



---

UNIVERZA V LJUBLJANI  
TEOLOŠKA FAKULTETA

Peter Žakelj, CM

# **Psihološko teološka razlaga ljubosumja**

DOKTORSKA DISERTACIJA

mentor: dr. Christian Gostečnik

somentor: dr. Stanko Gerjolj

Ljubljana, december 2003

*Zahvalim se staršem, ki so me vzgajali v veselju do življenja  
in dali pogum za prenašanje njegove teže,  
sestram in bratoma, ki so mi v obojem v spodbudo,  
mladim, ki so s svojo mladostjo in drugačnostjo vedno nov izziv,  
Misijonski družbi, ki mi je omogočila študij, ter  
mentorju in somentorju, ki sta me s strokovno in odprto besedo  
usmerjala v odkrivanju in reševanju vprašanj,  
ki jih v mojem življenju in delu zastavlja ljubosumje.*

# Kazalo

<b>Uvod .....</b>	<b>9</b>
<b>1. Namen dela.....</b>	<b>11</b>
1.1. Prvi del.....	11
1.2. Drugi del .....	13
<b>2. Kratak zgodovinski pregled raziskovanja ljubosumja .....</b>	<b>15</b>
<b>3. Kaj je ljubosumje .....</b>	<b>18</b>
3.1. Razlikovanje med zavistjo in ljubosumjem .....	18
3.1.1. Različne definicije zavisti .....	20
3.1.2. Različne definicije ljubosumja.....	21
3.1.3. Kako lahko rečemo, da je nekdo zavisten oz. ljubosumen? .....	25
3.2. Vrste ljubosumja .....	26
3.2.1. Sumničavo ljubosumje in ljubosumje gotovega dejstva.....	27
3.2.2. Ljubosumje glede na preteklost, sedanost in prihodnost razmerja .....	28
3.2.3. Razlikovanje med ljubosumjem in zavrnitvijo .....	28
3.2.4. Normalno in patološko ljubosumje .....	29
3.2.5. Delitev ljubosumja pri psihoanalitikih.....	29
3.3. Odločitev za delovno definicijo ljubosumja in izbira teoretičnega pristopa.....	31
3.3.1. Delovna definicija ljubosumja .....	31
3.3.2. Teoretična osnova za našo definicijo .....	33
<b>4. Razvoj ljubosumja .....</b>	<b>38</b>
4.1. Prvotna ocena.....	39
4.2. Odzivi in nagnjenosti k odzivom .....	41
4.2.1. Vedenjski odzivi .....	42
4.2.2. Čustveni odzivi .....	43
4.2.3. Spoznavni odzivi.....	48
4.2.4. Odzivi pri sumničavem in reakcijskem ljubosumju .....	48
4.2.5. Razdelitev odzivov glede na motivacijske cilje.....	49
4.2.6. Razlike v odzivanju moškega in ženske .....	50

4.2.7. Primerjave odzivov v različnih narodih.....	53
4.3. Drugotna ocena .....	54
4.4. Ponovno ovrednotenje .....	56
4.5. Strategije obvladovanja.....	57
4.5.1. Cilji strategij obvladovanja .....	58
4.5.2. Osem strategij obvladovanja.....	58
4.5.3. Pogled na načine obvladovanja z vidika družinske teorije stresa .....	62
4.5.4. Prispevek družbe k obvladovanju ljubosumja .....	65
<b>5. Vzroki za ljubosumje .....</b>	<b>67</b>
5.1. Sociobiološki vzroki .....	67
5.2. Družbeni in kulturološki vzroki.....	69
5.2.1. Družbene zakonitosti .....	69
5.2.2. Kulturološke značilnosti .....	70
5.3. Vzroki, ki izvirajo iz odnosa.....	73
5.3.1. Izguba formativne pozornosti bližnjega .....	73
5.3.2. Psiho-socialni vidik ljubosumja: Transakcijski model .....	74
5.3.3. Izmenjalno-teoretični pogled .....	76
5.3.4. Druge značilnosti odnosa, ki vplivajo na ljubosumje .....	79
5.4. Osebnostni vzroki .....	84
5.4.1. Ugotovitve freudovske psihoanalize.....	85
5.4.2. Sodobna psihoanaliza .....	89
5.4.3. Ljubosumje pri otrocih.....	91
5.4.4. Razvojne povezave med ljubosumjem otroka in ljubosumjem odraslega ....	95
5.5. Lastnosti posameznika .....	98
5.5.1. Negativna samopodoba.....	99
5.5.2. Druge osebnostne poteze .....	102
<b>6. Terapevtska opredelitev ljubosumja .....</b>	<b>105</b>
6.1. Razlikovanje med normalnim in patološkim ljubosumjem .....	106
6.1.1. Patologija in kompleks ljubosumja.....	107
6.1.2. Prividi nezvestobe.....	109
6.2. Delitev patološkega ljubosumja na reakcijsko in simptomatično.....	110

6.2.1. Reakcijsko ljubosumje .....	111
6.2.2. Simptomatično ljubosumje .....	111
6.3. Ugotavljanje vrste ljubosumja pri pacientu .....	117
6.3.2. Razvrstitev ljubosumja na podlagi ugotovljenih informacij.....	122
<b>7. Zdravljenje ljubosumja .....</b>	<b>124</b>
7.1. Pomoč pri ljubosumju otroka.....	124
7.2. Zdravljenje normalnega ljubosumja .....	124
7.2.1. Pogovor in osebni premislek.....	124
7.2.2. Ponovno ovrednotenje sebe in odnosa.....	127
7.2.3. Klinični pristop .....	129
7.2.4. Delavnice za obvladovanje ljubosumja .....	135
7.3. Zdravljenje patološko reakcijskega ljubosumja.....	139
7.3.1. Posebno zdravljenje prividov nezvestobe.....	142
7.4. Zdravljenje simptomatičnega ljubosumja .....	143
<b>8. Biblično-teološki in filozofski pogled na ljubosumje .....</b>	<b>145</b>
8. 1. Ljubosumje v Svetem pismu.....	145
8. 2. Filozofsko-teološki pogled na ljubosumje .....	149
<b>Sklep prvega dela .....</b>	<b>154</b>
<b>Uvod v drugi del.....</b>	<b>163</b>
<b>1. Razvojni pristop D. Sterna .....</b>	<b>164</b>
1.1. Pregled klinične situacije .....	164
1.2. Svet predstav staršev .....	169
1.3. Udejanjanje starševskih predstav .....	187
1.4. Interakcija starši-otrok .....	196
1.4.1. Središčno mesto interakcije .....	196
1.4.2. Določiti klinično pomembne dogodke.....	197
1.4.3. Branje klinično pomembnih dogodkov.....	198
1.4.4. Do izboljšane branja na etološki ravni .....	200
1.4.5. Klinična okna v interakcijo starši-otrok.....	201

1.4.6. Nekatere teoretična vprašanja .....	206
1.5. Narava in oblikovanje otrokovih predstav .....	208
1.5.1. Ključne oblike otrokovih predstav .....	208
1.5.2. Načini predstavljanja izkušnje .....	209
1.5.3. Sheme-čustev v obliki 'časovno čustvenih oblik' .....	210
1.5.4. Protonarativna ovojnica .....	215
1.5.5. Mreža šestih shem: .....	221
1.5.6. Domišljije, spomini in avtobiografske pripovedi .....	221
1.5.7. Naravna selekcija shem in mrež .....	222
1.5.8. Težava sedanjega trenutka .....	223
1.5.9. Model otrokovih predstav .....	223
1.6. Klinični pogled na otrokove predstave .....	224
1.6.1. Biti z depresivno materjo .....	225
1.7. Terapevt .....	230
<b>2. Razvojno relacijska teorija .....</b>	<b>232</b>
2.1. Domišljija in fantazija .....	232
2.2. Od kod identifikacija? .....	235
2.3. Projekcijska in introjekcijska identifikacija .....	235
2.4. Kompulzivno ponavljanje .....	237
2.5. Izbiranje zakonskega partnerja .....	241
Sklep .....	243
<b>3. Teoretična razlaga ljubosumja .....</b>	<b>246</b>
3.1. Splošni okvir .....	246
3.1.1. Diferenciacija .....	246
3.1.2. Razvoj temeljnih tem .....	251
3.2. Posamezni dejavniki .....	262
3.2.1. Sheme-bivanja-z .....	262
3.2.2. Podporni sistem .....	265
3.2.3. Travmatični dogodki .....	268
<b>4. Razvojno relacijska terapija .....</b>	<b>270</b>
4.1. Transfer in kontratransfer .....	270

4.1.1. Kako prepoznati transfer? .....	279
4. 2. Struktura in proces terapije .....	283
4.2.1. Urejanje okvira .....	285
4.2.2. Ustvarjanje psihološkega prostora .....	286
4.2.3. Poslušanje konfliktov, obrambe in strahov .....	290
4.2.4. Spoznavanje interakcij in vzorcev skritih shem .....	290
4.2.5. Spoznavanje predstav, ki vodijo interakcije .....	291
4.2.6. Mikroanalitični intervju .....	292
4.2.7. Delo s sanjami in fantazijami.....	294
4.2.8. Spoznavanje podpornega sistema .....	294
4.2.9. Delo s transferjem in kontratransferjem .....	295
4.2.10. Površinsko odzivanje: .....	296
4.2.11. Globinsko odzivanje: interpretacija .....	297
4.2.12. O zmotljivosti, o grožnji s prenehanjem terapije in o dvomu.....	298
4.2.13. Dodajanje pomožnih in dopolnilnih metod .....	299
4.2.14. Uporaba zdravil.....	299
4.2.15. Prilagajanje tehnik .....	300
4.2.16. Predelovanje.....	300
4.2.17. Nadaljevanje ugotavljanja, ko se terapija razvija .....	301
4.2.18. Ločevanje in zaključevanje.....	301
4.3. Teorija in tehnika ugotavljanja .....	301
4.3.1. Vzpostavljanje podpornega okolja.....	303
4.3.2. Ugotavljanje stopnje razvoja in sposobnosti .....	305
4.3.3. Ugotavljanje obnašanj in spominov navezanosti.....	305
4.3.4. Podajanje standardizirane diagnoze.....	307
4.3.5. Raziskovanje področij notranjega konflikta in zunanja soočenja.....	307
4.3.6. Sposobnost za delo v terapiji .....	308
4.3.7. Odziv.....	310
4.3.8. Transfer-kontratransfer .....	310
4.3.9. Preverjanje odgovora na interpretacijo in njegove oblike .....	311
4.3.10. Zdravila in dodatne terapije .....	311
4.3.11. Ponujanje formulacije in priporočila .....	311
4.3.12. Strinjanje glede načrta zdravljenja.....	312

<b>5. Jezus Kristus - ikona psihoterapevta .....</b>	<b>313</b>
5.1. Jezusov celosten pristop.....	313
5.2. Vloga pacienta .....	315
5.2.1. Volja.....	315
5.2.2. Odpor .....	316
5.2.3. Pogum za srečanje s samim seboj.....	318
5.2.4. Predpostavke .....	318
5.2.5. Prizadevanje.....	319
5.3. Humana predstava o človeku .....	320
5.4. Kdo je pravi psihoterapevt? .....	321
5.5. Nekaj aplikacij Jezusovega obnašanja na naš terapevtski model .....	324
5.5.1. Ustvarjanje psihološkega prostora .....	324
5.5.2. Mikroanalitični intervju .....	325
5.5.3. Delo s transferjem in kontratransferjem .....	325
5.5.4. Toleriranje in razumevanje tišine .....	325
5.5.5. Površinsko odzivanje: .....	326
5.5.6. Globinsko odzivanje: .....	326
5.5.7. O zmotljivosti, o grožnji s prenehanjem terapije in o dvomu.....	327
5.5.8. Prilagajanje tehnik .....	327
5.5.9. Predelovanje.....	327
5.5.10. Ločevanje in zaključevanje.....	328
<b>Razprava .....</b>	<b>329</b>
<b>Povzetek.....</b>	<b>338</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>339</b>
Ključne besede .....	340
Key words .....	340
<b>Viri in literatura.....</b>	<b>341</b>



# Ljubosumje

*»Nisem vedel, da lahko kdo tako močno rani in živi naprej.*

*Mislil sem, da je to ljubosumje. Nisem vedel, da je takšno.*

*Mislil sem, da je ideja. Pa ni. Je bolečina.*

*Vendar ga ne občutim kot v broadwayski melodrami.*

*Nikogar ne želim ubiti. Želim le umreti.»<sup>1</sup>*

## Uvod

Ljubosumje je stara in ponavljajoča se tema medčloveških odnosov. Vprašanje ljubosumja je ujeto v mite, drame, komedije, življenjepise, druga literarna dela, plese, kipe in slike, popularni tisk in grafite.

V verjetno najstarejšem zapisanem mitu, egipčanskem mitu o Ozirisu, sta prisotna tako zavist kot ljubosumje. V tem mitu je Oziris lep, postaven in močan bog, ki je postal kralj v Egiptu. Poročil se je s svojo lepo sestro in prinesel blagostanje in civilizacijo najprej Egiptu, potem pa ostalemu svetu. Oziris pa je imel mlajšega brata. Ime mu je bilo Set. Ta je bil hudoben in je starejšega brata sovražil. Zavidal mu je privlačnost, moč in uspeh. Bil je tudi ljubosumen, kajti njegovi ženi je bil Oziris tako všeč, da ga je zapeljala in mu rodila sina. Seta sta gnala zavist in ljubosumje do Ozirisa, tako da je zvalil Ozirisa v past in ga ubil.<sup>2</sup>

Zavist in ljubosumje pogosto potekata v vsakdanjem življenju kot tudi v terapiji. Stara sta kot človeštvo in očitno bosta ostala. Čeprav se kulture razlikujejo v pogostnosti in oblikah ljubosumja, nimamo nobenih poročil o družbah brez ljubosumja. To, da nas pojava že tako dolgo spremljata in nam povzročata probleme, nas spodbuja, da ju skušamo razumeti.

---

<sup>1</sup> F. Dell, *Love in Greenwich Village*, New York 1926, 231.

Ljubosumje je tudi pogost vzrok (v približno 20%) za umor ljubimca(ke). V poročilu zakonskih svetovalnic v ZDA je ljubosumje med najpomembnejšimi problemi pri približno tretjini parov, starih manj kot 50 let. Glede na to, da je torej ljubosumje univerzalen in pogost pojav, s katerim se srečujemo vsepovsod, je raziskav o njem sorazmerno malo. Do leta 1989 ni bilo nobenih izidov študij o terapevtskih zdravljenjih ljubosumja. Večdesetletno obdobje raziskovanja je zajeto v manj kot desetih raziskovalnih člankih o ljubosumju pri otrocih (med brati in sestrami) ter manj kot šestdesetih raziskovalnih člankih o normalnem romantičnem ljubosumju.

Za takšno stanje lahko najdemo predvsem štiri razloge:

1. Za razliko od drugih družbenih tem je ljubosumje očitno večsistemski pojav, ki vključuje osebnost, odnos, kulturo in morda biologijo. Ta ugotovitev preprečuje razvoj enostavne definicije.
2. Do nedavnega je bil pogled na raziskovanje romantičnega in spolnega ljubosumja tako v širši javnosti kot med znanstveniki zelo zadržan.
3. Ljubosumje se zdi tako splošno, da je razlago zanj mogoče najti povsod, saj se zdi očitno, za kaj gre. Takšno gledanje zavira globlje raziskovanje vzrokov.
4. Ljubosumje postavlja resni vprašanji o psihološki 'normalnosti' in 'nenormalnosti', ki spravljata v zadrego laike, klinične psihologe in druge raziskovalce.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Prim. J. G. Griffiths, *Plutarch's de Iside et Osiride*, Cambridge 1970.

<sup>3</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *Jealousy: Theory, Research, and Clinical Strategies*, New York 1989, 2-3.

# 1. Namen dela

## 1.1. Prvi del

V tem delu smo želeli raziskati vzroke za ljubosumje in možnosti za pomoč ljubosumnim osebam. Pričakovali smo, da bo o tako splošnem problemu v medčloveških odnosih veliko literature in da se bo zato zelo težko odločiti za smer raziskovanja in koncept naloge. Dejstva so hitro pokazala, da so naši strahovi odveč. Temeljiteh in sistematičnih raziskav o ljubosumju je pravzaprav malo. Smer našega raziskovanja je bila odvisna od tehtnosti in celovitosti dokazov. Ob branju literature se je hitro pokazalo, da pravzaprav nobeden od raziskovalcev ne upa trditi, da njegov pristop zajame problem v celoti. Tako smo morali pristati na zbiranje in urejanje posameznih pogledov. Ti pa vendarle ustvarijo celoto.

Namen naloge je bil, priti do odgovorov na vprašanje, od kod izvira ljubosumje in kako ljubosumni osebi pomagati, da to čustvo, ki ima pogosto zelo rušilne posledice za odnos, obvlada in prav usmeri. Naloga želi pomagati vsem, ki se srečujejo s problemom ljubosumja, da bi na podlagi tehtnega prikaza vzrokov in načinov reševanja našli svojo pot iz tega problema.

Ker je problematika izredno obsežna in prepletena z različnimi področji raziskovanja, se bomo izogibali posameznim detajlom. Kratek zgodovinski pregled obravnavane tematike v drugem poglavju nam bo pomagal razumeti stanje dosedanjih raziskav. Kot bomo videli, je kljub univerzalnosti tega problema raziskovanje še vedno na začetku.

Začetna iskanja omogočajo množico samostojnih in samosvojih pristopov k problemu. Dokler je določen problem še sorazmerno neraziskan, je možnosti za odgovor veliko. Tako nam tretje poglavje ponuja najprej osnovno razlikovanje med ljubosumjem in zavistjo, potem paletu terminoloških opredelitev in tudi vrsto pristopov k vprašanju ljubosumja. To je poglavje, ki nam je omogočilo odločitev za osebni pristop k vprašanju in jasno definicijo.

Na podlagi delovne definicije smo razvili vsa naslednja poglavja. V četrtem poglavju je glede na našo delovno definicijo ljubosumja in na teoretični okvir prikazan kompleks ljubosumja. Za razlago razvoja ljubosumja smo najustreznejši pristop našli v Lazarusovi spoznavno fenomenološki teoriji čustev. Razvoj čustva od prvotne zaznave do strategij obvladovanja že nakazuje vzroke za ljubosumje.

O vzrokih za ljubosumje smo spregovorili v petem poglavju. Medkulturno raziskovanje ljubosumja govori o kompleksnosti tega problema in pojasnjuje njegov izvor. Ker cilj te naloge ni bil prikazati ljubosumje v vseh kulturah, smo z različnimi primeri v drugih kulturah le osvetlili vprašanje ljubosumja v naši. Primeri služijo torej osvetlitvi problema in ne predstavljajo celotne medkulturne podobe ljubosumja. Tudi v tem poglavju se kažejo mnoge potrebe po nadaljnjih raziskavah na področjih kulture, družbe, medosebnih odnosov in osebnostnih značilnosti. Predstavitev vzrokov pa vseeno nakazuje vedno jasnejšo sliko problema ljubosumja.

Za obravnavo oz. zdravljenje ljubosumja se nam je na podlagi povedanega izrisala potreba po opredelitvi ljubosumja. Osnovno delitev na normalno in patološko ljubosumje dopolni še vprašanje o prividih nezvestobe in simptomatičnem ljubosumju. Takoj ko stopimo na področje patologije, bi lahko v to nalogo vključili vse znanje s tega področja. Samo vprašanju shizofrenije, ki je lahko v ozadju simptomatičnega ljubosumja, bi denimo lahko namenili vsaj tako obsežno delo, kot je naloga, ki je pred vami. Da bi naloga ne zgrešila cilja, ki je, ustvariti čim jasnejšo podobo problema ljubosumja, se nismo zadržali pri podrobnih predstavitvah patologij, ki so v ozadju ljubosumja ali ga spremljajo.

Ko smo opredelili ljubosumje in na podlagi opredelitve ugotovili, za kakšno ljubosumje gre, sledi zdravljenje, o katerem govori sedmo poglavje. Kar velja za zdravljenje normalnega ljubosumja, je potrebno upoštevati tudi pri patološkem in simptomatičnem ljubosumju, le da je za slednja pojava potrebno dodatno znanje, ki smo ga v tem poglavju le bežno predstavili. Najrazličnejša zdravljenja z zdravili zahtevajo dodatno poznavanje medicine in farmacije. Kjer smo naleteli na ti dve področji, so se odprla nova vprašanja.

Teološki in biblični pogled na ljubosumje nam odpira nove možnosti v obravnavanju problema ljubosumja. Ne preseneča dejstvo, da je tudi o tem dokaj malo povedanega. Pa vendar nam Sveto pismo dobro osvetli tudi pozitivno plat ljubosumja, ki jo je naša civilizacija precej zanemarila. Ta razsežnost omogoča konstruktivnejši pristop k zdravljenju, ki ga mnogi terapevti že uporabljajo, čeprav predvsem na podlagi socioloških dognanj o vlogi ljubosumja kot ohranjevalcu dobrega v odnosih.

V sklepu prvega dela smo osvetlili predvsem tri vprašanja, ki jih zasledimo v skoraj vseh razpravah o ljubosumju. Prvo je vprašanje možnosti objektivnega raziskovanja tako zapletenega osebnostnega problema. Drugo vprašanje je interdisciplinarnost problema in izziv, ali bo psihologija odgovorila na nujnost širšega, bolj celostnega pristopa k obravnavanju človeka.

Tretje vprašanje pa zadeva same rezultate raziskav in analiz, pri katerih včasih vzrok in posledica zamenjmeta svoje mesto. To je vprašanje negativne samopodobe.

Ob povezovanju rezultatov s svetopisemskim in filozofskim pogledom sklep prvega dela tako že nakazuje orise našega pogleda na vprašanje ljubosumja, s katerim skušamo dopolniti dosedanje raziskave v drugem delu.

## 1.2. Drugi del

V prvem poglavju drugega dela naloge predstavljamo pristop D. Sterna. Zaradi prednosti, ki jih vidimo v tem pristopu, smo vzeli Sternov pogled za osnovo, ki jo v drugem poglavju nadgradimo s sistemsko relacijsko teorijo. Z združitvijo dobimo razvojno relacijski pristop, ki sprejema vse pomembne pojme sodobne psihoanalize, a jih dopolni in razširi. Pomembni pojmi sistemske relacijske teorije, kot sta projekcijsko introjekcijska identifikacija in kompulzivno ponavljanje, dobijo v tej luči širši in s tem tudi bolj 'človeški' obraz. Z novim pristopom dajemo v človekovem razvoju in doživljanju več prostora zavestnemu delovanju ter s tem ohranjamo nedotaknjene bistvene razsežnosti človeka: svobodo, odgovornost in ljubezen. Ti pojmi pa so ključni prav pri našem vprašanju ljubosumja.

V luči novonastale razvojno relacijske teorije v tretjem poglavju predstavimo novo teoretično razlago ljubosumja. V splošnem okviru poudarimo vlogo in pomen, ki jo ima za razvoj ljubosumja proces diferenciacije in razvoj temeljnih tem. Ta razvojni vidik

predstavlja temelj novemu pristopu k vprašanju ljubosumja. Vanj je mogoče vključiti vsa dosedanja spoznanja o vzrokih za ljubosumje, hkrati pa so v tem teoretičnem okviru bolj urejena in povezana. V drugem delu tretjega poglavja govorimo o posameznih konkretnih dejavnikih, ki sestavljajo nastanek ljubosumja. Sem sodijo sheme-bivanja-z, podporni sistem in travmatični dogodki.

V četrtem poglavju predstavljamo razvojno relacijsko terapijo. Temelj tega pristopa je teoretični in praktični pristop zakoncev Scharff. Izbrali smo ju zato, ker se najbolj oddaljujeta od pretiranih poudarkov sodobne psihoanalize, ki omejujejo človekovo celostno podobo. V marsičem vidimo v njunem pristopu nastavke za naš razvojno relacijski pristop, ki ga vnašamo v njun model. Zelo očitni dopolnili z našim pristopom, ki ju skušamo v procesu terapije vseskozi slediti, sta v uvajanju shem-bivanja-z in mikroanalitičnega intervjuja. Slednjemu vidiku nudi močno podporo zadnji del naloge tj. kristološka dopolnitev razvojno relacijske terapije.

Kristus kot ikona psihoterapevta ostaja izziv. Njegov pristop ohranja ravnotežje med znanjem in ljubeznijo, strokovnostjo in človečnostjo. V njegovem načinu vidimo potrditev naše teorije in terapije. S Kristusovim pristopom opozarjamo na nekatere razsežnosti, ki jih dobra terapija nujno vsebuje, če hoče ostati v službi človeka. Ker se terapevtski pristop osredotoči običajno predvsem na terapevta, z Jezusovimi prilikami opozarjamo tudi na vlogo pacienta. V drugem delu tega poglavja pa predstavlja nekatere aplikacije Jezusovega obnašanja na naš terapevtski model.

V razpravi smo združili vsa pridobljena spoznanja. Kljub mnogim novim dognanjem je morda najgloblje in hkrati najpreprostejše spoznanje, da ranjen odnos, na katerega kaže ljubosumje, more zdraviti le zdrav odnos. In ker je človek presežno bitje, ki svobodno izbira življenje ali smrt, ostaja razrešitev ljubosumja v veliki meri stvar pacientove odločitve. V napetostih med svobodo in sužnostjo, življenjem in smrtjo se rojeva trpljenje, ki z našo odločitvijo lahko vodi v odrešenje ali pogubo. Zadnjo besedo ima edini Odrešenik – Jezus Kristus, ki je dokonča resnica o življenju. V nalogi smo ji skušali slediti.

## 2. Kratek zgodovinski pregled raziskovanja ljubosumja

Vseobsegajoča in protislovna narava ljubosumja je dolgo privlačila pozornost kliničnih psihologov<sup>4</sup> kot tudi sociologov in sociopsihologov. Več kot petdeset let je znani sociolog Ernest Groves<sup>5</sup> povezoval ljubosumje z infantilnimi navadami in občutki manjvrednosti. Trdil je, da je ljubosumje »največji sovražnik ljubezni. Če pride v hišo ljubosumje, ljubezen pobere stvari in se pripravi za odhod, saj ne more rasti pod stalno tiranijo ljubosumnega zakonca.« Kurt Lewin je bil verjetno prvi sociopsiholog, ki je naredil teoretično analizo ljubosumja.<sup>6</sup>

Clanton Gordon pravi: »Ko sva z Lynnem Smithom leta 1974 iskala material za najino knjigo Ljubosumje,<sup>7</sup> sva našla zelo malo. Poleg psihoanalitične tradicije o ljubosumju ni bilo skoraj nobene psihološke literature.«<sup>8</sup>

V zadnjih desetletjih je raziskovanje ljubosumja zelo napredovalo. Narejeni so bili pomembni koraki tako v razvoju teorije<sup>9</sup> kot v najrazličnejših empiričnih raziskavah.<sup>10</sup> Za to obsežno gradivo je značilna različnost v teoretičnih in metodoloških pristopih.<sup>11</sup>

---

<sup>4</sup> Prim. S. Freud, *Über einige Neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität*, v: *Ges. Werke*, (Bd. 13). London 1940.

