v tem obdobju pa je razmejevanje med starševsko in partnersko vlogo ključno za uspešno razrešen ločitveni postopek. V prispevku predstavljamo temeljne intervencije relacijske družinske terapije za osebe v ločitvenem postopku z otroki, ki potekajo na sistemski, interpersonalni in intrapsihični ravni. Osnovne intervencije sistemske ravni prepoznavamo v: postavljanju razmejitev med partnersko in starševsko vlogo, ohranjanju hierarhije, razmejevanju med družinskimi podsistemi; v podpori pri spremembah sistema in odnosov in v oblikovanju primerrega vzgojnega stila in vzgojnih metod. Osnovne intervencije interpersonalne ravni so: razumevanje dinamike bivšega partnerskega odnosa in oblikovanje novega načina navezanosti na otroka z vzpostavljanjem čustvene občutljivosti in čustvene ranljivosti. Bistvo relacijske družinske terapije pa so intervencije na intrapsihični ravni: povezava preteklih izkušenj zapuščenosti s sedanjimi odnosi in dvojno zavedanje, razmejevanje preteklosti in sedanosti.

## 1. Ločitev in skrbništvo otrok

Ločitev pomeni formalno razvezo zakonskega odnosa oziroma ločeno življenje v primeru zunajzakonske zveze (Ahrons, 2014) in tudi čustveno ločevanje, ki je dolgotrajnejši čustven proces poslavljanja od odnosa (Kaslow, 2000). Dolgotrajen proces čustvenega ločevanja partnerjev pa v primeru, da so vpleteni otroci, ni le predelava čustev razočaranja iz odnosa, ampak tudi soočanje s spremembou starševske vloge. Otroci čutijo posledice ločitve predvsem kot stres zaradi ločenega življenja z enim od staršev, zaradi zakonskega konflikta staršev, zaradi izgube pomembnih odnosov in zaradi slabše opravljene starševske vloge (Kelly in Emery, 2003).

»V letu 2015 se je razvezalo 2432 zakonskih zvez ali za 1,5 % manj kot v letu 2014. Povprečna starost moža ob razvezi je bila 45,8 leta, povprečna starost žene ob razvezi pa 42,9 leta. Povprečno trajanje zakonske zveze do razveze je bilo 13,6 leta. 32 zakonskih zvez se je razvezalo že v prvem letu zakona. Med v letu 2015 razvezanimi zakonskimi zvezami je bilo 1227 (ali 50,5 %) takih, v katerih ob razvezi ni bilo vzdrževanih otrok; v preostalih 1205 zakonskih zvezah, ki so bile razvezane, pa je bilo ob razvezi 1883 vzdrževanih mladoletnih otrok. Tri četrtine teh otrok so bile dodeljene materam, 6 % očetom, 16 % pa obema staršema.« (SURS, 2016)

Torej so v skoraj polovici vseh razvez vpleteni tudi mladoletni otroci, kar pomeni, da je za zakonca v postopku ločitve pomembno tudi vprašanje skrbništva za otroke. V Sloveniji poznamo skladno z Zakonom o zakonski zvezi in družinskih razmerjih tri oblike skrbništva v primeru ločenih staršev: 1) deljeno skrbništvo (ko je otrok v skrbi obeh staršev, ki se v vlogi skrbnika izmenjujeta glede na določeno časovno dinamiko, 2) skupno skrbništvo (ko imate starša ves čas oba pravice in dolžnosti, ki se nanašajo na skrbništvo) in 3) posamezno skrbništvo (ko je otrok zaupan v skrb enemu staršu, drugemu pa je odrejena pravica do stikov). Kot razberemo iz podatkov, je večina otrok dodeljena v posamezno skrbništvo (SURS, 2016), kar pomeni, da je organizacija stikov otroka s staršem, ki mu skrbništvo ni dodeljeno, velik izliv za ločena partnerja. Raziskave namreč potrjujejo, da se pogostost stikov otroka s staršem brez skrbništva povezuje s pozitivnimi razvojnimi izidi za otroka (Amato, 2014; Amato in Cheadle,

2005; Nielsen, 2013), vendar le v primeru, ko v odnosu med ločenimi starši ni vztrajajočega konflikta, ko so otroci, ki imajo stik z obema staršema, tudi po ločitvi izpostavljeni starševskemu nasilju in pritiskom (Amato, Meyers in Emery, 2009; Amato in Rezac, 1994; Kelly in Emery, 2003). Ugodni izidi za otrokov razvoj pa se povezujejo tudi s starševskimi sposobnostmi opravljanja vzgojnih nalog, njihovimi sposobnostmi sodelovanja in prilagajanja v starševski vlogi (Amato, 2014). Otroci očetov, ki ne živijo z njimi, vendar pa so vključeni v opravljanje njihovih šolskih obveznosti in zagotavljajo avtoritativen vzgojo, so v primerjavi z otroki manj sodelujočih očetov bolj razvojno prilagodljivi in dosegajo boljše šolske rezultate (Kelly in Emery, 2003). Raziskave pa kažejo tudi to, da otroci, ki imajo stike z obema staršema, po ločitvi dosegajo boljše razvojne izide od otrok, ki so po ločitvi v skrbništvu izključno enega od staršev (Bouserman, 2002). Ohranjanje stika obeh staršev z otrokom je tako pomembno za otrokov nadaljnji razvoj in prilagajanje novim okoliščinam, pomeni pa velik izziv za ločena partnerja, ki morata poiskati način sodelovanja in medsebojnega razumevanja. V nadaljevanju bo predstavljena terapevtska obravnava osebe v ločitvenem postopku po modelu relacijske družinske terapije.

## **2. Obravnava staršev v ločitvenem postopku na sistemski ravni relacijske družinske terapije**

Terapevtsko delovanje na sistemski ravni pomeni raziskovanje značilnosti delovanja sistema odnosov, v katerega je posameznik vpet. Sistemsko dinamiko relacijska paradigma razume kot vnovični poskus oblikovanja znanih načinov psihičnih in vedenjskih prilagoditev (Gostečnik, 2004). Z ločitvijo razпадa temeljni odnos družinskega sistema, partnerski odnos, kar povzroči korenito spremembo odnosov. Oblikovanje novega sodelovalnega starševskega odnosa med bivšima partnerjema je temeljna naloga na sistemski ravni.

Temeljne intervencije relacijske družinske terapije na sistemski ravni pri obravnavi staršev v ločitvenem postopku so:

## **Postavljanje razmejitve med partnersko in starševsko vlogo, ohranjanje hierarhije, razmejevanje med družinskimi podsistemi**

Družina je tako kot vsak sistem razdeljena na podsisteme, ki so med seboj odvisni, obenem pa morajo med njimi obstajati meje in razlike, s čimer družina poskrbi za potrebe vsakega člena družine (Cummings in Davies, 2010; Siegel in Solomon, 2013). Temeljna podsistema družine sta starševski in otroški podistem. Z ločitvijo staršev se prvi podistem spremeni, kar pomeni, da se morajo na novo opredeliti tudi meje, vloge in pravila znotraj družine. Razmejitve v družinskem sistemu pa morajo biti postavljene tudi dovolj odprtne, saj morajo dovoljevati komunikacijo in stik z zunanjimi sistemi, ker eden od staršev ni več del ožjega družinskega sistema. Terapevt zato svoje intervencije na tej ravni usmerja v oblikovanje ustreznih načinov komunikacije. Ločeni starši se morajo na novo naučiti komunikacije z bivšimi partnerji, ki naj bi bila po ločitvi namenjena predvsem usklajevanju starševskih nalog in dolžnosti. V začetni fazi ločevanja pa se morata ločena starša naučiti predvsem tega, da pred otrokom in z otrokom ne govorita o razočaranju in jezi, ki izhajata iz neuspelega zakonskega odnosa.

### **Podpora pri spremembah sistema in odnosov**

Družinski sistem teži k ohranjanju ravnovesja (Pinsof in drugi, 2009). S tako imenovanimi povratnimi zankami družinski sistem omogoča odstopanja, obenem pa ohranja stalnost in kontinuiteto sistema (Dallos in Draper, 2005). Ločitev prinese v družinski sistem spremembo, na katero se sistem sprva odzove z odporom. Spremembu prinese potrebo po veliki prilagoditvi družinskega ravnovesja, zaradi česar družinski sistem najverjetneje z negativnimi povratnimi zankami poskuša ohranjati staro stanje. Terapevt mora v zgodnjem obdobju po ločitvi prepoznavati te mehanizme v družini, jih poimenovati in ovrednotiti. S tem pomaga ločeni osebi zdržati s spremembami, družinskemu sistemu pa omogoči oblikovanje pozitivne povratne zanke, ki spremembu sprejme in jo vključi v novo sistemsko ravnovesje.

## **Oblikovanje primernega vzgojnega stila in vzgojnih metod**

Starševski stres in družinski konflikt raziskave povezujejo s strogimi in kaznovalnimi vzgojnimi metodami (Pereira, Negrao, Soares in Mesman, 2015). Starši lahko zaradi stresa zavračajo otroke ali čutijo celo sovražnost do lastnih otrok (Cummings in Davies, 2010; Smith Stover in drugi, 2012). Starši v ločitvenem postopku oziroma v konfliktnem zakonskem odnosu ne zmorejo učinkovito regulirati svoje čustvene napetosti (Hyoun, Pears, Capaldi in Owen, 2009) oziroma postanejo čustveno neodzivni (Cummings in Davies, 2010), kar spodbuja sposobnost čustvene navezanosti staršev na otroke. Vzgojne metode se v tem primeru se nagibajo bolj k omejevanju otrokovega vedenja kot k sledenju njegovim potrebam, kar je značilnost avtoritarnega vzgojnega stila, ali pa starši v odnosu z otroki ne zmorejo niti omejevati niti zadovoljevati potreb, iz česar se oblikuje ne-vpleteni vzgojni stil (Maccoby in Martin, 1983). Za oba vzgojna stila je značilna nesposobnost staršev prepoznavati otrokove potrebe in se nanje primerno odzvati (Anderson in Sabatelli, 2007), zaradi česar otroci v takem odnosu doživljajo tesnobo, strah in jezo. Njihova notranja stiska zvišuje verjetnost neprilagojenega vedenja, kar še povečuje stisko staršev in njihovo zatekanje k strogim, kaznovalnim vzgojnim metodam (Grogan-Kaylor in Otis, 2007; 2008; Socolar, Savage, Keyes-Elstein in Evans, 2005; Woodward in Fergusson, 2002). Terapevtske intervencije se v tem primeru usmerijo v psihoedukacijo. Terapeut predstavi staršem primerne vzgojne ukrepe in vzpostavi ničelno toleranco do nasilja v vzgoji. Cilj je zavedanje staršev, da so otroci prepuščeni njihovim vzgojnim prijemom, za katere so odgovorni izključno oni sami, ter prebuditev sočutja do otrok, s katerim bodo starši lahko zadovoljevali potrebe otrok in se tudi primerno odzivali na njihovo nezaželeno vedenje.

## **3. Obravnava staršev v ločitvenem postopku na interpersonalni ravni relacijske družinske terapije**

Interpersonalna raven doživljanja posameznika se kaže v dinamiki hrepenenja in privlačnosti, v notranjih delovnih modelih navezanosti, v psiho-organskih stanjih, dinamiki komunikacije in v načinu regulacije afekta v odnosu (Gostečnik, 2017). V procesu ločitve partnerja lahko doživljata, da njuno

hrepenenje ni uresničljivo (Kaslow, 2000); lahko utrjujeta nevarne načine navezanosti, ko se čustveno prenehata odzivati ali pa s pretiranimi čustvenimi reakcijami poskušata pridobiti pozornost (Berman, Marcus in Berman, 1994); v dolgotrajnem stresu pa lahko oblikujeta trajne vzorce čustvene disregulacije oziroma neprilagojene vzorce čustvovanja in mišljenja (Galambos in Costigan, 2003).

Temeljne intervencije relacijske družinske terapije na interpersonalni ravni pri obravnavi staršev v ločitvenem postopku so:

### Razumevanje dinamike bivšega partnerskega odnosa

Proces čustvenega ločevanja lahko povezujemo s procesom žalovanja (Simonič, 2015), za katerega je značilno, da mora posameznik sprejeti dokončnost prekinitve odnosa in integrirati to izkušnjo v nadaljnje življenje (Kaslow, 2000). Za terapevtsko delovanje to sprva pomeni, da mora terapeut prepoznavati, poimenovati in spremnjati vzorce čustvene disregulacije, ki pomeni intenzivnejše doživljanje čustev, višjo stopnjo čustvene vznemirjenosti in uporabo neprimernih čustvenih odzivov (Hyoun in drugi, 2009), ki se s ponavljanjem lahko razvije v trajne neprilagojene vzorce čustvovanja in vedenja (Galambos in Costigan, 2003). Obravnavanje čustvenih odzivov na ločitev, kot so žalost, jeza, sram, je v terapevtskem odnosu nujno, saj s tem terapeut regulira stres, ki ga prinese ločitev. Sočasno pa mora terapeut razgrajevati tudi afektivne psihične konstrukte, kot sta krivda in nemoč, ki osebo varujejo pred bolečimi občutki zavrženosti, zamenjanosti, zanemarjenosti, ki jih relacijski družinski terapeut prepoznavava kot temelj psihične bolečine (Gostečnik, 2017). Oseba s tem razvija čustveno zavedanje, s čimer je vedno bolj sposobna prilagoditi odzive okolici (Cummings, Braungart-Rieker in Rocher-Schudlich, 2003; Lewis, 2003; Tangney in Dearing, 2002; Thompson, Easterbrooks in Padilla-Walker, 2003), in čustveno kompetentnost, ki je sposobnost poimenovanja čustev, refleksije čustvovanja, sposobnost neverbalnega komuniciranja in sposobnost prepoznavanja vzrokov in posledic čustvovanja (Fox in Stifter, 2005).

## **Oblikovanje novega načina navezanosti na otroka z vzpostavljanjem čustvene občutljivosti in čustvene ranljivosti**

Stres in čustvena občutljivost, ki jo povzroči ločitev, zaznamuje tudi vzgojo staršev. Starši so v procesu ločitve (in lahko tudi po njej) čustveno preobremenjeni z lastnimi občutki izgube, neuspešnosti, jeze, razočaranja in tako ne prepoznavajo čustvenih potreb otroka. Neodzivnost na otrokove čustvene potrebe oblikuje med otrokom in staršem model navezanosti, kjer mora otrok do neke mere potlačiti lastne čustvene odzive, otrokovci notranji modeli doživljanja pa so zaznamovani z občutki nestabilnosti, nezaupljivosti in nesposobnosti varne navezanosti na drugo osebo (Hazan in Shaver, 1992). Možnosti za obvladovanje stiske otroka ob ločitvi pa so omejene s čustveno varnostjo, ki so jo starši zmogli oblikovati ob otroku, saj raziskave kažejo, da ima za otroka ločitev več negativnih posledic, če med otrokom in staršem že prej ni bilo varnega čustvenega prostora (Hyoun, Pears, Capaldi in Owen, 2009). Terapevt z oblikovanjem varnega terapevtskega odnosa ponuja izkušnjo čustvene odzivnosti in varnosti v odnosu, ki jo ločeni starš potem lahko prenese v svoj odnos do otrok.

## **4. Obravnavi staršev v ločitvenem postopku na intrapsihični ravni relacijske družinske terapije**

Intrapsihično doživljanje osebe dojamemo z raziskovanjem objekt-relacijskih mentalnih vsebin, sistema notranjepsihičnih podob jaza ter ponotranjenega afektivnega prostora med osebo in drugim (Gostečnik, 2015). V procesu ločevanja starši lahko podoživljajo, da se drugi vedejo in odzivajo podobno kot ljudje iz njihove preteklosti (Cummings in Davies, 2010); sebe lahko doživijo podobno, kot so se doživljali kot otroci (Schore, 2009; Siegel, 2011), ter v odnosu podoživijo temeljni afekt in specifično regulacijo efektivnih stanj (Stern in drugi, 2010). Vsi ti notranjepsihični procesi v osebi povzročijo telesno stanje ranljivosti, ki se mu želi z obrambnimi mehanizmi in konstrukti izogniti, ga zanikati, premagati ali potlačiti. Vzgoja otrok, ki je tudi nehoten prenos čustvenih vsebin, je v tem obdobju zaznamovana z osebno ranljivostjo in nemočjo.

Temeljni intervenciji relacijske družinske terapije na intrapsihični ravni pri obravnavi staršev v ločitvenem postopku sta:

## **Povezava preteklih izkušenj zapuščenosti s sedanjimi odnosi**

Ranljivost in nemoč, ki ju starši doživljajo ob svojih otrocih in tudi bivših partnerjih, ne izvirata samo iz sedanjih odnosov, ampak sta korenito zapisani v telo na podlagi izkušenj iz izvorne družine. V odnosu do staršev ljudje doživimo najbolj temeljno izkušnjo ranljivosti in nemoči, ki jo v odraslih odnosih ponavljamo in poskušamo razrešiti (Newton, 2008; Schore, 1994; Siegel, 2011). Z razumevanjem izkušnje ranljivosti iz preteklosti oseba lahko oblikuje sočutje do sebe in drugih v sedanjih odnosih, kar ločeni osebi omogoči, da se poslovi od partnerskega odnosa in poskrbi za ranljivost otroka. Terapevtski odnos, ki naslavlja notranjepsihično doživljanje, omogoča spremembo implicitnega relacijskega zaznavanja (Poljak Lukek, 2011; Stern in drugi, 2010).

## **Dvojno zavedanje – razmejevanje preteklosti in sedanosti**

Tako kot je treba razmejiti odnose v sedanosti, je treba razmejiti tudi preteklost od sedanosti. Sedanji odnosi nehote prebujajo v človeku notranjepsihična doživetja iz preteklosti. Oseba doživi občutje nemoči, ranljivosti, zapuščenosti, ki ga je doživljala v zgodnjih odnosih, čeprav so ljudje, ki to sprožijo v sedanosti, drugi in čeprav v odnosu nimajo takega pomena in vpliva kot ljudje iz preteklosti (Gostečnik, 2015; Schore, 2009). Vzdušje odnosov iz preteklosti se ponavlja v vseh odnosih, tudi v terapevtskem (Siegel in Solomon, 2013; Stern in drugi, 2010). Dvojno zavedanje v terapevtskem odnosu pa terapeut dosega z naslavljanjem dvojnosti doživljanja, s čimer oseba pridobi izkušnjo, da občutki, ki se pojavijo v sedanosti v specifičnih odnosih, niso le posledica sedanjih odnosov, ampak tudi notranjepsihičnega doživljanja, s katerim v odnosih človek kompulzivno utrujuje načine, na katere vrednosti sebe, druge in odnose. Za starše v ločitvenem postopku je ključno spoznanje, da bodo boleča čustva zaradi razveze odnosa ter nemoč zaradi ranljivosti in prikrajanosti otrok zanje obvladljivi, ko jih bodo povezali z notranjim doživljanjem in ko si bodo dovolili, da bodo novi odnosi (tudi terapevtski) oblikovali nove izkušnje, s katerimi bodo lahko preoblikovali podobe o sebi, drugih in odnosih.

## 5. Sklep

Prispevek ponuja vpogled v zapleteno čustveno dinamiko v terapevtskem procesu v primeru ločitve in skrbništva otrok. Poudarja pomen večplastnosti čustvenega doživljanja ob ločitvi. Odnos z otroki pa je tisti medosebni prostor, v katerem se čustvena ranljivost kaže najizraziteje. Stisko v odnosu z otrokom povezujemo tako z interpersonalno dinamiko, saj se nerazrešena čustvena ranjenost iz partnerskega odnosa prenese na odnos z otrokom (Berman in drugi, 1994; Kaslow, 2000), kot tudi intrapsihično dinamiko, saj se v odnosu z otrokom ponovi vzdušje zgodnjih odnosov (Schore, 2009; Siegel, 2011; Stern in drugi, 2010). Prehod v relacijski družinski terapiji s sistemske ravni (odnos z otrokom) na interpersonalno (odnos s partnerjem) in nato na notranjepsihično (odnos s starši) omogoča novo razumevanje trenutnega doživljanja, s katerim lahko posameznik bolje nadzira svoje mišljenje, čustvovanje in vedenje. Čustvena kompetentnost, čustveno zavedanje in nova intrapsihična doživetja, ki spremenijo implicitno zavedanje o sebi, drugih in odnosih, pa osebam v ločitvenem postopku omogoči, da odgovorno in sočutno opravljam svoje skrbniške in vzgojne obveznosti do otrok.

## 6. Reference

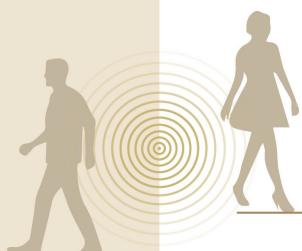
- Ahrons, C. R. (2014). Divorce: An unscheduled family transition. V M. McGoldrick, B. Carter in N. Garcia-Preto (ur.), *The expended family life cycle: Individual, family and social perspectives* (str. 289-305). Edinburgh: Pearson Education Limited.
- Amato, P. R. (2014). The consequences of divorce for adults and children: An update. *Društvo istraživanja Zagreb*, 23(1), 1-24.
- Amato, P. R., in Cheadle, J. (2005). The long reach of divorce: Divorce and child well-being across three generations. *Journal of Marriage and Family*, 67 (1), 191-206.
- Amato, P. R., Meyers, C. E., in Emery, R. E. (2009). Changes in nonresident father-child contact from 1976 to 2002. *Family Relations*, 58, 41-53.
- Amato, P. R., in Rezac, S. J. (1994). Contact with nonresident parents, interparental conflict and children's behavior. *Journal of Family Issues*, 15(2), 578-599.
- Anderson, S. A., in Sabatelli, R. M. (2007). *Family interaction: a multigenerational developmental perspective*. Boston: Pearson Education.

- Berman, W. H., Marcus, L., in Berman, E. R. (1994). Attachment in marital relations. V M. B. Sperling in W. H. Berman (ur.), *Attachment in adults. Clinical and developmental perspectives* (str. 204-231). New York: The Guilford Press.
- Bouserman, R. (2002). Child adjustment in joint-custody versus sole-custody arrangements: A meta-analytic review. *Journal of Family Psychology*, 16(1), 91-102.
- Cummings, E. M., Braungart-Rieker, J. M., in Rocher-Schudlich, T. D. (2003). Emotion and personality development in childhood. V R. M. Lerner, M. A. Easterbrooks in J. Mistry (ur.), *Handbook of psychology: developmental psychology* (Vol. 6, str. 211-240). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Cummings, E. M., in Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: an emotional security perspective*. London: The Guilford Press.
- Dallos, R., in Draper, R. (2005). *An introduction to family therapy: Systemic theory and practice* (2. izd). Maidenhead: Open University Press.
- Fox, N. A., in Stifter, C. A. (2005). Emotional development. V B. Hopkins (ur.), *The Cambridge encyclopedia of child development* (str. 234-241). New York: Cambridge University Press.
- Galambos, N. L., in Costigan, C. L. (2003). Emotional and personality development in adolescence. V R. M. Lerner, M. A. Easterbrooks in J. Mistry (ur.), *Handbook of psychology: developmental psychology* (str. 351-372). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Gostečnik, C. (2004). *Relacijska družinska terapija*. Ljubljana: Brat Frančiček in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2015). Relacijska družinska terapija. V B. Simonič (ur.), *Relacijska družinska terapija v teoriji in praksi* (str. 9-33). Ljubljana: Teološka fakulteta Univerze v Ljubljani in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2017). *Relational family therapy: The systemic, interpersonal and intrapsychic experience*. New York: Routledge.
- Grogan-Kaylor, A., in Otis, M. D. (2007). The predictors of parental use of corporal punishment. *Family Relations*, 56, 80-91.
- Hyoun, K. K., Pears, K. C., Capaldi, D. M., in Owen, L. D. (2009). Emotion dysregulation in the intergenerational transmission of romantic relationship conflict. *Journal of Family Psychology*, 23(4), 585-595.
- Kaslow, F. W. (2000). Families Experiencing Divorce. V W. C. Nichols, M. A. Pace-Nichols, D. S. Becvar in A. Y. Napier (ur.), *Handbook of Family Development and Intervention* (str. 341-370). New York: John Wiley & Sons.
- Kelly, J. B., in Emery, R. E. (2003). Children adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352-362.
- Lewis, M. (2003). The emergence of consciousness and its role in human development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1001, 104-133.
- Maccoby, E. E., in Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: parent-child interaction. V P. H. Mussen (ur.), *Handbook of child psychology: socialization, personality, and social development* (Vol. 4, str. 1-101). New York: John Wiley.

- Newton, R. P. (2008). *The attachment connection: parenting a secure and confident child using the science of attachment theory*. Oakland: New Harbinger Publications.
- Nielsen, L. (2013). Shared residential custody: Review of the research. *American journal of family law*, 27, 61-72.
- Pereira, M., Negrao, M., Soares, I., in Mesman, J. (2015). Predicting Harsh Discipline in At-Risk Mothers: The Moderating Effect of Socioeconomic Deprivation Severity. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 725-733.
- Pinsof, W. M., Zinbarg, R. E., Lebow, J. L., Knobloch-Fedders, L. M., Durbin, E., Chambers, A., . . . Friedman, G. (2009). Laying the foundation for progress research in family, couple, and individual therapy: The development and psychometric features of the initial systemic therapy inventory of change. *Psychotherapy Research*, 19(2), 143-156.
- Poljak Lukek, S. (2011). *Kaznovanje kot vzgojno sredstvo in predelave starševskih stisk v relacijski družinski terapiji*. Doktorska disertacija. Ljubljana: Univerza v Ljubljani. Teološka fakulteta.
- Schore, A. N. (1994). *Affect regulation and the origin of the self: the neurobiology of emotional development*. Hillsdale: Erlbaum.
- Schore, A. N. (2009). Relational trauma and the developing right brain: an interface of psychoanalytic self psychology and neuroscience. *Self and Systems: Annals of the New York Academy of Sciences*, 1159, 189-203.
- Siegel, D. J. (2011). *Mindsight: The new science of personal transformation*. New York: Bantam Books.
- Siegel, D. J., in Solomon, M. F. (2013). *Healing moments in psychotherapy*. New York: W. W. Norton.
- Simonič, B. (2015). Soočanje z ločitvijo in relacijska družinska terapija. V B. Simonič (ur.), *Relacijska družinska terapija v teoriji in praksi* (str. 163-176). Ljubljana: Teološka fakulteta Univerze v Ljubljani in Frančiškanski družinski inštitut.
- Smith Stover, C., Connell, C., Leve, L. D., Neiderhiser, J. M., Shaw, D. S., Scaramella, L. V., . . . Reiss, D. (2012). Fathering and Mothering in the Family System: Linking Marital Hostility and Aggression in Adopted Toddlers. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(4), 401-409.
- Socolar, R. R. S., Savage, E., Keyes-Elstein, L., in Evans, H. (2005). Factors that affect parental disciplinary practices of children aged 12 to 19 months. *Southern Medical Journal*, 98(12), 1181-1191.
- Stern, D. N., Bruschweiler-Stern, N., Lyons-Ruth, K., Morgan, A. C., Nahum, J. P., in Sander, L. W. (2010). *Change in psychotherapy: a unifying paradigm*. New York: W. W. Norton & Company.
- SURS. (2016). Največ porok v letu 2015 je bilo v soboto, 20. junija. Pridobljeno 1. 3. 2017 iz <http://www.stat.si/StatWeb/News/Index/5965>
- Tangney, J. P., in Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York: The Guilford Press.

Thompson, R. A., Easterbrooks, M. A., in Padilla-Walker, L. M. (2003). Social and emotional development in infancy. V R. M. Lerner, M. A. Easterbrooks in J. Mistry (ur.), *Handbook of psychology: developmental psychology* (str. 91-112). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Woodward, L. J., in Fergusson, D. M. (2002). Parent, child, and contextual predictors of childhood physical punishment. *Infant and Child Development*, 11, 213-235.



# **Transferna vloga družinskega terapevta in skupine pri delu s skupino razvezanih**

Dr. Drago Jerebic

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

## **POVZETEK**

Od voditelja skupine je v veliki meri odvisno, kakšno bo čustveno vzdušje v skupini. Zato mora biti eden izmed njegovih poglavitnih ciljev, da spodbuja čustveno izražanje članov, odzivnost članov na povedano v skupini, ko je to zaželeno, in iskanje pomena v povedanem ali dinamiki, ki ob tem nastaja v skupini. V začetni fazи je pomembno, da predstavi in vzpostavi jasno strukturo in proces poteka skupine, ker več stabilnosti v skupini vodi v več samorazkrivanja in kohezivnosti med člani.

Zelo pomembno je, da ne bo ignoriral pomembnih čustvenih procesov skupini, patoloških oblik projekcij, destruktivnih transfernih izkrivljenosti, temveč nasprotno, da jih bo naslavljal, interpretiral in s tem pokazal model za soočenje in predelovanje teh občutij. Za razvezane udeležence ni preveč zaželeno, če je terapevt preveč pasiven ali čustveno zadržan, ker mora na začetku omogočiti dovolj podpore, odzivnosti in zadovoljstva pri udeležencih.

## **1. Terapevt kot transformacijski objekt**

Posamezniki pridejo v terapevtski proces zaradi bolečine izdajstva ter zavrženosti, naslavljati in zdraviti pa je treba tudi njihovo morebitno čustveno in miselno izkrivljenost, afektivno regulacijo, doživljanje sebe in drugih. Zaželeno je, da terapevt postane udeležencu transformacijski objekt, vir kontinuiranega interaktivnega odnosa, ki omogoča, zagotavlja prizorišče, kjer

se stari jaz lahko spremeni v novi jaz (Shane, Shane in Gales, 1997). Če želimo spremeniti tipični cikel neustrezne navezanosti, konfliktov, odtujenosti in izolacije, si mora pridobiti nov občutek selfa.

## 2. Terapevt in skupina kot selfobjekt

Naloga terapevta je prepoznati, katere selfobjektne odzive klient pogreša ali zahteva od njega, česa ta klient ni dobil v razvojnem obdobju, katere njegove potrebe niso bile zadovoljene, kateri afekti niso bili regulirani; in se potem skuša na te potrebe in hrepnenja odzvati. Gre za t. i. desnohemisferno komunikacijo (Gostečnik, 2011), za katero je bil klient prikrajšan v otroštvu. Brez primernega selfobjektnega odziva se otrokova psihična struktura ne razvije do stopnje, ko bi lahko sam reguliral afekte, in je zato bolj ranljiv za motnje in zasvojenosti.

Deficiti ali stranpoti v razvojnem obdobju povzročajo transferne odnose, kar pomeni, da klient pričakuje od terapevta (tudi skupine) nekaj tistega, česar ni dobil od staršev, od mame (Bacal, 1985). Poškodovanega, zapuščenega ali disreguliranega posameznika brez notranje psihične strukture, ki bi mu pomagala obvladovati čustvene rane in frustracije, bo to stanje, praznina, notranji kaos, tesnoba in žalost nezavedno sililo v transferne odnose, v iskanje selfobjekta oz. projekcijsko-introjekcijsko identifikacijo, da dobi to, česar prej ni dobil. Namen projekcijsko-introjekcijske identifikacije, transferja je namreč ravno razrešitev arhaičnih stisk in bolečih občutij.

Obstajalo naj bi sedem selfobjektnih potreb, za katere otrok pričakuje, da mu jih mama ali selfobjekt zadovolji, v terapevtski skupini pa klient to pričakuje od terapevta ali skupine (Wolf, 1988):

- potreba po zrcaljenju: izkušnja, da otroka nekdo začuti, prepozna, sliši,
- potreba po idealiziranju: prisotnost stabilnega, mogočnega, pomirjajočega skrbnika otroku omogoči, da se v njem porajajo ideali in vrednote,
- potreba po povezanosti, pripadnosti: gre za tretjo komponento (poleg jaz in ti), za odnos, potrebo po pripadati nekomu večjemu od sebe, kar da otroku stabilnost, zasidranost in mir,

- potreba po izzivalnosti: otrok lahko tekmuje, preizkuša meje brez strahu, da bi bil zapuščen ali da bi uničil skrbnika,
- potreba po moči: občutek, da je otrok pomemben v odnosu z nekom, da lahko vpliva na svet okrog sebe,
- potreba po individualnosti: lahko se loči od mame brez strahu, da jo izgubi ali da bi s tem ogrozil navezanost nanjo,
- potreba po spremeljanju: v težkih obdobjih ga skrbnik pomirja, mu pomaga razumeti krivice.

Neizpolnjene selfobjektne potrebe se lahko prebudijo oz. je dobro, da se prebudijo v terapevtskem odnosu ali skupini, če želimo, da se bo začelo terapevtsko zdravljenje. Temu pravimo transformativna ali korektivna izkušnja, ko nekdo zaradi odnosa z drugim spet polagoma začne zaupati v odnos, v druge ljudi in ko predvsem sebe začne doživljati na nov način. Psihologija jaza pravi, da obstajajo arhaične selfobjektne potrebe in zrela potreba po odzivnosti selfobjekta (Flores, 2004). Prve se prebudijo v začetni fazi zdravljenja, recimo ko posameznik pretirano idealizira ali se naveže na skupino ali terapevta, medtem ko se zrela potreba po selfobjektni odzivnosti nanaša na naše potrebe po odnosu, po vzajemni regulaciji v odnosu, kar je cilj srednje in zaključne faze terapevtske skupine.

Zrcaljenje se dogaja v skupini, ko se udeleženec čuti slišanega in razumljenega v najbolj občutljivih doživljanjih in ko ima občutek, da lahko vpliva na druge, da je oblikovalec dogajanja v skupini. Idealizacija poteka, ko se udeleženec počuti zavarovanega, varnega ob terapeutu ali ob kom v skupini, ki je morda korak pred njim in ima spoštljiv in naklonjen odnos do njega. Zaradi terapevta ali skupine spet začne upati, da mu bo vendarle uspelo. Vznik povezanosti, pripadnosti lahko zaznamo, ko udeleženec govori o zdravilnem učinku pripadnosti skupini.

### **3. Terapeutova razpoložljivost**

Vsi psihološki fenomeni se zgodijo v odnosu med subjektivnim svetom ene osebe in subjektivnim svetom druge osebe (Gans in Alonso, 1998). Terapeutski proces je lahko učinkovit zgolj toliko, kolikor uspe klientu vplivati na terapeutov čustveni in

miselnih procesov. Pomembno je, da terapeutu uspe videti in razumeti klienta ne samo takega, kot je zdaj, ampak tudi, kdo lahko postane; da ima upanje zanj. To je ena izmed najmočnejših kliničnih transfernih izkušenj, ko klient hrepeni, da bi nekdo končno verjel vanj, ker tega ni dobil od mame in očeta, hkrati pa morda nezavedno stori vse, da vanj težko verjamemo. Od terapevta to terja afektivno in kognitivno obvladovanje, da najprej naslavljajo klientova hrepenenja in tudi afektivni psihični konstrukt, s katerimi onemogoča, da bi se hrepenenje uresničilo. Tako mu spoštljivo pomaga, da polagoma sam prevzame odgovornost, kakšne odzive dobi od okolice.

Poleg empatičnosti in sočutja se od terapevta pričakuje, da zmore prenesti breme in napetost, ko nečesa še ne razume, tako da ne daje napačnih interpretacij, s katerimi se rešuje in skrbi zase, da se ne bi počutil nesposobnega in tesnobnega. Tisto, kar se od terapevta pričakuje in kar klienta sprosti, ni podrobna zgodovinsko natančna rekonstrukcija dogodkov, ampak to, da da pomen klientovim dogodkom in vzorcem vedenja, ki iz tega sledijo in se pojavljajo tukaj in zdaj med terapeutom in klientom.

#### 4. Tri ravni

Terapeut se v celotnem terapeutskem procesu nahaja v kompleksnem terapeutskem odnosu, ki ga lahko razdelimo na tri ravni (Flores, 2007): transferni, profesionalni in avtentični. Na prvi, transferni ali projekcijski, ravni je terapeut tisti, ki izvablja iz klienta stare izkrivljene relacijske vzorce. Na profesionalni ali tehnični ravni je terapeut nekdo, od kogar se pričakuje kompetentnost, znanje o človekovem razvoju in vedenju ter terapevtske tehnike za vodenje skupine. Na tretji ravni se pričakuje, da je terapeut človek, ki je v svoji drži in odzivih pristen in razmejen. Terapeut mora znati prepoznati, kateri del odnosa je v katerem trenutku najprimernejši; čeprav so pogosto sočasno prisotne vse tri ravni, pa bo vedno dal prednost eni izmed njih. Tako bo kljub svojemu teoretskemu znanju ter poznavanju pravil in smernic dal prednost odnosu in pristnosti ali povedano drugače, ravno zaradi lastnih izkušenj, treninga, izobraževanja bo lahko dal prostor disciplinirani improvizaciji.

Obvladovanje negativnega procesa v terapiji se nanaša na prepoznavanje in reševanje bolečih občutij v odnosu do klientov, ki so nastala zaradi aktivirajočih se primarnih afektov ali zaradi morebitnih terapevtskih napak. Velik razlog za zapuščanje skupine ali zablokirano rast v skupini se lahko skriva prav v terapevtovem neprepoznavanju in posledično nerazreševanju teh odnosnih vsebin. Terapevt se lahko veliko več ukvarja s cilji in nalogami v skupini in lahko ob tem pozabi, da mnogi klienti nasprotno dajo največji pomen terapevtovi drži: da je spoštljiv, razumevajoč in spodbujajoč.

## 5. Skupina kot tranzicijski objekt

V skupini je več vrst odnosov: član do člana, član do skupine in član do voditelja. V vseh treh odnosih je pomembno, da se gradi odnose in poglablja povezanost oz. kohezivnost. Le-ta naj bi bila v skupinski terapiji to, kar je terapevtska zaveza ali odnos v individualni terapiji. Yalom (Yalom in Leszcz, 2005) pravi, da je vzpostavitev kohezivnega vzdušja v skupini prvi pogoj za vznik kateregakoli nadaljnjega terapevtskega procesa.

Empirične raziskave potrjujejo predvidevanja, da je bilo pri pacientih, ki so poročali o močnejši obliki povezanosti s skupino (biti razumljen, počutiti se varno v skupini), vidno najbolj opazno izboljšanje. Močna pozitivna navezanost na skupino in njene člane je bila povezana z večjim samorazkrivanjem in z intenzivnejšimi povratnimi odzivi drugih članov, kar je prineslo več medsebojnih interakcij in boljše končne rezultate. Vzpostavitev povezanosti oz. kohezije v zgodnji fazi nastajanja skupine je bila povezana z zmožnostjo skupine, da rešuje in tolerira konflikte (Burlingame, Fuhriman in Johnson, 2001).

Hkrati pa je skupina lahko tudi tranzicijski objekt (Wolf in Liff, 1975), ko udeležencu ponudi več dovolj dobrih objektov, na katere se lahko naveže, v primeru, ko voditelj predstavlja v transfernem smislu ponotranjeno negativno podobo starša ali ko voditelja ni, recimo zunaj terapevtskega okvirja. Ko skupina postane objekt navezanosti, lahko ponudi veliko potencialnih kandidatov za afektivno regulacijo ali selfobjektov, kjer se lahko pojavljajo različni transferji, ki omogočajo zdravilna izkustva.

Selfobjekt je intrapsihično dojet kot nekdo, ki omogoča, ohranja ali pozitivno vpliva na doživljanje sebe (Wolf, 1985). Medtem ko v relacijski družinski terapiji pravimo, da se človek nikoli ne

odpove primarnemu odnosu, psihologija jaza podobno trdi, da se nikoli v celoti ne odpovemo selfobjektom, to je čustveni regulaciji, ki nam omogoča odnos z drugim. Udeleženčeva odgovornost in odločitev je, koliko se bo vključil v prej omenjene tri vrste odnosov, v katerih lahko dobi odziv selfobjektov, ki jih potrebuje za spremembo destruktivnih vzorcev. Tako se bodo razgrajevali afektivni psihični konstrukti, vstopal bo v nove oblike odnosov in začel sam sebe doživljati na nov način.

Skupina kot tranzicijski objekt omogoča hitrejši in lažji identifikacijski proces (Yalom in Leszcz, 2005), proces ponotranjanja oz. notranjega psihičnega preoblikovanja. Ko se udeleženci identificirajo z drugimi v skupini, jim skupina pomaga preiti od ponotranjene razcepljene podobe o sebi do bolj celovite podobe. Pomaga jim narediti premik od parcialnega, polariziranega dojemanja drugih (recimo terapeut vidi kot zgolj slabega – slab objekt) do bolj celovitega razumevanja drugih. Če nekdo doživlja strah, da bi se v odnosu s terapeutom izgubil, da bi ga ta odnos pogoltnil, ga skupina lahko pripelje do spoznanja, da terapeut ni tako mogočen, in morda ugotovi, da je šlo za pomešanje z nezavednim hrepenenjem po zlitju.

Dokaz, da je skupina lahko tranzicijski objekt, je tudi dejstvo, da se v odprte skupine nekdanji člani radi vračajo, ko se počutijo tesnobni. Podobno se dogaja v zakonski in družinski terapiji, ko se klienti vračajo, ker bolj kot svetovanje pogrešajo objektno konstantnost oz. afektivno regulacijo, pomiritev, ki iz tega izvira. V skupini pogosto dobijo tisto, česar niso dobili v otroštvu. Skupina ima tako lahko nekakšno vlogo nadomestne mame: pomiri, spodbudi, celi rane in podobno; najprej kot tranzicijski objekt, ko udeleženci ponotranjijo vrednote in smernice programa, pa lahko postane vir objektne konstantnosti – je dostopna, ko jo potrebujejo.

## 6. Sklep

Vloga terapevta in skupine pri okrevanju udeležencev v skupini po izkušnji razveze oz. ločitve je lahko predvsem v tem, da jim omogoči novo izkušnje sebe v odnosih z drugimi, novo doživetje sebe, kot nekoga, ki je v redu, sprejemljiv in dober. Tako jim bodo čustveno pomenljivi odnosi z drugimi postali

sprejemljivejši in bodo zaradi tega spet tvegali, da se na koga ustrezeno varno navežejo, ne samo v partnerskem smislu. Nova izkušnja doživljanja sebe in drugih pa jim omogoča tudi novo obliko reševanja medosebnih konfliktov, novo obliko regulacije afektov, ki je drugačna od umikanja in napadanja. In ravno to umirjeno prepoznavanje in ubesedovanje občutij, tudi v težkih trenutkih, je eden izmed ključnih ciljev skupine in porok za bolj funkcionalno bivanje v kasnejših odnosih.

## 7. Reference

- Bacal, H. A. (1985). Optimal responsiveness and the therapeutic process. 202 -226.
- Burlingame, G. M., Fuhriman, A., in Johnson, J. E. (2001). Cohesion in group psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 373.
- Flores, Philip J. (2004). *Addiction as an attachment disorder*. Lanham; Oxford: Jason Aronson.
- Gans, J. S., in Alonso, A. (1998). Difficult patients: their construction in group therapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 48(3), 311-326.
- Glaser, B. G., in Strauss, A. (1999). L.(1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*.
- Gostečnik, C. (2011). *Inovativna relacijska družinska terapija: inovativni psiho-biološki model*. Ljubljana: Brat Frančiček; Teološka fakulteta; Frančiškanski družinski inštitut.
- Johnson, S. M., in Whiffen, V. E. (2003). *Attachment processes in couple and family therapy*. New York; London: Guilford.
- Kohut, H., Goldberg, A., in Stepansky, P. E. (1984). *How does analysis cure?* (Vol. 52): University of Chicago Press Chicago.
- Lewis, T., Amini, F., in Lannon, R. (2000). *A general theory of love*. New York: Random House.
- Shane, M., Shane, E., in Gales, M. (1997). *Intimate attachments: toward a new self psychology*. New York: Guilford Press.
- Wolf, A., in Liff, Z. A. (1975). *The Leader in the group: in honor of Alexander Wolf, M.D., for his 35 years of outstanding teaching, supervision, writing, and clinical practice*. New York: J. Aronson.
- Wolf, E. (1985). The search for confirmation: Technical aspects of mirroring. *Psychoanalytic Inquiry*, 5(2), 271-282.
- Wolf, E. S. (1988). *Treating the self: elements of clinical self psychology*. New York: Guilford Press.
- Yalom, I. D., in Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed. / Irvin D. Yalom with Molyn Leszcz. ed.). New York: Basic Books ; [Oxford : Oxford Publicity Partnership [distributor].