<sup>5</sup> Prim. E. R. Groves, *The American family*, Philadelphia 1934, 295.

<sup>6</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, New York 1991, 148-177.

<sup>7</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, Englewood Cliffs 1977.

<sup>8</sup> G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 243.

<sup>9</sup> Prim. G. W. McDonald, *Marital jealousy: A structural exchange perspective*, v: Paper presented at the National Council on Family Relations Preconference Theory Construction and Research Methodology Workshop, DC, Washington 1982; I. L. Reiss, *Journey into sexuality: An exploratory voyage*, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1986.

<sup>10</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in sexual open marriages*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 357-372; B. Buunk, *Anticipated sexual jealousy: Its relationship to self-esteem, dependence and reciprocity*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 8 (1982), 310-316; B. Buunk, *Strategies of jealousy: Styles of coping with extramarital involvement of the spouse*, v: *Family Relations* 31 (1982), 13-18; B. Buunk, *Jealousy as related to attributions for the partner's behavior*, v: *Social Psychology quarterly* 47 (1984), 107-112; B. Buunk - R. G. Hupka, *Cross-cultural differences in the elicitation of sexual jealousy*, v: *Journal of Sex Research* 23 (1987), 12-22; G. L. Hansen, *Reactions to hypothetical jealousy producing*

V osemdesetih letih so poglavja o ljubosumju vključena v vse večje antologije s področja raziskav intimnih odnosov<sup>12</sup> in v revije, kot je *Review of Personality and Social Psychology*.<sup>13</sup> Pojavili so se celostni članki, ki primerjajo različne pristope k merjenju ljubosumja ali zavisti.<sup>14</sup> Še več, v zadnjem času so izšle tudi različne knjige s tega področja. Nekatere so namenjene kliničnim psihologom,<sup>15</sup> druge laikom: o ljubosumju,<sup>16</sup> o zavisti.<sup>17</sup> Spet druge knjige ponujajo nove teoretične okvire in vsebujejo celoto vseh raziskav.<sup>18</sup>

---

events, v: *Family Relations* 31 (1982), 513-518; G. L. Hansen, *Marital satisfaction and jealousy among men*, v: *Psychological Reports* 52 (1983), 363-366; G. L. Hansen, *Dating jealousy among college students*, v: *Sex Roles* 12 (1985), 713-721; G. L. Hansen, *Perceived threats on marital jealousy*, v: *Social Psychology Quarterly* 48 (1985), 262-268; G. L. White, *Inducing jealousy: A power perspective*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 6 (1980), 222-227; G. L. White, *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, v: *Social Psychology Quarterly* 44 (1981), 24-30; G. L. White, *A model of romantic jealousy*, v: *Motivation and Emotion*, 5 (1981), 295-310; G. L. White, *Relative involvement, inadequacy, and jealousy: A test of a causal model*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 291-309;

<sup>11</sup> Prim. G. L. Hansen, *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, New York & London 1991, 211.

<sup>12</sup> Prim. R. G. Bringle - B. Buunk, *Examining the causes and consequences of jealousy: Some recent findings and issues*, v: *The emerging field of personal relationships*, Ur. R. Gilmour & S. Duck. Hillsdale 1986, 225-240.

<sup>13</sup> Prim. R. G. Bringle, - B. Buunk, *Jealousy and social behavior: a review of personal, relationship and situational determinants*, v: *Review on Personality and Social Psychology*, 6, Beverly Hills 1985, 241-264.

Prim. P. Salovey - J. Rodin, *Envy and jealousy in close relationships*, v: *Review of personality and social psychology*, ur. C. Hendrick. Newbury Par 1989, 10, 221-246.

<sup>14</sup> Prim. E. W. Mathes, P. M. Roter in S. M. Joerger, *A convergent validity study of six jealousy scales*, v: *Psychological Reports*, 1982, 50, 1143-1147.

Prim. G. L. White, *Comparison of four jealousy scales*, v: *Journal of Research in Personality*, 1984, 18, 115-130.

<sup>15</sup> Prim. K. F. Bernhard, *Jealousy: Its nature and treatment*, Springfield 1986.

<sup>16</sup> Prim. N. Friday, *Jealousy*, London 1985.

<sup>17</sup> Prim. B. Cohen, *The Snow White syndrome: All about envy*, New York 1986.

<sup>18</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*



Po desetletjih pregnanstva sta se torej ljubosumje in zavist preko popularnih revij in stolpcev za nasvete pojavila kot legitimni temi znanstvenih raziskav. To moderno obdobje se je začelo z odzivnim simpozijem konvencije American Psychological Association (APA) leta 1977, ki je prinesel članke Roberta Bringla, Jeffa Brysona, Ralpa Hupka, Gregorya Whita in Gordona Clantona. Leta 1977 so bili to pravzaprav edini raziskovalci, predani znanstvenemu študiju ljubosumja in zavisti. Enajst let za tem, l. 1988, je bil podoben simpozij (APA) priložnost za mnoge novejša raziskovalca na tem področju: Eugen Mathes, Gerrod (Jerry) Parrott, Richard Smith in Peter Salovey. Vsi so sodelovali na naslednjem simpoziju, ki ga je organiziral Gregory White leta 1989.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Prim. P. Salovey, *The psychology of jealousy and envy*, New York 1991, xii.

## 3. Kaj je ljubosumje

### 3.1. Razlikovanje med zavistjo in ljubosumjem

Filozofi od Cicera naprej (*Tusculanske razprave* (45 pr. Kr.)) so trdili, da sta ljubosumje in zavist dve različni čustvi. Sedanje razprave, ki razlikujejo ta dva pojma, so naredili Sullivan,<sup>20</sup> Schoeck,<sup>21</sup> Neu<sup>22</sup> in Taylor.<sup>23</sup> Vsi ti avtorji se strinjajo v dveh ugotovitvah: (1) da je potrebno razlikovati med zavistjo in ljubosumjem in (2) da ljudem to pogosto ne uspe.<sup>24</sup>

Za razlikovanje med zavistjo in ljubosumjem je mnogo razlogov. Zavist nastopi, ko nekdo nima tega, kar ima drugi, medtem ko gre pri ljubosumju za strah pred izgubo odnosa. Ljubosumje zadeva odnose z drugimi ljudmi, medtem ko se zavist tiče značilnosti in premoženja. Kar pomeni v odnosu zavisti za tekmeca pridobitev, za zavistnega ne pomeni nujno izgube. V odnosu ljubosumja pa je tisto, kar je za tekmeca pridobitev, za ljubosumnega nujno izguba. Če tekmelec torej pridobi odnos z ljubljeno osebo, to za ljubosumnega pomeni poraz. Najpogostejši izrazi ljubosumja so strah pred izgubo, nezaupanje in jeza, medtem ko so izrazi zavisti občutek manjvrednosti, hrepenenje in sovraštvo. Sovrašstvo, ki spremlja zavist, je družbeno sankcionirano, medtem ko pri ljubosumju ni. Zavistnega zato lahko spremlja občutek, da je njegova sovražnost neupravičena in napačna.

Zakaj teh dveh čustev pogosto ne razlikujemo, nam bolj povedo podobnosti kot razlike. Obe čustvi lahko vključujeta sovraštvo, pri obeh je prisotna izguba dobrega mnenja o

---

<sup>20</sup> Prim. H. S. Sullivan, *The interpersonal theory of psychiatry*, Norton, New York 1953.

<sup>21</sup> Prim. H. Schoeck, *Envy: A theory of social behaviour* (M. Glenny & B. Ross, Trans.), IN: Liberty Press, Indianapolis 1969.

<sup>22</sup> Prim. J. Neu, *Jealous thoughts, v: Explaining emotions*, ur. A. O. Rorty, University of California Press Berkeley 1980, 425-463.

<sup>23</sup> Prim. G. Taylor, *Envy and jealousy: Emotions and vices, v: Midwest Studies in Philosophy, 13* (1988), 233-249.

<sup>24</sup> Prim. G. W. Parrott, *The Emotional Experiences of Envy and Jealousy, v: The Psychology of jealousy and envy*. ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 23.

sebi, ki izvira iz družbenega primerjanja. Poleg podobnosti je za slabo razlikovanje med enim in drugim čustvom krivo tudi, da pogosto nastopata skupaj. Raziskave<sup>25</sup> kažejo, da ima pojem zavist bolj enoznačen pomen, medtem ko ima pojem ljubosumje pogosto večplasten pomen.

Rezultati raziskave Saloveya in Rodina<sup>26</sup> nam pokažejo, katera čustva so prevladujoča pri zavisti in katera pri ljubosumju (tabela 1).

<i><b>zavist</b></i>	<i><b>ljubosumje</b></i>
občutek manjvrednosti	v strahu zaradi mogoče izgube
na samem se sramuje samega sebe	ogroženost
občutek, da je življenje do njega krivično	zavrtnjenost
frustracije	zaskrbljenost
grenkoba	sumničavost
občutek poželenja	občutek izdanosti
hrepenenje po tem, kar ima drugi	dvom
drugi bi ne odobraval, ko bi vedeli, kaj čuti	osamljenost
zadrega, da bi priznal	negotovost (uncertain)
občutek krivde zaradi sovraštva do nekaterih	občutek degradiranosti
občutek grešnosti	zmedenost, nesproščenost
najprej zanika, da nosi ta čustva v sebi	negotovost (insecure)
spodbujen, da se popravi	močan občutek

**Tabela 1**<sup>27</sup>

<sup>25</sup> Prim. R. H. Smith, S. H. Kim in W. G. Parrott, *Envy and jealousy: Semantic problems and experiential distinctions*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 74 (1988), 401-409.

<sup>26</sup> Prim. P. Salovey - J. Rodin, *The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 50 (1986), 1100-1112.

<sup>27</sup> G. W. Parrott, *The Emotional Experiences of Envy and Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York (1991), 27.

### 3.1.1. Različne definicije zavisti

O zavisti je do danes zelo malo povedanega, morda zato, ker jo je težko priznati. Namesto izraza zavist se pogosto uporablja izraz ljubosumje.

Zavist nastopi, ko nekdo nima tistega, kar ima drugi, pa si tega želi ali pa želi, da drugi tega ne bi imel. Najpogostejša je med vrstniki, saj je med njimi primerjanje vedno mogoče in 'slabši položaj oz. rezultat' pomeni poraz. Vendar ne gre za splošno primerjanje. Največ zavisti je, kjer je tekmeč boljši v tistem, kar je za nekoga bistvenega pomena. Bers in Rodin<sup>28</sup> sta v raziskavi ugotovila, da je zavist povezana predvsem s samo-potrjevanjem. Seveda na zavist vplivajo še mnogi drugi dejavniki. Ko spoznamo, kako pogoste so situacije, ki spodbujajo k zavisti, se zavemo mogočnosti tega čustva in njegovega vpliva.

Na zavist vplivajo tudi nesituacijski dejavniki, kot so denimo značajske lastnosti, vendar je o tem zelo malo raziskanega. Smith, Parrott in Diener<sup>29</sup> so oblikovali lestvico, s katero so merili nagnjenost posameznika k zavisti. Zavist je v veliki meri povezana z občutkom manjvrednosti in z občutkom prikrajšanosti, kar posameznik doživlja kot krivico.<sup>30</sup>

Ko nastopi zavist, ima to čustvo več oblik. W. Gerrod Parrott predlaga vsaj šest različnih čustev, ki jih je mogoče doživljati kot del zavisti: hrepenenje, občutek manjvrednosti, jeza na nekoga, jeza na ves svet, občutek krivde in občudovanje. Za boljšo preglednost lahko oblikujemo dve glavni podskupini: občutek zavisti, ki je 'moralno sprejemljiv', in drugi, ki je 'moralno nesprejemljiv'. Že Aristotel je govoril o zlobni in 'nezlobni' zavisti. To oz. podobno delitev uporabljajo tudi sodobni avtorji. Neu<sup>31</sup> govori o 'občudujoči' zavisti in zlobni zavisti, Taylor<sup>32</sup> razlikuje med 'občudujočo

---

<sup>28</sup> Prim. S. A. Bers - J. Rodin, *Social comparison jealousy: A developmental and motivational study*, 766-769.

<sup>29</sup> Prim. R. H. Smith, W. G. Parrot in E. Diener, *The development and validation of scale for measuring enviousness*, Unpublished manuscript (1990).

<sup>30</sup> Prim. W. G. Parrott, *n.d.*, 9.

<sup>31</sup> Prim. J. Neu, *n. d.*, 425-463.

<sup>32</sup> Prim. G. Taylor, *n. d.*, 233-249.

zavistjo' in 'tekmovalno zavistjo' ter zlobno zavistjo; Rawls<sup>33</sup> loči 'dobrohotno zavist' in 'tekmovalno zavist' od 'prave zavisti'. Aristotelov poudarek je v tem, da nekatere oblike zavisti ('tekmovalna') spodbujajo ljudi, da sami sebe izpopolnjujejo, medtem ko jih druge spodbujajo, da jemljejo dobre stvari drugim. Moderni avtorji so svoj pogled osredotočili bolj na vlogo samospoštovanja in občutek manjvrednosti, na katero pa Aristotel ni bil posebej pozoren.

Glavni cilj 'dobrohotne zavisti' je: želim imeti, kar imaš ti. Občutek je lahko različen: občutek manjvrednosti, hrepenenje po tem, kar imajo drugi, obup nad tem, da bi želeno sploh kdaj imeli, odločenost, da se človek izboljša, ali občudovanje zavidajoče osebe. Središčna točka 'zlobne zavisti' pa je: želim, da ti ne bi imel tega, kar imaš.<sup>34</sup> Obe obliki zavisti sta neprijetni, vendar se zdi, da je le drugo mogoče prišteti med sedem glavnih grehov.

### 3.1.2. Različne definicije ljubosumja

Za Freuda je ljubosumje nekaj normalnega, neizogibnega in občega. V njem vidi prepletanje posebnih družinskih in kulturnih oblik. Ljubosumje je po Freudu še močnejše v kulturi, ki časti ljubosumnega monoteističnega Boga in ki temelji na monogamni obliki zakona ter monocentričnem, razumskem in potlačenem jazu. Ljubosumje predstavlja prikrite želje in na druge prelaga izpolnitev tabuiziranih.

Jung predlaga, naj bi se človek namesto prizadevanja, da premaga ljubosumje, ob ljubosumju učil, kako premakniti pogled z 'edinega vidika' na nove vidike, ki odpirajo skrivnosti naše globine. »Ljubosumje tako postaja začetek poti v globine naše psihologije.«<sup>35</sup>

Freud<sup>36</sup> na podlagi raziskav ljubosumje razvršča v tri skupine: tekmovalno ali ojdipovsko (normalno), projekcijsko in halucinacijsko.

---

<sup>33</sup> Prim. J. Rawls, *A theory of justice*, MA: Harvard University Press, Cambridge 1971.

<sup>34</sup> Prim. J. Neu, *n. d.*, 425-463.

<sup>35</sup> C. Downing, *Jealousy: A depth-psychological perspective*, v: *Jealousy*, ur. Clanton, G. & Smith, New York 1998, 79.

<sup>36</sup> Prim. S. Freud, *Über einige Neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität*.

- 1) Tekmovalno ljubosumje izvira iz bolečine zaradi izgube ljubljene osebe, kar obnovi staro rano iz otroštva (Ojdipov kompleks).
- 2) Projekcijsko ljubosumje je povezano s prvim, izvira pa iz človeške, splošne otroške potrebe po ohranjanju osebne nedolžnosti. Ljubosumni se bori z občutkom lastne krivde zaradi nezvestobe in to projicira na drugega.
- 3) Najslabše je halucinacijsko ljubosumje, ki je povezano s paranojo in paranoidno psihozo, ki jo Freud opiše na primeru Schreber. To je konstrukt, ustvarjen z namenom prikrivanja homoseksualnosti, ki ga straši.

Shaver et al.<sup>37</sup> in drugi<sup>38</sup> predlagajo, da nekatera čustva na spodnji stopnji hierarhične lestvice, tako kot denimo romantično ljubosumje, imenujemo mešano čustvo. Sharpsteen dodaja, da je ljubosumje mešano čustvo, ki je spoznavno organizirano. V sebi nosi podobe temeljnih čustev, kot so jeza, žalost in strah. Spoznavna ureditev vsebuje tesno povezanost z družbenimi interakcijami in s spominom izkustev ljubosumja.<sup>39</sup>

Po Arnoldu je ljubosumje mešano čustvo, »zmes mnogih čustev, ki so vsa usmerjana v isti objekt, vendar jih je prebudil različen, pogosto protisloven vidik objekta ali situacije«. <sup>40</sup> Mnogi raziskovalci poudarjajo povezanost ljubosumja z jezo, žalostjo in s strahom.<sup>41</sup>

---

<sup>37</sup> Prim. P. Shaver, J. Schwartz, D. Kirson, in C. O'Connor, *Emotion knowledge: Further exploration of a prototype approach*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 52 (1987), 1061-1086.

<sup>38</sup> Prim. M. B. Arnold, *Emotion and personality* (Vols. 1 & 2), Columbia University Press, New York 1960; R. Plutchik, *Emotion*, Harper & Row, New York 1980.

<sup>39</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *The Organisation of Jealousy Knowledge: Romantic Jealousy as a Blended Emotion*. v: *The Psychology of jealousy and envy*. ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991. 31.

<sup>40</sup> M. B. Arnold, *n. d.*, 197.

<sup>41</sup> Prim. E. W. Mathes, H. E. Adams, in R. M. Davies, *Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (1985), 1552-1561; in S. M. Pfeiffer, & P. T. Wong, *Multidimensional jealousy*, v: *Journal of Social and Personal Relationships*, 6 (1989), 1552 -1561.

Hupka označuje ljubosumje kot sestavljeno čustvo. Jeza in strah *opisujeta* čustveno stanje, medtem ko ljubosumje – beseda za sestavljeno – čustvo čustveno stanje *razloži*. Razlikuje med ljubosumjem kot čustvom in ljubosumjem kot procesom. Dvom, da je imel sopartner neko razmerje, zbudi v partnerju čustvo ljubosumja, ki spreminja svojo podobo od izbruha čustvenega trpljenja in odziva nanj, do naporov za obvladovanje. Ker so odzivi na ljubosumje tako različni, Hupka predlaga, da ne govorimo o čustvu, ampak o 'žalovanju' – procesu ljubosumja, ki vključuje ponovne faze in traja mesece.<sup>42</sup>

Faze procesa ljubosumja, kot jih pozna Averillov in Nunleyjev<sup>43</sup> model žalovanja, so naslednje: začne se s (1) šokom, nadaljuje z (2) obtoževanjem (obdobje ranjenosti, jeze, žalosti in depresije itd.). Sledi (3) tesnoba, ki je vseprisotno občutje prevaranosti, razočaranja, izgube itd., ki se umakne (4) privajanju, v katerem 'žrtev' išče pojasnila, smisel dogajanja. Zadnja faza je (5) okrevanje, ko posameznik ponovno deluje kot pred krizo.

Takšnega dolgotrajnega procesa ljubosumja torej ne moremo skrčiti na eno samo čustvo. Ljubosumje kot čustvo je le prvotno čustvo oz. občutek grožnje pred izgubo pozitivne samopodobe oz. odnosa zaradi tretje osebe.

Tako kot študij čustev na splošno je tudi študij romantičnega ljubosumja razdrobljen: predhodna občutja (antecedents), izrazi in posledice ljubosumja še niso bili postavljeni v razumljiv čustveni okvir. Shaver in drugi<sup>44</sup> pristopajo k razumevanju čustev tako, da za opis čustvenega procesa, kot je ljubosumje, uporabljajo ljudske duševne abstrakcije (prototipe) čustvenih dogodkov. Prototip je zbirka organiziranih podob, ki določajo značilen primer kategorije objektov ali dogodkov.<sup>45</sup> Izraze za čustva bi lahko pri Shaverjevih anketirancih razvrstili v trikotni hierarhični sistem. Na spodnji stopnji so

---

<sup>42</sup> Prim. R. B. Hupka, *Jealousy: Compound emotion or label for a particular situation?* v: *Motivation and Emotion* 8 1989, 141-155.

<sup>43</sup> Prim. J. R. Averill - E. P. Nunley, *Grief as an emotion and as a disease: A social-constructionist perspective*, v: *Journal of Social Issues*, 44(3) (1988), 79-95.

<sup>44</sup> Prim. P. Shaver, J. Schwartz, D. Kirson, in C. O'Connor, *n. d.*, 1061-1086.

<sup>45</sup> Prim. E. Rosch, *Cognitive representations of semantic categories*, v: *Journal of Experimental Psychology: general*, 104. 192-233.

najbolj konkretni izrazi, na najvišji stopnji pa najbolj abstraktni izrazi. Vmes so izrazi temeljne stopnje, kot so veselje, ljubezen, jeza, strah, žalost ... Ljubosumje je po Shaverjevi hierarhiji čustev podkategorija jeze. To odseva dejstvo, da večina uvršča ljubosumje v čustveno skupino, ki vsebuje izraze, povezane z jezo.<sup>46</sup>

O ljubosumju obstaja torej toliko definicij, kolikor raziskovalcev. Naj navedemo še nekatere. Clanton ga označuje kot zaščitno reakcijo na zaznano grožnjo odnosu, ki nekaj velja. McDonald gleda s strukturalno-izmenjalne perspektive, in vidi v zakonskem ljubosumju zaznavanje grožnje zmanjšanja ali izgube pomembnih 'koristi' s strani partnerja. Bringle in Buunk ljubosumje označujeta kot sovražno čustveno reakcijo, ki nastopi kot rezultat partnerjevega ekstradiadičnega razmerja, ki je lahko resnično ali umišljeno. Reiss podaja sociološki oz. skupinski pogled z definicijo, da je ljubosumje povezovalni mehanizem, ki skupini določa, katere odnose naj občuti kot pomembne.<sup>47</sup>

Najbolj na splošno bi lahko rekli, da je ljubosumje čustvo, ki ga oseba doživi, če ji grozi izguba pomembnega odnosa z neko osebo (sopartner) zaradi tekmeca (običajno je to druga oseba, vendar to ni nujno). Izguba, ki ne vključuje novega začetka partnerjevega analognega razmerja s tekmečem, ne vzbudi ljubosumja. Nekdo ne postane ljubosumen, če partner umre ali gre v drugo državo; niti ne rečemo, da je nekdo ljubosumen, če ga drugi zavrne, pa ne začne z novim razmerjem.<sup>48</sup>

Ogroženost mora vsebovati izgubo odnosa zaradi tekmeca, pa naj bo ta izguba le v strahu, dejanska in prisotna ali pa stvar preteklosti.

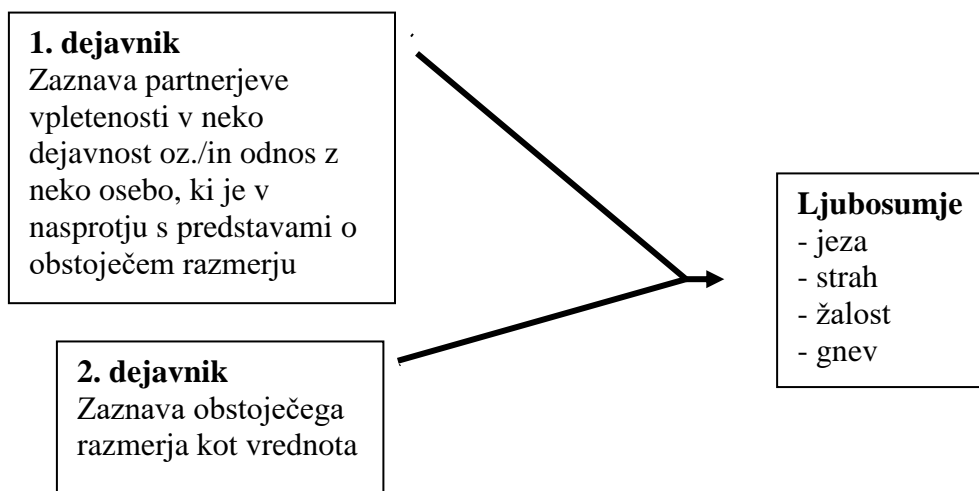
---

<sup>46</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *n. d.*, 32.

<sup>47</sup> Prim. G. L. Hansen, *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York & London 1991, 212-213.

<sup>48</sup> Prim. E. W. Mathes, H. E. Adams in R. M. Davies, *Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (1985), 1552-1561.





**Slika 1** Predstava ljubosumja kot posledice dvojnega dejavnika<sup>49</sup>

Ljubosumje najpogosteje vključuje romantičen odnos, zato govorimo o romantičnem ljubosumju. Pojavlja pa se tudi drugje. Zelo poznano je ljubosumje med brati in sestrami, pojavi se med prijatelji, zaposlenimi in šefom, študenti in profesorjem ipd. Odnos ne vključuje nujno ljubezni in tekmeč ni nujno oseba. Mož je lahko ljubosumen na ženino ljubezen do šole, žena na možev novi avtomobil.<sup>50</sup> Vedno pa drži, da ljubosumje vključuje trikotnik odnosov (najpogosteje: L ljubosumni – P partner – T tekmeč). Na eni strani je odnos med ljubosumnim in partnerjem; drugo stran predstavlja odnos med partnerjem in tekmečem; tretjo stran pa razmerje med ljubosumnim in tekmečem.

### 3.1.3. Kako lahko rečemo, da je nekdo zavisten oz. ljubosumen?

Navadno tako, da opazujemo vedenje ljubosumne oz. zavistne osebe. Znak za ljubosumje oz. zavist je vedenje, v katerem se ljubosumni oz. zavistni navadno prizadeva za obnovitev ali ohranitev pozitivnega pogleda nase, če je ta ogrožen zaradi primerjanja z drugimi. Tako nekdo denimo skuša preprečiti uspešno predstavitev drugega;<sup>51</sup> nekdo sprevača dobro prepričanje drugih o uspehu tekmeča;<sup>52</sup> spet drugi

<sup>49</sup> G. L. Hansen, *n. d.*, 214.

<sup>50</sup> Prim. L. Tov-Rouch, *Jealousy, attention, and loss*, v: *Explaining emotions*. ur. A. O. Rorty, University of California Press, Berkeley 1980, 465-488.

<sup>51</sup> Prim. A. Tesser - J. Smith, *Some effects of task relevance and friendship on helping: You don't always help the one you like*, v: *Journal of Experimental Social Psychology*, 16 (1980). 482-590.

sprevrča prepričanje tako, da poudarja pozitivne predstave o sebi in svojih sposobnostih;<sup>53</sup> nekdo poveča razdaljo med seboj in tekmečem;<sup>54</sup> spet drugi lahko spremeni svoj pogled na to, kaj je pomembno ali koristno, tako da raje o tem razmišlja, kot da se primerja z uspešnimi.<sup>55</sup> Zavedati se moramo, da je v situacijah ljubosumja pogosto prisotna tudi zavist.<sup>56</sup>

Za zavist je značilno doživljanje občutka manjvrednosti, hrepenenja ali jeze do druge osebe.<sup>57</sup> Parrott dodaja tem trem občutkom še: splošno užaljenost (zaradi nepoštenih okoliščin oz. usode), občutek krivde (zaradi občutka sovraštva v sebi ('prosvetljena zavist')) in občudovanje. Ti občutki lahko nastopajo pri neki osebi v najrazličnejših kombinacijah in ni nujno, da vsi skupaj. Nekatere kombinacije so pogostejše, kot denimo občudovanje in občutek manjvrednosti. Splošno užaljenost in hrepenenje običajno spremljata občutek manjvrednosti ali jeze na določeno osebo.<sup>58</sup>

## 3.2. Vrste ljubosumja

---

<sup>52</sup> Prim. A. Tesser - J. Campbell, *Self-evaluation maintenance and the perception of friends and strangers*, v: *Journal of Personality* 50 (1982), 261-279.

<sup>53</sup> Prim. P. Salovey – J. Rodin, *Coping with envy and jealousy*, v: *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7 (1988), 15-33; A. Tesser, J. Campbell in J. Smith, *Friendship choice and performance: Self-evaluation maintenance in children*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (1984), 561-574.

<sup>54</sup> Prim. R. Pleban - A. Tesser, *The effects of relevance and quality of another's performance of interpersonal closeness*, v: *Social Psychology Quarterly* 44 (1981), 278-285; P. Salovey, & J. Rodin, *Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 47 (1984), 780-792.

<sup>55</sup> Prim. A. Tesser – D. Paulus, *The definition of self: Private and public self-evaluation management strategies*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (1983), 672-682

<sup>56</sup> Prim. P. Salovey - Alexander J. Rothman, *Envy and Jealousy: Self and Society*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 274.

<sup>57</sup> Prim. J. Neu, *n. d.*, 425-463; P. Salovey - J. Rodin, *Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy*, 780-792.

<sup>58</sup> Prim. W. G. Parrott, *n. d.*, 12-15.

Poznamo veliko vrst ljubosumja. Običajno govorimo o ljubosumju kot negativnem čustvu do partnerja, tretje osebe ali do obeh, vendar ostajajo še drugi izrazi. Obstaja ljubosumje do ženinega dela, ki ji jemlje čas in energijo za domača opravila. Poznamo tudi ljubosumje do športov, hobijev in drugih zunanjih zanimanj, za katere se zdi, da povzročijo izgubo pozornosti ljubljene osebe. Najpogostejše pa se zdi **spolno ljubosumje**, ki muči največ ljudi. Spolno ljubosumje je morda najteže prenašati, ker postavi pod vprašanje največ, tj. odnos in nas same. Pogosto namreč človek meri lastno vrednost in zdravje svojega odnosa z izrazi spolne zvestobe.<sup>59</sup>

### 3.2.1. Sumničavo ljubosumje in ljubosumje gotovega dejstva

Širše gledano lahko ljubosumje razdelimo v dve skupini. Najpomembnejše razločevanje zadeva najprej naravo ogroženosti odnosa. Ljubosumje lahko nastopi, ko je grožnja samo v sumu in je njena narava nejasna, ali pa nastopi, ko je grožnja nedvoumno resnična in so njeni učinki na odnos znani in ugotovljeni. V prvem primeru lahko govorimo o *'sumničavem ljubosumju'*, v drugem pa o *'ljubosumju gotovega dejstva'* (*fait accompli jealousy*).

'Sumničavo ljubosumje' povzroča v ljubosumnem strahu, ki običajno vodi v neprestano preverjanje. To preverjanje se kaže v različnih spoznavnih znakih, značilnih za ljubosumno osebo. Takšni znaki so denimo sumničenje, nezmožnost za osredotočenje na druge stvari, godrnjanje in preobremenjenost, domišljanje, v kako čudovitem razmerju sta partner in tekmeč, in pretirana občutljivost. Parrott ima sumničavo ljubosumje za prototip ljubosumja.<sup>60</sup>

Ljubosumje gotovega dejstva je relativno osvobojeno strahu glede kvalitete obstoječega odnosa. Ljubosumje gotovega dejstva je odvisno predvsem od različnih okoliščin. Če je vzrok zanj izguba odnosa, je v ospredju izkustvo žalosti; če je vzrok v izdajstvu partnerja oz. tekmečca, sta najmočnejši čustvi jeza in občutek bolečine; če je v središču neprimerno obnašanje nekoga, potem je najmočnejše občutje depresije in strahu; če je v ospredju stres zaradi novonastalega družbenega položaja, prevladuje občutje strahu in

---

<sup>59</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, University Press of America, New York 1998, 5.

<sup>60</sup> Prim. W. G. Parrott, *n.d.*, 19.

če je glavni problem superiornost tekmeca, je lahko temeljno občutje predvsem zavist (v tem ni bil doslej še nihče bolj jasen kot Spinoza<sup>61</sup>).<sup>62</sup>

Razlikovanje med sumničavim ljubosumjem in ljubosumjem gotovega dejstva je jasnejše v izrazitih primerih, medtem ko so v povprečnih primerih meje zabrisane. Ključna razlika je v tem, da ljubosumna oseba, ki izraža sumničavo ljubosumje, kaže značilne misli, občutke in vedenje stalno, ne glede na to, ali obstajajo očitni razlogi za upravičenost ljubosumja. Seveda pa se lahko iz ene vrste ljubosumja razvije drugo in obratno.<sup>63</sup>

### 3.2.2. Ljubosumje glede na preteklost, sedanost in prihodnost razmerja

Pogosto se ljubosumje rodi kot odgovor na grožnjo razmerjem, ki so le zelena ali so še v razvojni fazi – ko je oseba, ki nekoga privlači, dovzetna za pozornosti tekmeca. Drugi primer pa je, ko razmerja že zdavnaj ni več.

Če je razmerje samo zeleno, so po podatkih raziskav najbolj opazne reakcije ljubosumja želja oz. hrepenenje po tem, kar ima drugi, ter zadrega in krivda zaradi neprimernosti močnih občutkov ljubosumja, ki se v tem primeru zbudijo. Neizrazite reakcije pa so sumničenje, nezaupanje, strah pred izgubo in obsedenost zaradi izdajstva. Če razmerje obstaja, so najpogostejši občutki strahu pred izgubo, sumničenje in nezaupanje, medtem ko je krivde in hrepenenja malo. V primeru, ko je razmerje že končano, pa prevladuje hrepenenje, medtem ko ni občutka krivde in zadrege. Občutki izdaje, zavrnitve in sumničenja so prav tako intenzivni kot v primeru trajajočega razmerja.<sup>64</sup>

### 3.2.3. Razlikovanje med ljubosumjem in zavrnitvijo

Razlikovanje je na mestu le, če primerjamo ljubosumje gotovega dejstva in zavrnitev. Med sumničavim ljubosumjem in zavrnitvijo je očitna razlika.

---

<sup>61</sup> Prim. B. Spinoza, *Ethics*, ur. J. Gutman, Hafner, New York 1949, 3. del, čl. 35.

<sup>62</sup> Prim. W. G. Parrott, *n.d.*, 20.

<sup>63</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 112.

<sup>64</sup> Prim. W. G. Parrott, *n.d.*, 22.

Ljubosumje gotovega dejstva se razlikuje od zavrnitve v številnih pogledih. Prvič ljubosumje gotovega dejstva zbudi v prejšnjem partnerju zavist. Pri zavrnitvi pa sta oba partnerja brez razmerja, zato je zaznati občutek neke pravičnosti. Druga razlika je v tem, da ljubosumje lahko vključuje tudi zavist tekmeča<sup>65</sup>, medtem ko pri zavrnitvi tega ni. Končno je pri ljubosumju jeza običajno veliko močnejša kot pri zavrnitvi. Mathes in drugi<sup>66</sup> pripisujejo razliko med zavrnitvijo in ljubosumjem 'družbenim običajem'.<sup>67</sup>

#### 3.2.4. Normalno in patološko ljubosumje

**Normalno** ljubosumje izvira iz konkretne situacije, v kateri je odnos očitno ogrožen. **Patološko** ljubosumje pa nasprotno obstaja tudi takrat, ko ni nobene resnične ali celo verjetne grožnje. Je preobleka in znak motenj ali strahu v ljubosumni osebi. Patološko ljubosumje je najpogosteje odziv negotovosti.<sup>68</sup>

Normalno ljubosumje je negativno občutje, ki pride na dan, ko se zdi dragocen odnos ogrožen. Za izražanje tega negativnega občutja obstaja veliko nepatoloških načinov. Patološko ljubosumna oseba pa ljubosumja ne izraža na nedestruktiven način.

Tudi v odzivanju obstaja torej razlika med normalnim in patološkim ljubosumjem. Na isti povod se lahko zdrava oseba odzove nepatološko, medtem ko so reakcije pri drugi sorazmerne vzrokom ali pa v celoti rezultat domišljije.

#### 3.2.5. Delitev ljubosumja pri psihoanalitikih

Psihoanalitiki med enim in drugim ljubosumjem ne poznajo jasne meje. Verjetno je v tem pogledu Freud zadel bistvo, ko pravi: »Z analitičnega vidika ni mogoče dosti povedati o normalnem ljubosumju.« Vendar dodaja: »Mogoče sploh ni popolnoma 'normalnega' ljubosumja, ni ljubosumja, ki bi bilo 'popolnoma racionalno, tj. izpeljano

---

<sup>65</sup> Prim. B. H. Schmitt, *Social comparison in romantic jealousy*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14 (1988), 374-387.

<sup>66</sup> Prim. E. W. Mathes, H. E. Adams, in R. M. Davies, *Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger*, 1552-1561;

<sup>67</sup> Prim. W. G. Parrott, *n.d.*, 21-22.

<sup>68</sup> Prim. K. Durbin, *On sexual Jealousy*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton, & L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 36-46.

iz trenutne situacije, v pravem razmerju s stvarnimi okoliščinami in pod popolno kontrolo zavestnega ega.'<sup>69</sup>

White deli ljubosumje v tri glavne skupine.

'**Simptomatično**' ljubosumje je posledica težjih duševnih bolezni, kot so paranoična motenost, shizofrenija, zasvojenost ali organska poškodba možganov. Ljubosumje izgine, če izgine duševna motnja.

'**Patološko**' oz 'patološko odzivno' ljubosumje nastane še posebej pri tistih, ki so občutljivi na ogroženost lastne samopodobe ali odnosa.

'**Normalno**' ljubosumje se pojavi pri tistih, ki niso niti preobčutljivi niti ne trpijo zaradi večje duševne motnje.<sup>70</sup>

Te tri vrste ljubosumja razlikujemo delno glede na relativne biološke in osebnostne vplive ter vplive razmerja na razvoj 'kompleksa ljubosumja'. To kaže na očitne razlike v sposobnosti kontroliranja odziva na stvarnost, zato White in Mullen<sup>71</sup> predlagata dokaj različne pristope k zdravljenju. Pri 'simptomatičnem' ljubosumju naj bi se osredotočili na motnjo in ne na ljubosumje, razen če zaradi njega prihaja do nasilja. Pri osebah s patološko odzivnim ljubosumjem naj bi zdravljenje usmerili v prvi vrsti na osebnostno motenost ali učinke nenavadno doživetih izkušenj, medtem ko naj bi bilo zdravljenje odnosa drugotno. Pri normalnem ljubosumju je v središču zdravljenja odnos, na drugem mestu pa poudarek na partnerjih kot posameznikih. Kljub različnostim so elementi kompleksa ljubosumja in njihove medsebojne povezave v različnih vrstah ljubosumja podobni.<sup>72</sup>

---

<sup>69</sup> S. Freud, *Über einige Neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität*, 232.

<sup>70</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 233-234.

<sup>71</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *Jealousy: Theory, Research, and Clinical Strategies*, New York 1989, 247-288.

<sup>72</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 134-235.

### 3.3. Odločitev za delovno definicijo ljubosumja in izbira teoretičnega pristopa

Kratek pregled zgodovine in najrazličnejši pogledi na ljubosumje kažejo, koliko različnih teoretičnih pristopov k temu problemu je mogočih. Za nadaljnje delo je nujna odločitev za delovno definicijo ljubosumja in določen teoretičen pristop, sicer ni mogoče priti do odgovorov na vprašanje, kako pomagati ljubosumnemu.

Ljubosumja je veliko vrst. Največ je napisanega o romantičnem ljubosumju. Ker menimo, da največ spoznanj velja za ljubosumje na splošno in ker želimo odgovoriti na vprašanje o vzrokih ljubosumja, se ne bomo opredeljevali za posamezno vrsto ljubosumja. Pomembna je predvsem delitev na normalno, patološko in simptomatično. Vendar ta delitev ne vpliva na delovno definicijo ljubosumja.

Definicijo ljubosumja prevzemamo po Gregory L. Whiteu, le da opuščamo izraz romantično. Glede na različne avtorje in pristope je njegova teorija najbolj celostna, čeprav bomo skušali dopolniti nekatere vidike s pogledi drugih avtorjev.

Teoretični pristop k ljubosumju, ki bo v ospredju, sloni na Kelleyevi metateoretični analizi intimnih odnosov<sup>73</sup> in vključuje elemente Lazarusove spoznavno-transakcijske teorije stresa in obvladovanja.<sup>74</sup>

#### 3.3.1. Delovna definicija ljubosumja

*Ljubosumje je celota misli, čustev in dejanj, ki sledijo grožnji ali izgubi pozitivne samopodobe oziroma obstoju ali kakovosti pomembnega (romantičnega, prijateljskega ...) razmerja. Grožnja ali izguba pa je posledica zaznave resnične ali potencialne privlačnosti med partnerjem in (morda umišljenim) tekmečem.*<sup>75</sup>

Ta definicija ima več pomembnih določil:

---

<sup>73</sup> Prim. H. H. Kelley, *Love and commitment*, v: *Close relationships*, H. Freeman, San Francisco 1983, 265-314.

<sup>74</sup> Prim. R. S. Lazarus - S. Folkman, *Stress, appraisal and coping*, Springer, New York 1984.

<sup>75</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *Jealousy: Theory, Research, and Clinical Strategies*, New York 1989, 9.

1. Ljubosumje je *celota* misli, čustev in dejanj. Izraz celota želi poudariti zapletenost pojava in prepletenost posameznih elementov v njem. Izraz celota dopušča tudi različnost odzivov, ki se spreminjajo skozi čas in spremenjene razmere. Ne moremo govoriti o enem samem vzorcu čustev, misli in obnašanj, ki bi jih lahko poimenovali z besedo ljubosumje.
2. Reakcijo sprožita dve različni psihološki situaciji. To sta *grožnja ali izguba pozitivne samopodobe in/ali obstoja ali kakovosti pomembnega (romantičnega, prijateljskega ...) razmerja*. Grožnja oz. izguba pozitivne samopodobe ali razmerja sta enakovredni. Lahko nastopa eno ali drugo, ali oboje.
3. Grožnja ali izguba je posledica *resnične* ali *potencialne* privlačnosti. Tudi če ni tekmeča, se ljubosumna oseba obnaša, kot da ta obstaja. Zato moramo govoriti o tretji osebi, tudi v primeru, ko te ni.
4. Definicija obravnava vprašanje nevračane ljubezni na dva načina. Kadar ni nobenega razmerja med ljubosumnim in ljubljnim, je ogrožena predvsem samopodoba. Če pa razmerje obstaja, pa čeprav le umišljeno, obstoj tekmeča predstavlja grožnjo razmerju.
5. Odnos s tekmečem lahko ogrozi ali uniči kvalitete prvega razmerja, pa čeprav to ne pomeni grožnje ali konca razmerja.<sup>76</sup>

Naša definicija govori o tem, da sta za ljubosumje temeljni dve grožnji oz. strahova: grožnja samopodobi in grožnja odnosu. Kaj je tisto, kar daje posebno vrednost nekemu odnosu? O tem je veliko teorij. Za nas sta pomembni predvsem dve ugotovitvi. Prvič, izrednost odnosa je v tem, da prinaša osebi zadovoljujoče izkušnje oz. vire zadovoljstva; in drugič, takšen odnos je vir pomena, še posebej tistega, ki zadeva naravo in vrednost jaza. Če gledamo na pomen jaza zunaj razmerja, sta v ospredju predvsem dva vidika. Prvi je samopodoba, in sicer v smislu samovrednotenja oz. prezira, drugi pa je predstava o sebi, ki prikazuje predvsem organizacijo znanja o sebi oz. poznavanja sebe.<sup>77</sup> Stopnja privlačnosti v odnosu je povezana tako z izboljšanjem samopodobe kot s

---

<sup>76</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 2-3.

<sup>77</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: S. Coopersmith, *The antecedents of self-esteem*, W. H. Freeman, San Francisco 1967; C. Ellis - E. Weinstein, *Jealousy and the social psychology of emotional experience*, v: *Journal of Social and Personal Relationships*, 3(1986), 337-357; N. A. Kuiper - P. A. Derry, *The self as a cognitive prototype: An application to person perception and depression*, v: *Personality, cognition, and social interaction*. ur. N. Cantor & J. F. Kihlstrom, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1981, 215-232; J. Loevinger, *Ego development*, Jossey-Bass, San Francisco 1976; H. Markus, *Self-schemata and processing information about the self*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 35



potrditvijo predstav o sebi. Največjo grožnjo predstavlja tista informacija, ki izziva k spremembam vrednotenja sebe in predstav o sebi.<sup>78</sup>

### 3.3.2. Teoretična osnova za našo definicijo

Definicija ljubosumja namenoma ni normativna, ampak je opisna. S tem želimo pokazati, da se zavedamo problema ugotavljanja ljubosumja. Različno namreč govorita o ljubosumju ljubosumni in tisti, ki je 'žrtev' ljubosumja. Drugačna vsebina se skriva za izrazom ljubosumje v eni ali drugi družbi, v takšni ali drugačni kulturi.

**Kulturne in družbene posebnosti** v procesu ljubosumja bomo samo omenili, da bi opozorili na dejstvo, da kultura in družba na ta proces vplivata. Nadaljnje analize ljubosumja pa bodo ustrezale predvsem našemu kulturnemu in družbenemu prostoru.

Čeprav so misli, čustva in dejanja sestavine sistema, ki ga imenujemo oseba, s tem **ne izključujemo osebe iz drugih sistemov**. Zavedamo se, da je oseba podsistem bolj zapletenih sistemov odnosov med osebami, vključno s trikotnikom ljubosumja. Odnosi sami so podsistemi celo bolj zapletenih ureditev, ki lahko vključujejo družino, delo, mreže prijateljev, vse do kulture.

Koristna zamisel **sistemske teorije** je, da vsak sistem spontano odraža stabilnost (homeostasis) in spremembo (morphogenesis). Vir stabilnosti ali spremembe je lahko v samem sistemu ali v drugih sistemih, ki ga obdajajo. Primer: relativna stabilnost vzorca odnosov med mislimi, občutki in obnašanji, ki jih imenujemo osebnost (sistem), je lahko posledica družbe, ki spodbuja stabilnost in kaznuje spremembe, ali pa posledica osebnih prizadevanj. Osebnost se lahko spremeni zaradi sprememb v sistemu višje stopnje (nekdo se poroči in zapusti dom), zaradi sprememb na nižjem sistemskem nivoju (bolezní, ki spremeni razpoloženje ali celo poškoduje živčni sistem) ali zaradi zorenja osebe, ki denimo

---

(1977), 63-78; H. T. Reis, *The role of the self in the initiation and course of social interaction*, v: *Compatible and incompatible relationships*. ur. W. Ickes, Springer, New York 1985, 209-232; M. Rosenberg, *Conceiving the self*, Basic Books, New York 1979; R. C. Wylie, *The self-concept: A review of methodological consideration and measuring instruments*, University of Nebraska Press, Lincoln 1974.

<sup>78</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 19.

iz otroka odrasča v zrelo osebnost. Pomembno je torej predvsem, da se zavedamo povezanosti sistemov in medsebojnega vplivanja.

**Učinki sistemov** so lahko **neposredni** ali **simbolični**. Neposredni vpliv, ki ga ima na obstoječi odnos razmerje s tekmečem, je zmanjšanje časa za prvotni odnos. Simbolični učinek pa je povezan le s predstavami, ki jih ljubosumna oseba razvija v sebi. Na podlagi teh ugotavlja, da je za partnerja novo razmerje s tekmečem pomembnejše od njenega prvotnega odnosa.<sup>79</sup>

Če spoznanja sistemske teorije prenesemo na družino, vidimo, da je družina živ socialno-emocionalni organizem ali sistem oziroma socialno-emocionalna organska celota podsistemov, ki so medsebojno povezani s sistemsko strukturo medosebnih interakcij, ki jih določajo svojska pravila in vloge posameznega sistema družine.<sup>80</sup> V zdravi družini oziroma kakšnem drugem sistemu ima vsak član smiselno funkcijo. Ta se prilagaja oz. usklajuje s funkcijami drugih članov. Če si sistem predstavljamo kot krog, sestavljen iz različnih nepravilnih likov, potem pomeni usklajevanje funkcij usklajevanje oblik likov, ki sestavljajo krog. Oseba ima v vsakem sistemu dve možnosti: da svoje meje usklajuje z drugimi ali pa se na druge ne ozira, tako da pride do prekrivanja ali do vrzeli.<sup>81</sup>

Oseba, ki v družini (ali kakem drugem sistemu) išče le osebne interese, lahko povzroči v družini funkcijsko vrzel ali prekrivanje funkcije, zaradi česar prihaja do preprirov. Komplementarnost vlog, ki ohranja razmerja, lahko destabilizira osebni sistem, če ogrozi samopodobo oz. predstavo o samem sebi. Pri tem lahko pride do ljubosumja. Ponavljajoče se ljubosumje lahko služi za ohranjanje meja sistema. Primer: krog obtožb in obrambe pogosto nastopi zato, da zagotavlja partnerjema razmerje z jasnejšim občutkom osebne identitete ali jasnejšo vlogo v razmerju. Mogoče je torej, da ljubosumje igra vlogo krepitve meja sistema, ki so postale preveč propustne.<sup>82</sup> Strah pred intimnostjo, strah pred

---

<sup>79</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 19.

<sup>80</sup> Prim. Christian Gostečnik, *Človek v začaranem krogu*, Ljubljana 1997, 162.

<sup>81</sup> Prim. Elisabeth Lukas, *Družina in smisel*, Celje 1993, 21-24.

<sup>82</sup> Prim. J. G. Miller, *Living systems*, McGraw-Hill, New York 1978.

razpadom odnosa in strah pred razpadom družine so izrazi splošne propustnosti meja osebnega sistema, romantičnega razmerja in družine.<sup>83</sup>

Mullen in White predlagata, naj bi se raziskovanje ljubosumja in teorija o ljubosumju osredotočila na identificiranje **stabilnih oz. približno stabilnih vzorcev v procesih**.

### Shematični prikaz romantičnega ljubosumja

O - oseba

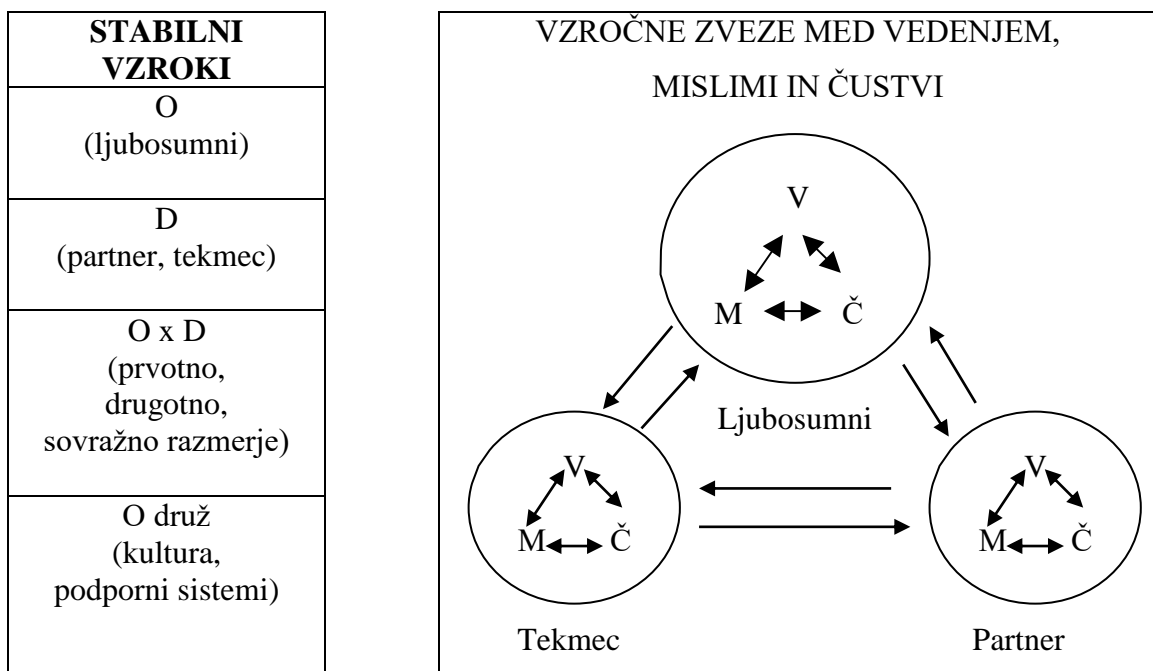
D - drugi

O druž - družbeno okolje

V - vedenje (prizadevanja za rešitev problemov, zbiranje informacij)

M - misli (prvotna ocena, drugotna ocena, spoznavna prizadevanja za rešitev)

Č - čustva (čustvo, razpoloženje, občutek)



Slika 2<sup>84</sup>

<sup>83</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 238.