# Bolečina ločenih partnerjev

Prof. dr. Christian Gostečnik

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

## Uvod

Lahko bi rekli, da se bolečina odhoda vedno zelo globoko, dobesedno zažre v našo psiho, in to predvsem zato, ker naša psihična zgradba ni opremljena z ustreznim obrambnim mehanizmom, ki bi zmogel takoj nadomestiti izgubljeni. Obenem pa je to povsem logično, saj je naša psihična struktura grajena na odnosih; odnosi sestavljajo najpomembnejša vlakna naše psihične tapiserije in so skupaj s psiko-organsko strukturo zelo kompleksen sistem. Pri tem je bistveno upoštevati, da vsi globlji odnosi v določeni meri predpostavljajo tudi navezanost in pripadnost, seveda odvisno od intenzitete in narave odnosov, zato pa prekinitev odnosov ne samo vedno boli, ampak večkrat celo tako globoko razdiralno vpliva na posameznika, da ta lahko zdrsne v srhljivo depresivno stanje. V tem prispevku se bomo zato predvsem ustavili pri specifičnem doživljjanju posameznikov, ki so večkrat dobesedno porinjeni v osamljenost in zapuščenost, kar pa lahko vedno spremljajo tudi kruta prevara, izdajstvo in občutek zamenjanosti. Zato je žalovanje tudi eden izmed najbolj naravnih odzivov na bolečino izgube in temu se bomo v tem sestavku še posebej posvetili. Še prej pa bomo opisali, kaj prebudi romantični odnos, kaj ga ohranja in zakaj se je tako težko posloviti od odnosa, ki ga več ni, a še vseeno globoko vznemirja in skeli.

## 1. Tiranija romantične ljubezni

Na prvi pogled je tak naslov povsem nesprejemljiv, toda ko si ogledamo celotno sliko malo pobliže, vidimo, da začetni izjemni vzhičenosti vedno sledi najprej negotovost, tej pa strah, ki je lahko skrajno tiranski, saj lahko posameznik vedno občuti tudi neverjeten strah pred izgubo ljubljene osebe ali pa njene ljubezni. Vsekakor pa moramo tu še prej omeniti, da vsaka romantična zaljubljenost predpostavlja: a. strast; b. romantično zaljubljenost; c. navezanost (Fisher, 2016); jasno je, da to zaporedje ni nujno oziroma da se začetna privlačnost vedno udejanja v tem vrstnem redu oziroma na tak način. So primeri, ko se nekdo strastno zaljubi na prvi pogled in šele pozneje začuti tudi strastne vzgibe spolnih odnosov, večinoma pa se strast in romantična zaljubljenost pojavita, preden se lahko med partnerjem razvije globoka navezanost. Vsi trije sistemi – strast, romantična zaljubljenost in navezanost – pa ustvarjajo različna občutja, vedenje, upanja in sanje. Vsak izmed njih je združen s specifičnim nevrokemičnim sistemom: Strast je v povezavi s hormonom testosteronom; romantična ljubezen z dopaminom in nizkim serotoninom; pripadnost oziroma navezanost pa z oksitocinom, vasopresinom in estrogenom (Schore, 2003, 2012).

Ti trije sistemi pa niso vedno nujno medsebojno globinsko povezani in zato lahko naredijo cel razcep oziroma lahko v svoji razklanosti povzročijo zelo boleče travme in pravo medsebojno tiranijo. Lahko se zgodi, da posameznik čuti izjemno globoko povezanost do svojega zakonca in obenem doživi pravo romantično strastno vzhičenost na službenem mestu ali v svojem socialnem okolju, sočasno pa lahko doživlja osebo v svoji bližini kot nekoga, ki mu vzbuja izjemno močne spolne strasti. Vse to pa logično lahko vedno vodi do zelo drastičnih občutij posesivnosti, bolečega ljubosumja, jeze, besa, razočaranja in zasvojenosti (Fisher, 2016; Siegel in Solomon, 2013).

## 2. Kriza pred ločitvijo

Občutja, ki se pojavijo pred krizo ločitve oziroma občutja, ki lahko vodijo v krizo ločitve, so povsem na dlani, saj gre tu za primarni strah pred upravičenim ali pa neupravičenim ljubosumjem, strah pred izgubo ljubljene osebe, kar seveda

povzroči še večjo posesivnost ter posledično bes in obupen strah pred zavrnjenostjo, strah, da bo posameznik izdan in zamenjan. Temu vedno lahko sledi že začetna oblika grozovite separacijske anksioznosti, ki se lahko samo še povečuje, še zlasti če ni nobenega pravega izhoda iz krize (Cummings in Davies, 2010). Vsekakor pa sta ob tem lahko na delu tudi izkrivljeno razmišljanje ali blažja oblika zanikanja, saj posameznik velikokrat ne zmore sprejeti, da se je njegov odnos znašel v tako hudi krizi, da sledi razhod ali ločitev. Že tu lahko po še tako težkih konfliktnih situacijah, ki samo še bolj zapletajo celotno dramo ločevanja, posameznik spet doživi globoko notranjo krizo praznine ali abstinence in se zato lahko spet dobesedno vrže v odnos in ga skuša za vsako ceno sanirati, in to vsemu navkljub. Nastopi namreč silovit strah pred osamljenostjo, zapuščenostjo (Fishbane, 2013).

### **3. Ločitev – začetek prave travme**

Travma se večinoma v celoti razgrne šele ob pravi ločitvi, kar pa seveda ni nujno. So tudi primeri, ko si partnerja oba želita ločitev, največkrat zaradi povsem neznosnega stanja, občutij ali do skrajnosti boleče konfliktne atmosfere, ki se je naselila mednju. Ti občutki sicer niso redkost, v večini primerov pa gre vsekakor za zelo boleče doživljanje vsaj pri enem od partnerjev, in sicer (Fishbane, 2013; Fisher, 2016; Johnson, 2014; Poulton, 2013):

a. Šok, zanikanje in protest, ko partner najprej enostavno ne more verjeti, da se mu to res dogaja, in skuša zato samega sebe prepričati, da to ni res. Z drugimi besedami, po začetnem šoku se skuša rešiti te neznosne bolečine razhoda ali odhoda s šokom, pozneje z zanikanjem, čemur sledi protest kot posledica močnega, osupljivega spoznanja globoke zapuščenosti.

b. Panika, jeza, žalost, samooobtoževanje, ko partner začenja prepoznavati, da se je nekaj zares drastično spremenilo in da poti nazaj ni oziroma je zelo otežena. Občutja panike oziroma globokih telesnih odzivov, ki lahko vedno vodijo tudi v najrazličnejše oblike jemanja prepovedanih substanc in posledično zasvojenosti z njimi, se prepletajo z jezo in globoko žalostjo. Temu večkrat sledita samooobtoževanje in strastno prizadevanje za ponovno vzpostavitev odnosa; partnerja skuša

prepričati, da si bo premisil zaradi njegove globoke žalosti in opravičevanja, skesanosti ter obljud, da bo vse naredil zanj.

c. Neustavljivo iskanje krivca, odgovornega: ko ne uspejo moledovanje, poniževanje, večkrat tudi sramotenje in samozaničevanje, se partner, ki izgublja, večkrat začne boriti na drugi fronti in z drugačnimi strategijami, in sicer začne neustavljivo iskati krivca. Kdo je komu kaj storil, naredil narobe, kdo je kriv, kdo je začel in kdo je odgovoren ... Ta nenehna pregovarjanja ju začnejo strahovito izčrpavati, tako zelo, da začneta obupavati.

d. Obup, brezup – je postaja ali faza v njunem nerazrešenem odnosu, ki prek jeze, besa in globoke žalosti ter razočaranja privede do apatije, tudi depresije, ko ne eden ne drugi ne zmoreta več. Velikokrat se tedaj posameznik, ki je bil izdan in prevaran, odloči, da nima več smisla, da se samo še naprej ponižuje, sramoti, in zato obupa. Obupa, ker preveč boli in ker ni več nobenega smiselnega izhoda, razen da odide tudi on.

#### 4. Ponovitev (relaps)

Potem pa se spet zgodi, čisto nepredvidljivo, kot oba rečeta, ko se spet začne strastno iskanje, ko se nenadoma spet pojavijo stari impulzi in ko si, kljub temu da oba globoko v sebi vesta, da je konec, da se je nabralo preveč krutih občutij, kar ne moreta pomagati (Fisher, 2016). To seveda v veliko večji meri velja za posameznika, ki je bil zapuščen, osiromašen za odnos in izdan, vendar pa tudi drugi lahko bolj ali manj sodeluje pri tem, kar je mogoče videti v naslednjih zaporedjih (Fisher, 2016; Ringstrom, 2014; Siegel in Solomon, 2013):

Strastno iskanje – ko posameznik spet začuti neke notranje vibracije, ko se spet požene v boj, saj začuti, da pa morda res še ni vse izgubljeno. Žene ga neustavljava notranja sila, kot da se je zmotil, ko je kar odšel, in da je morda še mogoče doseči spravo. In spet se ponižuje, sramoti in skuša rešiti nerešljivo. Toda ker je abstinencna kriza tako zelo močna, tako boleča, se posameznik, ki je bil zapuščen, vedno znova znajde sredi iskanja in si niti ne more pomagati. Tako močno ga spet žene nazaj, da ga včasih niti očiten sram in ponižanje s strani odhajajočega ne ustavita.

Obsesivno razmišljanje – k temu veliko pripomore ponovno obsesivno razmišljanje o preteklih dogodkih in premlevanje starega, nepredelanega, in to do take mere, da ga lahko to zaposluje do skrajnih meja. Zelo težko funkcionira, nič smiselnega ne more početi, saj spet začuti, da je živeti brez ljubljene osebe ali njene ljubezni čisti nesmisel. Pa ne samo to, pojavi se celo občutek, da enostavno ne more naprej, da ga v vsem presega; samo da bi bila ljubezen vrnjena – in vse bi bilo spet drugače ali vsaj znosno.

Kompulzivno klicanje, pisanje – ta dinamika se spet obnovi, kot da še ni vse izgubljeno, kot da se da še vse popraviti. Spet se torej prebudijo stara čutenja, stari načini strastnega pisanja, klicanja, in to vse do prav absurdnih sramotenj in poniževanj. Potem ko je že bilo mogoče čutiti, da se je nekaj bistvenega spremenilo, se spet pojavijo stara razmišljanja, nenehno sanjarjenje, dolgi pogovori, obtoževanja in nova upanja, vse dokler posameznik, ki je bil zapuščen, izdan, ne ugotovi, da je ta igra čutenj tako zelo boleča, da je nima več smisla obnavljati, saj samo še bolj boli, in dokončno obupa.

## 5. Nov začetek

Kdaj se lahko začne posameznik, ki je bil tako grobo zavržen, v resnici poslavljati, ni nobenih pravil, ni časovnice, ki bi dala jasno sliko prihodnosti, vizijo, ki bi ji lahko sledili, saj ima vsak posameznik čisto svojsko, lahko bi celo rekli notranjo psiho-organsko strukturo, ki mu narekuje, kako in kaj ter kdaj je čas za nov začetek (Schore, 2003, 2012). Vsekakor pa je nujno, da posameznik predela stare odnose, da gre skozi proces žalovanja in potem počasi vzpostavi nekaj radikalno novega, drugačnega, in sicer (Fisher, 2016; Robins, 2010; Schore, 2012; Siegel, 2007, 2010, 2013):

Vzpostavitev Novega, drugačnega je torej v celoti mogoča šele tedaj, ko se zamenja notranji psiho-organski sistem, in sicer na podlagi novega nevrotransmiterskega sistema dopamina, vazopresina, oksitocina, estrogena in testosterona.

To pa nadalje predvsem pomeni, da si posameznik razvije in razširi svojo socialno mrežo, začne slediti novim interesom, novim dejavnostim, večkrat tudi, da spremeni službo, ki ga je morda že dolgo bremenila. To tudi veliko pripomore pri predelovanju abstinenčne krize, ki se lahko vedno znova pojavi,

sicer v zelo subtilnih oblikah, pa vendar lahko ponovno zaplete posameznika v stare odnose.

Zlasti pa so tu Novi odnosi, tista kategorija, ki lahko na podlagi višjih standardov, z drugačno samopodobo bistveno pripomorejo ne samo k dokončnemu izžalovanju starih bolečih odnosov, ampak tudi v drugačni meri in pod drugačnimi pogoji. To pa lahko posameznik doseže šele, ko zmore predelati stare odnose, ko se sooči s svojimi globokimi psiho-organskimi vsebinami, ki so mu doslej narekovale včasih zelo skrajne oblike odnosov, v katerih je bil ponižan, osramočen in zapuščen.

## 6. Sklep

Za konec lahko rečemo, da so psiho-organske strukture tisti mehanizem, ki zelo globoko določa posameznika tako pri njegovi izbiri bodočega partnerja kakor tudi pri ohranjanju določenega odnosa. Najbolj kruto pa se lahko ta psiho-organski zaplet pokaže, ko npr. eden od partnerjev odide, zapusti, prevara drugega in je partner naenkrat soočen z zelo krutim dejstvom zapuščenosti in zavrženosti. Začne se pravi boj za ponovno vzpostavitev starega in traja tako dolgo, dokler partner ne pride do spoznanja, da je starega odnosa konec, dokler ne gre skozi proces žalovanja, ki tudi omogoči vzpostavitev drugačnega hormonskega sistema.

## 7. Reference

- Cummings, E. M., in Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. New York, NY: Guilford Press.
- Fishbane, M. D. (2013). *Loving with the brain in mind*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Fisher, H. (2016). *Anatomy of love*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Johnson, S. M. (2014). *The love secret: The revolutionary new science of romantic relationships*. London: Hachette.
- Poulton, J. L. (2013). *Object relations and relationality in couple therapy: Exploring the middle ground*. New York, NY: Jason Aronson.
- Ringstrom, P. A. (2014). *A relational psychoanalytic approach to couples psychotherapy*. New York, NY: Routledge.
- Robins, S. P. (2010). *Exploring intimacy: Cultivating healthy relationships through insight and intuition*. Lanham: Rowman & Littlefield Publishers.

Schore, A. N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

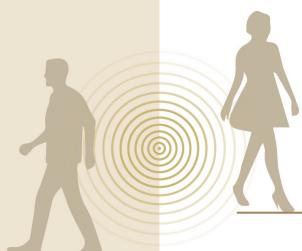
Schore, A. N. (2012). *The science of the art of psychotherapy*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

Siegel, D. J. (2007). *The mindful brain: Reflection and attunement in the cultivation of well-being*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

Siegel, D. J. (2010). *Mindsight: The new science of personal transformation*. New York, NY: Bantam Books. Kindle izdaja.

Siegel, D. J. (2013). *Brainstorm: The power and purpose of the teenage brain*. New York, NY: Penguin Group.

Siegel, D. J., in Solomon, M. F. (2013). *Healing moments in psychotherapy*. New York, NY: W. W. Norton & Company.



# Otrokovo soočanje z izzivi ločitve

Izr. prof. dr. Tanja Repič Slavič

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

## POVZETEK

Zmanjšan socialni pomen zakonske zveze in povečano število zunajzakonskih partnerskih odnosov sta značilnosti moderne družbe. Prav tako je pogosto strmo število naraščanja razvez zakonske skupnosti, kar nedvomno ne prizadene samo partnerjev, ki se ločujejo, ampak tudi otroke, ki so najbolj ranljive žrtve ločitve. Namen prispevka je predstaviti obdobje pred ločitvijo, med njo in po njej, pri čemer se bomo posebej osredotočili na dejavnike, ki so povezani z otrokovim odzivom na ločitev, ter v tem kontekstu opisali, kako se kaže stiska ob ločitvi v posameznih starostnih obdobjih.

## 1. Dejavniki, ki vplivajo na otrokov odziv na ločitev

Za vsakega otroka je razveza travma, vendar jo otroci na različnih razvojnih stopnjah različno razumejo in zato uporabljajo različne strategije pri spoprijemanju s spremembami, ki sledijo v njihovem življenju (Zavrl, 1999). Kakšen bo otrokov odziv na ločitev in kako bo to vplivalo na njegov kasnejši razvoj, ni odvisno samo od tega, kakšen odnos bo otrok vzpostavil s staršem, s katerim bo živel po ločitvi, od odnosa z okoljem in od tega, kakšne so bile razmere pred ločitvijo, ampak tudi od nekaterih drugih dejavnikov. Med te najpogosteje spadajo (Mikuš-Kos in Makarovič, 1983; Neuman, 1999): *temperamentne lastnosti* (bolj impulzivni otroci so bolj doveztni za neugodna dogajanja, večkrat so deležni kritike staršev, njihove jeze, agresije in anksioznosti. Otroci, ki so bili že pred razvezo v psihosocialnih stiskah, imajo po razvezi

običajno dolgotrajnejše čustvene motnje, predvsem če so manj odporni in bolj ranljivi); *razvojna raven oziroma zrelost otroka* (v splošnem velja, da mlajši ko je otrok, bolj je odvisen od staršev in bolj je čustveno obremenjen. Starejšemu otroku je laže razložiti, kaj se dogaja); *otrokov spol* (stereotipno dečki svoje vedenje eksternalizirajo, deklice pa internalizirajo), *otrokove pretekle izkušnje in splet okoliščin, v katerih ločitev poteka*. Otrokov odziv bo drugačen, če bo imel v bližini vsaj eno osebo, ki mu ohranja občutek varnosti (babico, dedka, sestro, brata ...), kot če takšne osebe nima (Štadler in dr., 2009).

## 2. Obdobje pred ločitvijo

Običajno otroci že v zgodnjih stopnjah krhanja zakonske zveze opazijo, da se starša ne razumeta med seboj, se prepirata ali imata tihe tedne, opazijo očetovo pogosto odsotnost in morda vidijo, kako mama pogosto joče ali je v svojem svetu, zaskrbljena. Četudi skušata probleme prikriti pred otroki, ti občutijo hlad, ki se je naselil mednju. Najverjetneje posledično dobijo od staršev manj pozornosti, zato jih začne skrbeti, da ne bi koga izgubili (Charlish, 1998). Obdobje nesoglasij in kriz med zakoncema pred razpadom je največkrat tudi obdobje nesoglasij med staršem in otrokom. Dlje ko traja tako mučno stanje med staršema in v družini, več je čustvenih šokov pri otrocih in več sledi v njegovi osebnosti (Neuman, 1999). Otrok v tem obdobju ne ve, kaj naj pričakuje. Poraja se mu vrsta vprašanj, na katera ne dobi odgovorov. Začne verjeti, da on ni dovolj dober, da je z njim nekaj narobe, prevzema krivdo in jo skriva v sebi, saj ne dobi več toliko potrditev od staršev, ki ne posvečata dovolj časa njegovemu napredku in vzgoji. Še huje je, če starša otroka vpletata v medsebojne spore in celo pričakujeta, da bo on razsodnik, mirovnik, tolažnik ali ščit v spopadih med njima. Otrok se v takem odnosu znajde kot lutka, s katero poskušata manipulirati, ne da bi se zavedala, da s tem puščata v otrokovi psihi trajne posledice (Gostečnik, 2008). Zbegani otroci čutijo, da jim grozi nevarnost, nikjer pa nimajo trdne opore, zato se počutijo osamljene in prestrašene. Težko prenašajo, če je njihovim staršem hudo. Čim večja je povezanost s tistim, ki je odšel, tem močneje se otroci odzivajo na zapuščenost. Ko naenkrat manjka del staršev, nimajo več izbire, pri kom bodo iskali potrditev, dotike, pogovor, saj lahko

iščejo samo pri tistem, ki je ostal. Zato mu največkrat skušajo v vsem ustreči in ga tako osrečiti. Skušajo celo nadomestiti očeta, ki je odšel (Neuman, 1999). Nekateri odvračajo pozornost od ločitve tako, da postanejo problematični, drugi zbolijo in poskušajo na tak način združiti starše v skupni skrbi za svoje zdravje. Lahko se zgodi, da so otroci navzven neprizadeti in neproblematični; to so tako imenovani pridni otroci, ki ne želijo staršem povzročati nobenih težav, saj se bojijo, da bodo izgubili še tisto lažno varnost, ki jo imajo. Nekateri pa se zatečejo v svet fantaziranja in trdno verjamejo, da bosta starša nekega dne spet skupaj in bo družina zaživila lepše, celo idealne čase. Pogosto otroci to fantazijo ohranijo, tudi ko imajo starši že zveze z novimi partnerji (Warshak, 2010).

### 3. Obdobje ob ločitvi

Obdobje ločitve staršev je za vsakega otroka posebno težko ne glede na starost. Ljudje večkrat rečejo, da še dobro, da sta se ločila zdaj, ko so otroci še majhni, ker ne razumejo. Otroci v predšolskem obdobju morda res še ne znajo izraziti čustev z besedami, vendar vse čutijo in veliko razumejo. Veliko več, kot jim običajno pripisujejo. In vse, kar doživijo v otroštvu, pride za njimi v adolescenci. Vsak doživlja posledice po svoje, in četudi gre številnim kar dobro navzven, notranje brazgotine vedno ostanejo. Celo otroci iz iste družine lahko čutijo povsem različne posledice.

Tomorijeva (2010) meni, da je zgodnja očetova odsotnost pri dečkih nekoliko bolj odločilna kot pri deklicah. Fantje brez očetov naj bi teže navezovali stike z dekleti. Pogosteje so tudi težave pri usmerjanju in obvladovanju njihove agresivnosti. Dečki, ki ne odraščajo ob ustreznom očetovem liku in imajo tudi sicer neustrezne razmere za razvoj, teže razvijajo sposobnosti za smiseln samonadzor. Dekleta, ki so odraščala brez prisotnosti očeta, naj bi imela pri splošnem razvoju osebnosti manj težav kakor fantje. Najbolj ogroženo pa naj bi bilo njihovo zdravo oblikovanje spolne vloge. Dekleta ob svojem spolnem razvoju pogosteje in izraziteje doživljajo stisko, ki jo poskušajo razrešiti na različne načine, bodisi z umikom in izogibanjem vsem socialnim stikom bodisi z nesprejemljivim vedenjem, ki vzbudi v njih močna občutja krivde in se okolje odziva nanj s kaznovanjem. Nekateri drugi avtorji (Neuman, 1999; Warshak,

2010) menijo, da so fantje bolj dojemljivi za negativne, predvsem kratkotrajne učinke ločitve. Dekleta so v predšolskem obdobju in osnovni šoli uspešnejša, prilagoditveni problemi pa postanejo bolj očitni v obdobju adolescence; kažejo se predvsem v pogostejših konfliktih z materami, antisocialnem vedenju, nejevoljnosti, čustveni zmedi in izgubi samozavesti. Elijum (2001) temu dodaja, da ločitev staršev pogosto med očeti in hčerami povzroči še večjo oddaljenost, med materami in hčerami pa se pojavi tekmovanje za pozornost in naklonjenost.

Sporočilo, da se bosta starša ločila, je za otroka zelo travmatično, zato je zelo pomembno, kako mu ga povesta. Vsekakor je pomembno tudi to, da starša to storita takrat, ko sta za ločitev trdno odločena, in ne, ko o njej samo razmišljata. Strokovnjaki svetujejo, naj bosta pri tem navzoča oba starša, ki pa naj med pogovorom z otrokom dasta na stran vse očitke, medsebojne zamere, jezo, obtoževanje in naj otroka ne zavajata, kajti laži ga lahko še bolj zmedejo in spokopljejo njegovo zaupanje vanju. Sporočilo o ločitvi mora biti oblikovano otrokovi starosti primerno in z izrazi, ki jih bo razumel. Prejeti mora temeljito sporočilo, ki mu pove, da ločitev ni povezana z njim, da ni ničesar kriv in da zaradi ločitve ljubezen staršev do njega ne bo nič manjša. Pomembno je, da razume, da ni kriv za njun razhod, za materino ali očetovo nesrečnost. Čeprav se bo naravno spraševal, ali je tudi ljubezen do njega začasna in pogojena, je prav, da mu starša zagotovita, da ga imata vedno in brezpogojno rada, in se tako tudi vedeta, da bo z zgledom in dejanji to čutil. Ločitev od zakonca ne sme biti ločitev od otroka (Stražar, 2007).

Raziskave kažejo, da otroci zaradi ločitve staršev trpijo tako kratkoročne kot dolgoročne posledice. Na to, ali bo otrok, ko začetna stiska mine, kasneje v življenju imel manj ali več težav, ključno vplivata dva bistvena dejavnika ob ločitvi staršev: učinkovitost odnosa med materjo in očetom po ločitvi in zadovoljstvo otroka v reorganizirani (novi) družini (Štadler in dr., 2009). Končni izid ni odvisen le od tega, kaj je otrok izgubil, temveč tudi od tega, kaj je v zameno dobil. Če po ločitvi otrok živi v urejeni družini, v kateri ni prepirov, in če se tudi ločena starša ne prepirata, potem so možnosti, da se bo bolje počutil, veliko večje (Charlish, 1998). Zagotovo lahko nasilni prepri med staršema bolj škodijo kot dejanski razpad družine in

selitev enega od staršev, zato pogosto otrok, ki si želi ločitve, v resnici želi in upa, da se bodo končale njegove stiske zaradi psihičnih in/ali fizičnih grobosti, ki lahko trajajo že leta. Rad bi čutil ljubezen, pozornost in sprejemanje obeh staršev (Gostečnik, 2009).

Obsežna raziskava v Veliki Britaniji (Cockett in Tripp, 1994), ki je pokazala, da ločitev pri otrocih močno vpliva na njihov občutek lastne vrednosti ter njihovo telesno in duševno zdravje, kaže, da je kljub prenehanju nasilja odhod enega od staršev šok. Tiste otroke, ki niso bili priča preprirov med starši, ločitev še bolj zbega. V družinah, v katerih so se nesporazumi med starši končali z ločitvijo, otroci ločitve niso bili pripravljeni sprejeti kot edino rešitev.

Na majhne otroke lahko vpliva že sprememba pohištva, še toliko bolj pa to, da eden od staršev izgine. Predšolski otrok ne more realno oceniti dogajanja, odločitev, motivov in čustev svojih staršev, niti tega, kakšna je njegova vloga v tem dogajanju. V vsem je odvisen od staršev in ima manjše zmožnosti za samostojno obvladovanje in reševanje nalog, težav, ovir, stresnih in problematičnih situacij (Neuman, 1999; Warshak, 2010).

### **3.1 Stiska ob ločitvi po posameznih obdobjih**

Čeprav so otroci med seboj kljub enaki starosti zelo različni, pa jih povezujejo nekatere skupne značilnosti, ki se kažejo pri doživljanju stresa ob ločitvi: (Neuman, 1999; Warshak, 2010):

- *od rojstva do drugega leta:* za otroka je najbolj pomembno, da ima rutino, svoj dnevni ritem spanja, hranjenja, tolaženja in da je v varnem okolju, pomirjen, z ljudmi, ki jih pozna. Malčka zelo razburijo in vznemirijo spremembe in hitre ločitve. Pogosto že samo mamin odhod v službo in svoj prihod v vrtec doživlja zelo stresno, in ker še ne razume pojma časa, ne ve, kdaj se mama vrne, obenem pa ga je morda strah, ali se sploh vrne, zato je zanj to lahko vir velike stiske, kar se kaže v naraščajočem nemiru, joku ter spremembah prehranjevalnih ali spalnih navad. Otrok je pri tej starosti zelo občutljiv za ločitev. Zaradi tesnobe, ki jo čuti ob ločitvi, se lahko umakne vase, postane pasiven ali pokaže druge oblike vedenja, ki zanj pred tem niso bile značilne;

- *od drugega do petega leta*: v tem obdobju sta prav tako pomembna usklajeno vedenje staršev in njuna nega. Otrok začne razvijati fizične in govorne spretnosti ter dolgoročni spomin, zato se že bolj zanaša nase. Znaki, da je otrok pri tej starosti v stresu zaradi ločitve, so najpogosteje: nenehna zaskrbljenost zaradi ločitve, različni tiki (mežikanje z očmi, jecljanje), regresija (npr. sesanja prsta, močenje postelje), dobesedno so priklenjeni na starše, so jokavi in se pritožujejo, kažejo znamenja strahu, so nenavadno težavni in neubogljivi, hočejo spati v postelji staršev, njihovo vedenje je agresivno, nenehno se prepirajo, pretepajo z brati, sestrami in prijatelji, zvečer nočejo v posteljo, so vase usmerjeni, težko jih je čustveno prebuditi, imajo pogoste izbruhe joka in jeze, med spanjem jih tlači mora, staršev nočejo pustiti samih, zato nočejo oditi v vrtec in se bojijo separacije, imajo nerazložljive bolečine v želodcu, slabosti, glavobole, krivijo se za nastale težave, so pogosto tesnobni, sprašujejo po odsotnem staršu. ipd. To se lahko kaže ne samo doma, ampak tudi v vrtcu, kjer preživljajo veliko časa;

- *od šestega do osmega leta*: otrok čuti, da je ljubljen, če se mu starša kakovostno posvečata. Pravičnost postane pomembna tema, saj otrok želi, da bi oba starša preživljala enako količino časa z njim. Pri tej starosti otroka že zanima, kdo je kriv za ločitev, in včasih izraža upanje, da bi bila družina spet skupaj. Pomembno zanj bo, če bosta starša poskrbela, da bosta ločeno z njim preživela čim več časa, da bo tako doživeljhal čim manj stresa, kolikor je pač mogoče glede na okoliščine in spremembe. Izraža lahko vsa čustva, od jeze, žalosti, strahu, agresije, razočaranja do obupa, obenem pa ima lahko težave tudi z vrstniki, s prijatelji in v šoli. Nepredelana čustvena in psihična stiska se lahko začnejo izražati tudi v psihosomatskih simptomih (npr. boli želodec, glava, trebuh ...);

- *od devetega do dvanajstega leta*: v tem obdobju se otroci ukvarjajo z vedno več dejavnostmi, ki niso povezane s starši. Pomembno je, da imajo jasno strukturiran urnik za preživljjanje časa z vsakim staršem posebej. Lahko se zgodi, da se otrok že začne upirati, da bi preživel enako količino časa z vsakim od staršev, pogosto se postavi na eno ali drugo stran. Taki odzivi so povsem normalni in dobro je, če starši zaradi njih niso užaljeni, ampak razumejo, da se za tem lahko skriva čisto drugo sporočilo stiske, ki jo otroci čutijo. Možna je tudi zamenjava

vlog, ko se otrok čuti dolžnega podpirati in skrbeti za čustveno prizadetega starša na račun lastnega čustvenega stanja. Razvojno in sistemsko gledano to ni dobro za otroka, zato je prav, da starš išče podporo za svoje težave v drugi odrasli osebi in otroku odvzame to breme, obenem pa je sam podpora otroku, ki teže predeluje stiske in bolečine zapuščenosti, krivde ... Najpogostejiši kazalniki stresa in stiske pri tej starosti so težave z vrstniki, osamljenost, depresivnost, jeza, učne in vedenjske težave, tudi motnje prehranjevanja ali hranjenja ter fizični simptomi v obliki glavobolov in bolečin v želodcu;

- *od dvanajstega do petnajstega leta:* v tem obdobju otroci potrebujejo čim več podpore in razumevanja staršev. Pogosto zavrnejo enako časovno delitev med oba starša in za ločitev krivijo enega ali oba. Občutek nadzora ohranjajo tako, da zahtevajo, da živijo pri enem od staršev ali da stalno zamenjujejo kraj bivanja. Znaki, da so v težavah, pa so: depresija, slaba volja, slab uspeh v šoli, zloraba alkohola, drugih drog ter motnje hranjenja, prezgodnja spolnost ali kronično uporniško vedenje ipd. Čeprav težave niso nujno povezane z ločitvijo, najstnik potrebuje pomoč;

- *od petnajstega do osemnajstega leta:* večina časa je namenjena vzpostavljanju neodvisnosti ter družbenim in šolskim dejavnostim. V splošnem do težav staršev postanejo nestrpni in jih ne zanimajo več tako močno, a kljub temu potrebujejo podporo staršev. Čeprav si želijo, da bi bili njihovi starši srečni, imajo običajno zelo mešane občutke, če se ti srečujejo z drugimi partnerji. Lahko doživljajo, da bi bilo odobravanje drugega partnerja nelojalno do drugega starša. V veliko pomoč so redni pogovori staršev z otrokom o njegovih občutkih. Njihovi klaci na pomoč se največkrat kažejo kot vedenjske in čustvene težave, depresija, slab učni uspeh, beg od doma, motnje hranjenja, zapletanje v težave s policijo, v promiskuitetna vedenja, različne zasvojenosti ipd.

Longitudinalna študija, ki so jo strokovnjaki izvedli v Kanadi in v katero so vključili otroke ločenih staršev, je ocenjevala tesnobo otrok, hiperaktivnost, fizično agresijo, uporniško in prosocialno vedenje, in vse to na dve leti, od vrtca do konca osnovne šole. Rezultati so pokazali, da so otroci, ki so doživelji razvezo staršev pred dopolnjenim šestim letom, pokazali razmeroma več vedenjskih motenj kot njihovi vrstniki, katerih starši so se ločili kasneje.

Povsem razumljivo je, da otrok na različne načine reagira, ko je v stiski. Kako dolgo bo trajala stiska, kakšne sledi bo pustila, pa je tako kot pri odraslih tudi pri otrocih zelo odvisno od tega, ali ima otrok ob sebi koga, na kogar se lahko opre, oziroma nekoga, ob komer se počuti varno in mu lahko zaupa.

#### 4. Obdobje po ločitvi

Potem ko se starši dogovorijo glede skrbništva in osebnih stikov z otroki ter uredijo premoženske zadeve, se začne novo poglavje v njihovem življenju in v življenju njihovih otrok. Navaditi in prilagoditi se morajo na drugačen ritem in način življenja ter se spopasti s posledicami, ki jih je prinesla ločitev (npr. selitev, menjava delovnega mesta, vrtca, šole, prijateljev ...). Otroci se morajo prilagoditi na manj pogoste stike in vpletenost s tistim od staršev, ki ne živi z njim, ter se prilagoditi na življenje s tistim, s katerim živi in ki je pogosto preobremenjen, razdražljiv in preobčutljiv. Zaradi vsega lahko postane družinsko življenje zelo kaotično in stresno (Stražar, 2007).

Pomembno je, da starši otroku pomagajo, tako da ga razbremenijo stresa. To dosežejo tako, da se na otrokove skrbi odzivajo odprto in iskreno ter mu pomagajo čim mirnejše preživeti stresno obdobje. Ko se otrok čustveno močno odziva navzven (joče, je razburjen, ga je strah) ob včasih navidezno nepomembnih stvareh, naj mu starši dajo vedeti, da spoštujejo njegove občutke in ga imajo radi ne glede na karkoli (Neuman, 1999).

Ko otroka skrbi in sprašuje vse mogoče, je prav, da starši odgovarjajo iskreno in s tako nevtralnimi čustvi, kot je le mogoče. Otrok mora dobiti določene informacije, da bo lažje pripravljen na spremembe, ki sledijo v življenju. Treba se je zavedati, da otrok ne potrebuje vseh podrobnosti, vedeti pa mora dovolj, da razume, da se partnerja ne ločujeta tudi od njega. Ob vsakem odhodu, se v otrokovi glavi začnejo porajati vprašanja, če nekdo odhaja za vedno, ali pride nazaj, zakaj ga je pustil samega, ali je tako slab, da ga nihče ne mara, kdo bo poskrbel zanj ... (Warshak, 2010).

Kadar razvezani starši dobijo novega partnerja, se njihov otrok, ki najpogosteje še ni prebolel ločitve in še žaluje, je jezen ali

poln strahov, znajde v situaciji, ki od njega zahteva veliko prilagajanja in prinaša nove čustvene viharje. V splošnem velja, da naj bi se mlajši otroci laže navezali na nove partnerje svojih staršev kot starejši. Če pa imata starša številne nove zveze, to v otroku samo povečuje zmedo, strah in vedno znova odpira rano odhoda, zavrženosti in zapuščenosti. Kadar eden od staršev zahaja na zmenke, lahko drugi starš postane ljubosumen in užaljen in nezreli starši v takih primerih izkoristijo otroka za zbiranje informacij o novi zvezi ter mu celo dajejo navodila, kako naj nagaja novemu partnerju in onemogoči zvezo (Miller, 2000). Nemalokrat je problem tudi v novih vlogah, ki jih dobi otrok, ko ostane večino časa z enim od staršev (npr. postane tolažnik, čustveni partner mami, starš mlajšim bratom in sestram ...) (Kenneth, 2011).

Nekaterim otrokom so njihovi novi oziroma krušni »starši« tudi všeč, drugi jih zavračajo in primerjajo s svojimi biološkimi starši. Ob tem pa doživljajo, da ta oseba poskuša nadomestiti odsotnega starša in da njena navzočnost pomeni grožnjo ljubezni in spominu nanj. Takšni občutki so še posebej močni, če je zveza med otrokovimi biološkimi starši razpadla zaradi afere drugega starša s sedanjim partnerjem. Prav zato je pomembno, da ločeni partnerji razumejo in razmejijo, da je njih zapustil partner (ali da so oni zapustili njega), od otrok pa odšel oče oziroma mama. Za otroka bo oče vedno ostal oče in mama vedno mama. Razvrednotiti očeta ali mamo, je zato za otroka katastrofalno (Gostečnik, 2008, 2009).

Z novo družino pa lahko otrok ali otroci dobijo novega brata ali sestro. Velikokrat prihod novega člena skupaj z maminim ali očetovim partnerjem v otroku prebudi občutek, da je njegov položaj ogrožen. Otroci, ki so postali člani iste družine, tekmujejo med seboj za naklonjenost in pozornost različnih staršev. To največkrat prinaša zamere, ljubosumje in slabo voljo. Zgodi pa se lahko tudi, da imajo otroci svojega očima ali mačeho raje kot svojega pravega starša, sploh če je bil ta nasilen ali zasvojen ali večino časa odsoten (Neuman, 1999; Warshak, 2010).

## 5. Sklep

Ločitev je nedvomno med najbolj stresnimi dogodki v življenju, otroci pa so predvsem zaradi razvojne zrelosti, odvisnosti od

staršev ter občutka varnosti in zaupanja, ki se močno zamaje, nemočni in žrtve odločitev odraslih. Vsekakor je pomembno, da večkrat slišijo in prek dejanj tudi začutijo, da oni niso krivi in da jih imata starša še vedno rada, predvsem pa, da četudi zapuščata drug drugega, to še ne pomeni, da prekinjata stike z njimi ali odhajata tudi od njih. Če bodo starši, širša in ožja okolica znali prisluhniti otrokovim stiskam, ki bodo tako ali drugače prišle na dan, bo otrokovo sprejemanje in prilagajanje na spremembe manj stresno in bo prej lahko začel živeti novo življenje.

## 6. Reference

- Charlish, A. (1998). *Med dvema ognjem.* Ljubljana: DZS.
- Cockett, M., in Tripp, J. (1994). *The Exeter family study family breakdown and its impact on children.* Great Britain: University of Exeter Press
- Elium, J., in Elium, D. (2001). *Vzgoja hčera: Vloga staršev v razvoju zdrave ženske.* Ljubljana: Orbis.
- Gostečnik, C. (2008). *Relacijska paradigma in travma.* Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- Gostečnik, C. (2009). *Me imata kaj rada.* Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut
- Kenneth, A. (2011). *Silently seduced: When parents make their children partners.* Florida: Health Communications.
- Mikuš-Kos, A., in Makarovič, K. (ur.). (1983). Od predšolskega otroka do šolarja. Prispevki k razumevanju zgodnjega razvoja in problemov ter prikazi nekaterih možnosti pomoči. Ljubljana: Zavod SR Slovenije za zdravstveno varstvo.
- Miller, K. (2000). *Otrok v stiski.* Ljubljana: Educyc.
- Neuman, M. G. (1999). *Helping your kids cope with divorce the sandcastles way.* Random House Incorporated.
- Stražar, N. (2007). Bolečina in izliv ločitvenega procesa. *Socialna pedagogika,* 11(2), 213–236.
- Štadler, I. A., Starič Žikič, N., Borucky, V., Križan Lipnik, A., Čeretič, M., Perpar, I., in Valenčar, K. (2009). *Otrok in ločitev staršev. Da bi odrasli lažje razumeli otroke.* Ljubljana: Otroci.
- Tomori, M. (ur.). (2010). Otrok ob razvezi staršev. V *Seminar Združenja za otroško in mladostniško psihijatrijo.* Ljubljana.
- Warshak, R. A. (2010). *Divorce poison: How to protect your family from bad-mouthing and brainwashing.* New York: William Morrow Paperbacks.
- Zavrl, N. (1999). Očetovanje in otroštvo. *Znanstveno in publicistično središče, Ljubljana.*

# **(Ne)sodelovanje med partnerjema kot ključen kazalnik (ne)stabilnosti partnerskega odnosa**

doc. dr. Mateja Cvetek

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

## **1. Uvod**

Dejavniki, ki se povezujejo s stabilnostjo partnerskega odnosa, so predmet številnih raziskav na področju zakonske in družinske terapije. Zakonska stabilnost, ki jo lahko povezujemo z zavezanostjo (Stanley in Markman 1992; Schoebi, Karney in Bradbury 2012), odločenostjo ostati v odnosu ali zgolj s trajanjem zakonskega odnosa, postane predmet spraševanja zlasti v situacijah, ko se začne odnos, ki sta ga zasnovala partnerja v upanju, da bo dolgotrajen in srečen, podirati.

Med dejavniki, ki jih raziskovalci prištevajo k možnim ključnim dejavnikom zakonske stabilnosti, pogosto najdemo čustva, zlasti občutje zadovoljstva z odnosom (Givertz, Segrin in Woszidlo 2016). V eni od naših preteklih raziskav (Cvetek 2014a) se je pokazalo, da je izmed vseh vključenih čustvenih kompetenc z zakonskim zadovoljstvom v največji meri povezana čustvena zmožnost vzajemne povezanosti in sodelovanja med partnerjema. Zmožnost vzajemne povezanosti in sodelovanja med partnerjema, ki je bila merjena v tej raziskavi, združuje dve temeljni čustveni kompetenci. Prva je dvosmerna namerna izmenjava oziroma delitev vzajemnega interesa med dvema človekom, ki jima omogoči, da se smiselnno in namerno odzivata drug na drugega tako na ravni nebesednih kakor tudi na ravni besednih izmenjav. Druga je vzajemno socialno reševanje problemov, ki partnerjema omogoči vzajemno prepoznavanje potreb in želja, vzajemno postavljanje ciljev, sodelovanje pri uresničevanju ciljev in podobno.

Obe omenjeni čustveni kompetenci je podrobneje opisal Stanley Greenspan (Greenspan in Shanker 2004; Greenspan in Greenspan 2002; Cvetek 2014b) v svoji teoriji funkcionalnega čustvenega razvoja. Po tej razvojni teoriji posameznik tekom svojega življenja osvaja posamezne čustvene kompetence v značilnem razvojnem sosledju, v katerem najprej osvoji najbolj temeljne kompetence, kasneje pa te kompetence nadgrajuje s čedalje bolj kompleksnimi čustvenimi zmožnostmi. Zmožnost vzajemne izmenjave in sodelovanja med partnerjema v tem razvojnem sosledju združuje omenjeni čustveni kompetenci, ki ustreza tretjemu in četrtemu razvojnemu obdobju. To pomeni, da se začneta razvijati že v času, ko je posameznik star šele nekaj mesecev, natančneje približno med 4. in 18. mesecem otrokove starosti, kasneje pa se na te prve temelje nadgradijo tudi bolj kompleksne oblike medsebojnih izmenjav in oblik sodelovanja.

Povezanost med zakonskim zadovoljstvom ter zmožnostjo vzajemne izmenjave in sodelovanja med partnerjema se je v omenjeni raziskavi (Cvetek 2014a) pokazala kot visoka ( $r = 0,659$ ;  $p = 0,000$ ), bistveno večja kot povezanost s katerokoli drugo vključeno čustveno kompetenco. To nas je tudi spodbudilo, da smo to zmožnost začeli raziskovati naprej.

Zanimali sta nas dve raziskovalni vprašanji: 1) Ali se posamezniki, ki so odločeni ostati v partnerskem odnosu, v zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja razlikujejo od tistih, ki so neodločeni glede tega, ali bodo ostali v odnosu? 2) Kako se zmožnost vzajemnega povezovanja in sodelovanja povezuje z nekaterimi osebnimi problemi in močmi ter s strategijami spoprijemanja s stresom?

## 2. Udeleženci in postopek raziskave

Raziskava je bila sestavljena iz dveh delov. V prvem delu je sodelovalo 442 udeležencev (331 žensk in 111 moških) s povprečno starostjo 37,68 leta. V drugem delu je sodelovalo 421 udeležencev (319 žensk in 102 moška) s povprečno starostjo 33,63 leta. Udeleženci so v raziskavi sodelovali prostovoljno. Dobili so niz vprašalnikov, ki so jih rešili bodisi v papirni obliki bodisi prek spletne aplikacije.