<sup>84</sup> G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 31.

Shematičen prikaz na sliki št. 2 predstavlja elemente interpersonalnega sistema ljubosumja, ki ga imenujemo 'kompleks ljubosumja'. Pomembno je dejstvo, da so vedenje, misli in čustva vseh akterjev medsebojno povezani. Stabilnejši vzroki te celote ljubosumja vsebujejo dvojne odnose med osebo in drugimi ter širšim kulturnim in podpornim sistemom. Model prikazuje preprosto stališče, da so vsi akterji in njihovi procesi podvrženi vplivom različnih možnih sistemov.<sup>85</sup>

Vsakega od zgoraj omenjenih sistemov zaznamujejo drugi sistemi, hkrati pa sam vpliva na sisteme na treh drugih stopnjah. Podsystemi prinašajo funkcije, ki so povezane s celotnim sistemom (tj. vstop, oponašanje, prenašanja). Nadsistemi so večji sistemi, v katerih je ugnezen sistem, paralelni sistemi so drugi, diskretni sistemi v okolju, s katerimi sistem sodeluje. Primer: osebni sistem ljubosumne osebe in partnerja sta podsistema njunega odnosa, ki je sam podsistem večjih mrež prijateljstev in sorodstev. Razmerje je paralelni sistem mnogim drugim, kot so denimo drugi pari, delo in šola. Delovanje sistemov je med seboj povezano.

**Spremembe** lahko razvrstimo v **prvostopenjske** in **drugostopenjske**. Prve imajo za svoj cilj zmanjšanje motenj, druge pa kvalitativne spremembe v naravi interakcij med elementi sistema in so posledice večjih sprememb v okolju (npr. rojstvo otroka). Slednje spremembe so običajno posamične in ne postopne.<sup>86</sup>

White trdi, da je prvotni odziv ljubosumja način reševanja, ki ustreza procesu prvostopenjske spremembe, ki lahko pod določenimi pogoji hitro zraste v drugostopenjsko spremembo sistema. Poskus ljubosumne osebe, da bi ohranila svoj sistem ali odnos, je prvostopenjska sprememba, medtem ko neuspeh v naporih, da bi ohranila prvotno stanje, lahko spodbudi k reorganizaciji odnosa, kar pa je drugostopenjska sprememba.<sup>87</sup>

---

<sup>85</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 30-31.

<sup>86</sup> Prim. S. J. Gould - N. Eldredge, *Punctuated equilibria: The tempo and mode of evolution reconsidered*, v: *Paleobiology* 3 (1977), 115-151.

<sup>87</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, 240.

V zgornjem shematičnem prikazu je v ospredju povezanost vseh sistemov, hkrati pa v legendi ob sliki lahko vidimo, da po vzoru Lazarusove teorije čustev misli, vedenja in čustva v interakciji tvorijo celoten proces, v katerem nastopajo: prvotna ocena, drugotna ocena in spoznavna prizadevanja za rešitev.

## 4. Razvoj ljubosumja

Glede na našo delovno definicijo ljubosumja in na teoretični okvir si bomo podrobneje ogledali elemente kompleksa ljubosumja. Da bi razložili razvoj ljubosumja, bomo uporabili Lazarusovo spoznavno-fenomenološko teorijo čustev.

Ko se ljubosumni (L) zave trikotnika (Ljubosumni-Partner-Tekmec), sledi prvo ovrednotenje oz. ocena. Vpraša se, ali je položaj glede na lastno korist nepomemben, dober ali stresen. Položaj je zaradi izgube partnerja na račun tekmeca stresen iz dveh razlogov:<sup>88</sup> zaradi izgube prednosti (imeti nekoga ob sebi, se z njim pogovarjati, plesati, spati ...), ki izvirajo iz odnosa in zaradi izgube pozitivne samopodobe (ki izvira vsaj iz dejstva, da je v očeh P tekmeč več vreden). Temu sledijo čustva, drugotna ocena, vedenje obvladovanja in ponovno ovrednotenje.

L-P-T trikotnik	<b>Prvotna ocena</b>  1. Verjetnost, da bo T vzel P? 2. Ljubezen L do P? 3. Vrednote L? 4. Psihološko zdravje L? 5. Predstave L o ljubosumju?	<b>Nepomemben</b>	<b>Drugotna ocena</b>  1. Priznanje? 2. Kazen? 3. Moralna in pravna moč?	<b>Vedenje obvladovanja</b> 1. Neposredno 2. Notranje psihično	<b>Ponovno ovrednotenje</b>
		<b>Dober</b>		<b>Nadaljnje razmišljanje</b>	
		<b>Stresen</b> 1. Izguba prednosti, ki izvirajo iz odnosa? 2. Izguba pozitivne samopodobe?			
<b>Tabela 2</b> <sup>89</sup>		Negativna čustva	Možne spremembe negativnih čustev		Možne spremembe negativnih čustev

<sup>88</sup> Prim. G. L. White, *A model of romantic jealousy*, v: *Motivation and Emotion*, 5 (1981), 295-310.

<sup>89</sup> E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 54.

Tabela 3 povzema glavne poteze prvotne ocene, čustev in prizadevanj za obvladovanje, ki jih v razpravi posebej poudarjamo.

prvotna ocena	drugotna ocena	čustva	prizadevanja za obvladovanje
Možnosti za obstoj odnosa s tekmeccem	Ugotovitev motiva	Jeza	Izboljšanje odnosa
Obstoj odnosa s tekmeccem	Družbeno primerjanje	Strah	Vmešanje v odnos s tekmeccem
Grožnja/škoda, ki jo predstavlja možni ali dejanski odnos s tekmeccem	Ugotovitev izgube	Žalost	Zahteva po predanosti
	Alternativne ugotovitve	Zavist	Razvrednotenje ljubljene osebe ali tekmecca
	Načrtovanje reševanja	Spolna privlačnost	Razvijanje alternativ
	Ugotavljanje rezultatov reševanja	Krivda	Samougotovitev
			Podpora/očiščenje
			Zanikanje/izogibanje

Tabela 3<sup>90</sup>

#### 4.1. Prvotna ocena

Sodbe prvotne ocene bi lahko razporedili v tri vrste:

1. Možnosti za obstoj odnosa s tekmeccem, ki trenutno še ne obstaja.
2. Vprašanje obstoja odnosa s tekmeccem.
3. Stopnja grožnje ali škode, ki jo predstavlja možni ali dejanski odnos s tekmeccem.

Poudarjamo pomen *odnosa* s tekmeccem, ne tekmecca samega. Tekmec je namreč le toliko nevaren, kolikor stopa v odnos. Seveda pa lahko lastnosti tekmecca vplivajo na prvotno oceno grožnje, na drugotno oceno, čustva in prizadevanja za obvladovanje.<sup>91</sup>

Na moč grožnje vplivajo predvsem naslednji elementi:<sup>92</sup>

1. verjetnost, da bo T vzela P,
2. ljubezen ljubosumnega do P,

<sup>90</sup> G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 33.

<sup>91</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 33-34.

<sup>92</sup> Prim. E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 56-65.

3. vrednote ljubosumnega,
4. psihološko zdravje ljubosumnega,
5. nagnjenost ljubosumnega k ljubosumju.

### **1. Verjetnost, da bo T vzel P**

Če L ugotovi, da T ne bo uspel stopiti s P v romantično razmerje, L spozna prisotnost T za nepomembno in se s tem ne bo več obremenjeval. Če pa je verjetnost velika, spozna L trikotnik L-P-T za zelo stresen. Če ima T lastnosti, ki so v družbi cenjene (je pameten, privlačen, bogat ipd.), ima več možnosti, da razmerje razdre. Raziskave so pokazale, da je najhujše za L spolno razmerje med T in P, ker kaže na največjo možnost, da bo zaradi novega razmerja lahko izgubil P.

### **2. Ljubezen ljubosumnega do P**

Bolj ko ima L rad P, bolj je prisotnost T ogrožajoča.<sup>93</sup> Rezultati kažejo, da je takšen partner najbolj podvržen ljubosumju. Prav tako je ljubosumje večje pri L, ki je bolj odvisen od P.

### **3. Vrednote ljubosumnega**

Vrednote ljubosumnega so odvisne od tega, kakšno moralo izbere za svoje vodilo. Sprašujemo se, kaj odloča o tem, kakšno moralo bo izbral posameznik ali par?

Eden od dejavnikov je gotovo stopnja moralne zrelosti. Kohlberg predlaga delitev na tri širše stopnje moralne zrelosti: 'predkonvencionalna', 'konvencionalna' in 'postkonvencionalna'.

Predkonvencionalna stopnja predstavlja človeka brez morale, ki ravna sebično in od drugega zahteva vse, sam pa si vse dovoli.

Konvencionalni posameznik deluje po načelih kulturnih norm in zakonov.

Postkonvencionalni posameznik pa se ravna po načelih pravic posameznika in družbenih pogodb oz. dogovorov.

Od izbrane morale so torej odvisne vrednote, od njih pa je odvisno tudi ljubosumje. Če je za L vrednota monogamija in zvestoba, potem prisotnost T predstavlja večjo grožnjo,

---

<sup>93</sup> Prim. E. W. Mathes - N. Severa, *Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development*, v: *Psychological Reports* 49 (1981), 23-31.



kot če je za L na prvem mestu osebna svoboda, v katero lahko sodi tudi svobodna izmenjava partnerja.<sup>94</sup>

To kaže na vlogo družbenih pravil pri oblikovanju morale posameznika. Zato so mnogi mnenja, da je, kot pravi O'Neill v knjigi *Open Marriage*, »ljubosumje v prvi vrsti naučen odgovor, ki ga določa stališče posamezne kulture. Če je v nekaterih kulturah ljubosumje zelo redko, denimo pri Eskimih, pri plemenu Toda v Indiji pa ga skoraj ni, drugje pa je splošen pojav, lahko rečemo, da ljubosumje ni prirojen način obnašanja.«<sup>95</sup> Hupaka pravi: »Nobena družba se ni mogla v preteklosti in se ne more danes izogniti ugotovitvi ogroženosti v položaju ljubosumja. Posamezni družbeni modeli le spreminjajo situacije, v katerih ljubosumje nastopi.«<sup>96</sup>

#### **4. Psihološko zdravje ljubosumnega**

Če je ljubosumni zdrav, je bolj optimističen glede svojih možnosti, da ohrani odnos s P, kot če je L nevrotik.<sup>97</sup>

#### **5. Nagnjenost ljubosumnega k ljubosumju**

Če je L zelo nagnjen k ljubosumju, bo prisotnost T bolj stresna, kot če za L ljubosumje ni značilna lastnost. Nekateri podatki iz različnih raziskav govorijo o tem, da je ljubosumje tudi osebnostna značilnost.<sup>98</sup>

## **4.2. Odzivi in nagnjenosti k odzivom**

---

<sup>94</sup> Prim. E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 59.

<sup>95</sup> Prim. N. O'Neill - G. O'Neill, *Open marriage*, Avon, New York 1972, 236.

<sup>96</sup> Prim. R. B. Hupka, *Cultural determinants of jealousy*, v: *Alternative Lifestyles 4* (1981), 327.

<sup>97</sup> Prim. E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 63.

<sup>98</sup> Prim. E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 64.

Ocenitvi položaja ljubosumja lahko sledi različen spekter občutkov, obnašanj in spoznavnih odzivov,<sup>99</sup> čeprav Buunk in Bringle,<sup>100</sup> Constantine<sup>101</sup> ter Pfeiffer in Wong<sup>102</sup> menijo, da so odzivi včasih pogojni, brez spoznavnega ovrednotenja. Odzive ljubosumja je na splošno mogoče razvrstiti med vedenjske, čustvene in spoznavne.<sup>103</sup>

#### 4.2.1. Vedenjski odzivi

Vedenjski odzivi so za ljubosumje tako različni, da jih je Constantine<sup>104</sup> imenoval »enkratne osebne ugotovitve«. Shettel-Neuber, Bryson in Young<sup>105</sup> so ugotovili, da so jeza na samega sebe, zatekanje k pijači, besedna grožnja vsiljivcu in laskanje bolj pogosti odzivi pri moških kot pri ženskah. Ženske pogosteje jokajo, ko so same, skušajo biti za partnerje privlačnejše ali pa skušajo partnerja prepričati, da jim je vseeno.

Videti je, da ti vedenjski odzivi izvirajo iz predhodnih občutkov jeze, žalosti in strahu. Nekateri od teh odzivov ustrezajo prototipom čustev temeljne stopnje, kot ugotavljajo Shaver in drugi.<sup>106</sup> Besedni napad na tistega, ki je povzročil jezo, je prototopični odgovor jeze. Kriviti sebe ter samokritiziranje in ukrepanje, da bi izboljšali položaj (tj. beg v omamo), so elementi prototipa žalosti. Delati se nezaskrbljenega (skušati

---

<sup>99</sup> Prim. R. G. Bringle – B. Buunk, *Jealousy and social behavior*, v: *Review of Personality and Social Psychology* 6 (1985), 241-264; G. Clanton – L. G. Smith, *Teaching sociology of Emotions*, v: *Sociology of Emotions Newsletter* 1(1986), 1-4; S. M. Pfeiffer - P. T. P. Wong, *Multidimensional jealousy*, v: *Journal of Social and Personal Relationships* 6 (1989), 1552 –1561; G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>100</sup> Prim. B. Buunk - R. G. Hupka, *Cross-cultural differences in the elicitation of sexual jealousy*, v: *Journal of Sex Research* 23 (1987), 12-22.

<sup>101</sup> Prim. L. L. Constantine, *Jealousy: From theory to intervention*, v: *Treating relationships*. ur. D. H. Olson, IA: Graphic, Lake Mills 1976, 383-398.

<sup>102</sup> Prim. S. M. Pfeiffer - P. T. P. Wong, *Multidimensional jealousy*, v: *Journal of Social and Personal Relationships* 6 (1989), 1552 –1561.

<sup>103</sup> Prim. S. M. Pfeiffer - P. T. P. Wong, *Multidimensional jealousy*, 1552 –1561; G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>104</sup> Prim. L. L. Constantine, *Jealousy: From theory to intervention*, 383-398.

<sup>105</sup> Prim. J. Shettel-Neuber, J. B. Bryson, in C. E. Young, *Physical attractiveness of the "other person" and jealousy*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 4 (1978), 612-615.

<sup>106</sup> Prim. P. Shaver, J. Schwartz, D. Kirson, in C. O'Connor, *Emotion knowledge: Further exploration of a prototype approach*, 1061-1086.

prepričati partnerja, da nam je vseeno), je prototip odgovora strahu. Vse to so vedenjski odzivi na ljubosumje,<sup>107</sup> ki jih lahko razumemo kot vedenja reševanja, o katerih bomo več govorili kasneje.

Constantine se pri svojem delu naslanja na Whitehurstovo<sup>108</sup> razdelitev ljubosumnega obnašanja. Obnašanje deli na:

- izolacijsko (umik, odklonitev spopada ali pogajanj),
- sovražno (poskus maščevanja),
- ponovno ovrednotenje (povnanjenje problema z razumskimi razlogi (intelektualizacija) in racionalizacija),
- iskanje rešitve (iskanje rešitve problema, realistično pogajanje).

Tudi med tistimi rešitvami, ki so slabe, so nekatere vendarle boljše, ugotavlja Whitehurst. Sovraštvo je še vedno bolj konstruktivno kot umik, ker predpostavlja stik s partnerjem. Dejavniki, ki zmanjšujejo ljubosumje, so: neodvisnost, sprejemljivo ljubosumje (sposobnost izražanja ljubosumja), zaupanje in pogovor.<sup>109</sup>

#### 4.2.2. Čustveni odzivi

Zaradi zelo različnih vedenjskih reakcij so se verjetno mnogi raziskovalci usmerili bolj k raziskovanju čustvenih odzivov na ljubosumje. Čustvene reakcije je koristno razdeliti v dve fazi. Prva predstavlja avtomatski stresni odziv, za katerega je značilna nenadna zaznava grožnje oz. škode. Ta tako imenovani 'preblisk ljubosumja' je splošna začetna izkušnja ljubosumja in jo lahko razumemo kot psihološko sestavino čustvovanja. Pri ljudeh je ta reakcija lahko posledica prekinitve oz. anticipirane prekinitve dogajanja s ciljno usmerjenim obnašanjem.<sup>110</sup>

---

<sup>107</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in sexual open marriages*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 357-372; B. Buunk, *Anticipated sexual jealousy: Its relationship to self-esteem, dependence and reciprocity*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 8 (1982), 310-316; B. Buunk, *Strategies of jealousy: Styles of coping with extramarital involvement of the spouse*, v: *Family Relations* 31 (1982), 13-18.

<sup>108</sup> Prim. P. N. Whitehurst, *Violence potential in extramarital sexual spouses*, v: *Journal of Marriage and the Family* 33 (1971), 683-691.

<sup>109</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *n. d.*, 34.

<sup>110</sup> Prim. E. Berscheid, *Emotion*, v: *Close relationships*, W. H. Freeman, San Francisco 1983, 110-168; H. H. Kelley, *Affect in interpersonal relations*, v: *Review of personality and social psychology* 5, CA: Sage. Beverly Hills 1984, 89-115.

Kakovost čustvenega odziva je odvisna od situacijskih dejavnikov, ki ponujajo možne vzroke reakcij. Določajo ga lastnosti osebe, kulturne značilnosti idr.<sup>111</sup> Nekaj tega smo omenili pri prvotni oceni. Najpogostejša prvotna odziva sta strah ali jeza, mnogi pa govorijo tudi o spolnem vznburjenju (sexual arousal).<sup>112</sup>

Sharpsteen imenuje elemente, ki so v neki situaciji fizično ali objektivno prisotni skupaj z njihovimi zaznavami, interpretacijami in ocenami, predhodni občutki čustev. Jasno je, da lahko ljubosumje zbudi dolgo vrsto situacij, potrebna pa je le ena ugotovitev: da obstaja tekmeč, ki osebi lahko vzame njenega partnerja.<sup>113</sup> Interpretacija je lahko rezultat obnašanja partnerja, tekmečca ali drugih okoliščin. Ko je tu ugotovitev, da obstaja tekmeč, posameznik ugotavlja rivalstvo glede na njegove oz. njene lastne nagibe, cilje ali preference. Tej ugotovitvi lahko sledi primerjanje, recimo: sam(a) ne uspem zadovoljiti potreb in pričakovanj partnerja, medtem ko jih tekmeč uspe ... White si je te spremenljivke sposodil pri Thibautu in Kelleyu, ki jih imenujeta 'primerjalna stopnja' (PS) in 'primerjalna stopnja možnosti' (PS mož.). Razvil je dokaze,<sup>114</sup> da je ljubosumje v veliki odvisnosti s primerjalno stopnjo. Tisti, ki ima večje oz. boljše možnosti, bo manj zavzet in bolj verjetno zapustil razmerje, medtem ko bo drugi s slabšimi možnostmi bolj ljubosumen. Slabše možnosti so v raziskavah povezane z negativno samopodobo, s prepričanjem, da partnerja privlači drugi in da je partner nezadovoljen s sedanjim odnosom. Berscheid<sup>115</sup> dodaja, da ljubosumna oseba spoznava

---

<sup>111</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: H. Leventhal, *Toward a comprehensive theory of emotion*, v: *Advances in experimental social psychology* 13, ur. L. Berkowitz, Academic Press, New York 1980, 139-207; S. J. Read, *Constructing causal scenarios: A knowledge structure approach to causal reasoning*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 52 (1987), 288-302; R. C. Schank – R. P. Abelson, *Scripts, plans, goals and understanding*, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1977; E. Walster – G. W. Walster, *Sexual jealousy*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton & L. G. Smith, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1977;

<sup>112</sup> Prim. E. Bohm, *Jealousy*, v: *The encyclopedia of sexual behavior* 1 (1961), ur. A. Ellis & A. Abarbanel, Hawthorn Books, New York 1961, 567-574; L. J. Grolld, *Patterns of jealousy*, v: *Medical Aspects of Human Sexuality* 6 (1972), 118-126; D. H. Morgan, *The psychotherapy of jealousy*, v: *Psychotherapy and Psychosomatics* 25 (1975), 43-47; A. Pines – E. Aronson, *n. d.*, 373-392.

<sup>113</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *n. d.*, 38.

<sup>114</sup> Prim. G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>115</sup> Prim. E. Berscheid, *n. d.*, 110-168.

položaj kot frustrirajoč, ki onemogoča uresničitev njenih motivov ali ciljev. V temelju je doživljanje strahu. Vse pa ponovno temelji na primerjalnih stopnjah.

Ljubosumje spremlja tudi jeza. Več prototipskih predhodnih občutkov jeze je povezanih z nemočjo pri uresničevanju ciljev: izguba moči, nasilje nad pričakovanji, prekinitve aktivnosti, ki vodi k cilju in mogoče tudi ugotavljanje nezakovitosti.<sup>116</sup> Tudi Salovey in Rodin<sup>117</sup> sta odkrila, da je jeza tesno povezana z ljubosumjem, in sicer v vrsti predhodnih doživetij čustev.

Prototipski predhodni občutki ljubosumja pa so manj povezani z žalostjo, ki jo teoretiki postavljajo ob bok strahu in jezi. Žalost nastopa bolj kot posledica ovrednotenja, ki prvemu položaju sledi. Nekateri prototipi predhodnih občutkov jeze, žalosti in strahu so si med seboj podobni. Odkrivanje lastne nemoči (žalost), izguba kontrole (strah) in izguba moči (jeza) so denimo podobni predhodnim občutkom z različnih čustvenih področij. Od tega, kako posameznik te predhodne občutke ovrednoti v luči motivov, ciljev in preferenc, so odvisna nadaljnja čustva, obnašanje in spoznavni odziv na položaj.<sup>118</sup>

Tu pa smo pri drugi, verjetno vseobsegajoči fazi čustvene reakcije, ki se pojavi kot rezultat drugotne ocene situacije ali učinkovitosti prvotnega čustvenega odziva, ki je bil usmerjen v obvladovanje položaja. Glede na to, da ljubosumna oseba čedalje kompleksneje dojema svoj položaj, postajajo tudi čustva in reakcije čedalje bolj prefinjene in raznolike. Če je prizadevanje za obvladovanje in reševanje položaja učinkovito, oseba doživlja čustva olajšanja, če pa je pri tem neuspešna, to vodi v depresijo ali strah, ki sta povezana s čedalje slabšim odnosom s partnerjem.

Obdobja intenzivnega čustvovanja in mirnejšega razpoloženja se lahko spreminjajo v odvisnosti od mnogih zunanjih in notranjih dejavnikov. Močnim čustvenim odzivom lahko sledijo ponovne ocene in poskusi obvladovanja položaja. Ponavljajoče se

---

<sup>116</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *n. d.*, 38.

<sup>117</sup> Prim. P. Salovey - J. Rodin, *The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy*, 1100-1112.

<sup>118</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *n. d.*, 41.

izmenjave enega in drugega ustvarjajo zapletene vzorce odzivanja na grožnjo in predstavljajo bogato spremenljivo klinično sliko ljubosumja.

Ta delitev čustvenih reakcij na dve fazi je koristna zato, ker si lažje predstavljamo, da so prvotna prizadevanja za obvladovanje položaja verjetno usmerjena v premagovanje ekstremnega čustvenega oz. avtomatskega reagiranja. Hkrati pa si lažje predstavljamo, da so prvotne čustvene reakcije bolj gotovo regresivne in stereotipne kot preišljene in svobodne.<sup>119</sup>

Nekateri pa čustvene reakcije delijo v tri glavna čustva jeze, žalosti in strahu. Krivičen romantični položaj zbuja predvsem jezo in žalost.<sup>120</sup> To ugotavljajo tudi Shaver in drugi.<sup>121</sup> Nezvestoba povzroča bolečino, bolečina pa jezo in željo po maščevanju. Podobno ugotavlja Davis,<sup>122</sup> ki trdi, da družba zato, da bi ohranila ustanovo zakona, spodbuja P, da na nezvestobo L odgovori z jezo in kaznovanjem.

Mathes in drugi<sup>123</sup> so z raziskavo skušali ugotoviti, kateri čustveni odziv običajno sledi določeni izgubi oz. katero čustvo je najmočnejše. Na sliki 3 je prikazana različna intenzivnost štirih čustev: ljubosumje, strah, jeza in depresija zaradi štirih različnih vzrokov za izgubo partnerja: smrt, usoda ljubljene osebe, zavrnitev, tekmeč.

---

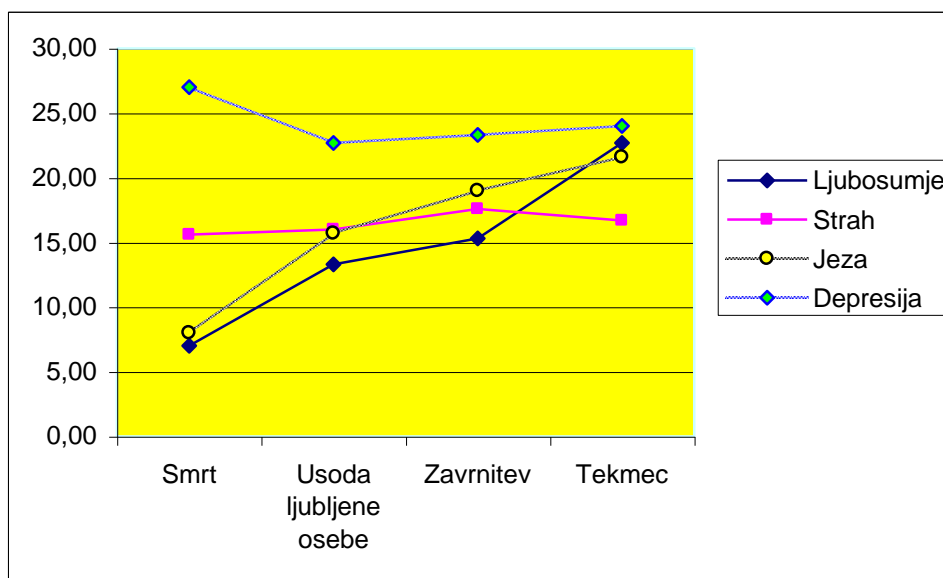
<sup>119</sup> Prim. G. L. White – P. E. Mullen, *n. d.*, 36-37.

<sup>120</sup> Prim. P. E. Mullen – L. H. Maack, *Jealousy, pathological jealousy, and aggression*, v: *Aggression and dangerousness*, D. P. Farrington & J. Gunn (Eds.), Wiley, New York 1985, 103-126.

<sup>121</sup> Prim. P. Shaver, J. Schwartz, D. Kirson, in C. O'Connor, *n. d.*, 1061-1086.

<sup>122</sup> Prim. K. Davis, *Jealousy and sexual property*, v: *Social Forces 14* (1936), 395-405.

<sup>123</sup> Prim. E. W. Mathes, H. E. Adams, in R. M. Davies, *Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger*, 1552-1561;



**Slika 3**<sup>124</sup>

Strah je pri vseh štirih situacijah srednje visoko. Na zadnjem mestu je pri izgubi zaradi tekmeča. To nakazuje, da je strah funkcija izgube prednosti, ki jih prinaša odnos in ne funkcija pozitivne samopodobe.

Depresija je pri vseh najbolj izrazito čustvo. Jeza in ljubosumje, ki sta pri usodi zelo nizko, pa se strmo dvigneta pri izgubi zaradi tekmeča (slika 3).

Na podlagi pregleda raziskav ljubosumja in klinične literature o ljubosumju predlagamo šest glavnih čustvenih elementov v kompleksu ljubosumja. Vsak element si predstavljamo kot skupek čustev, občutij in razpoloženj. V vsakem sklopu predstavljajo čustva določene ključne ocene situacije, s tem ko se razlikujejo po obsegu spremljajočega vzburljenja in drugih podrobnostih. Ti glavni čustveni elementi in nekatera z njimi povezana čustva so naslednji:<sup>125</sup>

- jeza (sovrštvo, odpor, maščevalnost, prezir, vznemirjenost, bes),
- strah (preplašenost, napetost, zaskrbljenost, stiska),
- žalost (zasanjanost, depresija, obup, trpljenje, melanholija),
- zavist (mržnja, pohlepnost, zavidanje),
- spolna vzburljenost (poželenje, hrepenenje, strast),
- krivda (obžalovanje, sram, skesanost, zadrega).

<sup>124</sup> E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 73.

### 4.2.3. Spoznavni odzivi

White ugotavlja, da je ob spoznanju, da je bilo nezadovoljstvo partnerja razlog za beg, običajna reakcija jeza. Moški se odzove z jezo, če ugotovi, da je partnerjev razlog spolnost, ženska pa se z jezo odzove ob ugotovitvi, da partnerja privlači videz ali osebnost tekmeča. Na to, kako gleda ljubosumni na izgubo razmerja, vpliva tudi njegov osebni odziv na izgubo nasploh. Izguba partnerja zaradi tekmeča prinese občutno večjo škodo pozitivni samopodobi kot izguba brez tekmeča. Izguba pozitivne samopodobe pa spodbuja k jezi. Spoznanje vzroka za umik, ki je lahko nezadovoljstvo, spolnost, privlačnost ali ugotovitev negativne samopodobe, običajno spodbuja k jezi.<sup>126</sup>

### 4.2.4. Odzivi pri sumničavem in reakcijskem ljubosumju

*Transakcijski model* utemeljuje reakcijo ljubosumja kot rezultat transakcij med endogenimi (osebno spremenljivko) in eksogenimi (spremenljivko odnosa in situacije) spremenljivkami, ki vplivajo na predanost, negotovost in vznburjenje. Glede na prevladujoč vpliv spremenljivk Bringle govori o dveh vrstah ljubosumja: o sumničavem ljubosumju (zanj so najpomembnejše endogene (osebne) spremenljivke) in ljubosumju gotovih dejstev oz. reakcijskem ljubosumju (zanj so pomembnejše eksogene spremenljivke).<sup>127</sup>

#### **Sumničavo ljubosumje**

Sumničavo ljubosumje spremljajo navadno:

- strah, preplašenost, dvom, sumničenje in pretirana skrb, kaj ljubljena oseba počne,
- obsedno nezaupanje v P,
- obnašanje, ki vključuje stalno vohljanje, preverjanje in druge poskuse kontrole,
- visoka in stalna stopnja negotovosti,
- močna čustvena odzivnost na majhne nagibe za ljubosumje.

Vse odzive skupaj bi lahko razvrstili na tri osnovne skupne imenovalce:

- personalizacija (vsaka stvar je osebni napad),
- selektivna abstrakcija (usmerjenost na najmanjši čustveni vidik nekega dogodka),

---

<sup>125</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 39-40.

<sup>126</sup> Prim. G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>127</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 107.



- posplošenje (iz nekega dogodka naredi vrsto dogodkov, ki so bili 'skriti').<sup>128</sup>

### Ljubosumje gotovih dejstev

Na stopnjo čustvene reakcije pri ljubosumju gotovih dejstev vplivajo naslednji elementi:

- namernost (vprašanje, ali je bilo dejanje namerno ali ne),
- spolnost (spolni odnosi s T povzročajo večje ljubosumje),
- določenost (odnos z določeno osebo povzroči večje ljubosumje kot podobno obnašanje do vseh),
- trenutno obnašanje (povzroči večje ljubosumje kot preteklo),
- očitno obnašanje (javno obnašanje, opazno tudi drugim, povzroči večje ljubosumje kot diskretno obnašanje),
- kontrola (manj je možne kontrole, večje je ljubosumje),
- odgovornost (če ljubosumni občuti določeno odgovornost za dogodek ljubosumja, je ljubosumje manjše),
- napadalnost (ljubosumni bo bolj gotovo napadalen, če zazna, da se partner tako obnaša zato, da bi ga prizadel).<sup>129</sup>

#### 4.2.5. Razdelitev odzivov glede na motivacijske cilje

Odzive na ljubosumje bi glede na različne motivacijske cilje lahko razvrstili v dve skupini: prvi cilj vodi želja po ohranitvi razmerja, drugega pa želja po ohranitvi pozitivne samopodobe.

		Ohranjanje razmerja	
		Da	Ne
Ohranjanje pozitivne samopodobe	Da	Komuniciranje Poskus izboljšanja razmerja	Maščevanje Prekinitev
	Ne	Poudarjena odvisnost Ustvarjanje videza	Čustveni umik Samokaznovanje

White<sup>130</sup> je vključil ta različna motivacijska cilja v svoj model odzivov na ljubosumje. Po tem modelu prvotna ocena situacije, ki vzbudi ljubosumje, lahko vključuje delitev na

<sup>128</sup> Prim. R. J. Larsen, E. Diener - R. S. Cropanzano, *Cognitive operations associated with individual differences in affect intensity*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 5 (1987), 767-774.

<sup>129</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 110.

grožnjo z dveh vidikov: grožnja izgube prednosti iz razmerja in grožnja izgube pozitivne samopodobe. Vsaka od teh dveh sestavin prispeva k določanju čustvenega in vedenjskega odziva na situacijo. Mahtes, Adams in Davies<sup>131</sup> so pogled na to razširili in prikazali, da različna grožnja povzroča različne posledice oz. odzive: grožnje odnosu povzročajo depresijo, grožnje pozitivni samopodobi povzročajo jezo.<sup>132</sup>

#### 4.2.6. Razlike v odzivanju moškega in ženske

Bryson je odzive ljubosumja razdelil s pomočjo različnih faktorjev.<sup>133</sup> Namesto da bi osebe opisoval kot bolj ali manj ljubosumne, je razlike med skupinami oz. posamezniki ocenjeval z izrazi, ki predstavljajo različne načine odzivov ljubosumja. Za najpomembnejše faktorje so po raziskavah obveljali sledeči načini odzivov:

*Čustveno razrvanost.* Ta dejavnik se zdi, da predstavlja najpomembnejše čustvene posledice ljubosumja. Čustveno razrvanost so v anketah kot odziv na ljubosumje pogosteje navajale ženske kot moški.

*Reakcijsko povračilo.* Ta izraz zajema različne poskuse ljubosumnega, da bi 'obračunal' s svojim partnerjem. K temu načinu se pogosteje zatekajo moški kot ženske.

*Prebujenje oz. reakcija za okrepitev razmerja.* Ta faktor vključuje različne vzorce obnašanj, s katerimi poskuša ljubosumni prebuditi partnerjevo občudovanje in zanimanje. White ugotavlja, da na takšen način pogosteje reagirajo ženske, medtem ko so moški tisti, ki se na izzivanje pogosteje odzovejo.<sup>134</sup>

*Potreba po družbeni podpori.* Ta reakcija predstavlja odmik ljubosumnega od situacije, ki izziva ljubosumje, ne pomeni pa umika iz družbe. Gre za bolj intenzivno navezovanje

---

<sup>130</sup> Prim. G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>131</sup> Prim. E. W. Mathes, H. E. Adams in R. M. Davies, *Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 48 (1985), 1552-1561.

<sup>132</sup> Prim. J. B. Bryson, *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, 198-199.

<sup>133</sup> Prim. J. B. Bryson, *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, 178-207.

<sup>134</sup> Prim. G. L. White, *Inducing jealousy: A power perspective*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 6 (1980), 222-227.

stikov s prijatelji, ki lahko zagotovijo tako informacijsko kot družbeno podporo. V situaciji ljubosumja pri prijateljih pogosteje iščejo podporo ženske kot moški.

*Samokaznovanje.* Ta način odraža teženje k samoobtoževanju in samokaznovanju zaradi občutkov ljubosumja. Krivda je usmerjena nase ne na partnerja. Krivdo v sebi pogosteje iščejo moški kot ženske.

*Soočenje (kot iskanje rešitev).* Ta faktor sestavljajo prizadevanja ljubosumne osebe, da bi na situacijo ljubosumja gledala kot na izziv. Temu sledi tudi želja, da bi se neposredno soočila s situacijo, raje kot da zanika nastale občutke in ruši svojo samopodobo. V tej smeri rešitev bolj iščejo moški kot ženske.

*Jeza.* Pod ta način odzivanja sodijo najrazličnejše vrste izražanja jeze. Moški je pogosteje jezen nase, medtem ko ženska pogosteje usmerja jezo na partnerja.

*Ustvarjanje vtisa.* Poznamo dve vrsti ustvarjanja vtisa. Prvi način je, da skuša oseba partnerju pokazati, da ji je vseeno. Drugi način pa je nasproten: da se nekdo zapre vase in se denimo napije. Ženske se bolj zatekajo k prvemu načinu, moški pa raje k drugemu. To kaže na razlike med spoloma v naši kulturi. Ženske ne morejo odprto izražati svojih čustev zaradi strahu za odnos in morajo biti zato ravnodušne glede partnerjeve nezvestobe. Moški pa pogosto upajo izraziti svoja čustva samo pod vplivom alkohola, ker bi sicer izgubili pozitivno samopodobo.<sup>135</sup>

### **Nekatere druge razlike v odzivanju med moškim in žensko:**

*Kaj najbolj ogroža?* Ena od najbolj dokumentiranih razlik med spoloma je, da moške bolj ogroža spolni vidik odnosa s tekmečem, medtem ko žensko skrbi predvsem možnost izgube prvotnega razmerja.

*Primerjanje.* Moški, ki se ima za pametnejšega od tekmeča, je bolj ljubosumen, medtem ko je bolj ljubosumna tista ženska, ki je bolj čuteča od teknice.

---

<sup>135</sup> Prim. J. B. Bryson, *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, 180-182.

Moški želijo poznati odnose s tekmeccem in hočejo vedeti, ali so ti odnosi za razmerje nevarni ali ne. Ženske običajno hočejo vedeti vse o partnerjevem odnosu s tekmeccem, če je le-ta vanj močno čustveno vpleten. Če ni močne čustvene vpletenosti, jih odnos ne zanima.<sup>136</sup>

Buunk ugotavlja, da se ljubosumni moški bolj trudi za utrditev pozitivne samopodobe in se obnaša bolj gospodovalno in agresivno. Pogosteje kot ženske se moški zatečejo k zanikanju.<sup>137</sup>

Ženske raje izboljšajo odnos in zahtevajo predanost, medtem ko se moški pogosteje zatekajo v zanikanje in umik.

Ljubosumna ženska se običajno izogiba srečanju s pogledom s tekmico in nerada govori z njo, medtem ko se moški srečanjem ne izogiba.

Osebe so bolj jezne na ljubljeno (ljubljenega) in v zadregi, če je vsiljivec neprivlačen, kot če je privlačen.<sup>138</sup> Poljub z neprivlačnim gotovo lahko pomeni večjo grožnjo kot s privlačnim.

Če je P ženska, bo zanjo reševanje izgube z iskanjem novega partnerja bolj logična in sprejemljiva rešitev kot pri moškem. Zanimiv podatek je, da so bolj ljubosumni ljudje učinkovitejši pri ohranjanju razmerja kot manj ljubosumni.<sup>139</sup>

Glede na našo splošno predstavo o moškem in ženski bi pričakovali, da je ženska tista, ki ohranja razmerje v naši družbi, vendar so rezultati raziskav pokazali ravno nasprotno, da je namreč ženska tista, ki se pogosteje odloči za prekinitev razmerja, medtem ko se moški le s težavo odloči, da bo razmerje razdril.<sup>140</sup>

---

<sup>136</sup> Prim. B. Buunk, *Sexually open marriages, v: Ground rules for countering potential threats to marriage, Alternative Lifestyles 3* (1980), 312-328.

<sup>137</sup> Prim. B. Buunk, *Husband's jealousy, v: Men in families*, ur. R. A. Lewis & R. E. Salt, CA: Sage, Beverly Hills 1986, 97-114.

<sup>138</sup> Prim. J. B. Bryson, *Situational determinants of the expression of the jealous, v: Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, San Francisco 1977.*

<sup>139</sup> Prim. E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 70-71.

<sup>140</sup> Prim. G. O. Hagestad – M. A. Smyer, *Dissolving long-term relationships: Patterns of divorcing in*

Kakorkoli že, potrebne bodo dodatne raziskave, da bi pojasnili različne načine odzivanja pri moških in ženskah ter da bi razumeli osebnostne in situacijske dejavnike, ki vplivajo na izbiro načina odziva. Končno pa je seveda vprašanje, kako različni odzivi učinkujejo na ohranjanje razmerja in ohranjanje pozitivne samopodobe.<sup>141</sup>

#### 4.2.7. Primerjave odzivov v različnih narodih

V raziskavah, ki so bile narejene na tem področju, so skušali ugotoviti, kakšno vlogo ima kultura pri tem, katera situacija zbuja ljubosumje<sup>142</sup> in kateri dejavniki ustvarjajo kulturo, kjer je možnost ljubosumja večja ali manjša.<sup>143</sup> Brysen in drugi<sup>144</sup> so primerjali ankete v državah: ZDA, Franciji, Nemčiji, Italiji in na Nizozemskem. Merili so devet vrst odzivov: odziv na prevaro, čustveno razrvanost, nasilje, ustvarjanje vtisa, reakcijsko povračilo, izboljšanje odnosa, kontroliranje, samokaznovanje in iskanje družbene podpore.<sup>145</sup>

Razmerja med spoloma so v vseh anketiranih državah precej podobna in stalna. Razlike med spoloma so nekoliko bolj poudarjene v ZDA. Sicer pa se ženske na splošno bolj zatekajo k odzivom, kot so čustveno neravnovesje in iskanje podpore v družbi, pri večini držav tudi ustvarjanje vtisa, medtem ko se moški odzivajo z nasiljem in samokaznovanjem.

---

*middle age*, v: *Personal relationships*, 4, ur. S. W. Duck, Academic Press, New York 1982, 155-188; C. T. Hill, Z. Rubin in L. A. Peplau, *Breakups before marriage: The end of 103 affairs*, v: *Journal of Social Issues* 32 (1976), 147-168.

<sup>141</sup> Prim. J. B. Bryson, *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 205.

<sup>142</sup> Prim. B. Buunk - R. G. Hupka, *Cross-cultural differences in the elicitation of sexual jealousy*, v: *Journal of Sex Research* 23 (1987), 12-22.

<sup>143</sup> Prim. R. B. Hupka, *Cultural determinants of jealousy*, v: *Alternative Lifestyles*, 4 (1981), 310-356.

<sup>144</sup> Prim. J. B. Bryson, P. Alcini, B. Buunk, L. Maryuez, F. Ribely, M. Rosch, F. Strack in D. van den Hove, *A cross-cultural survey of jealousy behaviors in France, Germany, Italy, the Netherlands, and the United States*, v: *Paper presented at the International Congress of Psychology*, Acapulco, Mexico 1984.

<sup>145</sup> Prim. J. B. Bryson, *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, 187.

Omenili smo že, da se najbolj razlikuje vzorec iz ZDA. Odziv nasilja je posebej poudarjen pri moških, pri ženskah pa odziv ustvarjanja vtisa. Prav tako so pri ženskah nekoliko bolj poudarjeni odzivi reakcijskega povračila, izboljšanje odnosa in iskanje družbene podpore.

Razlike v odzivu glede na različno kulturno okolje slikovito povzema Bryson: »Zdi se, da postane Francoz v ljubosumju nor, Nizozemec žalosten, Nемеc bi se raje z njim ne spopadal, Italijan o tem raje ne govori, Američana pa skrbi, kaj o tem mislijo prijatelji«. <sup>146</sup>

### 4.3. Drugotna ocena

Glede na to, kakšna je prvotna ocena trikotnika P-L-T in kakšne čustvene reakcije je zbudila, je temu primerna tudi nadaljnja oz. drugotna ocena. Če P ugotovi, da je prisotnost T v razmerju dobra, bo poskrbel, da bo razmerje ohranjal in podpiral, če bo mnenja, da prisotnost T ni pomembna, se nanj ne bo oziral, če pa spozna T kot nevarnost in grožnjo za njegovo razmerje do L, bo stresni položaj skušal izboljšati.

Za razvoj možnosti obvladovanja položaja, ki vzbuja ljubosumje, so ključni štirje procesi ocenjevanja:

1. ugotovitev motiva, <sup>147</sup>
2. družbeno primerjanje s tekmecem, <sup>148</sup>
3. alternativne ugotovitve,
4. ugotovitev izgube.

---

<sup>146</sup> J. B. Bryson, *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, 191.

<sup>147</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy as related to attributions for the partner's behavior*, v: *Social Psychology quarterly* 47 (1984), 107-112; G. L. White, *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, v: *Social Psychology Quarterly*, 44 (1981), 24-30; G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>148</sup> Prim. S. A. Bers - J. Rodin, *Social comparison jealousy: A developmental and motivational study*, v: *Journal on Personality and Social Psychology*, 47 (1984), 766-769; P. Salovey - J. Rodin, *The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy*, 1100-1112; P. Salovey - J. Rodin, *Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 47 (1984), 780-792.

Zamišljeni so kot procesi zbiranja informacij in interpretacijski procesi, ki zastavljajo vprašanja: »Zakaj se moj partner zanima za tekmeca?«, »Kaj ima tekmeč, česar jaz nimam (in obratno)?«, »Kaj se bo zgodilo z menoj, če ga izgubim?«, »Kaj lahko s tem izgubim oz. sem izgubil?«. Ta štiri vprašanja se postavljajo zaradi želje po obvladovanju položaja in kot zaznava grožnje oz. izgube, ki ju prinaša prvotna ocena. Prva tri vprašanja so izpeljana po zamisli Thibauta in Kelleya glede na tako imenovano »primerjalno stopnjo možnosti« (PS mož). Njune analize ugotavljajo, da je predanost trenutnemu odnosu povezana s stopnjo, pri kateri je dobitok<sup>149</sup> (glede na vlaganje) znotraj trenutnega odnosa večji od dobitka, ki je mogoč v drugem najbolj privlačnem odnosu (ta stopnja je PS mož). Če je dobitok enak oz. celo manjši, je velika verjetnost, da bo oseba zapustila prvotni odnos.<sup>150</sup> Kelley ugotavlja, da je predanost odvisna tudi od tega, koliko se spreminja višina dobitka v prvem odnosu in koliko ostaja višja glede na novo možnost. Odnos, v katerem je dobitok stalno nekoliko višji od dobitka v možnem odnosu, bo bolj trden kot odnos, v katerem v primerjavi z možnim odnosom dobitok niha med velikim preseganjem in negativnim stanjem.<sup>151</sup>

Vprašanje predanosti odnosu je glavno vprašanje drugotne ocene ljubosumja. Predanost pa zahteva poznanje stopnje in spremenljivosti dobitkov, ki jih partner lahko pričakuje in dobi v prvem ali drugem odnosu.<sup>152</sup>

---

<sup>149</sup> Namenoma smo se odločili za izraza dobitok in vlaganje, čeprav nista v splošni rabi, ko govorimo o odnosu. Bolj pogosta je raba izrazov čustvena zadovoljenost in umanjkanje. Vendar gre pri dobitku in vlaganju za celosten izkupiček v nekem odnosu, ne le za čustveno področje. Morda se zdi takšna raba preveč komercialna. Ta pomislek se zdi odveč, saj se celo Kristus ne izogiba vprašanju apostolov: »Glej, mi smo vse zapustili in šli za teboj. Kaj bomo torej prejeli?«, in jim odgovarja: »Resnično, povem vam: vsak, kdor je zapustil hiše ali brate ali sestre ali očeta ali mater ali otroke ali njive zaradi mojega imena, bo prejel stokratno in dobil v delež večno življenje« (Mt 19,27-29). V odnosu gre upravičeno za vlaganje in pričakovanje dobitka.

<sup>150</sup> Prim. G. Levinger, *A social exchange view on the dissolution of pair relationships*, v: *Social exchange in developing relationships*, ur. R. L. Burgess & T. L. Huston, Academic Press, New York 1979, 169-196.

<sup>151</sup> Prim. H. H. Kelley, *Love and commitment*, 265-314.

<sup>152</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 40-41.

Da bi P rešil stresni položaj, bo iskal rešitev v primerjanju, kdo lahko L ponudi več, on sam ali T. To kliče po **družbenem primerjanju**. White je ugotovil, da se posamezniki primerjajo s tekmečem najpogosteje glede na: telesno/spolno privlačnost, inteligenco, osebnost, poklicno uspešnost, razumevanje oz. dovzetnost za želje in potrebe L, podobnost L in pripravljenost na trajno razmerje z L.<sup>153</sup>

V to primerjanje vstopa tudi L. Če denimo L največ pomeni denar, bo primerjava tekla v prvi vrsti okrog uspešnosti P in T. White je ugotovil, da P skuša ugotoviti, kaj si želi L oz. zakaj ga T privlači. Običajno teče razmišljanje v tej smeri: L ni zadovoljen/zadovoljna z menoj (P), ker L spolno privlači T, ker T na splošno privlači L, ker L preskuša najino razmerje (P L) ter išče pozornost in ker si L želi mojo (P) predanost.<sup>154</sup>

P lahko oceni, da bo **kaznovanje** L pomagalo, da ostane z njim. Kaznovanje lahko pomeni čustveni umik, odpoved finančne podpore ali spolnih privilegijev, psihično in čustveno nasilje, ločitev ali grožnja z eno od teh kazni.<sup>155</sup>

P bo pretehtal, kakšne možnosti ima z **moralnega** in **pravnega vidika**, da zadrži L. Če denimo P začuti, da je njegova največja moč moralna, bo prosil duhovnika oz. pastora, da se pogovori z L glede greha prešuštvovanja.<sup>156</sup>

#### 4.4. Ponovno ovrednotenje

Ko se je P tako ali drugače odzval na situacijo, ki je v njem zbudila ljubosumje, bo preveril, kako je v svojih odzivih učinkovit. Glede na svojo učinkovitost bo izbral nadaljnje poti. Če je bil v odzivih učinkovit, se bo usmeril drugam, sicer pa bo iskal nove možnosti, da reši odnos z L, ali pa bo poražen skušal poskrbeti predvsem zase.

---

<sup>153</sup> Prim. G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>154</sup> Prim. G. L. White, *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, 24-30.

<sup>155</sup> Prim. P. N. Whitehurst, *n. d.*, 683-691.

<sup>156</sup> E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 67.



## 4.5. Strategije obvladovanja

Klinična literatura o ljubosumju vsebuje številne vzorčne primere poskusov obvladovanja normalnega in patološkega ljubosumja.<sup>157</sup> Nekatere bomo predstavili v kasnejših poglavjih. Kljub temu pa je le malo študij, ki bi poleg poročil primerov uporabljale kakšno drugačno metodo za ugotavljanje obvladovanja ljubosumja.<sup>158</sup> White je pregledal rezultate takšnih študij in predlaga več strategij obvladovanja. Strategije so povezane z nadrejenimi in podrejenimi cilji, ki jih je mogoče doseči z zelo različnimi strategijami obvladovanja. Poimenovali smo jih osem:

1. izboljšanje prvotnega razmerja,
2. vmešanje v odnos s tekmečem,
3. zahteva po predanosti,
4. razvrednotenje ljubljene osebe ali tekmeča,
5. razvijanje alternativ,
6. zanikanje/izogibanje,
7. samo-ugotovitev,
8. podpora/očiščenje.<sup>159</sup>

Teh osem strategij ne predstavlja dokončen in izčrpen seznam misli in obnašanj, namenjenih obvladovanju ljubosumja. Ljubosumje lahko za obvladovanje čustev

---

<sup>157</sup> Prim. P. E. Mullen – L. H. Maack, *Jealousy, pathological jealousy, and aggression*, 103-126; G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, Englewood Cliffs 1977; B. N. Ard, *Avoiding destructive jealousy*, v: *Jealousy*, ur. Clanton, G. & Smith, L. G, University Press of America, New York 1977, 166-169; D. H. Morgan, *The psychotherapy of jealousy*, v: *Psychotherapy and Psychosomatics* 25 (1975) 43-47; M. Shepherd, *Morbid jealousy: Some clinical and social aspects of a psychiatric symptom*, v: *Journal of Mental Science* 107 (1961), 607-753; G. White - T. M. Helbick, *Understanding and treating jealousy*, v: *Treatment of sexual problems in individual and couples therapy*, ur. R. A. Brown & J. R. Field, PMA Publishing, Boston 1988.

<sup>158</sup> Prim. R. G. Bringle, - B. Buunk, *Jealousy and social behavior: a review of personal, relationship and situational determinants*, 241-264; G. Clanton, *Frontiers of jealousy research*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 259-273.