### 3. Merski pripomočki

Zmožnost vzajemne izmenjave in sodelovanja med partnerjema smo merili s *podleštvico Vzajemne izmenjave in sodelovanja med partnerjema*, ki je del Vprašalnika čustvenih kompetenc (Cvetek 2014a). Podleštvrca je sestavljena iz desetih postavk, ki se nanašajo na dve čustveni kompetenci: na vzajemno čustveno izmenjavo (primer postavke: »Ko s partnerjem naletiva na konflikt, si lahko deliva svoja občutja«) in na medsebojno sodelovanje oziroma vzajemno reševanje problemov (primer postavke: »Ko s partnerjem naletiva na konflikt, skupaj rešujeva nastalo težavo«). V procesu razvoja vprašalnika čustvenih kompetenc se je pokazalo, da ljudje ti dve zmožnosti združujejo v eno samo, saj je faktorska analiza vprašalnika na vzorcu 737 udeležencev postavke obeh čustvenih kompetenc združila v en sam faktor. Faktorska nasičenost postavk se giblje med 0,727 in 0,859, kar pomeni, da ima podleštvrca primerno veljavnost. Koeficient zanesljivosti (Cronbachov alfa) znaša 0,940, kar pomeni, da ima podleštvrca tudi dobro zanesljivost.

*Odločenost ostati v partnerskem odnosu* smo merili s tremi postavkami (V kolikšni meri ste odločeni, da boste ostali skupaj s sedanjim partnerjem? Kako pogosto ste v zadnjih šestih mesecih razmišljali, da bi šli s partnerjem narazen? Kako pogosto ste v zadnjih šestih mesecih razmišljali, da bi se s partnerjem formalno razvezali?). Postavke so udeleženci ocenjevali na 7-stopenjski lestvici Likertovega tipa. Izračun koeficiente zanesljivosti (Cronbachov alfa) je pokazal, da je podleštvrca primerno zanesljiva ( $\alpha = 0,892$ ).

Izraženost osebnih problemov in moči smo merili s *Podleštvico individualnih problemov in moči*, ki je del vprašalnika spremembe v sistemski terapiji (angl. *Systemic Therapy Inventory of Change*) (Pinsof in dr. 2009). Podleštvrca vsebuje 25 postavk, ki so jih udeleženci ocenjevali na 5-stopenjski lestvici glede na to, v kolikšni meri so opisane probleme oziroma moči doživljali v zadnjih šestih mesecih.

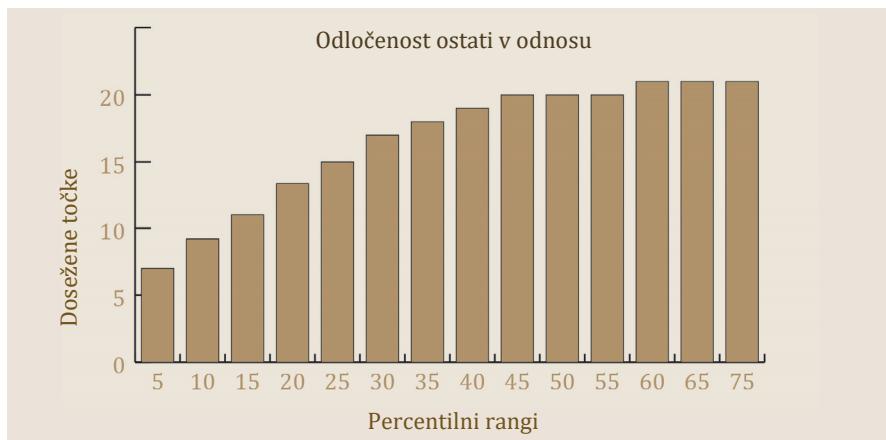
Strategije spoprijemanja s stresom smo merili s kratko obliko vprašalnika strategij spoprijemanja s stresom (angl. *Brief COPE*) (Carver 1997). Vprašalnik ima 14 podleštvic (to je 14 strategij spoprijemanja s stresom), ki jih udeleženci ocenjujejo na 4-stopenjski lestvici glede na to, v kolikšni meri posameznik uporablja posamezno strategijo spoprijemanja s stresom.

## 4. Rezultati raziskave

### 4.1 Primerjava med odločenimi ostati v odnosu in neodločenimi

Mero odločenosti ostati v odnosu smo uporabili kot temelj za razdelitev udeležencev v dve skupini. V eno skupino smo uvrstili udeležence, ki so na tej meri dosegli nizke rezultate (to pomeni, da niso odločeni ostati v zakonu), v drugo pa udeležence, ki so na tej meri dosegli visoke rezultate (to pomeni, da so odločeni ostati v zakonu). V ta namen smo najprej izračunali percentilne range (glej Sliko 1), s pomočjo katerih smo lahko rangirali vse udeležence po vrsti od tistega, ki je na tej meri dosegel najnižji rezultat, do tistega, ki je na tej meri dosegel najvišjega.

V skupino, ki je neodločena glede tega, ali bo ostala v partnerskem odnosu, smo uvrstili 25 % udeležencev, ki so na tej meri dosegli najniže vrednosti. Vrednost 25-percentilnega ranga je 15 točk, zato smo v to skupino uvrstili vse udeležence, ki so na tej meri dosegli 15 točk ali manj. V skupino, ki je odločena ostati v zakonu, smo najprej nameravali vključiti 25 % udeležencev, ki so na tej meri dosegli najvišje vrednosti. Ker pa je 40 % udeležencev na tej meri doseglo najvišje možne vrednosti in jih med seboj ni bilo mogoče rangirati, smo potem v skupino odločenih ostati v zakonu uvrstili vseh teh 40 % udeležencev, ki so na tej meri dosegli vseh 21 možnih točk. Udeležence, ki niso bili razvrščeni v nobeno od teh dveh skupin, smo uvrstili v vmesno skupino (ti so na meri odločenosti ostati v zakonu dosegli vrednosti med 16 in 20 točk).



*Slika 1:* Prikaz doseženih točk na meri odločenosti ostati v zakonu glede na percentilne range vključenih udeležencev. Iz prikaza je razvidno, da je 40 % udeležencev (od 60-percentilnega ranga naprej) na tej meri doseglo maksimalno možno vrednost, kar pomeni, da so povsem odločeni ostati v odnosu.

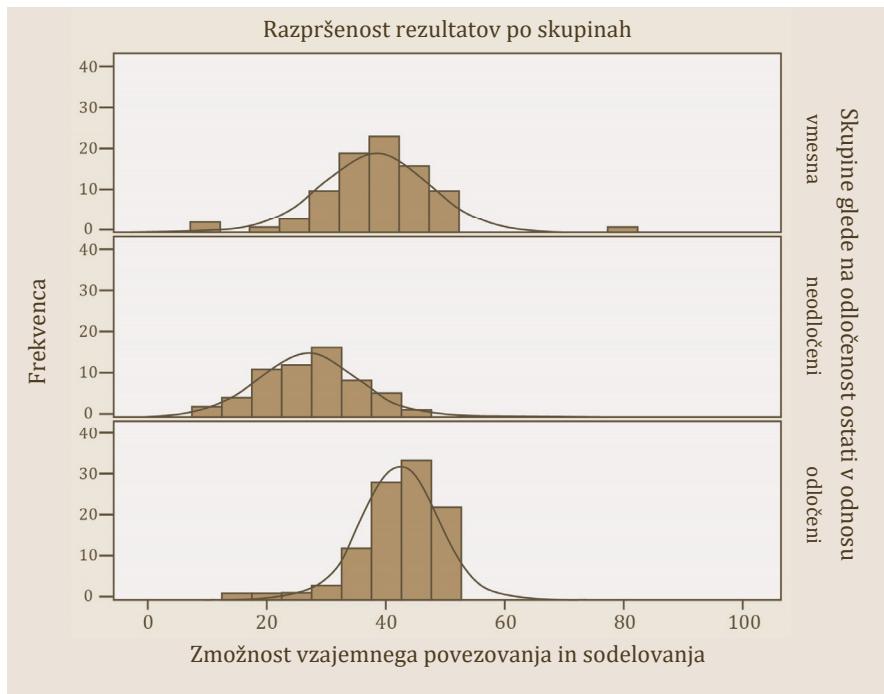
Primerjava med vsemi tremi skupinami je pokazala, da se tako oblikovane skupine udeležencev med seboj pomembno razlikujejo v zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema (glej Tabelo 1). Skupina odločenih ostati v odnosu izraža najvišjo stopnjo zmožnosti povezovanja in sodelovanja med partnerjema, vmesna skupina izraža srednjo stopnjo izraženosti te zmožnosti, skupina neodločenih glede tega, ali bodo ostali v odnosu, pa izraža najnižjo zmožnost povezovanja in sodelovanja med partnerjema.

Tabela 1: *Prikaz aritmetičnih sredin in standardnih odklonov na mera zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema za tri skupine udeležencev: za tiste, ki so odločeni ostati v zakonu, za tiste, ki so glede tega neodločeni, in za vmesno skupino.*

Skupina	Aritmetična sredina	Standardni odklon	Razpon $M \pm 1SD$
Neodločeni ostati v zakonu	27,19	7,93	19,26 do 35,12
Vmesna skupina	38,60	9,02	29,58 do 47,62
Odločeni ostati v zakonu	42,31	6,44	35,87 do 48,75

Opomba: Razpon  $M \pm 1SD$  pomeni razpon rezultatov od aritmetične sredine v območju  $\pm$  enega standardnega odklona.

Primerjava razpršenosti rezultatov okoli aritmetične sredine pri vseh treh skupinah pokaže, da mera zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema zelo dobro razlikuje med partnerji, ki so odločeni ostati v odnosu, in partnerji, ki razmišljajo o prekinitvi odnosa (glej Sliko 2). Razpona rezultatov v območju  $\pm$  enega standardnega odklona se pri skupinah odločenih ostati v odnosu in neodločenih glede tega, ali bodo ostali v odnosu, med seboj ne prekrivata, kar govori o tem, da se obe skupini v tej zmožnosti med seboj pomembno razlikujeta. Mera zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja se je tako pokazala kot zelo dobra diskriminativna mera med odločenimi in neodločenimi glede tega, ali bodo ostali v zakonu.



*Slika 2:* Prikaz razpršenosti podatkov za posamezne skupine: iz prikaza je razvidno, da odločeni ostati v odnosu dosegajo opazno višje rezultate na meri zmožnosti vzajemnega sodelovanja in povezovanja kot tisti, ki so glede tega neodločeni.

Statistično pomembno mero razlikovanja med skupinami je potrdil tudi neparametrični Kruskal Wallisov test, ki je pokazal, da se skupine med seboj razlikujejo na ravni 1 % tveganja ( $p = 0,000$ ). Nadaljnja primerjava med pari skupin s pomočjo neparametričnega Mann-Whitneyevega U-testa je pokazala, da se neodločeni razlikujejo do vmesne skupine na ravni 1 % tveganja ( $p = 0,002$ ), prav tako se vmesna skupina razlikuje na ravni 1 % tveganja od skupine odločenih ( $p = 0,000$ ).

#### 4.2 Primerjava glede na zakonski status

Glede na zakonski status smo udeležence razdelili v 5 skupin (glej Tabelo 2). Primerjava med njimi je pokazala, da imajo udeleženci v postopku ločevanja zmožnost vzajemnega povezovanja in sodelovanja najmanj izraženo. Sledijo udeleženci, ki so se opredelili kot ločeni posamezniki. Potem sta skupini poročenih in starejših neporočenih (neporočenih, ki so stari nad 33 let), ki se med seboj v tej zmožnosti ne razlikujejo v statistično pomembni meri. Najvišje izraženo zmožnost vzajemnega povezovanja in sodelovanja pa imajo mlajši neporočeni udeleženci (neporočeni udeleženci, ki so stari do 32 let).

Tabela 2: Prikaz aritmetičnih sredin in standardnih odklonov na meri zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema po skupinah udeležencev glede na zakonski status

Skupina	Numerus	Aritmetična sredina	Standardni odklon
Neporočeni do 32 let	82	39,11	8,53
Neporočeni nad 32 let	71	35,82	9,11
Poročeni	100	34,56	11,03
Ločeni	133	32,17	9,50
V postopku ločevanja	56	23,98	8,45

Opomba: Meja 32 let za delitev neporočenih udeležencev na mlajše in starejše neporočene udeležence je bila postavljena na podlagi povprečne starosti ženina ob sklenitvi zakonske zveze, ki po podatkih Statističnega urada RS znaša 32 let.

Neparametrični Kruskal Wallisov test je pokazal, da se skupine med seboj razlikujejo na ravni 1 % tveganja ( $p = 0,000$ ). Nadaljnja primerjava med pari skupin s pomočjo neparametričnega Mann-Whitneyjevega U-testa je pokazala, da je največja razlika med udeleženci, ki so v postopku ločevanja, in vsemi drugimi, ti se od vseh drugih skupin razlikujejo na ravni 1 % tveganja ( $p = 0,000$ ). Podobna statistično pomembna razlika se je pokazala tudi med ločenimi in mlajšimi neporočenimi ( $p = 0,000$ ). Med drugimi skupinami so sicer razlike, a ne zadostijo kriterijem statistične pomembnosti razlik na ravni vsaj 5 % tveganja.

Primerjava udeležencev glede na zakonski status podpira ugotovitve prvega dela raziskave, saj so ravno udeleženci v postopku ločevanja (ki torej niso odločeni, ali bodo ostali skupaj) na tej meri dosegli pomembno nižje rezultate kot vsi drugi udeleženci.

#### 4.3 Povezanost med zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja ter osebnimi problemi in močmi

Pri izračunu medsebojne povezanosti med zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja ter osebnimi problemi in močmi smo najprej preverili potrebne pogoje za izračun

korelacijskih koeficientov. Normalnost distribucij smo preverili s pomočjo testa Kolmogorov Smirnov ( $p = 0,000$  za vse podlestvice mere osebnih problemov in moči ter  $p = 0,200$  za mero zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema) ter s pomočjo testa Shapiro Wilk ( $p = 0,000$  za vse podlestvice mere osebnih problemov in moči razen za fleksibilnost, kjer je  $p = 0,003$ , in za anksioznost, kjer je  $p = 0,001$ ; za mero zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema znaša  $p = 0,012$ ). Razvidno je, da distribucije podlestvic osebnih problemov in moči pomembno odstopajo od normalne distribucije, zato smo za izračun medsebojne povezanosti uporabili Spearmanov rho korelacijski koeficient. Dobljene vrednosti so prikazane v Tabeli 3.

Tabela 3: *Prikaz korelacijske povezanosti med zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja ter osebnimi problemi in močmi (merjenimi s podlešvico individualnih problemov in moči vprašalnika STIC).*

Problem oziroma moč	Spearmanov rho	Statistična pomembnost	Numerus
Depresivna občutja	-,387**	,000	297
Tesnobna občutja	-,381**	,000	299
Težave s kontrolo impulzov	-,313**	,000	297
Nerazumevanje sebe	-,189**	,001	298
Zloraba substanc	-,074	,204	299
Življenska fleksibilnost	,356**	,000	297
Zmožnost samoizražanja	,346**	,000	298
Sprejemanje sebe	,312**	,000	298
Življensko blagostanje	,308**	,000	295
Življenska funkcionalnost	,292**	,000	297

Rezultati kažejo, da imajo udeleženci, ki svojo zmožnost vzajemnega povezovanja in sodelovanja s partnerjem ocenjujejo kot bolj izraženo, manj individualnih problemov, torej manj depresivnih in tesnobnih občutij, manj težav s kontrolo impulzov in manj težav z razumevanjem sebe. Obenem imajo bolj izražene osebne moči, torej izražajo večjo življenjsko fleksibilnost, večjo zmožnost samoizražanja, se v večji meri sprejemajo, doživljajo višjo stopnjo življenjskega blagostanja ter imajo večji občutek življenjske funkcionalnosti. Edinole pri podlestvici zlorabe substanc se ni pokazala statistično pomembna povezanost z zmožnostjo vzajemne povezanosti in sodelovanja med partnerjema, pri čemer je treba upoštevati, da večina udeležencev, ki so sodelovali v raziskavi, ni zlorabljala substanc (zato je tudi vrednost tega koreacijskega koeficiente vprašljiva).

#### **4.4 Povezanost med zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja ter strategijami spoprijemanja s stresom**

Pri izračunu medsebojne povezanosti med zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja ter strategijami spoprijemanja s stresom smo najprej preverili potrebne pogoje za izračun koreacijskih koeficientov. Normalnost distribucij smo preverili s pomočjo testa Kolmogorov Smirnov ( $p = 0,000$  za vse podlestvice vprašalnika COPE) ter s pomočjo testa Shapiro Wilk ( $p = 0,000$  za vse podlestvice vprašalnika COPE). Razvidno je, da distribucije podlestvic vprašalnika COPE pomembno odstopajo od normalne distribucije, zato smo za izračun medsebojne povezanosti uporabili Spearmanov rho koreacijski koeficient. Dobljene vrednosti so prikazane v Tabeli 4.

Rezultati kažejo, da udeleženci, ki svojo zmožnost vzajemnega povezovanja in sodelovanja s svojim partnerjem ocenjujejo kot bolj izraženo, v statistično pomembno večji meri uporabljajo strategije aktivnega spoprijemanja s stresno situacijo (npr. se aktivno trudijo izboljšati situacijo), strategije pozitivnega preokvirjanja (npr. iščejo pozitivne vidike situacije), humorja (npr. se znajo pošaliti na račun težave), sprejemanja stanja (npr. se učijo živeti v danih razmerah) in ventiliranja (npr. izražanja in sproščanja negativnih občutij).

Tabela 4: Prikaz korelacijske povezanosti med zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja ter strategijami spoprijemanja s stresom (merjenimi s pomočjo vprašalnika COPE).

Strategija spoprijemanja s stresom	Spearmanov rho	Statistična pomembnost	Numerus
Vedenjski umik	-,352**	,000	419
Aktivno spoprijemanje	,285**	,000	421
Pozitivno preokvirjanje	,265**	,000	417
Sramotenje samega sebe	-,244**	,000	417
Raztresanje samega sebe	-,209**	,000	418
Zanikanje	-,149**	,002	421
Uporaba humorja	,143**	,003	420
Sprejemanje stanja	,130**	,007	421
Ventiliranje	,097*	,048	418
Iskanje instrumentalne podpore	,077	,115	418
Religioznost	-,070	,150	421
Načrtovanje	,056	,258	417
Zlorabljanje substanc	-,047	,340	419
Iskanje čustvene podpore	-,001	,978	417

Obenem ti isti udeleženci v statistično pomembno manjši meri uporabljajo strategije vedenjskega umikanja (npr. v manjši meri se iz situacije nemočno umaknejo), sramotenja samega sebe (npr. manj se kritizirajo), raztresanja samega sebe (npr. v manjši meri poskušajo početi kaj drugega, kar bi njihovo

pozornost odvrnilo od problema) in zanikanja (npr. v manjši meri se prepričujejo, da stanje ni resnično).

Pri drugih petih merjenih strategijah spoprijemanja s stresom rezultati niso pokazali statistično pomembne povezanosti z zmožnostjo vzajemne povezanosti in sodelovanja.

## 5. Razprava

Na podlagi rezultatov raziskave lahko izpostavimo tri pomembne spremenljivke, ki kažejo na splošno kvaliteto partnerskega odnosa: 1) vzajemna povezanost in sodelovanje med partnerjema, 2) zadovoljstvo z zakonom ter 3) odločenost ostati v zakonu. Vzajemna povezanost in sodelovanje med partnerjema je zmožnost oziroma večina, ki jo partnerja uporablja v svojih medsebojnih interakcijah. Od te zmožnosti je odvisno, v kolikšni meri partnerja drug drugemu pomagata uresničevati potrebe in želje, v kolikšni meri si zmoreta postavljati skupne cilje in tem ciljem potem skupaj slediti in podobno.

Zadovoljstvo z odnosom je občutje, ki se pojavi ob tem, kar se med partnerjema v odnosu dogaja. Bolj sta partnerja med seboj povezana, učinkoviteje medsebojno sodelujeta, večje je njuno zadovoljstvo. Za odločenost ostati v odnosu ali ne pa bi lahko rekli, da je to akcijska težnja, ki posameznika nagiblje k temu, kaj bo storil v nadaljevanju partnerskega odnosa. Če se opremo na pojmovanje Frijde (Frijda 2007; Frijda, Kuipers in ter Schure 1989), ki trdi, da je akcijska pripravljenost oziroma nepripravljenost bistvo čustvenega odziva, torej odziva na to, kar je sprožilo pojav čustva, potem je v tem kontekstu (ne) odločenost ostati v odnosu s partnerjem odziv na občutje zadovoljstva ali nezadovoljstva v odnosu, hkrati pa tudi odziv na situacijo sodelovanja ali nesodelovanja s partnerjem. Lahko bi rekli, da je zmožnost vzajemne povezanosti in sodelovanja med partnerjema v tej verigi medsebojno povezanih spremenljivk izhodiščna situacija, ki prebuja čustvene odzive (npr. zadovoljstvo ali nezadovoljstvo z odnosom), ti pa nato posameznika nagibljejo, da se nanje odzove z določeno akcijo (npr. sprejemanje odločitve ostati v odnosu ali ne).

Z vidika klinične prakse to pomeni, da je zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja med partnerjema treba posvetiti

primerno pozornost. Ker gre za razvojno zmožnost, jo je po ugotovitvah avtorja razvojne teorije funkcionalnega čustvenega razvoja Greenspana (Greenspan in Wieder 1998) tudi mogoče razvijati. Ker se ta veščina v tako veliki meri povezuje s preostalima merama kvalitete odnosa, jo je tudi smiselnovzajemno povezujemo s psihičnimi problemi in močmi, ki so se v dosedanjih raziskavah (Pinsof in dr. 2015) pokazale kot pomemben kazalnik duševnega zdravja ljudi, kar še dodatno opozori na smiselnost razvijanja te veščine.

V skladu s pričakovanji udeleženci z bolj izraženo zmožnostjo vzajemnega povezovanja in sodelovanja v večji meri uporabljajo tiste strategije spoprijemanja s stresom, ki vključujejo spoprijemanje s problemsko situacijo (obenem pa opazno manj uporabljajo tiste strategije, ki pomenijo odmik ali blokado od soočanja s problemsko situacijo). Če povzamemo značilnosti teh strategij, s katerimi je ta zmožnost najbolj pozitivno povezana, so to strategije, ki obsegajo aktivno spoprijemanje z zahtevami situacije kot take (npr. aktivno spoprijemanje s stresno situacijo), spoprijemanje s čustvi (npr. ventiliranje), pa tudi miselno iskanje pomena situacije (npr. pozitivno preokvirjanje). Sklepamo lahko, da gre v ozadju za globalno zmožnost povezovanja, ki ni vezana le na zmožnost povezovanja med ljudmi, ampak tudi na zmožnost povezovanja notranjih psihičnih zmožnosti: miselnih, čustvenih in vedenjskih.