<sup>159</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 45-57.

vključuje vrsto različnih spoznavnih strategij kot so recimo humor, projekcija in domišljija.<sup>160</sup> Vendar se bomo raje osredotočili na teh osem strategij, ker se zdi, da izvirajo iz posebnih okoliščin ljubosumja ali pa so posebej značilne v odnosih med ljubosumnimi osebami.<sup>161</sup>

#### 4.5.1. Cilji strategij obvladovanja

Poznamo več načinov razvrščanja in pojmovanja strategij obvladovanja, vendar se ne bomo spuščali v razpravljanje o njih. Za nas bo izraz 'strategija' označeval spoznavno strukturo, ki je organizirana med **nadrejenimi** in **podrejenimi cilji** ter povezana s predstavitvami vedenjskih in spoznavnih prizadevanj, ki so za doseg teh ciljev potrebna. Strategije lahko izhajajo neposredno iz reševanja problemov ali pa se jih učimo iz opazovanja družbenih modelov oz. uspešnih primerov. Strategije, ki so rezultat zavestnega predvidevanja in načrtovanja, imenujemo 'namenske (intentional) strategije', one, ki jih odigramo nenačrtno, pa imenujemo 'refleksne (reflexive) strategije'. Pri prvih je posameznik nedvomno udeležen s svojim načinom obnašanja, z vrednotami in osebno dinamiko, medtem ko druge bolj določajo družbeno-kulturni kontekst, odnos in delitev vlog. Obnašanja in misli ljubosumnega so usmerjena v spreminjanje situacije ali samega sebe, da bi zmanjšali škodo ali grožnjo, ki jo predstavlja odnos s tekmečem. Temu procesu pravimo **problemsko usmerjeno obvladovanje**. Drugi način reševanja je obvladovanje čustev, ki izvirajo iz zaznane škode ali grožnje. To je **čustveno usmerjeno obvladovanje**. Oba zastavljena cilja imenujemo nadrejena. Pod ta dva cilja razvrstimo množico podrejenih ciljev, ki so odvisni od izbrane strategije.<sup>162</sup>

#### 4.5.2. Osem strategij obvladovanja

Strategija	Nadrejeni cilji	Podrejeni cilji	Primeri prizadevanj
------------	-----------------	-----------------	---------------------

<sup>160</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: N. Haan, *n. d.*; R. S. Lazarus - S. Folkman, *n. d.*; R. H. Moos - A. G. Billings, *Conceptualizing and measuring coping resources and processes*, v: *Handbook of stress*, ur. L. Goldberger & S. Breznitz, Free Press, New York 1982, 212-230; L. I. Pearlin - C. Schooler, *The structure of coping*, v: *Journal of Health and Social Behavior* 19 (1978), 2-21; G. E. Vaillant, *Adaptation to life*, Little Brown, Boston 1977.

<sup>161</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 46.

<sup>162</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 46-48.

Izboljšanje odnosa	situacija	Povečati dobiček P (partner) Zmanjšati stroške P	Izboljšati svoj izgled Opraviti več hišnega dela
Vmešanje v odnos s tekmečem	situacija	Zmanjšati dobiček P ali T Povečati stroške P ali T	Fizično nasilje Zbujanje krivde
Zahteva po predanosti	situacija, čustva	Postaviti ovire, da bi zapustil prvotno razmerje	Predlagati poroko Groziti z nasiljem
Razvrednotenje ljubljene osebe ali tekmeča	čustva	Razvrednotiti prvotno razmerje Diskreditirati grožnje P+T do samopodobe	»Ugotovitev«, da partner ni več idealen Izzivati P v zavrnitev
Razvijanje alternativ	čustva, situacija	Razviti alternativne vire spoštovanja in sredstev	Obrniti se k otrokom Zaposeliti se z delom
Zanikanje/izogibanje	čustva	Preusmeriti pozornost drugam	Napiti se Delati se nečustvenega
Samo-ugotovitev	situacija, čustva	Razviti novo razumevanje sebe in situacije Razviti nove veščine	Prebrati poljudno knjigo o ljubosumju Spremeniti pričakovanja o odnosu
Podpora/očiščenje	čustva	Zmanjšati občutke s pomožnim izražanjem	Sočustvovati s prijateljem Individualna psihoterapija
Ocena izziva	čustva, situacija	Osebna rast oz. rast odnosa	Zakonsko svetovanje Ponovno skupaj ovrednotiti razmerje

Tabela 4 predstavlja strategije obvladovanja ljubosumja.<sup>163</sup>

**Izboljšanje odnosa.** Cilj obnašanja je izboljšati prvotni odnos, tako da prvi odnos postane za partnerja bolj privlačen od drugega. To je mogoče doseči s prizadevanjem za izboljšanje razmerja med tem, kar partner v odnosu dobi, in onim kar v odnos vloga - poveča **dobiček** in zmanjša **vlaganje** ali pa z zagotavljanjem večje stalnosti dobitkov v odnosu.<sup>164</sup> Primeri vključujejo prizadevanje osebe za večjo telesno privlačnost, boljše opravljanje gospodinjskih del, pogostejši izhod s partnerjem na zabave, ki si jih želi itd.<sup>165</sup>

**Vmešanje v odnos s tekmečem.** Cilj vmešanja v odnos s tekmečem je prav tako doseči, da prvotni odnos postane privlačnejši od odnosa s tekmečem. To je mogoče doseči z zahtevami po večjem vlaganju v prvotni odnos in zmanjševanjem dobitka iz njega. Načinov je veliko: očitati partnerju, da je tekmeč v marsičem zoprni, prekinjati pogovor med partnerjem in tekmečem, zbujanje krivde itd.

<sup>163</sup> G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 49.

<sup>164</sup> Prim. H. H. Kelley, *Love and commitment*, 265-314.

<sup>165</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 50.

**Zahteva po predanosti.** Cilj zahtev po predanosti je prisiliti partnerja v izbiro, ki bi vzpostavila družbene (npr. poroka) ali čustvene pregrade (npr. krivda), in s tem preprečila, da bi zapustil prvotno razmerje.<sup>166</sup> Pozitivna izbira lahko izboljša samopodobo ljubosumnega. Predanost je mogoče zahtevati na različne načine: predlagati poroko ali spočetje otroka, prekinitvev jemanja kontracepcijskih sredstev brez partnerjeve vednosti, razkrivanje svojih najglobljih čustev, da bi dal partnerju vedeti, da odnos s tekmečem ni več primeren itd.<sup>167</sup>

**Razvrednotenje ljubljene osebe ali tekmeča.** Cilji razvrednotenja partnerja so v zmanjšanju vrednosti prvotnega razmerja in diskreditaciji ljubljene kot ustreznega vira informacij o samem sebi. Prvo zmanjša stopnjo ogroženosti odnosa, drugo pa pomaga pri ohranjanju samopodobe in obvladovanju čustev. Primer razvrednotenja dobitka iz takega odnosa je ugotovitev, da partner ni tako čeden in prijazen, kot se je prej zdelo, in da je odnos preveč zahteven. Primer diskreditacije ljubljene osebe je prepričanje, da partnerju ni mogoče zaupati ali da je postal preveč manipulativen.

Cilj razvrednotenja tekmeča je zmanjšati grožnjo samopodobi. To je mogoče doseči z zmanjšanjem grožnje, ki izvira iz družbene primerjave,<sup>168</sup> bodisi s podcenjevanjem lastnosti tekmeča bodisi z izmišljanjem primerjav, v katerih je prizadeta oseba nedvomno boljša od tekmeča. Razvrednotenje je lahko spoznavno ali vedenjsko.<sup>169</sup>

**Razvijanje alternativ.** Cilj razvijanja alternativ je zagotoviti alternativne vire spoštovanja, zelenih medosebnih izkušenj ali vrednih virov – še posebej tistih vidikov spoštovanja, interakcije in tistega, kar oseba ugotavlja kot izgubljeno, uničeno ali ogroženo. Razvijanje alternativ zmanjšuje odvisnost od prvotnega razmerja glede potrjevanja samopodobe in predstave o sebi kot tudi glede zadovoljive izmenjave.

---

<sup>166</sup> Prim. G. Levinger, *A social exchange view on the dissolution of pair relationships*, 169-196.

<sup>167</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 50.

<sup>168</sup> Prim. P. Salovey - J. Rodin, *The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy*, 1100-1112; M. Rosenberg, *n. d.*; B. H. Schmitt, *n. d.*; J. M. Suls - R. L. Miller, *Ability comparison and its effect on affiliation preferences*, v: *Human Relations* 31 (1978), 267-282; A. Tesser - J. Campbell, *Self-evaluation maintenance and the perception of friends and strangers*, 261-279.

<sup>169</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 50-51.

Alternative je mogoče razviti z iskanjem novega partnerja, z usmeritvijo k prijateljem, otrokom itd.<sup>170</sup>

**Zanikanje/izogibanje.** Cilj zanikanja/izogibanja je v prvi vrsti obvladati negativne učinke, ki izvirajo iz zaznane škode/grožnje.<sup>171</sup> Zanikanje ima lahko širok razpon od racionalizacije do psihotičnih sprevračanj stvarnosti. Izogibanje pomeni telesno ali psihično obračanje pozornosti od dražljajev, ki ustvarjajo neprijetna čustva. Sem denimo sodijo izhodi na zmenke, opijanje ali beg v dejavnosti, ki zahtevajo popolno pozornost (recimo divja vožnja z avtom).<sup>172</sup>

**Samougotovitev.** Samougotovitev je naš izraz za Lazarusov izraz »nase usmerjeno obvladovanje« (‘inward-directed-coping’).<sup>173</sup> Nase-usmerjena prizadevanja so lahko usmerjena problemsko v smislu prizadevanj za spreminjanje sebe, zato da bi bolje obvladovali okolje, ki se kaže kot ogrožajoče. Nase usmerjena sprememba lahko vpliva tudi na obvladovanje čustev in drugačno gledanje na dogodke. Vključuje lahko tudi udeležbo pri terapiji, ki pomaga razvijati potrebne veščine za izboljšanje odnosa in premagovanje težav. Samougotovitev se nanaša tudi na spremembe v načinu ustvarjanja pomena.<sup>174</sup>

**Podpora/očiščenje.** Strategija podpore/očiščenja je usmerjena v obvladovanje čustev, in sicer s pomočjo sprotnega in mirnega izražanja občutkov, denimo prijateljem. Podobno je mišljeno očiščenje v smislu razbremenitve čustev.<sup>175</sup>

**Izziv ugotovitve.** Ljubosumna oseba lahko odkrije vidik samega sebe ali odnosa, ki predstavlja izziv za osebno rast ali rast odnosa, ki presega značilnosti situacije ljubosumja. Ljubosumen moški denimo ugotovi, da togo sprejemanje moške vloge ni

---

<sup>170</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 51.

<sup>171</sup> Prim. R. H. Moos - A. G. Billings, *Conceptualizing and measuring coping resources and processes*, 212-230.

<sup>172</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 51.

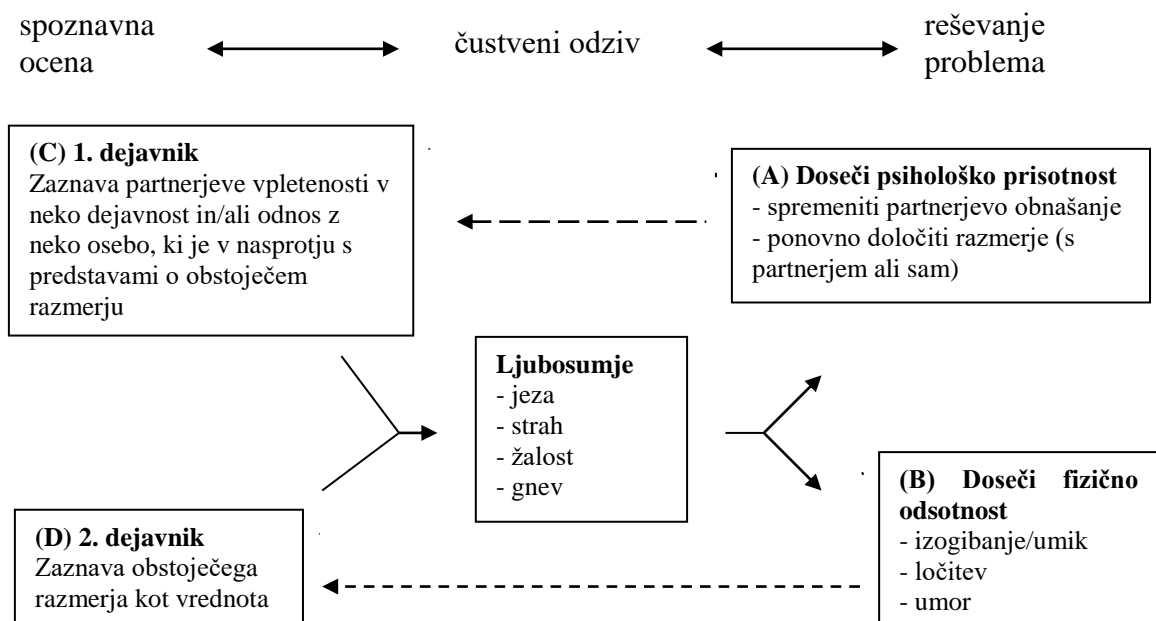
<sup>173</sup> Prim. R. S. Lazarus - S. Folkman, *n. d.*; 152.

<sup>174</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 51-52.

<sup>175</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 52-53.

vezano le na njegov ljubosumni odnos, ampak je povezano tudi z mnogimi drugimi problemi v njegovem življenju. Ljubosumje mu predstavlja izziv, da spremeni svojo predstavo o moškosti in moškem obnašanju. To mu pomaga, da ne gleda le na težave zaradi ljubosumja, ampak širše.<sup>176</sup>

#### 4.5.3. Pogled na načine obvladovanja z vidika družinske teorije stresa



**Slika 4** Proces obvladovanja situacije ljubosumja<sup>177</sup>

Družinska teorija stresa ugotavlja, da so nekateri načini oz. poskusi obvladovanja ljubosumja funkcionalni, drugi pa ne. Primeri obvladovanja, ki sodijo v vzorec A (doseči psihološko prisotnost), razen ene izjeme in C (spremeniti zaznavanje partnerjevega obnašanja), so z vidika družine na splošno funkcionalni, medtem ko sta možnosti B (doseči fizično odsotnost) in D (spremeniti zaznavanje vrednosti razmerja) na splošno nefunkcionalni.<sup>178</sup>

<sup>176</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 53.

<sup>177</sup> G. L. Hansen, *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, 221.

<sup>178</sup> Prim. G. L. Hansen, *n. d.*, 211.

Buunk<sup>179</sup> je raziskoval načine obvladovanja zunajzakonskih razmerij s strani partnerja. Analiza kaže na tri načine obvladovanja: izogibanje (partnerju), ponovno ovrednotenje (razmerja) in komunikacija. Izogibanje vključuje denimo možnost ločitve, izogibanje in umik, tj. večino tistega, kar bi lahko uvrstili v možnost B (doseči psihično odsotnost). Ponovno ovrednotenje sodi med spoznavne odzive, kamor Buunk prišteva kritičen odnos do lastnega ljubosumja kot tudi poskus relativizacije celotnega razmerja. Na splošno sodijo sem primeri ponovnega ovrednotenja razmerja s partnerjem, po Hansnu bi jih lahko uvrstili v možnost A (doseči psihološko prisotnost). Najbolj pogosta strategija, komunikacija, lahko zmanjša ljubosumje bodisi z uporabo možnosti A ali C. Francis<sup>180</sup> je prišla do podobnih zaključkov, ko je v razvijanju sposobnosti za komunikacijo prepoznala primeren način za obvladovanje spolnega ljubosumja. Eden od načinov obvladovanja ljubosumja je tudi zmanjšanje pomena tistih lastnosti pri tekmecu, ki so za partnerja pomembne, oz. zmanjšanje veljave tekmeca nasploh.<sup>181</sup>

### **Obvladovanje ljubosumja kot morfogenetški proces**

Morfogeneza se nanaša na spremembe v interakcijskih krogih, ki tvorijo sistem.<sup>182</sup> Sistemi se spremenijo, če informacija oz. pozitiven odmev prinaša sporočilo, da bo sprememba oz. deviacija v interakcijskih rutinah prinesla pozitivne posledice. White vidi največ možnosti za obvladovanje ljubosumja in ohranjanje razmerja v drugostopenjskih spremembah tj. v reorganizaciji razmerja.<sup>183</sup>

---

<sup>179</sup> Prim. B. Buunk, *Strategies of jealousy: Styles of coping with extramarital involvement involvement of the spouse*, 13-18.

<sup>180</sup> Prim. J. L. Francis, *Toward the management of heterosexual jealousy*, v: *Journal of Marriage and Family Counseling* 10 (1977), 61-69.

<sup>181</sup> Prim. G. L. Hansen, *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, 224-225.

<sup>182</sup> Prim. M. Maruyama, *The second cybernetics: Deviation-amplifying mutual causal processes*, v: *Modern systems research for the behavioral scientist*, ur. W. Buckley, Aldine, Chicago 1968; L. von Bertalanffy, *General systems theory*, Braziller, New York 1968; P. Watzlawick, J. Beavin – D. Jackson, *Pragmatics of human communication*, Norton, New York 1967.

<sup>183</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, 239.

**Ohranjanje samopodobe.** Mullen in White govorita o grožnji izgube pozitivne samopodobe in lastnega koncepta. Pozitivna samopodoba je vrednotenje vidikov samega sebe, medtem ko je lastni koncept prepričanje o svojih lastnostih.

Vedenjski in spoznavni odzivi kot prizadevanja za zmanjšanje ljubosumja so usmerjeni k ohranjanju homeostaze lastnega sistema. White in Mullen zato predlagata strategijo 'samopotrditve' in 'ocenitve izziva'. Samopotrditvev je strategija spreminjanja posameznikovih veščin, zaznavanja in motivacije za boljše obvladovanje čustev ali situacije.<sup>184</sup> Če so te spremembe uspešne pri zmanjševanju neprijetnih čustev ali obvladovanju situacije ali če spodbudijo pozitiven odziv drugih v širšem kontekstu osebnega življenja, lahko postanejo podobe reorganizacije lastnega sistema. Pri ovrednotenju izziva drugotna ocena položaja ljubosumja prinaša izzive osebni rasti in razvoju, ki vodi preko samega problema ljubosumja. Posameznik se denimo lahko odloči, da zagledanost vase ni le problem pri ljubosumju, ampak vodi v težave tudi v širšem družbenem okolju. Tako kot samopotrditvev tudi ocenitev izziva lahko vodi do pozitivnih odzivov, ki spodbudijo nadaljnje spremembe v samosistemu.<sup>185</sup>

**Ohranjanje kvalitet razmerja.** Dejavnosti ljubosumne osebe lahko vidimo (podobno kot pri prvi grožnji) kot poskuse ohranjanja diadnega razmerja. Prvostopenjska sprememba, ki lahko prinese izboljšanje, je napor za izboljšanje prvotnega razmerja. Drugostopenjska sprememba, ki bi lahko prinesla izboljšanje, pa je premik od simetričnega h komplementarnemu vzorcu razmerja.<sup>186</sup> To pomeni, da se vloge partnerjev usklajujejo glede na potrebe in ne ostajajo pri stereotipnih vzorcih. Ena od strategij obvladovanja ljubosumja je tudi 'prošnja po predanosti'. Takšno prošnjo lahko spremlja neposredno izražena potreba po odnosu.

---

<sup>184</sup> Prim. R. S. Lazarus - S. Folkman, *n. d.* 152.

<sup>185</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, 245.

<sup>186</sup> Prim. R. D. Ashmore - F. K. Del Boca, *The social psychology of female-male relations*, Academic Press, New York 1986; W. Ickes, *Sex-role influences on compatibility in relationships*, v: *Compatible and incompatible relationships*, ur. W. Ickes, Springer, New York 1985, 187-208; C. E. Suzki – J. Beavin, *Symmetry and complementarity: An operational definition and a typology of dyads*, v: *The interactional view*, ur. P. Watzlawick & J. H. Weakland, W. W. Norton, New York 1977, 71-87.



Na splošno k izboljšanju lahko pomaga bolj neposreden in odprt pogovor glede posameznikovih potreb, ciljev, čustev, domišljije ipd. Tudi spremembe predstav o odnosu lahko vodijo v drugostopenjsko spremembo, ta pa v izboljšanje odnosa in obvladovanje ljubosumja.<sup>187</sup>

**Okrepitev prijateljstev ali vezi v sorodstvenem sistemu.** To je preprosta razširitev modela romantičnega ljubosumja na druge odnose. White in Mullen predlagata več strategij obvladovanja ljubosumja in ohranjanja razmerja. Ena od strategij obvladovanja je razvijanje alternativnih virov pozitivne samopodobe, potrditve identitete ali izkupičkov odnosa. Prijatelji in družina so verjetno viri teh izkupičkov. Odnosi v širšem okolju lahko prinesejo novo ravnovesje.

Druga strategija je podpora/katarza, do katere lahko pride tako, da posameznik izrazi svoja čustva ob podpori najboljših prijateljev. To lahko prinese nove spremembe v kvaliteti odnosov. V družini lahko otroci pomenijo izvir pozitivne samopodobe za ljubosumnega in lahko ustvarijo medgeneracijsko zvezo, ki pomeni razdelitev moči in ljubezni znotraj družine.<sup>188</sup>

Jasno je, da so potrebne nadaljnje raziskave, da bi ugotovili, katere osebnostne lastnosti in katere značilnosti odnosov so povezane z ljubosumjem. Z drugimi besedami, vedeti bi morali, kateri posameznik bo bolj gotovo zaznal neko obnašanje svojega partnerja kot nasprotno njegovi predstavi o odnosu, in reagiral z ljubosumjem.<sup>189</sup> Spoznanje, od kod izvira ljubosumje, kateri predhodni občutki se rojevajo in kako se posameznik nanje odziva, mu lahko pomaga, da bo izbral boljše načine obvladovanja.

#### 4.5.4. Prispevek družbe k obvladovanju ljubosumja

Družbo zaznamujejo tri glavne težnje, ki so morda tudi podzavesten odziv na problem ljubosumja. Te tri težnje so:

---

<sup>187</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, 246-247.

<sup>188</sup> Prim. G. L. White, *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, 248.

<sup>189</sup> Prim. G. L. Hansen, *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, 226.

1. liberalizacija spolne morale,
2. razpad motivov za 'biti skupaj',
3. premik v smeri bolj enakih, 'simetričnih' žensko/moških odnosov.

Težko bi rekli, da je ljubosumja danes manj kot nekoč, zato lahko sklepamo, da so ti načini obvladovanja ljubosumja neučinkoviti.

Hatfield in Walster uporabljata Schachterjev model in predlagata dve sredstvi za obvladovanje ljubosumja. Družba naj spodbuja ljudi, da občutke ljubosumja poimenujejo drugače (v nekaterih kulturah gledajo drugače na spolni odnos zunaj zakona ali trajne zveze). Drugi predlog pa je, naj družba uči ljudi, da človekova vrednost ni odvisna od partnerja (s tem bi zmanjšali občutek grožnje, strahu, nemoči in žalosti) oz. od kontrole nad nekom (zmanjšanje kontrole sovpada z zmanjšanjem moči, prototipičen predhodni občutek jeze).<sup>190</sup>

### **Sklep**

Na področju strategij obvladovanja je potrebno delo nadaljevati. Spoznati bi morali, kateri načini so učinkoviti in kateri ne. Razen povsod omenjane 'komunikacije' je o strategijah obvladovanja v literaturi o ljubosumju zelo malo jasno povedanega.<sup>191</sup>

---

<sup>190</sup> Prim. D. J. Sharpsteen, *The Organisation of Jealousy Knowledge: Romantic Jealousy as a Blended Emotion*, 47.

<sup>191</sup> Prim. G. L. Hansen, *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, 227.

## 5. Vzroki za ljubosumje

Sociološke analize kažejo, da ljubosumje in druga čustva oblikujejo družba, okolje, procesi in sile. Mikrosociologija odkriva, da je ljubosumje naučeno. Ljubosumje odseva življenjsko izkušnjo posameznika. Mezosociologija ugotavlja, da je ljubosumje družbeno koristno in za družbeni red nujno potrebno. Makrosociologija pa spoznava, da ljubosumje oblikujeta družba in kultura. Ljubosumje odseva zgodovino in vrednote naroda – pomembne vrednote pa so različne glede na čas in prostor. Študije v ZDA kažejo, kako močno se je v njihovi družbi spreminjal pogled na ljubosumje skozi čas.<sup>192</sup>

### 5.1. Sociobiološki vzroki

Sociobiologija skuša povezati raziskovanja in teorije v etnologiji, primerjalni psihologiji in razvojni teoriji. Njena glavna predpostavka je, da je tako živalsko kot človeško socialno obnašanje popolnoma pod genetskim nadzorom. To pomeni, da so posamezna obnašanja ali natančneje zmožnosti za takšna obnašanja podedovana z genetskim prenosom.

Lovejoy<sup>193</sup> denimo meni, da je človeški razvoj gnalo spolno in reprodukcijsko obnašanje zgodnjih hominidov. Eden od pglavitnih vzrokov za umrljivost med mladiči šimpanzov so poškodbe zaradi padcev iz materinega naročja.<sup>194</sup> Padci so pogostejši, če mora mati skrbeti za nabiranje hrane za otroka in zase. Vsaka sprememba obnašanja, ki bi zmanjšala takšno breme, bi povečala rodnost in možnost za preživetje.

Lovejoy meni, da bi k temu lahko prispevala monogamija. Zato razume prizadevanja v tej smeri kot razlog za razvoj družbenosti in genetski prispevek k uveljavljanju monogamnih odnosov ter novega pojmovanja starševstva pri človeških bitjih. Potreba

---

<sup>192</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 297.

<sup>193</sup> Prim. C. O. Lovejoy, *The origin of man*, v: *Science* 211 (1981), 341-350.

<sup>194</sup> Prim. J. Van Lawick-Goodall, *Mother-offspring relationships in free-ranging chimpanzees*, v: *Primate ethology*, ur. D. Morris, Aldine, Chicago 1967, 287-346.

po komunikaciji in sodelovanju v takšnih odnosih lahko prispeva k razlagi dejstva, da so obrazni izrazi jeze, studa, strahu, veselja, žalosti in presenečenja medkulturno razumljivi.<sup>195</sup> Najverjetneje imajo ta čustva in z njimi povezani obrazni izrazi svoj izvor v dobi človeške evolucije.<sup>196</sup>

In zakaj je prišlo do ljubosumja? Verjetno zaradi istih razlogov kot pri ostalih čustvih, ki so pomenila novo prilagodljivost in preživetje. Hupka vidi razlog za žensko ljubosumje v tem, da bi partnerjevo razmerje z drugo žensko ogrozilo preskrbo in pozornost, ki zagotavlja preživetje njenega zaroda.

S tem ko je bilo več časa za zarod, je postala doba učenja daljša. Tu pa se genetska predpostavka ljubosumja zaplete. Zdi se namreč nesmiselno, da bi bil človek, ki je tako učljiv in prilagodljiv na okolje, v svojem čustvovanju genetsko predestiniran. Tako kot vse delovanje človeka so tudi čustveni odzivi postali del socialnega okolja. Preden se ljubosumje lahko zbudi, se moramo naučiti vrednosti romantičnih odnosov, motivov za ljubosumje, cilja ljubosumja, dogodkov, ki ga proizvedejo, njegovih izrazov itd.<sup>197</sup> Lahko bi rekli, da biološka dediščina zagotavlja tvarino za ogenj ljubosumja, zaneti pa ga psihološka iskra.<sup>198</sup>

Da je ljubosumje trdno zakoreninjeno tako v živalih kot v ljudeh, ni dvoma. Petinsedemdeset odstotkov lastnikov mačk in petindevetdeset odstotkov lastnikov psov meni, da njihove živali kažejo znake ljubosumja. Tudi to kaže, da evolucionistična teorija, ki trdi, da služi ljubosumje le ohranjanju monogamije, ne zdrži.<sup>199</sup>

---

<sup>195</sup> Prim. P. Ekman, W. V. Friesen, M. O'Sullivan, I. Diacoyanni-Tarlatzis, R. Karause, T. Pitcairn, K. Scherer, A. Chan, K. Heider, W. A. LeCompte, P. E. Ricci-Bitti, M. Tomita, in A. Tzavaras, *Universals and cultural differences in the judgments of facial expressions of emotion*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 53 (1987), 712-717.

<sup>196</sup> Prim. R. B. Hupka, *The Motive for the Arousal of Romantic Jealousy: Its Cultural Origin*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 252.

<sup>197</sup> Prim. R. B. Hupka, *Cultural determinants of jealousy*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 310-356.

<sup>198</sup> Prim. R. B. Hupka, *The Motive for the Arousal of Romantic Jealousy: Its Cultural Origin*, 254.

<sup>199</sup> Prim. E. W. Mathes, *A Cognitive Theory of Jealousy*, 62.

Sociobiologi so skušali razložiti človeško ljubosumje z vidika teorije o potrebnosti večjega angažiranja staršev in zvestobe. Na prvi pogled se zdi, da njihovi argumenti zdržijo in prispevajo h kontinuiteti med ljubosumjem ljudi in živali. Če pa stvari pogledamo bolj natančno, se pojavijo mnogi ugovori. Zagotovo je imel človek prednosti v boju za obstanek prav zato, ker njegovo specifično družbeno obnašanje ni pod nadzorom genov, ampak ga vodijo procesi socializacije in učenja. Če človeški genotip omogoča takšno prožnost, vsebina obnašanja ne more biti pod določenim genetskim nadzorom. Da bi ljubosumje ali kakšno drugo obnašanje imeli za genetsko določeno, je gotovo največja napaka.<sup>200</sup>

## 5.2. Družbeni in kulturološki vzroki

### 5.2.1. Družbene zakonitosti

Motivi za ljubosumje so posledica dejstva, da človek živi v skupnosti.<sup>201</sup> Skupno življenje zahteva rešitve različnih vprašanj. Med njimi je izbira določene ekonomske enote (tj. družina kot osnovna celica ali klan), oskrba bolnih in ostarelih (odgovornost naslednikov ali vlade), pripadanje premoženja (tj. družini ali klanu) in uravnavanje spolnega vedenja. Kakršenkoli je že način reševanja teh vprašanj, rešitve prinašajo psihološke vplive na člane družbe.

V vsako ljubezensko zvezo in v vsako bitko za moč se vmeša družba. Skupnost ima stalen interes, da se vmešava v ljubezen, ne le zaradi prihodnjih generacij, od katerih je

---

<sup>200</sup> Prim. W. H. Durham, *Toward a coevolutionary theory of human biology and culture*, v: *Evolutionary biology and human social behavior*, ur. N. A. Chagnon & W. Irons, MA: Duxbury Press, North Scituate 1979, 39-58; S. J. Gould, *Biological potential vs. biological determinism*, v: *The sociobiology debate*, ur. A. L. Caplan, Harper & Row, New York 1978, 343-351; S. J. Gould, *Sociobiology and natural selection*, v: *Sociobiology: Beyond nature/nurture?* ur. G. W. Barlow & J. Silverberg, CO: Westview Press, Boulder 1980, 257-269; R. C. Lewontin, S. Rose in L. J. Kamin, *Not in our genes*, Pantheon, New York 1984; S. Rose, *Against biological determinism*, Schocken, New York 1982; M. D. Sahlins, *The use and abuse of biology*, University of Michigan Press, Ann Arbor 1976; J. Silverberg, *Sociobiology, the new synthesis? An anthropologist's perspective*, v: *Sociobiology: Beyond nature/nurture?* ur. G. W. Barlow & J. Silverberg, CO: Westview Press, Boulder 1980, 25-74.

<sup>201</sup> Prim. R. B. Hupka, *Cultural determinants of jealousy*, 310-356.

odvisna, ampak tudi zato, ker je povezanost družbe odvisna od mirne razdelitve dobrin. Promiskuiteta je mogoča le, če se družba sesuje vase in doseže stanje brezzakonja.<sup>202</sup>

Raziskave so torej pokazale, da razlog za pojav ljubosumja leži v družbenih strukturah. Vsiljivec nas ogroža zaradi posledic njegovih dejanj. Posledice pa so utemeljene v družbenih strukturah. Vzemimo za primer družbi A in B. V družbi A je klan tisti, ki skrbi za skupno ekonomijo, v družbi B pa družina. Prispevek posameznika v družbi A ni tako kritičen kot v družbi B, ki jo tvorijo družine kot osnovne celice. Moški in ženska sta drug od drugega manj neposredno odvisna, zato pomeni vsiljivec v družbi A veliko manjšo grožnjo kot v družbi B.<sup>203</sup> Ljubosumje je torej reakcija, ki skuša zaščititi tisto, kar je v družbi vrednota.

### 5.2.2. Kulturološke značilnosti

Ljubosumje je splošen pojav v vseh kulturah, le povod zanj je drugačen. V temelju je vzrok isti, tj. izguba oz. grožnja z izgubo določene vrednote oz. razmerja zaradi vsiljivca. Tako kot se razlikujejo posamezni vzroki, so tudi reakcije zelo različne, pri vseh pa gre vedno za prizadevanje, da bi izgubljeno dobili nazaj oz. da bi grožnjo premagali.

Glede na pogostnost oz. pojavnost ljubosumja lahko razdelimo kulture na kulture z 'nizko stopnjo' in 'visoko stopnjo' ljubosumja. Indijsko pleme Toda je denimo tipična kultura z 'nizko stopnjo ljubosumja'. Poročena oseba ima lahko ljubimca, kar ne povzroči ljubosumja. Hudo ljubosumje pa povzroči razmerje žene z nekom, ki ni iz njihovega plemena.<sup>204</sup> S tega stališča pa je pleme Toda kultura z 'visoko stopnjo' ljubosumja. Takšni odzivi na določeno situacijo kažejo, da je razlog za ljubosumje v ogroženosti, v kateri se znajdejo naučene vrednote in navade. Iz tega lahko sklepamo, da je ljubosumje zaradi naučenih vrednot in navad normalen odziv.<sup>205</sup>

---

<sup>202</sup> Prim. K. Davis, *Jealousy and Sexual Property*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton - L. G. Smith, New York 1998, 103-131.

<sup>203</sup> Prim. R. B. Hupka, *The Motive for the Arousal of Romantic Jealousy: Its Cultural Origin*, 262-263.

<sup>204</sup> Prim. Peter, *Prince of Greece and Denmark, A study of polyandry*, Mouton, The Hague 1963.

<sup>205</sup> Prim. R. B. Hupka, *The Motive for the Arousal of Romantic Jealousy: Its Cultural Origin*, 263.

Na pogojenost ljubosumja s kulturo nam kažejo tudi vzroki zanj, ki so od kulture do kulture različni. Med andaluzijskimi Španci denimo ljubosumje moškega ohranja njegovo čast v očeh skupnosti,<sup>206</sup> za Shone iz Zimbabveja je ljubosumje tisto, ki preprečuje smrt otrok nekega para,<sup>207</sup> in moža v plemenu Yanomama manj skrbi ženina nezvestoba kot možnost, da bi se ne uspel vsiljivcu odkupiti z darili in s postrežbo.<sup>208</sup>

Ljubosumje je tesno povezano s spolnimi navadami določene kulture. Ker pa večina poročil o teh navadah ne govori o čustvih oz. izrecno o ljubosumju, je skoraj nemogoče ugotoviti, kdaj gre za reševanje situacije ljubosumja, kdaj pa za golo upoštevanje navad določenega kraja.<sup>209</sup>

Marsikje je potrebno prešustvo plačati, cena pa je jasno določena. Lahko je odvisna od oblike poroke, od vrednosti žene ipd.<sup>210</sup> V plemenu Bakongo v Afriki velja pravilo, da mora moški plačati za 'uporabo lastnine (žene)' možu 'najemnino'. Če ne more plačati, mora delati na moževem polju. Višina najemnine je odvisna od trajanja razmerja in vrednosti žene, ki jo določa mož.<sup>211</sup>

Plemena Plateau v Zimbabveju so prepričana, da je smrt otroka ali matere med porodom znak prešustva. Ko med porodom umira mati ali njen otrok, jo vprašajo za ime ljubimca, ki je prav tako kriv.<sup>212</sup> Pripadniki plemena Yao iz Afrike pa verjamejo, da

---

<sup>206</sup> Prim. J. Pitt-Rivers, *Honour and social status*, v: *Honour and shame: The values of Mediterranean society*, ur. J. G. Peristiany, University of Chicago Press, Chicago 1966, 19-77.

<sup>207</sup> Prim. J. R. Folta - E. S. Deck, *The impact of children's death on Shona mother and families*, v: *Journal of Comparative Family Studies* 19 (1988), 433-541.

<sup>208</sup> Prim. M. Harris, *Cars, pigs, wars and witches*, Random House, New York 1974.

<sup>209</sup> Prim. C. Lutz - G. M. White, *The anthropology of emotions*, v: *Annual Review of Anthropology* 15 (1986), 405-436.

<sup>210</sup> Prim. L. P. Maire, *African marriage and social change*, v: *Survey of African marriage and family life*, ur. A. Phillips, Oxford University Press, New York 1953.

<sup>211</sup> Prim. J. H. Weeks, *Among the primitive Bakango*, Seeley Service, London 1914.

<sup>212</sup> Prim. C. Gouldsbury - H. Sheane, *The Great Plateau of Northern Rhodesia*, Edward Arnold, London 1911.

nezvestoba moža pred ali med nosečnostjo lahko povzroči poškodbo matere ali otroka.<sup>213</sup>

V mnogih družbah ima žena lahko spolne odnose z drugim moškim, vendar pod določenimi pogoji, ki očitno ne vodijo v ogroženost samopodobe, družbenega položaja ali zakonskega odnosa. Dva para iz plemena Ammassalik v Grenlandiji se lahko dogovorita za izmenjavo partnerjev, če sta oba za to. Pri tem je pomemben tudi obred »odnašanja luči«. Moški namreč vedno lahko dovoli drugemu, da ima spolne odnose z njegovo ženo, vendar mora pred tem obredno odnesti luč iz bivališča.<sup>214</sup> Podobno navado imajo tudi Čukči v Sibiriji.<sup>215</sup> Nekoliko drugačen običaj poznajo v plemenu Toda v Indiji in Lesu v Melaneziji,<sup>216</sup> kjer za 'izposojjo' zahtevajo določeno plačilo.<sup>217</sup>

Posebno pravilo pozna pleme Kaka, kjer imajo nečaki lahko spolne odnose s stričevo ženo. Če mož ugotovi, da je imela žena spolne odnose z drugim moškim, najprej ugotovi, če je ta bil nečak. Če je bil, potem samopodoba moža in odnos z ženo nista okrnjena.<sup>218</sup>

Načini obvladovanja situacije ljubosumja se tudi razlikujejo. Mož iz plemena Apačev je v preteklosti tekmeča brez pomisleka ubil, ženi pa za kazen odrezal konec nosu, da ni bila več privlačna.<sup>219</sup> V 19. stoletju je mož iz plemena Antakerrinya v Avstraliji svojo

---

<sup>213</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 144.

<sup>214</sup> Prim. M. Mead, *Jealousy: Primitive and civilized*, v: *Woman's coming of age*, ur. S. D. Schmalhauser & V. F. Calverton, Horace Liveright, New York 1931, 35-48; J. Mirsky, *The Dakota*, v: *Cooperation and competition among primitive peoples*, ur. M. Mead, McGraw-Hill, New York 1937a; J. Mirsky, *The Eskimo of Greenland*, v: *Cooperation and competition among primitive peoples*, ur. M. Mead, McGraw-Hill, New York 1937b.

<sup>215</sup> Prim. G. Neubeck, *Other societies: An anthropological review of extramarital relations*, v: *Extramarital relations*, ur. G. Neubeck, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1969, 27-69.

<sup>216</sup> Prim. W. H. R. Rivers, *The Melanesians of British New Guinea*, Cambridge University Press, Cambridge 1906.

<sup>217</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 145.

<sup>218</sup> Prim. W. Reyburn, *Kaka kinship, sex and adultery*, v: *Practical Anthropology* 9 (1962), 223-234.

<sup>219</sup> Prim. G. Goodwin, *The social organization of the Western Apache*, University of Chicago Press, Chicago 1942.



ženo zaradi prešustva razrezal ali zažgal.<sup>220</sup> Podobnih primerov je še veliko. Tako grobi načini obvladovanja imajo podobno kot drugi načini za svoj cilj zmanjšati grožnjo razmerju in morda ohranjanje družbene veljave ali pozitivne samopodobe.

Razlike med kulturami, ki smo jih bežno predstavili, ponujajo nekatera sklepanja. Kažejo na to, da je ljubosumje prisotno v vsaki družbi, situacije, ki ga zbudijo, pa so zelo različne, prav tako tudi odzivi nanj. Strategije obvladovanja imajo v ospredju skoraj povsod telesno, finančno ali simbolično kazen za tistega, ki je kršil kulturne običaje glede spolnih navad. Uporaba družbeno določenih sankcij je najbolj splošen način za zavarovanje odnosa pred tekmečem.

### 5.3. Vzroki, ki izvirajo iz odnosa

V bistvu ljubosumja sta dve temeljni vrednoti. Najprej je želja biti ljubljen. Ljudje smo družabna bitja, zato si želimo odnosov, iz katerih izvirata sprejetost in potrditev. Človeški odnosi določajo samo bistvo posameznika. Druga vrednota pa je želja po osebni integriteti. Ljudje si želimo potrditve, da je naš pogled na svet razumen in pomemben. Te potrditve si želimo v najpomembnejših odnosih.<sup>221</sup>

#### 5.3.1. Izguba formativne pozornosti bližnjega

Ljubosumje se rodi kot občutek ogroženosti, ki ga sproži strah pred izgubo pozornosti bližnjega.<sup>222</sup> Ljubosumja ne povzroči izguba katerekoli pozornosti, ampak izguba pozornosti, ki jo Tov-Rouch<sup>223</sup> imenuje 'formativna pozornost'. Formativna pozornost je tista pozornost, ki je sestavni del samopodobe nekega posameznika.

---

<sup>220</sup> Prim. G. Taplin, *The folklore, manners, customs, and language of the South Australian Aborigines*, Spiller, Adelaide 1879.

<sup>221</sup> Prim. W. B. Swann, *Identity negotiations: Where Two roads meet*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 53 1987, 1038-1051.

<sup>222</sup> Prim. J. Neu, *Jealous thoughts*, v: *Explaining emotions* (pp. 425-463). ur. A. O. Rorty, University of California Press, Berkeley 1980; L. Tov-Rouch, *n. d.*, 465-488.

<sup>223</sup> Prim. L. Tov-Rouch, *n. d.*, 465-488.

Če ljubosumje označimo ožje kot enoznačno vrsto čustvenega doživljanja, lahko uporabimo Parrottovo definicijo: ljubosumje je vrsta anksiozne negotovosti, ki izvira iz zaznave grožnje odnosu, ki zagotavlja formativno pozornost. Zaznava take grožnje osebi prinaša občutek negotovosti glede položaja razmerja in tudi glede vidikov samega sebe, ki jih razmerje potrjuje.<sup>224</sup> Občutek negotovosti se lahko pojavlja tudi pri drugih doživljanjih, za ljubosumje pa je značilno, da nastopi naenkrat in prinaša strah in negotovost. Ta ozka oznaka ljubosumja je pomembna zato, ker iz te središčne točke pogosto izvirajo drugi čustveni odzivi, ki nastopijo pri ljubosumju.

Lahko bi rekli, da je v jedru ljubosumja potreba po tem, da smo nekomu potrebni. Ta potreba obstaja, ker odnosi z drugimi ustvarjajo in potrjujejo določen vidik nas samih. Določeni vidiki nas samih so sami po sebi medosebni.<sup>225</sup> Druge potrebujemo ne le zaradi potrditve samopodobe, ampak tudi zato, ker jo ob njih gradimo. Stalen odnos, ki vključuje te vrste interakcij, je stalen izvir samopotrditve. Grožnja pred izgubo takšnega odnosa je grožnja pred izgubo samega sebe in ne izgubo 'lastnine',<sup>226</sup> kot nekateri napačno razlagajo. To dejstvo pojasnjuje zakaj je najpogostejše ljubosumje t.i. romantično ljubosumje. Če je nekdo ljubosumen na zanimanje ljubljenega za romantičnega tekmeča, so vidiki, ki so ogroženi, zanj hkrati središčni in pomembni. Podobno je z enim najmočnejših ljubosumij, tj. ljubosumje otrok v isti družini. Tudi tu gre za središčen in pomemben vidik – starše.<sup>227</sup>

### 5.3.2. Psiho-socialni vidik ljubosumja: Transakcijski model

Transakcijski funkcionalisti trdijo, da gradimo verjetnosti glede pričakovanj na osnovi izkušenj in da te verjetnosti prenašamo v vsako novo situacijo.<sup>228</sup> Transakcijski pogled so preverjali v teoriji in raziskavah na primeru objektnega zaznavanja,<sup>229</sup> družbenega

---

<sup>224</sup> Prim. G. W. Parrott, *The Emotional Experiences of Envy and Jealousy*, 18.

<sup>225</sup> Prim. L. Tov-Rouch, *n. d.*, 465-488.

<sup>226</sup> Prim. K. Davis, *Jealousy and sexual property*, 395-405.

<sup>227</sup> Prim. G. W. Parrott, *The Emotional Experiences of Envy and Jealousy*, 19.

<sup>228</sup> Prim. J. P. Chaplain, *Dictionary of psychology (rev. ed.)*, Dell, New York 1975.

<sup>229</sup> Prim. A. Jr. Ames, *Reconstruction of the origin and nature of perception, v: Vision and action*, ur. S. Ratner, NJ: Rutgers University Press, New Brunswick 1953, 251-274; E. Brunswick, *Systematic and representative design of psychological experiments*, University of California Press, Berkeley 1947.

zaznavanja<sup>230</sup> in družbenega spoznavanja.<sup>231</sup> Če to prenesemo na ljubosumje, transakcijski model vodi k sklepu, da ni nobenih apriornih okoliščin, ki bi spodbudile k ljubosumju. Ljubosumje je po tej teoriji družbeni konstrukt, ki je vgrajen v kulturni kontekst. Zaznavanje dogodkov je proces, v katerem se posameznikove izkušnje povezujejo z zaznanimi podatki iz družbenega okolja in tako oblikujejo končno zaznavo. Tako je zaznavanje dogodkov v družbenem okolju 'transakcija' oz. prenos med osebo in družbenim okoljem. Obe sestavini vplivata na končni rezultat, vendar različno.<sup>232</sup>

### **Vloga predanosti, negotovosti in občutljivosti**

Transakcijski model ljubosumja poudarja medsebojno odvisnost osebe in družbenega okolja, ki določa pomen, ki izvira iz toka dogodkov v odnosu. Ta pogled poudarja pomembnost predanosti, negotovosti in občutljivosti, ki določajo odzive ljubosumja. Ti elementi niso samo vzroki ljubosumja, ampak jih ljubosumje tudi določa in spreminja. Narava medsebojne odvisnosti kaže na to, da so odnosi in ljubosumje procesi,<sup>233</sup> ne stalna stanja.<sup>234</sup>

*Predanost.* Preden lahko ljubosumje sploh nastopi, mora priti do razmerja, ki predstavlja neko 'investicijo', ki obeta določene rezultate v prihodnosti. Lahko bi rekli, da več ko nekdo 'stavi', več pričakuje. Večja predanost v nekem razmerju predstavlja večjo možnost močnejšega ljubosumja.

*Negotovost.* Če je predanost rezultat dobre ocene odnosa med partnerjema, je na drugi strani negotovost rezultat ugotavljanja ljubljenе osebe, koliko ji je partner predan. Negotovost je odvisna od:

---

<sup>230</sup> Prim. F. Heider, *The psychology of interpersonal relations*, Wiley, New York 1958.

<sup>231</sup> Prim. H. Markus - R. B. Zajonc, *The cognitive perspective in social psychology*, v: *The handbook of social psychology* (3rd ed., Vol. 1.), ur. G. Lindzey & E. Aronson, Random House, New York 1985, 137-230.

<sup>232</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 104.

<sup>233</sup> Prim. S. Duck, & H. Sants, *On the origin of the specious: Are personal relationships really interpersonal states?* v: *Journal of Social and Clinical Psychology 1* (1983), 27-41; R. B. Hupka, *Jealousy: Compound emotion or label for a particular situation?* 141-155.

<sup>234</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 126.

- negotovosti glede partnerjevih namenov,
- sprememb glede partnerjeve predanosti,
- nenadnih sprememb, ki jih imenujemo dogodki, ki izzovejo ljubosumje.

*Občutljivost.* Izraz občutljivost pomeni dovzetnost za vzburjenje (čustveno, značajsko),<sup>235</sup> ki poveča intenzivnost čustvenih reakcij, ki jih osebe izkusijo kot posledico prvotne ocene ljubosumje zbujačnega dogodka.<sup>236</sup>

Na stopnje predanosti, negotovosti in občutljivosti vplivajo oseba, odnos in situacija. Znotraj teh področij lahko spremenljivke organiziramo v smislu stabilnih in spremenljivih kvalitiet. Po transakcijskem modelu ljubosumje ni posledica enega samega vzroka, ampak je rezultat prepletanja predanosti, negotovosti in občutljivosti.<sup>237</sup>

### 5.3.3. Izmenjalno-teoretični pogled

Osnovne trditve tega pogleda bi lahko strnili v dva stavka. Odnosi so bolj zadovoljujoči in stabilni, kadar je dobitek (priznanja, kazni in vlaganja) obeh partnerjev bolj ali manj enak. V teku odnosa postaja dobitek obeh partnerjev medsebojno prepleten in pozitivna izkušnja enega lahko pripomore k priznanju drugega (»srečen/na sem, ker je on/ona srečen/na«). Partnerja imata v razmerju 'kontrola nad usodo' drug drugega do te mere, da vsak skrbi za to, kaj drugi naredi zanj oz. zanjo. Imata tudi 'vedenjsko kontrolo' do te mere, da je njuno priznanje odvisno od določene kombinacije dejanj obeh.

*Splošne ugotovitve iz raziskav, narejenih z vidika družbeno-izmenjalne teorije.*<sup>238</sup>

#### 1. Izmenjava in koordinacija

Partnerja v intimnem odnosu potrebujeta drug drugega, da prideta do želenega izida, ki vključuje instrumentalno podporo, naklonjenost, spolno izpolnitev in čustveno podporo.

---

<sup>235</sup> Prim. D. Derryberry, - M. K. Rothbart, *Arousal, affect and attention as components of temperament*, v: *Journal of Social and Personality Psychology* 55 (1998), 958-966.

<sup>236</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 126.

<sup>237</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 107.

<sup>238</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, 152.

Da bi prišla do takšnega rezultata, uporabljata dvoje sredstev, pravi Kelley: (a) izdelati morata način medsebojne izmenjave priznanj oz. pohval, ki temelji na zgoraj omenjeni 'kontroli nad usodo'; (b) koordinirati morata dejavnosti in obnašanje, saj je rezultat dostikrat odvisen od dejavnosti obeh.<sup>239</sup>

## **2. Norme in pravila**

Da bi partnerja dosegla omenjeni rezultat, sprejmeta določene norme in pravila, bodisi iz okolja bodisi drug od drugega, in se čutita odgovorna za njihovo upoštevanje.

## **3. Dodatne analize**

V razvoju odnosa posameznik natančno posname obnašanje bližnjega in spozna, do kod je bližnji dovzeten za njegove izide. Glede na to se oblikujeta dva procesa: (a) direktno nagrajevanje oz. kaznovanje in (b) čustvene reakcije, ki izvirajo iz 'dopolnil' v partnerjevem obnašanju.

## **4. Dobitek ljubosumnega v razmerju s partnerjevim dobitkom**

Razmerje med dobitki partnerjev, ki izvirajo iz odnosa, močno vpliva na njune odzive. Grobo rečeno je pravilo enakosti pričakovanje obeh partnerjev, da bosta v odnosu prejela toliko, kolikor sta vanj vložila. Kršenje enakosti vodi v razočaranje in poskus obnove ravnotežja. Tisti, ki je v odnosu prikrajšan, je bolj verjetno ljubosumen. Stalen občutek prikrajšanosti pa je lahko tudi posledica podcenjevanja tistega, kar partner v odnos vloga.<sup>240</sup>

Občutek, da je nekdo že tako ali tako več dobil, pa si je privoščil še varanje, lahko izzove opravičilo, kot je recimo prošnja (npr. nisem se mogel upreti...), medtem ko slabše izhodišče lahko izzove zagovarjanje lastnega dejanja. Tisti, ki menijo, da so v odnos vložili več, so bolj ljubosumni in se v ljubosumju počutijo negotove, prestrašene, zmedene in jezne nase, partner pa jih spolno tudi bolj privlači.<sup>241</sup>

## **5. Vidiki medsebojne odvisnosti**

---

<sup>239</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, 152.