Zanimiva sta še rezultata povezanosti med zmožnostjo povezovanja in sodelovanja ter strategijama iskanja instrumentalne in čustvene podpore. Na prvi pogled bi pričakovali, da posamezniki, ki so s svojimi partnerji bolj povezani in z njimi v večji meri sodelujejo, pogosteje uporabljajo strategije iskanja instrumentalne podpore (npr. iskanje nasvetov in pomoči pri drugih) ter čustvene podpore (npr. iskanje razumevanja pri drugih). Rezultati raziskave so pokazali, da med temi merami ni povezanosti. Postavke v vprašalniku COPE so napisane v smislu iskanja podpore pri drugih ljudeh na splošno. Tako je možno, da posamezniki, ki to podporo dobijo pri svojem partnerju, tega ne iščejo drugje in morda zaradi tega to strategijo ocenijo kot redkeje uporabljanou. Mogoče je, da imajo že v izhodišču dovolj čustvene in instrumentalne podpore ob partnerju in v stanju stresa niti ne

čutijo dodatne potrebe po iskanju te podpore. Lahko pa so tudi v sebi bolj pomirjeni, ker vedo, da niso sami, zato tudi ne potrebujejo dodatne čustvene in instrumentalne podpore.

## 6. Sklep

Mera zmožnosti vzajemnega povezovanja in sodelovanja se je pokazala kot zelo dobra mera razlikovanja med partnerji, ki so odločeni oziroma niso odločeni, da bodo ostali skupaj. Posamezniki, ki se ločujejo, imajo to zmožnost občutno manj izraženo kot posamezniki, ki so odločeni, da bodo ostali v odnosu. Hkrati je zmožnost sodelovanja pomembno povezana z aktivnejšimi strategijami soočanja s stresom ter s problemi in močmi, ki se pomembno povezujejo s posameznikovim duševnim zdravjem. Skrb za razvoj te zmožnosti je tako pomemben varovalni dejavnik ne le na področju skrbi za kvalitetne partnerske odnose, pač pa tudi na področju širše skrbi za duševno zdravje.

## 7. Reference

- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4 (1), 92-100.
- Cvetek, M. (2014a). Uporaba vprašalnika čustvenih kompetenc v procesu terapevtske obravnave oseb z izkušnjo ločitve. Paper read at Relacijska družinska terapija pri delu z ločenimi, 9. 12. 2014, in Ljubljana.
- Cvetek, M. (2014b). *Živeti s čustvi: Čustva, čustveno procesiranje in vseživljenjski čustveni razvoj*, Znanstvena knjižica, 41. Ljubljana: Teološka fakulteta.
- Frijda, N. H. (2007). *The laws of emotion*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Frijda, N. H., Kuipers, P., in Schure, E. (1989). Relations among emotion, appraisal, and emotional action readiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (2), 212-228.
- Givertz, M., Segrin, C., in Woszidlo, A. (2016). Direct and indirect effects of commitment on interdependence and satisfaction in married couples. *Journal of Family Psychology*, 30 (2), 214-220. doi: 10.1037/fam0000174.
- Greenspan, J., in Greenspan, S. I. (2002). Functional emotional developmental questionnaire (FEDQ) for childhood: A preliminary report on the questions and their clinical meaning. *The Journal of Developmental and Learning Disorders*, 6, 71-116.

Greenspan, S. I., in Shanker, S. G. (2004). *The first idea: How symbols, language, and intelligence evolved from our primate ancestors to modern humans*. Cambridge, MA: Da Capo Press.

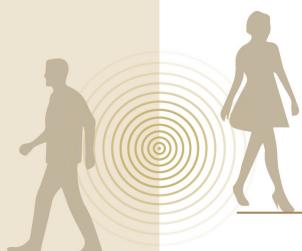
Greenspan, S. I., in Wieder, S. (1998). *The child with special needs: Encouraging intellectual and emotional growth*. Reading, MA: Perseus Publishing.

Pinsof, W. M., Zinbarg, R. E., Lebow, J. L., Knobloch-Fedders, L. M., Durbin, C. E., Chambers, A., Latta, T., Karam, E., Goldsmith, J., Friedman, G., in Mann, B. (2009). Laying the foundation for progress research in family, couple, and individual therapy: The development and psychometric features of the initial systemic therapy inventory of change. *Psychotherapy Research*, 19 (2), 143-156.

Pinsof, W. M., Zinbarg, R. E., Shimokawa, K., Latta, T. A., Goldsmith, J. Z., Knobloch-Fedders, L. M., Chambers, A. L., in Lebow, j. L. (2015). Confirming, Validating, and Norming the Factor Structure of Systemic Therapy Inventory of Change Initial and Intersession. *Family Process*, 54 (3), 464-484. doi: 10.1111/famp.12159.

Schoebi, D., Karney, B. R., in Bradbury, T. N. (2012). Stability and change in the first 10 years of marriage: Does commitment confer benefits beyond the effects of satisfaction? *Journal of Personality and Social Psychology*, 102 (4), 729-742. doi: 10.1037/a0026290.

Stanley, S. M., in Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 54 (3), 595–608.



# **Vloga terapevtskih, svetovalnih in izobraževalnih programov pri soočanju z ločitvijo**

Doc. dr. Nataša Rijavec Klobučar

Teološka fakulteta, Univerza v Ljubljani

## **POVZETEK**

Ločitev je stresna za vse vpletene, negativnim učinkom pa so še posebej izpostavljeni otroci, pri katerih so posledice kompleksne in dolgotrajne. Razsežnost teh posledic je odvisna od različnih dejavnikov, bodisi dejavnikov tveganja bodisi varovalnih dejavnikov v otrokovi družini in v širšem družbenem okolju. Osrednjo vlogo pri tem, kako bodo ločitev izkusili otroci, imajo kakovosten odnos staršev do otrok, konflikti med bivšima zakoncema ter socialna mreža pomoči, zato se bomo v prispevku usmerili na te segmente in prikazali konkretne usmeritve za pomoč otrokom in staršem ob soočanju z ločitvijo.

**KLJUČNE BESEDE:** ločitev, pomoč, terapija, svetovanje, izobraževanje

## **1. Kakovosten odnos staršev do otroka po ločitvi kot najpomembnejši varovalni dejavnik**

Med odločilnejše varovalne okoliščine za otrokov razvoj ob ločitvi se šteje kakovosten starševski odnos do otroka in se izraža v t. i. pozitivnem starševstvu, ki je utemeljeno z empiričnimi raziskavami in potrjeno zmanjšuje negativne posledice ločitve na otrokov razvoj (Hawthorne, Jessop, Pryor in Richards, 2003; Wallerstein, Lewis in Blakeslee, 2000). Pozitivno starševstvo pomeni, da sta starša povezana in podpirata drug drugega v starševski vlogi, konflikte in

nestrinjanja rešujeta s pogajanjem in sprejemanjem kompromisov namesto s sovražnostjo, otrokove potrebe zmoreta postavljati pred svoje, saj ima otrokovo dobro pomembno mesto. Starša si prizadevata razvijati pogled na otroka kot ranljivo bitje, ki morebiti s svojim ekstremnim, nenavadnim ali problematičnim vedenjem izraža svojo stisko in včasih zgolj nosi napetost med staršema. Odgovorna starša zmoreta postavljati ustrezne razmejitve med partnerskim in starševskim podsistemom, omogočata ohranjanje pozitivne socialne mreže za otroka (prijatelje, sorodnike) in sta odprta za nove informacije ter spoznanja. Bivša zakonca ostajata povezana v skrbi za otroka in se trudita otroka razbremeniti odgovornosti za težave v svojem odnosu, tako da mu odvzameta občutek krivde za ločitev (otroci imajo namreč pogosto občutek, da so s svojim vedenjem ali besedami spodbudili ločitev oziroma so jo povzročili), otroku dajeta »dovoljenje«, da ima lahko rad oba starša, hkrati pa ustavljata otrokova prizadevanja, da bi starša ponovno združil v partnerstvo, tudi s tem, da otroku priskrbita dovolj varnosti v novi obliki družine (Rijavec Klobučar, 2016).

Pogosto pa starši zaradi lastne stiske in bolečine zanemarijo otrokove potrebe ali jih ne zmorejo prepoznati. Včasih intenzivnost stiske vodi v konflikte ali pa se konflikti nadaljujejo še po ločitvi do točke, da ni mogoča niti komunikacija o osnovnih otrokovih potrebah, kot so npr. stiki. Konflikti imajo še posebno negativno moč. Ugotovili so, da je visok partnerski konflikt eden najizrazitejših razdiralnih elementov, ki negativno vpliva na otrokovo prilagoditev (Baker in Chambers, 2011; Cummings in Davies, 2010; Lebow in Newcomb Rekart, 2007) ter vpliva tudi na to, kakšen bo odnos med otrokom in starši. Kadar je konflikt med staršema močan, so otroci blizu le enemu od staršev ali nobenemu, v primerih nizke stopnje konfliktnosti so otroci v tesnem odnosu z obema staršema (Sobolewski in Amato, 2007). Dolgotrajni nerazrešeni konflikti in fizični konflikti še posebej destruktivno vplivajo na otrokov razvoj (Wallerstein, Lewis in Blakeslee, 2000). Specifične dimenzijske konflikta, kot je fizično agresiven konflikt ali na otroka usmerjen konflikt, so za otrokovo življenje še posebej škodljive, saj povzročijo močne občutke krivde, ki jih otrok težko uravnava (Pedro-Carroll, 2010).

Osrednji cilj izobraževalnega, svetovalnega in terapevtskega dela je torej zmanjšanje in odprava partnerskega konflikta tako v preventivnih kot kurativnih okoliščinah. V takšnih primerih poleg dela s starši še posebno pozornost in pomoč potrebujejo otroci, ki stisko bodisi odkrito izražajo, včasih tudi z vedenjskimi in čustvenimi težavami, bodisi jo ponotranjijo in se stiska lahko izraža celo z bolezenskimi (Waite in Gallagher, 2000) in drugimi stanji tudi dolgoročno.

Otroku ob ločitvi torej pomagajo predvsem starši, od katerih se pričakujejo določene spretnosti in znanje za uresničevanje pozitivnega starševstva, zato tudi starši potrebujejo kompleksno in celovito podporo ob prehodu družine v novo obliko.

## **2. Terapevtska, svetovalna in izobraževalna podpora staršem in otrokom**

### **2.1 Delo s starši**

Terapevtsko, svetovalno in izobraževalno delo s starši se osredotoča na razvoj kakovostnega starševstva in osebno prilagoditev novemu življenjskemu obdobju. Med programe pomoči staršem spadajo različna usposabljanja in izobraževanja, psihoedukacija, svetovanja in psihoterapija.

**Izobraževalni programi** obsegajo različne oblike izobraževalnih intervencij, usposabljanja za starše, psihoedukacijo, treninge in priložnostne oblike učenja, ki skušajo z različnimi metodami in vsebinami pripomoči k temu, da se ločitvi prilagodijo vsi družinski člani (Fabbro, 2004). Večinoma so programi krajsi, trajajo dve do štiri ure, daljši ne presegajo tridesetih ur. Cilj večine programov je usposabljanje staršev za zmanjšanje konfliktov med bivšima zakoncema, razvijanje spretnosti za upravljanje s problemi in izboljšanje starševskih kompetenc z otroki ob in po ločitvi (Fabbro, 2004, Pedro-Carroll, 2010).

S tem namenom v programih informirajo starše o negativnih posledicah konfliktov na otrokov razvoj, pogosto s pomočjo motivacijskih filmov prikažejo učinke konfliktov na otroke, z izkustvenimi metodami dela razvijajo učinkovite tehnike reševanja konfliktov ter spodbujajo učinkovite komunikacijske spretnosti za starše. Predstavijo tudi informativno točko različnih virov pomoči za otroke. Programi vsebujejo teme, kot

je osebna prilagoditev ločitvi, in vsebine, ki se usmerjajo v skrb za otroke: spoznavanje otrokovih stisk in ustreznih odzivov na njegovo vedenje, čustvovanje in doživljanje, prepoznavanje škodljivih interakcij in razvijanje različnih spretnostih za podporo otroku pri prilagoditvi. Prav programi, ki ne samo informirajo, ampak temeljijo na razvijanju spretnosti in veščin, so se namreč izkazali kot najbolj učinkoviti, ugotavlja evalvacije tujih programov (Wolchik, Sandler, Winslow in Smith -Daniels, 2005).

Ločitev prinese številne spremembe in povzroči stisko tudi staršem, zato pogosto potrebujejo **svetovalno ali poglobljeno psihoterapevtsko pomoč**, da zmorejo najprej predelati svoja čustvena stanja in šele potem z empatijo razumeti otrokovo vedenje, čustvovanje in ravnanje. Kaže se, da zmorejo starši v nekaterih primerih zregulirati čustvena stanja pri otroku, šele ko naslovijo lastno bolečino (Rijavec Klobučar, 2016). Terapevtsko delo tako zajame razumevanje stiske posameznika, pomoč pri predelavi ločitve, vzpostavljanje določenih razmejitev in graditev starševske vloge. Ločitev je namreč individualni proces, pri čemer je predelovanje čustvene izkušnje ločitve, stiske in lastne bolečine odvisno od vsakega posameznika. Ločitev je izredno boleča izkušnja, ki sproži negativna čustva (Clarke-Stewart in Brentano, 2006; Hooyman, 2008).

Terapevtski proces je osredotočen na regulacijo teh čustev, za katera je pomembno, da jih klient ozavesti in ovrednoti. V nasprotnem primeru lahko čustva ponotranji, jih zanika, zablokira, tako da se z njimi ne more soočiti, jih ubesediti ali »predihati«; lahko se mu zgodi, da »obtiči« na določeni točki, takšno stanje pa lahko vodi tudi v nefunkcionalno vedenje. To soočanje v vsakdanjem življenju pri ločenih lahko poteka na več načinov: ob profesionalni pomoči v terapevtskem procesu, svetovalni ali izobraževalni izmenjavi izkušenj, npr. v skupinah za samopomoč, v pogovoru z nekom, ki se mu zaupa, s sprehodi v naravi, pisanjem občutkov in doživljanja, ob poslušanju glasbe ipd.

Med terapevtske usmeritve za delo s starši, usmerjeno v razvijanje kakovostnega starševstva, pa je na prvem mestu reguliranje starševe »velike« stiske, torej tiste, ki je ne zmore sam zregulirati. Najprej je ob empatični drži treba opredeliti glavno stisko ter iskati prepletenost s čustveno stiskom. Včasih

starš ne zmore opaziti otrokove stiske, ker je njegova lastna stiska prehuda. Kot primer naj navedemo mamo, ki je ostala sama z dvema majhnima otrokoma in je poročala o svoji veliki fizični preobremenjenosti in neprespanosti; njena fizična stiska se je povezovala s čustveno stisko, vse dokler ji ni uspelo omiliti telesne utrujenosti, poiskati možnosti za počitek, praktično pomoč druge osebe in se fizično razbremeniti. Regulacija čustev poteka z zavedanjem, spoznavanjem in upravljanjem lastnih čustev, toda dokler posameznik ne naslovi lastne intenzivne stiske in se je ne nauči obvladovati, ima tudi manjšo možnost za regulacijo negativnih čustvenih stanj pri otroku (Rijavec Klobučar, 2016). Gre torej za vzporeden proces regulacije čustev pri staršu in pri otroku. Terapevtsko delo se usmerja tudi v graditev pozitivnega odnosa posameznega starša do otrok. Če eden od staršev ni pripravljen na sodelovanje, je še toliko bolj pomembno okrepiti pozitiven odnos drugega starša do otroka. Sem spada tudi prepoznavanje otrokovih simptomov kot izraz stiske in razvijanje pogleda na otroka kot ranljivo bitje, ki morebiti s svojimi ekstremnim, nenavadnim ali problematičnim vedenjem izraža svojo stisko, in pomoč pri reguliraju otrokovih čustev. Ob tem pa je treba iskati možnosti za vzpostavitev sodelovalnega starševstva in postavljanje takšnih razmejitev, ki bodo v korist otrokovemu razvoju (in ne nujno tudi po volji staršu), ter ohranjati otrokovo pozitivno socialno mrežo, vključno s sorodniki in prijatelji tudi drugega starša, če je ta mreža spodbudna za otroka (Rijavec Klobučar, 2016).

Poleg podpore staršem v njihovi starševski vlogi je ob spreminjanju družine treba ponuditi tudi druge svetovalne in informacijske storitve, ki obsegajo tudi finančno svetovanje, praktično pomoč pri iskanju ravnotežja med zahtevami doma in delovnega mesta ter podporo pri oblikovanju odraslih odnosov.

## 2.2 Pomoč otrokom ob ločitvi

Otrokom ob ločitvi torej najučinkoviteje pomagajo starši, ki zmorejo (p)ostati starši in v kakovostnem odnosu do otroka ter sodelovalnem odnosu z drugim staršem (tj. z bivšim partnerjem) vzpostaviti ustrezen odnos, v katerem bo otrok še vedno imel oba starša, čutil med njima povezanost dveh odgovornih odraslih oseb in bo predvsem zaščiten pred negativnim ozračjem iz partnerskega podsistema. Pomoč

otroku so torej ustrezne razmejitve med starševskim in partnerskim podsistom, dovoljenje otroku, da ima rad oba starša, in razbremenitev občutkov krivde zaradi ločitve, pa tudi razbremenitev »moči«, da bi lahko otrok starša spravil spet skupaj.

V procesu ločitve in po njej pa nekateri otroci potrebujejo tudi neposredno oporo okolice in strokovnjakov, še posebej v primerih, ko eden ali oba starša nista pripravljena poiskati skupnega sodelovanja v otrokovo dobro. Za delo z otroki je treba najprej razumeti izkušnjo ločitve, kot jo doživljajo oni, in se vživeti vanje, hkrati pa »normalizirati« njihova čustva (Dunn in Deater-Deckard, 2001). Primeri programov iz tujine (Pedro-Carroll, 2010) kažejo na veliko učinkovitost podpornih skupin pomoči za otroke po ločitvi. Otroci si v različno trajajočih skupinah, ki se najpogosteje sestajajo v zanje varnem okolju, torej v šolah (če seveda otrok ob ločitvi ne zamenja okoliša), izmenjujejo izkušnje, hkrati pa dobivajo čustveno oporo in razvijajo spretnosti, s katerimi se lažje spoprijemajo s spremembami po ločitvi. Pozitivni učinki takšnih skupin, v katerih delo poteka v obliki pogovora o specifični temi ob risankah, igrah, opazovanju slik ali pisantu, se kažejo v zmanjšanju težav z učenjem, manjši tesnobnosti, izboljšanih socialnih odnosih z vrstniki, večji toleranci za frustracije, upoštevanju pravil in v manjših občutkih krivde (Dowling in Gorell Barnes, 2004). Vsebine, ki so primerne tudi za vse druge otroke, so tehnikе sproščanja, reševanje problemov, uravnavanje čustev, predvsem nadziranje in izražanje jeze, ter komunikacija. Za mnoge otroke je šola edini kraj, kjer so njihove čustvene potrebe naslovljene in zadovoljene.

Med pomembne preventivne dejavnike pri otrokovem prilagajanju novemu obdobju v življenju pa spada tudi njegova socialna mreža. Obenem pa je z njo povezan dodaten stres, še posebej ko otrok ob ločitvi izgubi prijatelje, sošolce, stare starše in zaradi selitve tudi širšo družbeno skupnost, kot so sosedje, vzgojitelji, učitelji, kateheti (Amato, 2010, Dunn in Deater-Deckard, 2001). Stiska pred ločitvijo, med ločitvenim procesom in po njem pripelje nekatere otroke do specifičnih težav, ki zahtevajo poglobljeno, specializirano obravnavo pod vodstvom za to usposobljenih strokovnjakov.

### 3. Sklep

Celotna družina ob spreminjanju svoje strukture potrebuje spremnosti, znanje in tudi pomoč, da zmore v obdobju prehoda zmanjšati in olajšati stisko vsem družinskim članom. Poleg podpore staršem pri vzpostavitvi pozitivnega starševstva pogosto potrebujejo pomoč tudi otroci. Ne zgolj specializirano, profesionalno, terapevtsko delo, temveč tudi priložnostno učenje, učenje v vsakdanjem življenju odpira priložnosti za ozaveščanje in refleksijo, za informiranje in razvijanje novih spremnosti in znanja, hkrati pa se pri razvoju izobraževalnih, svetovalnih in terapevtskih programov lahko opiramo na konkretne pozitivne primere pomoči staršem in otrokom ob ločitvi, ki so z evalvacijami preverjeni v tujem prostoru.

### 4. Reference

- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72, 650-666.
- Baker, A. L., in Chambers, J. (2011). Adult Recall of Childhood Exposure to Parental Conflict: Unpacking the Black Box of Parental Alienation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 52, 55-76.
- Clarke-Stewart, A., in Brentano, C. (2006). *Divorce: Causes and consequences*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Cummings E. M., in Davies, P.T. (2010). *Marital conflict and children: An Emotional Security Perspective*. New York: The Guilford Press.
- Dowling, E., in Gorell Barnes, G. (2004). *To work with children and adolescents during separation and divorce of parents*. Milano: Franco Angeli.
- Dunn, J., in Deater-Deckard, K. (2001). *Children's views of their changing families*. York: Joseph Rowntree Foundation.
- Hawthorne, J., Jessop, J., Pryor, J., in Richards, M. (2003). *Supporting children through family change: A review of services*. London: Joseph Rowntree Foundation.
- Hooymans, N. (2008). *Living Through Loss: Interventions across the life span*. New York: Columbia University Press.
- Lebow, J. in Newcomb Rekart, K. N. (2007). Integrative family therapy for high conflict divorce with dispute over child custody and visitation. *Family Process*, 46(1), 79-91.
- Rijavec Klobučar, N. (2016). Terapevtske usmeritve za delo s starši ob ločitvi: študija primera. V: GANC, Damijan (ur.). *Medsebojni odnosi in spremembe v terapiji: zbornik povzetkov in člankov*. [Ljubljana: Združenje zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije. 2016], str. 24. [http://zdt.si/uploads/zdtslo/public/document/351-zbornik\\_kongres\\_2016\\_zadnja\\_sl.pdf](http://zdt.si/uploads/zdtslo/public/document/351-zbornik_kongres_2016_zadnja_sl.pdf).

- Sobolewski, J. M., in Amato, P. R. (2007). Parents' discord and divorce, parent-child relationships and subjective well-being. *Social Forces*, 85, 1105.
- Wallerstein, J., Lewis, J., in Blakeslee, S. (2000). The unexpected legacy of divorce: A 25-year landmark study. New York: Hyperion.
- Wolchik, S. A, Sandler, I., Winslow, E. B, in Smith-Daniels, V. (2005). Programs for promoting parenting of residential parents: Moving from efficacy to effectiveness. *Family Court Review*, 43, 65-80.

# Poverty as a Determinant of Divorce

Domagoj Runje, Ph.D., Ana Jeličić, Ph.D.

Faculty of Theology, University of Split

## ABSTRACT

Correlation between marriage and economic wealth is well known and very old. Without any doubt, financial problems affect marriage stability and make families fragile. In this paper we will research the love-money relation from another perspective. We will not examine financial problems as a cause of marriage breakdown but rather the other way round: poverty as a determinant of the end of a marriage. Using data and statistic results of some researchers, in this paper we will try to point out how today divorce produces new poverty, especially for women and children. We will try to discover the relationship between discrimination (on gender and age level) with the financial status of women after divorce. Finally, we will try to relate theology to this problem, having in mind the perspective and possibilities of theology to help divorced people and children from broken families.

## 1. Introduction

We can certainly speak about marriage<sup>1</sup> from many different points of view and different scientific, social, cultural and even religious perspectives. In the same way we can study many

---

<sup>1</sup>Under the term *marriage* here we take the definition inform the Constitution of the Republic of Croatia from 2016 (Article 62.) – marriage is a life union between man and woman (<http://www.zakon.hr/z/94/Ustav-Republike-Hrvatske>)

problems that arise during marriage, but we will take into consideration the most common one, the problem related to finances. In contemporary society this particular problem often leads to divorce (The statistic Report 2010, p. 8).<sup>2</sup>

Catholic Church and Christian theology talk a lot about reasons and factors that contribute to marriage happiness because from theological perspective, marriage is sacramental reality and mystery that should be protected in all circumstances, especially during periods of hardship. Today, the same institutions see and confront big things that put marriage in great risk and contribute to the vulnerability of a family and individuals. Pastoral theology tries to offer ways to solve matrimonial problems using practical pastoral advice and the help of a parochial community. But there are many crises, new problems and intimidations that put married couples in ruthless position which should be taken in consideration from theological, biblical, anthropological, and pastoral perspective.

Usually, divorce is doing a great damage to the whole family but here we will try to observe the situation of women and children after divorce, especially their economical wealth, having in mind the fact that when "husbands disappear from home, poverty and welfare dependence will increase, and children and parents will suffer as a result." (Rector, 2010).

Statistic data from many countries show the proportion between settled and divorced marriages and inform that the number of divorces is increasing while the number of couples who want to get married is lower every year all over the word, including Croatia.

Considering the growing number of divorces as a fact without seeking causes or searching for pastoral ways of fighting against it, here we are interested in one question, even from theological point of view: How does divorce affect women and children in financial sense? The main goal of this research is an attempt to put a new type of poverty, the one that results from divorce, in the focus of theological discussion. The main

---

<sup>2</sup> Under the term *divorce* here we use a definition according to which "marriage annulment is a final dissolution of a marriage constituted against regulations for a legitimate marriage, by a valid decision by the municipal court in charge".

question is: What happens with the quality of life of those who are left behind during or after the process of divorce?<sup>3</sup>

## 2. Poverty after divorce – a contemporary issue

It is interesting that even today “marriage remains America’s strongest anti-poverty weapon”(Rector, 2010) in a sense that married people have better quality of life, higher income and stronger financial support. This refers to women more than men. One study shows that “married women are less likely to experience poverty. (...) Ever-married women have a poverty rate that was roughly one-third lower than the poverty rate of never-married women. Currently married women had an even lower probability of living in poverty, about two-thirds lower than other women.” (Lichter, Roempke, and Brown, 2003). Research by Eurostat shows that 64.6 million of women are considered poor, and half of them are single parents. The same research shows the existence of a higher risk that their children will be poor (about 27% risk).<sup>4</sup>

However, the truth is that all family members - mother, father and children (Nielson, 1999) - get in a financial crisis after separation<sup>5</sup> but it is also a fact that “mothers were much more likely than fathers to fall into poverty during the first year following separation: while 19 percent of mothers became

---

<sup>3</sup> In this paper we will not speak about position of many fathers who suffer because divorce took away everything from them. Surely there are numerous cases where, due to divorce, the husband suddenly loses his children, home, job, money and even becomes homeless. Because the case is more often reverse, we focus on the situation of wives, mothers and children left behind. We also have in mind that many statistic data show that men, more often than women, seek divorce. See more in: Maria Silvia Sacchi, *Divorzio all’italiana. Ecco perché è bene (per tutti) che le donne lavorino* where she wrote how 55.2% of divorce requests come from husbands, compared with 41.3% coming from wives. Available on: <http://27esimaora.corriere.it/articolo/divorzio-allitaliana-ecco-perche-e-bene-per-tutti-che-le-donne-lavorino/>

<sup>4</sup> Maria Arena wrote a resolution regarding this issue for the European parliament - *Poverty - gender perspective* that is in some part available at: [www.womeninadria.com](http://www.womeninadria.com). The whole document *Rezolucija Europskog parlamenta od 26. svibnja 2016. o siromaštvu: rodna perspektiva* is available at: <http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?type=TA&reference=P8-TA-2016-0235&language=HR&ring=A8-2016-0153>.

impoverished, only 3 percent of the husbands became poor after separating.”<sup>6</sup> (Bianchi, Subaiya, and Kahn, 2017). It seems that it is very clear who is in worse situation after divorce. The question is - why?

One of the strongest battles that is very old and very fresh at the same time in Europe but even more in the USA is fight against discrimination. Discrimination against women in different fields of social and cultural life, and especially in business and in professional life, is a very persistent and serious issue which we mention in this context because it has something to do with women’s financial status before and during marriage and particularly after divorce. Due to the discrimination even before getting married women do not have the same opportunities to find a job as men, they do not have the same salary as their male colleagues, they do not have the same chance to keep their job if they are in competition with a man, they suffer more *bullying* at work, it is harder for them to obtain leading positions, and so on.<sup>7</sup> This is what a woman usually experiences if she wants to build a career over family.

Namely, a woman frequently finds herself in position where she needs to choose between career and family while men usually do not have to. If, on the other hand, a woman chooses family

---

<sup>5</sup> In the USA, for example, in some cases the divorce process is very long in spite of a big financial crisis and expensive divorce procedure. A study by the American Sociological Association in 2012 revealed that up to „15 % of American couples who had separated waited up to ten years to get divorced because they could not afford to do so.“ (<http://www.divorceknowledgebase.com/blog/how-poverty-exacerbates-divorce-and-vice-versa/>)

<sup>6</sup> The Huffington Post discovers that the average cost of a divorce in the US was about \$15,000 in 2013 (<http://www.divorceknowledgebase.com/blog/how-poverty-exacerbates-divorce-and-vice-versa/>). In the UK we can see a different situation. Latest figures show that 320 couples file for divorce each day, with an increased number splitting during the past few years because during the recession it was very expensive. Today people there can divorce online by "do-it-yourself" services for £37 and keep the costs under control. Never faster and never cheaper. (See more at: <http://www.telegraph.co.uk/finance/personalfinance/money-saving-tips/10869329/Can-you-really-divorce-online-for-37.html>)

<sup>7</sup> In *Resolution Poverty – gender perspective*, we can find information that woman own only 10% of the world's income and 1% of the world property. See more at <http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?type=TA&reference=P8-TA-2016-0235&language=HR&ring=A8-2016-0153>.

and leaves her job or school to invest everything in matrimony and raising children and then her marriage at one point goes in a wrong direction, what happens to her? After investing all she has and knows in marriage that comes to an end, she can easily find herself in bankruptcy, emotionally but also financially. If she was not employed before or during her marriage, chances for outcome increase, and she easily gets to a position and situation where she does not have any personal financial source. This problem is increasing with age, because an older woman without any work experience will usually face huge difficulties looking for a job, if she ever gets one. Very often after divorce children are assigned to mothers and it frequently happens that a divorced mother does not get alimony or any other kind of financial support from her ex-husband, which puts mothers and children at a great risk of poverty. Even if a woman has a job before, during or after marriage, it is important to know that, in many situations, she is not paid as well as her male peers. To confirm this we need to seek for statistics.

A research study by the U.S. Census in 2010 showed a damaging effect of marital split on women and children. It revealed that “28 percent of American children whose parents divorced were living in poverty”<sup>8</sup> through other things even because only “31% of separated mothers receive payment from the father of their children.”(Hill, 2009) This means that the marriage-money relation has a lot to do with children. An earlier research, one from 2000, shows that “the poverty rate of children whose divorced mothers remained single was 42.4 percent.”(Morrison and Ritualo, 2000) These numbers change if mothers remarry or find a job. A research conducted three years later, in 2003, by the National Centre for Policy Analysis showed that “83 percent of single mothers who do not work are in poverty, compared to nearly 60 percent who work part time.”<sup>9</sup> Meanwhile, another research study, one by Professor Stephen Jenkins from the Institute for Social and Economic Research conducted in 2009, shows that “the incomes of separating husbands rise immediately and continuously in the years

---

<sup>8</sup> See more statistics at <http://www.divorceknowledgebase.com/blog/how-poverty-exacerbates-divorce-and-vice-versa/>.

<sup>9</sup> More information at: <http://www.ncpa.org/pub/ba428#sthash.S6qeEOFZ.dpuf>

following a marital split.”<sup>10</sup> Jenkins added that “this is not so much a gender thing as a parent thing. The key differences are not between men and women, but between fathers and mothers”(Hill, 2009).

We need to disagree with this statement or opinion and point out that it has something to do with gender and even age discrimination. Another research study provides information that “divorced women are more likely to live in poverty after the age of 65. Even when divorced, women draw benefits from retirement plans, their annual income is bound to be 25 percent lower if they are divorced. In this sense, divorce can be as damaging as widowhood for women as they get older.”<sup>11</sup> We can see an almost identical situation in Italy. A scientific research conducted in Italy in 2011 shows that 12.7% of persons who use services of the Italian Caritas are divorced. From that number 66.5 % are women and 33.5% are men (Sacchi, 2011).

Regarding Croatia, “gender equality is a fundamental constitutional principle in Republic of Croatia, it means that women and men should be equally present in all spheres of public and private life and that they should have equal status, equal opportunities to exercise all their rights and equal benefit from achieved results” (Croatian Bureau of Statistics, 2015, p. 5). This is on paper, and the question is how things are in real life.

Croatian Employment Service provides the information that almost in any age (all before age of 55) there are more women than men registered as unemployed in 2014 (Croatian Bureau of Statistics, 2015, p. 46). Persons employed in legal entities by activity 2014 average shows that only in some professions women are more represented: in wholesale and retail trade (53.3%), accommodation and food service activities (53.9%), financial and insurance activities (68.8%), arts, entertainment and recreation (57%) and with bigger difference in the field of education (77.1%) and human health and social work activities

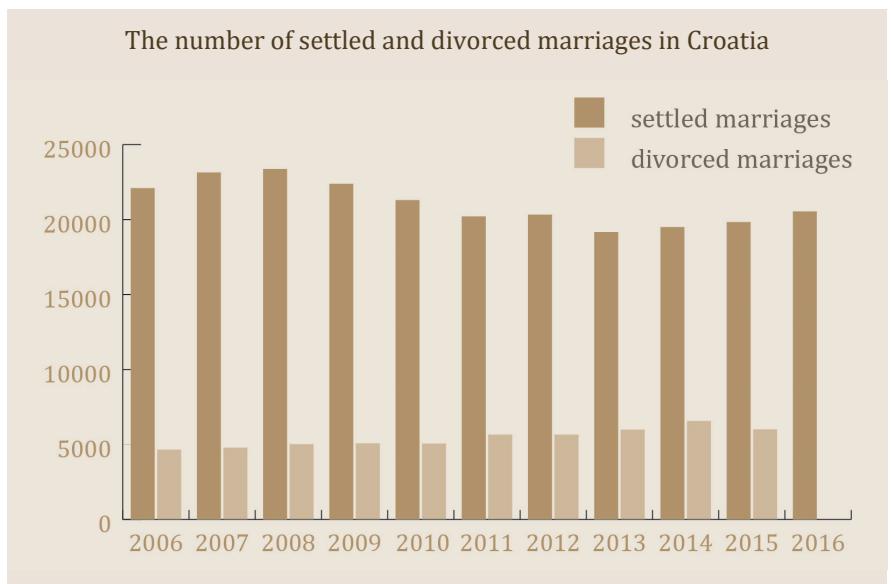
---

<sup>10</sup> *The OECD reports.* See more at: <http://www.ncpa.org/pub/ba428#sthash.S6qeEOFZ.dpuf> It is interesting that “married men earn 22 percent more than their unmarried counterparts.”

<sup>11</sup> These are the results of U.S. Government Accountability Office revealed in 2012, and available at <http://www.divorceknowledgebase.com/blog/how-poverty-exacerbates-divorce-and-vice-versa/>

(78.7%) (Croatian Bureau of Statistics, 2015, p. 41). This does not mean that they are paid more. Average monthly net paid off earning of persons in legal entities by activity 2013 average show that women's salaries as percentage of men's even in education and human health and social work activities is 85.9%, or 77.1% (Croatian Bureau of Statistics, 2015, p. 43).

Regarding divorces, Croatian Bureau of Statistics in 2013 reveals that 31 couples out of 100 get divorced. This rate is still lower than the European average.<sup>12</sup> The same source shows that the rate of divorces reached its peak in 2014 (6570 marriages dissolved). From 2015, after ten years, there was a drastic fall in the number of divorces (for 8.5%).



*Graph 1: The number of settled and divorced marriages from 2006 to 2016.*<sup>13</sup>

In comparison to other European countries, in Croatia there are less divorcees and illegitimate children but family structure in Croatia is changing<sup>14</sup> (Čondić, 2010). Does that mean that the Church has a new type of services to help families without putting all responsibility to bad political decisions?

<sup>12</sup> The average of the European Union is 34 divorces per 100 marriages (<http://www.novilist.hr/Vijesti/Hrvatska/Sklopljenih-brakova-u-2013.-najmanje-u-posljednjih-40-godina>).

<sup>13</sup> The image is taken from: <https://i1.wp.com/tjedanbraka.org/wp-content/uploads/2017/02/braoj-razvoda-i-brakova-10-godina-u-Hrvatskoj.jpg?resize=768%2C457>.

<sup>14</sup> The age when people marry is increasing, there are more single-parent families, there are many common-law marriages and children born outside legally confirmed marriages.

In all major Croatian cities, as part of Karitas, there are services to help people who find themselves in various problems but none of them is specialized to help single-parent families. We can mention the facilities of *Family counselling*, *Centers to help pregnant women* whose main task is to help pregnant women and girls who are in spiritual and material need caused by the new situation, *Safe Houses* whose role is often of great importance for single mothers (Čondić, 2010) and, of course, *Premarital courses*, pastoral service which aims at preparing couples for marriage. There are also many different initiatives on local and national level like *The week of marriage (and families)*, *Prayer community for families* organized in many parishes, and so on. We certainly cannot deny persistent concern for the families in Church in Croatia but we think that we should ask ourselves if it is enough.

Many families struggle with new kinds of problems that are in some way related to family finances or in some other way endanger family stability. Only as an example we can mention new forms of family negligence caused by addiction to internet and social media, infertility and especially a high level of unemployment that separate families in geographic sense, if one of the spouses finds a job in another city or country, but also in emotional sense, which can and often does lead to divorce. Having this in mind we must admit that we have not formed new services to help families with these particular and very serious problems.

### **3. Concern for the material status of children and women after separation in the Bible**

As we said before, poverty after divorce is a contemporary issue but yet an issue that remains in the shadow of other important consequences of divorce. Now we will remember how even biblical writers worried about this problem, not only expressing concern for widows but also caring about financial or material security of women after separation.

The Bible speaks about divorce from male perspective. This is evidenced by a debate in which the Pharisees asked Jesus if it is lawful to divorce from wife for any cause (Matt. 19, 3).<sup>15</sup> This

---

<sup>15</sup> Some Pharisees came to him, and to test him they asked, "Is it lawful for a man to divorce his wife for any cause?" (Matt. 19:3 NRS)

question is based on the regulation of Deuteronomy 24,1 where we can read how husband, if he finds something objectionable regarding his wife, is allowed to write a certificate of divorce, and send his wife away from home.<sup>16</sup> It is not specified what would be „objectionable” so there was a discussion of valid reasons for the release of women. On a parallel place in the Gospel of Mark the question is stated differently. Here the Pharisees repeatedly raised the question if it is lawful for a man to divorce his wife. Reasons are not in question, but the permissibility to release women at all. It is best to indicate Jesus' response - *Because of your hardness of heart he wrote this commandment for you. But from the beginning of creation, 'God made them male and female.' 'For this reason a man shall leave his father and mother and be joined to his wife, and the two shall become one flesh.' So they are no longer two, but one flesh. Therefore what God has joined together, let no one separate.*" (Mk. 10:4-9)

Therefore, the Gospel sees marriage as a holy community that has its origin in God, and from spouses it expects adequate behaviour. We will mention as an illustration the famous text of the Letter to the Ephesians - *Be subject to one another out of reverence for Christ. Wives, be subject to your husbands as you are to the Lord. For the husband is the head of the wife just as Christ is the head of the church, the body of which he is the Savior. Just as the church is subject to Christ, so also wives ought to be, in everything, to their husbands. Husbands, love your wives, just as Christ loved the church and gave himself up for her, in order to make her holy by cleansing her with the washing of water by the word, so as to present the church to himself in splendor, without a spot or wrinkle or anything of the kind-- yes, so that she may be holy and without blemish. In the same way, husbands should love their wives as they do their own bodies. He who loves his wife loves himself. For no one ever hates his own body, but he nourishes and tenderly cares for it, just as Christ does for the church, because we are members of his body. For this reason a man will leave his father and mother and be joined to his wife, and the two will become one flesh. This is a great mystery, and I*

---

<sup>16</sup> Suppose a man enters into marriage with a woman, but she does not please him because he finds something objectionable about her, and so he writes her a certificate of divorce, puts it in her hand, and sends her out of his house; she then leaves his house. (Deut. 24:1 NRS)

*am applying it to Christ and the church. Each of you, however, should love his wife as himself, and a wife should respect her husband.* (Eph. 5:21-6:1 NRS)

Although this text shows a patriarchal tone because it was written in such environment, it should be noted that it begins with the words "subject to one another", i.e. not just a wife to her husband, but the husband to his wife, and the requirements of care and love of husband toward his wife are even more pointed than the other way around. In addition, marriage is called the mystery, which gives this institution a particularly religious character and unbreakable bond.

Still, divorce remains a fact of life for many Christian men and women, because they are married for various reasons. Sometimes the way out of marriage is only way to a better quality of life. But it does not always mean the quality of life in the material sense. Since the topic of our article is divorce as a new source of poverty, we will also examine some biblical texts according to this aspect. The texts are from the Old Testament because it contains the basic rules of biblical law underlying the debate of Pharisees with Jesus about the reasons for divorce and the acceptability of releasing women. In this sense, a discharge letter that husband should give to a wife has several meanings. In fact, no matter how unfair it is that only a man has the right to divorce, discharge letter is there to protect women in financial or material sense. With the certificate of divorce in her hands she was able to marry again and thus provide for herself the material existence. The Scriptures do not talk about the financial situation of abandoned women who do not remarry with another husband. It probably means that released women should re-marry to become financially secure. Later, however, the Jewish tradition developed the institution of marriage contract that in the occasion of divorce husbands provide some financial resources to wives, but the right to divorce remained in the hands of her husband.

But another biblical regulation explicitly shows an interest in the material status of women. It, however, assumes polygamy and was adopted in the context of regulations toward a daughter whose father sold her as a slave and master took her for his wife, but it can be applied or can refer generally to marriage: If he marries another, he shall not diminish the food, clothing, and marital rights to the first wife. If he does not get

these three things she shall go without ransom (cf. Exodus 21,10-11). This regulation shows sensitivity toward the rights of women, but again implies that these rights are exercised in a marriage. Therefore, if a man in marriage denies these rights to his wife, she is free to get out of this marriage. There is no answer to the question how she continues with her life. Probably it again implies that a woman enters another marriage, or returns home to his father as Moses' wife Zipporah. (Ex 18, 2)<sup>17</sup>

As a term, a single woman, whether she was abandoned by her husband or she left him because he denied her rights, is unknown. We can find single mothers widows, and many biblical texts say how they should be protected and how to help them. But one biblical event illuminates the situation of released women. It is the event when Abraham at the urging of his wife Sarah abandoned Hagar, the mother of his son Ishmael: *So Abraham rose early in the morning, and took bread and a skin of water, and gave it to Hagar, putting it on her shoulder, along with the child, and sent her away.* (Gen. 21:14 NRS) The bread and water that he gave them did not last long, and then God miraculously took care of dismissed Hagar and her son Ishmael. This biblical event expresses the message that an abandoned woman and her child are the objects of God's special concern. But that does not mean that the woman and her child are not the objects of human care. On the contrary, God's commitment to the released woman and single mother calls everyone to be merciful as their heavenly Father (cf. Lk 6, 36) and enthusiastically participate in the work of God's love for people, particularly those in need, regardless of the situation or how they came in such state.

## Conclusion

Pope Francis in *Amoris Leatita* brought out an important question about sacramental life of divorced people. (Number 305) In that way he broke heavy silence over at least one serious problem of divorced people. Unfortunately, there are many other problems. In this paper we wanted to talk about material and even financial problem, the problem of poverty of

<sup>17</sup> „After Moses had sent away his wife Zipporah, his father-in-law Jethro took her back, along with her two sons.” (Exod. 18:2-3 NRS)

separated families and to draw attention to life quality of women and children after divorce, presenting this problem as a potential topic of theological debates and not only a pastoral issue.

Knowing these revealed facts from the statistics databases and positions of biblical writers as we interpreted their words, we conclude that divorce has to do something with justice even in theological sense of word, justice that is not provided to women and children after divorce. Fighting for that justice means fighting against discrimination.

We also think that divorce has a lot to do with dignity and that we need to talk about, think of and defend dignity of women and children after divorce. In the same way, from theological point of view we need to make sure that their quality of life remains stable after divorce, and the quality of life in many cases depends on materials goods.

Sacramental life is not the only issue inside Catholic Church or theological debates regarding divorced people. Those who suffer the most, before or after divorce, need to feel Christian charity and solidarity. They need compassion and empathy but also concrete material help.

Catholic Church also has a significant role in the education of young people. Theologians need to offer their efforts and support to higher education, especially of women, encouraging their independence and financial stability in such a way that they can contribute to their families and children in the same way fathers do.

#### How to change this situation?

Women and child poverty that is a consequence of divorce is an ongoing concern in society, in science but also in the religious field. It is important to take active steps to improve the position of women on the labour market, to do everything possible to strengthen marriage and father-children relationship as well as the sense of responsibility that mothers and fathers need to feel, show and live so that they can provide for their children in the form of emotional, physical, psychological, spiritual and material goods, having in mind the a integrity of human being. Is not integrity also an important theological question?

## 5. Reference:

- Bianchi, S. M., Subaiya, L., and Kahn, J. R. (1999). The Gender Gap in the Economic Well-Being of Nonresident Fathers and Custodial Mothers. *Demography*, 36 (2), 195-203. Available at <http://www.familyfacts.org/briefs/8/marriage-and-poverty>
- Croatian Bureau of Statistics (2015). *Žene i muškarci u Hrvatskoj 2015. Women and Men in Croatia 2015*, Hrvatski državni zavod za statistiku, Available at: [http://www.dzs.hr/Hrv\\_Eng/menandwomen/men\\_and\\_women\\_2015.pdf](http://www.dzs.hr/Hrv_Eng/menandwomen/men_and_women_2015.pdf)
- Čondić, A. (2010). Jesu li brak i obitelj zastarjele ustanove u hrvatskom društву?, *Služba Božja: liturgijsko-pastoralna revija*, 50 (3), p. 249-272.
- Hill, A. (2009). *Men become richer after divorce*. Available at <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2009/jan/25/divorce-women-research>.
- Lichter, D., Roempke, D., and Brown, B. (2003). Is Marriage a Panacea? Union Formation among Economically Disadvantaged Unwed Mothers. *Social Problems*, 50, 60-86. Available at <http://www.familyfacts.org/briefs/8/marriage-and-poverty>
- Morrison, D. R., and Ritualo, A. (2000). Routes to Children's Economic Recovery after Divorce: Are Cohabitation and Remarriage Equivalent? *American Sociological Review*, 65 (4), 560-580. Nielsen, L. (1999). Disenfranchising, Demeaning, and Demoralizing Divorced Dads, A Review of the literature. *Journal of Divorce & Remarriage*, 31, 139-177.
- Rector, R. (2010). Marriage, *America's Greatest Weapon Against Child Poverty*. Available on: <http://www.heritage.org/research/reports/2010/09/marriage-america-s-greatest-weapon-against-child-poverty>
- Sacchi, M. S. (2011). *Divorzio all'italiana. Ecco perché è bene (per tutti) che le donne lavorino*. Available at: <http://27esimaora.corriere.it/articolo/divorzio-allitaliana-ecco-perche-e-bene-per-tutti-che-le-donne-lavorino/>

# **The Role of Catholic Religious Education in Croatia in Strengthening of Marital Love and Prevention of Divorce**

Jadranka Garmaz, Gina Šparada,  
Katolički bogoslovni fakultet, Split

## **ABSTRACT**

The authors aim at presenting the role of Catholic religious education in promoting the aspects of love that positively affect future healthy and stable marriages, hence preventing divorces. As the evaluation criteria for the effectiveness of love-focused education, authors have taken Sternberg's theory of love which includes three greatly significant components of marital life - passion, intimacy and decision/commitment. The authors have analysed the meaning of these components and their coverage across different classes of the elementary as well as high school in Croatia.

*Keywords:* religion, school, love, marriage, divorce

## **1. Introduction**

The Catholic Religion Program for Elementary Schools (CRPES, 2003) in Croatia consists of the topics dealing with marriage, in the lessons designed for the second, sixth and eighth grade.<sup>1</sup> The High School Program also includes the topics dealing with marriage in the third grade (Plan and Program of Catholic Religion Education for the Four-year High Schools (from now on: PCEFHS), 2009).

---

<sup>1</sup> The major part of children begins their schooling when they are six or seven years old, and the duration of elementary school is eight years.

Through an analysis of the above mentioned programs we try to reach objectives associated with the strengthening of several abilities or experiences in human life. The common goal of the topics is to familiarize students with the importance of Christian marriage. Since marriage presents the "condition" that precedes the divorce, the improvement of capacities for creating a healthy and stable marital relationship helps preventing divorce itself. For that reason, we will focus in this work on prevention of divorce. Since Catholic marriage, in order to be valid, has to be founded on love, we have used the triangular love theory by Robert J. Sternberg (1986)<sup>2</sup> as the criteria for judgment whether the Catholic educational program in Croatia promotes all of his components of love. We have decided to use Sternberg's theory of love because the components he describes are very similar to the components of conjugal love we can find in apostolic exhortation *Familiaris Consortio*: "Conjugal love involves a totality, in which all the elements of the person enter - appeal of the body and instinct, power of feeling and affectivity, aspiration of the spirit and of will" (FC, 1981, p.13). Sternberg uses different terms - passion, intimacy and decision, he analyses them from a psychological point of view, and does not talk about spirituality directly (1986).

In this paper, we will use a catechetical-psychological approach and analytical-descriptive method in order to answer our question: Does religious education in Croatian schools sensitize students for all three Sternberg's components of love - components of love that are believed to be prerequisites for a long fulfilling marital relationship? Paper will be divided in three chapters. In the first chapter we will describe and analyse intimacy as a component of love and its presence in the above mentioned school programs. In the second chapter we will do the same for the passion component, and in the third chapter for the decision/commitment component.

---

<sup>2</sup> Robert J. Sternberg wrote many articles about the triangular theory of love, but we refer to the article published in 1986. We focus on the division of three components of love which correspond to early Sternberg's works.

## 2. Intimacy in marriage in the religious education program

In this chapter we will briefly present contents that educate students about the importance of intimacy in marriage and explain how they can be realized.

In Sternberg's model of triangular love, intimacy refers to the "feelings of closeness, connectedness, and bondedness in loving relationships. It thus includes within its purview those feelings that give rise, essentially, to the experience of warmth in a loving relationship" (1986, p. 119), in our case in marriage.

When we look at Croatian religious education program, we notice that the theme of family is elaborated only in the second grade. The content does not refer directly to marriage, but rather promotes a positive emotional atmosphere in the family. It presents the family as the "little community of those who love each other" (CRPES, 2003, p. 60). The accent is put on the emotional dimension of all kinds of family relations, which also include marital relations. "Although the intimacy component is not synonymous with an emotional component, it is largely composed of emotional elements..." (Sternberg, 1986, p.126). The word *love*, used in the Program many times, indicates *emotional love*, which counts for intimacy component, and will be treated as that.

In the sixth grade of elementary school, the Program deals with marriage more directly. It presents the act of getting married as an act of the "promise of love and fidelity" (CRPES, 2003, p.110). The issue of *promise*, promise to *love*, makes part of the intimacy component. Christian marriage is presented in the sixth grade as a relationship that should be characterized by "mutual fidelity and prolific love" (Razum, 2007, p.79). A request for fidelity and love, as presented here, consists of emotions and attitudes that Sternberg describes as the "desire to promote the welfare of the loved one (...), being able to count on the loved one (...), giving of emotional support to the loved one" (1986, 121). The deprivation of manifest love can mean that there is no intimacy at all, as happens in failed marriages, or that the manifest intimacy component has decreased in time, while the latent level of intimacy has increased (Sternberg, 1986, p.126, fig.2). In other words, it means that in a successful marriage it is possible and probable that there will be a strong presence of intimacy which may not be manifested, as

Sternberg suggests; it simply happens because the spouses do not feel the necessity to show intimacy all the time (1986, p.126).

We can also find the emotional components of love in goals set for the students of the eighth grade (in the third topic of the third part). Here we can read that the objective is to "build a readiness to accept love as norm of human sexuality and relations between two genders" (CRPES, 2003, p. 134). We can presume that love is also seen in its emotional component here, since it is terminologically separated from sexuality - because it is set as a norm of it. But we should not exclude the decisional component here, because of the content that is suggested by the program. *Methodological instructions* advise an analysis and interpretation of the Hymn of Love in the first Letter of Saint Paul to the Corinthians (1 Cor 13, 1-13), where we can find a type of love that is not purely emotional (CRPES, 2003, p. 134).

We can say that the intimacy component of love is not specifically mentioned in Program's topics, but it is set as a norm (or as a part of the norm) for the passion component (CRPES, 2003, 134), and implicitly as a prerequisite for a decision to get married (CRPES, 2003, p. 93, p.110). The sacrament of matrimony that is described in the program has to be founded on conjugal love that also "involves (...) power of feeling and affectivity" (FC 13). One cannot promise love if one does not feel it in a way already, because that kind of decision would be empty, as well as sexuality without emotions would be negative from a catholic point of view.

### **3. Religious education program on passion in marriage**

When it comes to passion in Sternberg's love theory, it refers to "drives that lead to romance, physical attraction, sexual consummation, and related phenomena in loving relationships. The passion component thus includes within its purview those sources of motivational and other forms of arousal that lead to the experience of passion in a loving relationship" (1986, p. 119), in our case in marriage. This component is important when we talk about marriage because it is the component that is specifically related to romantic relationships (Sternberg, 1986, p. 120), which marriage tends to be, at least in the beginning.

In the Catholic Religious Education Program for the eighth grade, we can find that the concept of *love* is set as a norm of human sexuality (2003, p. 134), although it is not specified whether *love* is seen exclusively as an emotional or as a decisional component. From the analyses of the textbook (Periš, Vučica, and Vuletić, 2009), we have concluded that *love* is seen both as an emotion and a decision. We can read in the textbook that sexuality can be considered mature when associated with lasting and unselfish love (Periš et al, 2009, p. 15). The textbook also says that sexuality has several levels: "physical, sensitive, spiritual and moral" (Periš et al, 2009, p. 17). In the *methodical instructions* of the program we can see that the question of the passion component of love is always advised to be elaborated in the light of God's plan, that is in the light of Christian theology (PCEFHS, 2009, 4), which does not observe sexuality individually, but as a part of a greater God's plan - that is to be focused on the realization of responsible love with a person of opposite sex" (Periš et al, 2009, p. 17).

The content which refers directly to the passion dimension of marital love reappears in the Program for the third grade of *The Plan and the Program of Catholic Religion Education for the Four-Year High Schools* (2009). There is a whole topic entitled *Human being - woman and man*, which presents human beings in their sexual dimensions, as well as different ways of the understanding of sexuality during history. We can also find a Christian view on treating different genders, and the promotion of equal dignity of man and woman (PCEFHS, 2009, p. 91). A discourse about the equal dignity of both sexes and their differences is very important. In this context of passion as a component of love, we can indicate to their complementarity. Why is it important to discuss complementarity with high school students? It is important that a man and a woman succeed in acknowledging and integrating the "masculine" (for men the dominant part, for women recessive) and the "feminine" (for women the dominant part, and for men recessive) part of their personality, and that they recognize the importance of their conjugal relationship as "place" where they can find out what it means to be a man and what it means to be a woman. In order to find out what it means to be a man/woman, one must be in a relation with the opposite gender. This happens, for most of

people, already in a family, but specifically, it happens in strong intersexual relations like marriage (Gambini, 2007, p. 47-49).

The passion component of love is mentioned one more time in *The Plan and Program for the Third Grade of Four-Year High Schools* (PCEFHS, 2009, p. 94). The fourth topic in the third grade is entitled “Parents and family - responsible parenthood”. One of the chapters refers to the question of giving birth to children. It suggests that giving birth represents a “vocation and wellbeing for conjugal partners” (PCEFHS, 2009, p. 94). As well as the passion dimension is a prerequisite for having children in a physical way, partners must also include other components of love in this project of giving life, that is if they want to experience *giving birth* as a truly fulfilling experience in their marital life. First of all, there is the intimacy component which should not be excluded from this process, and of course the decisional one, which will be presented in the next chapter.

#### **4. Religious education program *on decision in marriage***

The decisional component in Sternberg’s theory refers to, “in the short term, the decision that one loves someone else, and in the long term, the commitment to maintain that love. The decision/commitment component thus includes within its purview the cognitive elements that are involved in decision making about the existence of and potential long-term commitment to a loving relationship” (Sternberg, 1986, p. 119).

When we go back to the question of *giving birth* presented in the previous chapter, we can see that the decision to give birth should be founded on a decision to love that child or/and partner, if we consider procreation as wellbeing of the marital couple. The only way the child will be a source of wellbeing for the couple is if they do not see it as a burden. They will not see it as a burden only if the emotional and the decisional components, in their positive way, are included in the process of having a child. In this context, it does not matter that much whether the child has been planned in advance or not; it is important that the couple is open for a new life that will somehow change their relationship.

Persons that have not experienced much love in their life become more dependent on love, and persons that are

dependent on love are not ready to make proactive decisions. It is because such person alone is not free, he/she depends on the other person that presents his/her source of love, who is their marital partner in many cases. In this case, a child can be seen as an intruder, because it stands in a way of his/her relationship with a partner, and will not contribute to a wellbeing of that person at this point (Kerr and Bowen, 1988). Murray Bowen deals with persons who have not grown up emotionally, and still want to be children and have parents which would take care of them. Even if they get married, they will not be prepared to accept *giving birth* as a vocation, at least not as a serious vocation in which they have to be the grown-ups (Bowen, 1978). For this reason it is important for a person to be mature and to be able to live all the components of love positively before they can experience giving birth as a vocation or experience of wellbeing. And what is most important in this case, it is necessary that the child receives proper physical and emotional care, not feeling neglected or overwhelmed by his/her parents.

In this context of giving birth to a child we can also refer to the dynamics described by Godbout and Caillé as the *give-receive-reciprocate cycle* that should be respected by human beings. In this context, as we receive the gift of life from our parents, we ought to reciprocate it. But the reciprocation act does not have to be directed towards parents, it can be directed towards others. In this case it can be open to giving birth to a child. In this way the gift of life goes on. In order to do so, persons have to be able to experience the gift of life themselves (Godbout and Caillé, 1998). If they do not experience it, they will not be able to give life to others. Or it will be only the mechanic way of delivering a life, which will not be a personal willing act, and in that case it will certainly not be experienced as a vocation or wellbeing for the marital partners.

When we analyse the presence of the decision component in the two programs, we can see that there is also a great content dedicated to a marriage as a sacrament (CRPES, 2003, p. 110). In the third grade of the High School Program, we can read about marriage as a sacrament of conjugal love and community (PCEFHS, 2009, p. 6), while in the program for the sixth grade of the elementary school we can see marriage as part of a unit that presents all the sacraments, and here we can see marriage as a “promise of love and fidelity” (CRPES, 2003, p. 110). Conjugal

partners are promising to love each other and to be faithful to each other. In this context we can see that all components of love are covered, but special emphasis is put on the decisional part. Conjugal partners promise love to each other. If they promise love, it means that they have made a decision. What does this decision mean to them? It means that they are promising to live all three components of love in their partnership; that they will exchange passion and love and make decisions for the benefit of both of them. For Hannah Arendt, a political philosopher, the question of promise has a great significance. She thinks of it in the context of freedom that has been given to the humankind. The freedom of acting brings consequences. The consequence is that we cannot predict future nor we can change past. But Arendt claims that there are two forces which can partially influence this condition. Those are the ability to forgive, which changes the past, and the decision to make promises, which can reduce the unpredictability of the future (Arendt, 1998, p. 236-247). The decision of partners to make such a promise of love makes the unknown future less scary and opens a possibility for the other partner to respond in the same way. Also here we notice the *give-receive-reciprocate cycle* (Godbout and Caillé, 1998), only this time it refers to partners themselves. A partner who receives the gift of promised love is more grateful and more willing to respond the same way, in words as well as in deeds.

In the second topic for the third grade of the Four-year High School Program we can see one more example of the decision component in practice. In the second topic, entitled *Family in God's plan*, we can see that there is a content about family members' duties and rights (PCEFHS, 2009, p. 92). The decisional component plays a significant role in the discourse about duties and rights. It is especially important for duties, because it is easy to accept one's rights. The acceptance of duties, on the other hand, is difficult. It demands a great effort of will. When Sternberg talks about the decision component, he talks about the two aspects we have already mentioned, the decision and the commitment (1986, p. 122).

The decision to love does not necessarily imply a commitment to love. Oddly enough, commitment does not necessarily imply decision. Many people are committed to the love of another without necessarily even admitting that they love or are in love

with the other. Most often, however, decision will precede commitment both temporarily and logically. Indeed, the institution of marriage represents a legalization of the commitment to a decision to love another throughout one's life (Sternberg, 1986, p.123).

That means that the acceptance of duties on an everyday basis and in a long term represents an act of will associated with this commitment. It is here that we can see the strength of marital love. Here we can see the importance of the decisional component. But it is here that we can also see the interrelatedness of all three components, since they cannot be analysed separately, as suggested by Sternberg (1986, p. 120). It can be clearly seen on the example of the decision. The decision has its value even where passion and love do not play any role, but when they are present the decision becomes stronger and obtains a different quality and easiness, and is sometimes the only thing that prevents marriages from falling apart.

## 5. Conclusion

The aim of this paper was to evaluate which of Sternberg's components of love are promoted in Croatian religious educational system and to what extent. This paper is not about divorce directly, it is more about the way to prevent divorce and its negative consequences through religious education. We know that educating students about passion, intimacy and decision cannot make the students ready to be mature when it comes to these dimensions. But what it can do is to transmit, in addition to information, the right attitudes towards cultivating these love and marital components in their own lives.

We can say that religious education in Croatian schools sensitizes students for all three Sternberg's components of love, which are believed to be prerequisites for a long, fulfilling marital relationship. Of course, there is always room for improvements, but the religious education system reflects indeed the catholic way of seeing the marriage, and in it there is a place for each of the above mentioned components. Also, the three components are presented as important parts of marriage, none of them is specified as less relevant, and we can say that the Sternberg's triangle is balanced in this case.

Further research should include the issue of divorce and its coverage in the two programs. We should certainly take in consideration that the Catholic Church does not accept divorce as it is seen in the secular society. The Church points to *dissolution of the bond or separation with the bond remaining* (Code of Canon Law, 1983, p. 834-848). In either case, we think that there should be a major part of the content dedicated to the topic of conjugal separation because today it presents an inevitable experience for a large number of children of separated parents. Religious education should talk more about this in order to provide useful and accurate information and to prevent the stigmatization of children whose parents are separated.

There is another component of love that is mentioned in *Familiaris consortio* and is important within the ecclesiastic environment, and is not directly mentioned by Sternberg. This is a *spiritual* component. This component could also be the object of future researches. Although Sternberg does not mention it explicitly in his article, we can find this component included in the decisional component, because we generally make cognitive decisions to love something or somebody only if it represents some kind of value for us. And when we talk about the concept of value, we talk about a significance, a sense which are spiritual qualities.

## 6. References

- Arendt, H. (1998). *The Human Condition*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Lanham, Maryland: J. Aronson.
- Code of Canon Law. Latin-English Edition (1999). Washington, DC: Canon Law Society of America. Available at [http://www.vatican.va/archive/eng1104/\\_index.htm](http://www.vatican.va/archive/eng1104/_index.htm).
- Gambini, P. (2007). *Psicologia della famiglia. La prospettiva sistemico relazionale*. Roma: LAS.
- Goudbout, J. T., and Caille, A. C. (1998). *World of the Gift*. Montreal: McGill-Queen's Press.
- John Paul II. (1981). *Familiaris Consortio*. Apostolic Exhortation. Available at [http://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/en/apost\\_exhortations/documents/hf\\_jp-ii\\_exh\\_19811122\\_familiaris-consortio.html](http://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/en/apost_exhortations/documents/hf_jp-ii_exh_19811122_familiaris-consortio.html).
- Kerr, M. E., and Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: W. W. Norton.

National Catechetical Committee of Conference of Croatian Bishops and Associates (2003). *Catholic Religion Program for Elementary Schools*. Available at [http://www.nku.hbk.hr/images/pdf\\_documents/plan\\_i\\_program-OS\\_sluzbeni.pdf](http://www.nku.hbk.hr/images/pdf_documents/plan_i_program-OS_sluzbeni.pdf)

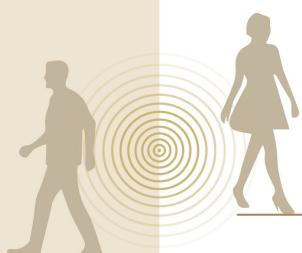
National Catechetical Committee of Conference of Croatian Bishops and Associates (2009), *Plan and Program of Catholic Religion Education for Four-year High School*. Available at [http://www.nku.hbk.hr/images/pdf\\_documents/plan\\_i\\_program\\_vjeronauka\\_SS.pdf](http://www.nku.hbk.hr/images/pdf_documents/plan_i_program_vjeronauka_SS.pdf)

Periš, J., Vučica, M., and Vuletić, D. (2009). *S Kristom u život*. Hrvatska biskupska konferencija, Zagreb: KS.

Razum, R. (2007). *Na slobodu pozvani*. Hrvatska biskupska konferencija, Zagreb: KS.

Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93 (2), 119-135.

Sacchi, M. S. (2011). *Divorzio all'italiana. Ecco perché è bene (per tutti) che le donne lavorino*. Available at: <http://27esimaora.corriere.it/articolo/divorzio-allitaliana-ecco-perche-e-bene-per-tutti-che-le-donne-lavorino/>





**Soočanje z ločitvijo: teorija, terapevtska praksa in raziskovanje**  
Zbornik mednarodne konference, Ljubljana 7. april 2017

Uredila:

Nataša Rijavec Klobučar

Izdala in založila:

Teološka fakulteta Univerze v Ljubljani  
in Frančiškanski družinski inštitut

Oblikovanje in prelom:

Mateja Cvetek

Izdaja:

Elektronska izdaja

s prostim dostopom na spletni strani:  
<http://fdinstitut.si>

Izdajo zbornika je sofinancirala  
Javna agencija za raziskovalno dejavnost RS.