<sup>240</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, 153.

<sup>241</sup> Prim. D. Amstutz, *Androgyny and jealousy*, v: *Unpublished doctoral dissertation*, Northern Illinois University 1982.

Odvisnost se nanaša na prepričanje osebe, da je dobiček v prvotnem odnosu večji od tistega, ki je mogoč v najbližjem možnem odnosu. Če podobni dobitki v drugem odnosu niso mogoči, je partner bolj odvisen od odnosa in zato bolj ranljiv. Odvisnost pa povečuje možnost idealiziranja obstoječega odnosa.<sup>242</sup>

Večja ko je odvisnost, večja je verjetnost ljubosumja. Bolj odvisni partner je v ljubosumju depresivnejši in v agresivnosti obrnjen vase, medtem ko je manj odvisni partner bolj jezen in maščevalen. Zdi se, da so ne glede na trenutno kakovost zakona bolj podvrženi ljubosumju tisti posamezniki, ki imajo malo možnosti za drugačna razmerja (PS mož). Ženske se imajo v anketah za relativno bolj odvisne kot moški.<sup>243</sup>

a) **Ustreznost dobitkov** poteka po primerjalni stopnji in primerjalni stopnji možnosti, ki smo ju že omenili.

b) **Stopnja odvisnosti** je stopnja možnosti kontrole in vplivanja na medsebojni dobiček. Ta stopnja je neposredno vezana na stopnjo ljubosumja.

c) **Relativna odvisnost** je odvisnost partnerja od njunega razmerja. Posameznik je manj odvisen od razmerja, če ima zunaj tega razmerja več možnosti za prejemanje priznanja oz. potrditve. Bolj odvisna oseba bo glede na večje vlaganje lahko tolerirala slabši dobiček, bo pa bolj ljubosumna.<sup>244</sup> V reakcijskem ljubosumju je običajno odnos dokaj trden in zadovoljujoč ter ne kaže na občutenje negotovosti in prilagoditve. Sumničavo ljubosumje je v večji meri prisotno med tistimi, ki so bolj odvisni od partnerja in nezadovoljni z razmerjem ter občutijo negotovost in neprilagojenost.<sup>245</sup>

---

<sup>242</sup> Prim. K. L. Dion - K. K. Dion, *Correlates of romantic love*, v: *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 41 (1973), 51-56; K. L. Dion - K. K. Dion, *Self-esteem and romantic love*, v: *Journal of Personality* 43 (1975), 39-57; E. J. Kanin, K. D. Davidson in S. R. Scheck, *A research note on male-female differentials in the experience of heterosexual love*, v: *The Journal of Sex Research* 6 (1970), 64-72; T. D. Kemper, *A social interactional theory of emotions*, Wiley, New York 1978.

<sup>243</sup> Prim. G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310; G. L. White, *Gender, power, and romantic jealousy*, v: *Unpublished manuscript, University of Auckland, New Zealand, Auckland 1985c*.

<sup>244</sup> Prim. G. L. White, *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, 24-30; H. H. Kelley, *What do we know about interpersonal relations? An interdependency theory perspective*, v: *Paper presented at the Fourth International Conference on Personal Relationships*, British Columbia, Vancouver 1988 July 3.

<sup>245</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, 170-171.

Kelly<sup>246</sup> v svoji teoriji medsebojne odvisnosti ugotavlja, da so vrste konfliktov najbolj odvisne od tega, koliko se je nekdo pripravljen žrtvovati za dobiček bližnjega na račun lastnega dobitka. Konflikti se razlikujejo glede na dve razsežnosti: koliko služi neko vedenje interesu akterja ter koliko je akter pozoren na interese razmerja in tako odgovarja na interes partnerja. Na podlagi tega lahko razlikujemo pet vrst konfliktov:

- kaznovanje/nasilje (izvira iz nasprotovanja dveh različnih interesov),
- izogibanje,
- kompromis,
- blažitev,
- reševanje problema.

Ta terminologija je zelo primerljiva z drugimi terminologijami reševanja konfliktov. Najpogostejši odziv pri ljubosumju je kaznovanje in nasilje.

Buunk je v raziskavah ugotovil, da na reakcijsko ljubosumje najbolj vpliva stopnja odvisnosti. Na preventivno ljubosumje ima enak vpliv kot stopnja odvisnosti pomanjkanje zadovoljstva v odnosu.<sup>247</sup>

#### 5.3.4. Druge značilnosti odnosa, ki vplivajo na ljubosumje

##### **Vlaganje in dobiček**

Več ko nekomu odnos pomeni, bolj si bo prizadeval, da ga obdrži. Vrednost odnosa je odvisna predvsem od vloženega časa, energije in od zadovoljstva, ki ga prinaša. Kakovost vlaganja in dobitka lahko delno določa izkušnjo ljubosumja in prizadevanja za obvladovanje. Večje ko je **zadovoljstvo** v nekem odnosu, manj je prostora za ljubosumje.

##### **Odvisnost samopodobe od odnosa in ranljivost**

---

<sup>246</sup> Prim. H. H. Kelley, *Personal relationships: Their structure and processes*, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1979; C. Schaap, B. Buunk in A. Kerkstra, *Marital conflict resolution, v: Perspectives on marital interaction* (Monographs in Social Psychology of Language, Vol. 1.), ur. P. Noller & M. A. Fitzpatrick, Multilingual Matters, Philadelphia 1988, 203-244.

<sup>247</sup> Prim. B. Buunk, *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, 171.

Samopodoba posameznika je pogosto odvisna od tega, kako ga partner ceni. Ljudje so ranljivi toliko, kolikor sami ne zmorejo zaščititi samopodobe in življenja, ki jim prinaša tisto, kar je zanje vredno (nagrade).

Odvisnost samopodobe od odnosa je normalna značilnost mnogih romantičnih razmerij, zato lahko pogosto vpliva na kompleks ljubosumja. Da bi se zavarovali pred možnostjo izgube ali jo zmanjšali, se oprimejo 'varnostnih ukrepov'.<sup>248</sup>

### **Dopolnjevanje ali prekrivanje vlog**

Za kvaliteto odnosa je pomembno, da se vloge obeh partnerjev dopolnjujejo. Če pride do prekrivanja vlog, odnos slabi in prihaja do trenj. Kakovost odnosa pa vpliva na nastop ljubosumja.

### **Občutek neustreznosti za razmerje**

Občutek posameznika, da partnerju ne ustreza, poveča ranljivost samopodobe, zbudi občutek, da bo partner z lahkoto našel boljšega tekmeca, in s tem prebudi strah pred izgubo odnosa. To pa je povod za ljubosumje.

Roy<sup>249</sup> navaja, da je bilo v večini 150 primerov zlorabljenih žensk, ki jih je raziskovala, ljubosumje tesno povezano s problemi s spolnostjo in z dvomom njihovih mož o njihovi spolni ustreznosti. Spolna neustreznost je lahko posledica nezadovoljevanja partnerjevih spolnih potreb in praks ali pa izvira iz sprevrženega spolnega razmerja.

### **Ekskluzivne norme in pričakovanja**

Ekskluzivne norme in pričakovanja lahko vodi spolna ali nespolna ekskluzivnost. Primeri nespolne ekskluzivnosti so denimo intimni pogovori, dajanje nasvetov, podpore ali pomoči v različnih situacijah, čas razvedrila ipd. Te norme se zdijo zelo razširjene in močne, kar verjetno potrjuje njihovo sposobnost, da zagotavljajo varnost za večino

---

<sup>248</sup> Prim. H. H. Kelley, *Love and commitment*, 265-314; K. L. Dion - K. K. Dion, *Correlates of romantic love*, v: *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 41 (1973), 51-56; K. L. Dion - K. K. Dion, *Self-esteem and romantic love*, v: *Journal of Personality* 43 (1975), 39-57; R. M. Knudson, *Marital incompatibility and mutual identity confirmation*, v: *Compatible and incompatible relationships*, ur. W. Ickes, Springer, New York 1985, 233-252.

<sup>249</sup> Prim. M. Roy, *A current survey of 150 cases*, v: *Battered women: A psychological study of domestic violence*, ur. M. Roy, Van Nostrand Reinhold, New York 1977, 98-109.



vlaganj, nagrad in vidikov samega sebe. Skupna ugotovitev klinično usmerjenih opazovanj je, da kršenje nespolne ekskluzivnosti spodbuja k ljubosumju.<sup>250</sup>

Zdi se, da sta partnerja bolj gotova in manj ljubosumna tam, kjer je norma spolne ekskluzivnosti močnejša.

### **Ljubezen in ljubosumje**

Splošno prepričanje je, da je ljubosumje bodisi znak osebne negotovosti bodisi resnične ljubezni.<sup>251</sup> Lee<sup>252</sup> vidi šest vrst ljubezni: *eros* (telesna privlačnost), *ludus* (želja po nezavezujočih odnosih), *storge* (predana navezanost, malo strasti), *mania* (močna romantična ljubezen, ki potrebuje neprestano zagotavljanje vzajemnosti), *agape* (altruistična ljubezen) in *pragma* (ljubezen, ki temelji na utilitarističnem pogledu). White<sup>253</sup> je poročal, da je bilo ljubosumje v raziskavah povezano z *eros*, *storge* in *mania*, negativno pa z *ludus*. Eros je bila povezana z ljubosumnim strahom, *storge* s strahom in depresijo, *mania* pa z vsemi tremi čustvi. Ljudje, ki si ne želijo predane ljubezni, občutijo malo ljubosumja. Običajno so ljudje, ki imajo za seboj mnoge ljubosumne odnose, manični ljubimci. Mania je strastna ljubezen, ki potrebuje stalno potrditev, kar gotovo izvira iz temelja te ljubezni. Spolna privlačnost in strast sta hitro minljivi, zato je strah pred izgubo toliko bolj razumljiv.

Tudi pri **homoseksualcih** in **lezbijkah** je prisotno ljubosumje. Pri slednjih še toliko bolj, ker je strah pred tem, da bo partnerica našla partnerja, večji. Tudi v '**svobodnih zakonih**' je ljubosumje eden največjih problemov. Znebiti se ga skušajo z določanjem pravil, ki bi zagotovile varnost. Gilmartin<sup>254</sup> je ugotovil, da 'svobodni' partnerji

---

<sup>250</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, Englewood Cliffs 1977; L. L. Constantine, *Jealousy: From theory to intervention*, 383-398; L. H. Farber, *On jealousy*, v: *Commentary*, 55 (1973), 180-202; R. Mazur, *Beyond jealousy and possessiveness*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton & L. G. Smith, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1977, 181-187.

<sup>251</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *n. d.*; S. Sommers, *Adults evaluating their emotions: A cross-cultural perspective*, v: *Emotion in adult development*, ur. C. Malatesta & C. Izard, CA: Sage, Beverly Hills 1984, 161-185.

<sup>252</sup> Prim. J. A. Lee, *A typology of styles of loving*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 3 (1977), 173-182.

<sup>253</sup> Prim. G. L. White, *Jealousy and attitudes toward love*, v: *Unpublished manuscript* 1977.

<sup>254</sup> Prim. B. G. Gilmartin, *Jealousy among the swingers*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton & L. G. Smith, NJ:

razlikujejo med 'telesno usmerjeno' in 'čustveno usmerjeno' spolnostjo ter verjamejo v psihološko in ne telesno monogamijo. Ljubosumje je pri njih prisotno le, če ima partner z drugo osebo 'čustveno usmerjen' spolni odnos. V takšnih odnosih družbeno primerjanje s tekmečem bolj ogroža moške kot ženske.

Pred ljubosumjem niso imuni niti **skupinski zakoni** in **skupnosti**. Raziskave kažejo, da je romantično ljubosumje pomemben problem v skupnostih nasploh, še posebej v skupinskih zakonih.<sup>255</sup> L. L. Constantine - J. M. Constantine<sup>256</sup> sta pregledala 30 skupinskih zakonov in poročata, da je ljubosumje problem za 80 % anketiranih. Po vseh doslej opravljenih raziskavah je težko reči, ali je ljubosumje v tako imenovanih spolno svobodnih zvezah večji ali manjši problem kot v tradicionalnih oblikah zakona.

### **Izzivanje ljubosumja**

White<sup>257</sup> je proučeval osebe, ki so priznale, da so namerno spodbujale ljubosumje v svojem romantičnem odnosu. Našel je pet motivov za takšno početje:

- preverjati moč odnosa,
- pridobiti posebno priznanje,
- prizadeti partnerja, ker se srečuje z drugim,
- utrditi samopodobo,
- kaznovati partnerja.

Ženske pogosteje izzivajo ljubosumje kot moški, še posebej, če več vlagajo v odnos.

---

Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1977, 152-158.

<sup>255</sup> Prim. L. L. Constantine - J. M. Constantine, *Sexual aspects of multilateral relations*, v: *Beyond monogamy*, ur. J. R. Smith & L. G. Smith, Johns Hopkins University Press, Baltimore 1974, 268-290; R. M. Kanter, *Commitment and community: Communes and utopias in sociological perspective*, MA: Harvard University Press, Cambridge 1972; I. W. Ramey, *Communes, group marriage, and the upper middle class*; v: *Beyond monogamy*, ur. J. R. Smith & L. G. Smith, Johns Hopkins University Press, Baltimore, 214-229.

<sup>256</sup> L. L. Constantine, *Jealousy: From theory to intervention*, v: *Treating relationships*. ur. D. H. Olson, IA: Graphic, Lake Mills 1976, 383-398.

<sup>257</sup> Prim. G. L. White, *Inducing jealousy: A power perspective*, 222-227.

## Sklep

Raziskovanje ljubosumja z vidika odnosov je kompleksno in pogosto prinaša protislovne rezultate. Protislovja se kažejo denimo pri ugotavljanju povezav med pozitivno samopodobo in ljubosumjem. Medtem ko Bringle<sup>258</sup> pri raziskavi ugotavlja tesno povezanost med njima, mnoge študije priznavajo le delno potrditev teh rezultatov (e.g. za en spol<sup>259</sup>), medtem ko drugi niso uspeli najti nobenih pomembnih povezav.<sup>260</sup>

Težave izvirajo v razlikovanju med vzroki, ki se porajajo iz odnosov, in onimi, ki izhajajo iz osebnostnih lastnosti. Težavno in dvoumno je pogosto tudi merjenje. Pri merjenju igrajo pomembno vlogo tako izrazi kot način anketiranja. Nekaterih izrazov se avtomatsko izogibamo zaradi predsodkov, druge morda zelo različno razumemo itd. Problemi se pojavijo tudi zaradi pomanjkljive teoretične podlage, ki bi razjasnila, kateri vidiki odnosa so za ljubosumje pomembni. To pa je razumljivo zaradi razvoja teorije intimnih odnosov in sorazmerno kratkega obdobja raziskovanja ljubosumja.<sup>261</sup>

Različne ugotovitve na podlagi narejenih raziskav so raziskovalcema Clantonu in Smithu<sup>262</sup> zbudila dvom o ustreznosti takšnega načina ugotavljanja vzrokov za ljubosumje. Spraševala sta se, ali ni mogoče, da je oseba, ki prizna občutke ljubosumja, lahko dejansko manj ljubosumna kot tista, ki te občutke zanika. Vendar teh predpostavk ni nihče potrdil.<sup>263</sup>

---

<sup>258</sup> Prim. R. G. Bringle, *Conceptualizing jealousy as a disposition*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 274-290.

<sup>259</sup> Prim. B. Buunk, *Husband's jealousy*, 97-114; G. L. Hansen, *Dating jealousy among college students*, 713-721; G. L. Hansen, *Perceived threats an marital jealousy*, 262-268; G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310.

<sup>260</sup> Prim. B. Buunk, *Anticipated sexual jealousy: Its relationship to self-esteem, dependence and reciprocity*, 310-316; G. L. White, *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, 24-30; E. W. Mathes - N. Severa, *Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development*, 23-31.

<sup>261</sup> Prim. R. G. Bringle, - B. Buunk, *Jealousy and social behavior: a review of personal, relationship and situational determinants*, 241-264; G. Clanton, *Frontiers of jealousy research*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 259-273;

<sup>262</sup> Prim. Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, Englewood Cliffs 1977.

<sup>263</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 117.

Ugovor se je tudi glasil, da so meritve razpoložljivega ljubosumja meritve tega, kar posameznik pričakuje v prihodnji umišljeni situaciji, to pa se lahko močno razlikuje od dejanskih občutkov in reakcij v konkretni situaciji.<sup>264</sup> Bringle<sup>265</sup> ugotavlja, da ni bistvenih razlik v odgovorih pri tistih, ki so odgovarjali na umišljeno situacijo, in odgovorih, ki so temeljili na trenutni izkušnji.

Raziskave povezav med razvojem posameznika in ljubosumjem so najočitneje pokazale na tesno povezanost med pripravljenostjo priznati lastne slabosti in priznati ljubosumje. Te ugotovitve razkrivajo, kako težko je ljubosumje priznati v lastni oceni, pa naj bo anketa še tako prefinjena. Tisti, ki so nad seboj razočarani, so bolj pripravljeni priznati ljubosumje.<sup>266</sup>

Pomembno bi bilo premakniti raziskovanje ljubosumja od idejne in metodološke usmerjenosti na ljubosumno osebo v teorijo in raziskovanje, ki obsega medosebni sistem ljubosumja. Nedvomno je to zahtevna naloga tako s praktičnega kot teoretičnega vidika, vendar bo prav širši pogled največ prispeval k temu, da dozori teorija in postane zdravljenje ljubosumja učinkovitejše.<sup>267</sup>

## 5.4. Osebnostni vzroki

Freudovska psihoanalitična tradicija je edini močnejši pristop k teoriji osebnosti, ki je ponudil sistematične razlage ljubosumja. Zato se bomo v tem poglavju najprej ustavili

---

<sup>264</sup> Prim. G. Clanton, *Frontiers of jealousy research*, 259-273.

<sup>265</sup> Prim. R. G. Bringle, *Some thoughts on critical issues in jealousy*, v: *Themes for progress in jealousy research*, ur. G. L. White (Chair), *Symposium conducted at the Second Iowa Conference on Personal Relationships*, Iowa City 1989c.

<sup>266</sup> Prim. G. Clanton - D. J. Kosins, *Developmental Correlates of Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 139.

<sup>267</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 140-141.

pri Freudovem pogledu na ljubosumje, ki poudarja ojdipovski konflikt in projekcijo spolnih dražljajev, ki zbuja strah.

Naslednji pomemben pristop predstavlja razvojni vidik ljubosumja, ki govori o tekmovalnosti med otroki in o ljubosumju. Na žalost je do danes zelo malo raziskav, ki bi ljubosumje otroka povezovali z ljubosumjem v odrasli dobi. Kljub temu nam je razumevanje potez ljubosumja pri otroku lahko koristno pri razumevanju tega pojava nasploh.

Zadnji vidik vzrokov so osebnostne lastnosti. Jedro tega pogleda se vrti okrog samopodobe.

#### 5.4.1. Ugotovitve freudovske psihoanalize

Freudovska analitična razlaga pravi, da je značajska patologija posledica težav v prehodu skozi predojdipovske faze ali skozi ojdipovski konflikt. Patološke posledice se lahko odražajo v 'kompulzivnem ponavljanju', ki pomeni iskanje situacij v odrasli dobi, v katerih je mogoče obvladati potlačene strahove iz otroštva. Pri tem reševanje ni popolnoma uspešno, ker ostane pravi konflikt še naprej potlačen. S tega vidika se ljubosumje pridružuje dolgemu seznamu drugih ponavljajočih se nevrotičnih vzorcev s predpostavko neposrednega obvladovanja nezavednih strahov.<sup>268</sup>

Drugi izraz je značajska patologija, ki dopušča, da oseba kronično potrebuje samopoveličujočo ljubezen s strani drugih in dozdevnih tekmecev. Freud je pokazal na 'narcistično rano' v ljubosumju, drugi pa so prikazali posledice prvotnega narcizma in njegovo patologijo na ljubosumje. Odrasli s takšno patologijo potrebujejo stalno občudovanje drugih, da bi ohranili krhek občutek lastne vrednosti. Hkrati sta zanje značilna nezaupanje in zavist.<sup>269</sup>

---

<sup>268</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: S. Fenichel, *The psychoanalytic theory of neurosis*, Norton, New York 1945; S. Freud, *New introductory lectures on psychoanalysis*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, (Vol. 22), ur. J. Strachey (Ed. and Trans.), Hogarth Press, London 1964, 3-158; K. Horney, *The neurotic personality of our time*, Norton, New York 1937; M. Klein, - J. Riviere, *Love, hate, and reparation*, Norton, New York 1964.

<sup>269</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 78-79.

Kot smo videli v poglavju 3.1.2., kjer so predstavljene različne definicije ljubosumja, Freud<sup>270</sup> na podlagi raziskav ljubosumje razvršča v tri skupine: tekmovalno ali ojdipovsko (normalno), projekcijsko in halucinacijsko. Glede na to razdelitev psihoanalitiki ugotavljajo tudi vzroke oz. zaradi različnih vzrokov so ustvarili takšno delitev. Poglejmo si vzroke za posamične vrste ljubosumja.

### **Tekmovalno ali ojdipovsko (normalno) ljubosumje**

Normalno ljubosumje nastopi, ko je oseba prepričana, da obstaja tekmeč. Vedno odraža del 'najzgodnejšega vznemirjenja iz otrokovega čustvenega življenja'. Pretirana čustvenost ljubosumja nastopi zaradi nezavedno ponovno prebujenega potlačenega ojdipovskega konflikta in konflikta med brati in sestrami. Ker so ti konflikti splošni, Freud meni, da so tisti, ki kažejo malo znakov ljubosumja, doživeli posebno močno potlačitev otroških konfliktov. Ti globoko potlačeni konflikti pa naj bi bili še posebej močni v podzavesti.<sup>271</sup>

### **Projekcijsko ljubosumje**

Projekcijsko ljubosumje nastopi kot posledica nezvestobe posameznika ali pa izvira iz impulzov, ki spodbujajo k takšni nezvestobi. Obnašanje ali impulzi vodijo v občutek krivde, ki je lahko zaveden ali nezaveden. Projekcija je obramba proti krivdi, ki jo zbudi heteroerotična privlačnost do drugih. Intenzivnost in kakovost krivde sta vezani na predojdipovske predhodnike in ojdipovske dinamike nadjaza. Močni napadi na nadjaz povečajo potrebo po obrambi z represijo, zanikanjem in projekcijo. Če je projekcija usmerjena v ljubljene, zavestna izkušnja govori o tem, da ljubljeno osebo privlači oz. verjetno privlači tekmeč. Ljubosumni zato raje napadejo ljubljene, kot da bi napadli sebe, ali pa se poistovetijo s svojim partnerjem in poskušajo obvladati svoj nezavedni konflikt z obvladovanjem predvidene privlačnosti partnerjev.<sup>272</sup>

---

<sup>270</sup> Prim. S. Freud, *Über einige Neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität*.

<sup>271</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 77-78.

<sup>272</sup> Prim. M. Klein, - J. Riviere, *n. d.*; E. Jones, *Jealousy*, v: *Papers on psychoanalysis*, ur. E. Jones, Balliere, Tindall, London 1937, 469-485; R. Waelder, *The structure of paranoid ideas: A critical survey of various theories*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 32 (1951), 167-177.

Freud to pojasnjuje na primeru 53-letne žene, ki jo po 30 letih zakona zaradi anonimnega pisma, v katerem piše, da ima njen mož razmerje z neko žensko, zgrabi bolešno ljubosumje, čeprav ve, da je pismo lažno. Freud razlaga, da je to posledica ženinega strahu pred potlačeno željo, da bi imela spolni odnos s tastom. Ker tej želji ne pusti priti v zavest, jo premaguje s projekcijo na moža.

### **Halucinacijsko ljubosumje**

Tako kot pri projekcijskem so tudi pri halucinacijskem ljubosumju projicirani erotični impulzi. Freud<sup>273</sup> je prvič opredelil halucinacijsko ljubosumje na njegovem znanem primeru Schreber. V njem predpostavlja, da sta Schreberjeva psihotična paranoja in ljubosumje obrambi pred homoerotičnimi željami. Kasneje to razlago razširi in meni, da je vsako halucinacijsko ljubosumje obramba pred homoerotičnim impulzom. Freud je prepričan, da homoerotični impulz prinaša veliko več strahu kot heteroerotični impulz, in sicer ker je pri prvem nadjaz bolj ogrožen.<sup>274</sup>

Impulz je tako pri halucinacijskem kot pri projekcijskem ljubosumju usmerjen na ljubljeno osebo, zato postane tisti, ki projicira, ljubosumen. Skrita želja je za terapevta še bolj razdrobljena, osebo pa je še težje razumeti. Takšno ljubosumje naj bi spremljala paranoja, ki je drugi rezultat obrambe pred homoerotičnim impulzom.<sup>275</sup>

Mnogi analitični teoretiki so ponovno proučili zgornjo tezo in ugotavljajo, da homoerotične želje prebujajo tako normalno kot halucinacijsko ljubosumje.<sup>276</sup> Nekateri omenjajo še druge konflikte, pri katerih ljubosumje igra vlogo obrambe. Riviere<sup>277</sup>

---

<sup>273</sup> Prim. S. Freud, *Psychoanalytic notes on an autobiographical account of a case of paranoia*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12), ur. J. Strachey (Ed. and Trans.), Hogarth Press, London 1955, 9-82.

<sup>274</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 82-83.

<sup>275</sup> Prim. S. Fenichel, *The psychoanalytic theory of neurosis*, Norton, New York 1945, 145.

<sup>276</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: E. Jones, *Jealousy*, v: *Papers on psychoanalysis*, ur. E. Jones, Balliere, Tindall, London 1937, 469-485; G. Barag, *A case of pathological jealousy*, v: *Psychoanalytic Quarterly* 18 (1949), 1-18; S. Ferenczi, *On the part played by homosexuality in the pathogenesis of paranoia*, v: *First contributions to psychoanalysis*, Hogarth Press, London 1952.

<sup>277</sup> Prim. J. Riviere, *Jealousy as a mechanism of defence*, v: *International journal of Psycho-Analysis* 13 (1932), 414-424.

razlaga, da je ljubosumje obramba pred nezavednim impulzom ugrabitve ali poniževanja. Schmiedeberg<sup>278</sup> definira vrsto patoloških procesov, ki vodijo v ljubosumje:

1. Ljubosumje kot poskus zanikanja in kompenzacije shizoidne nezmožnosti za ljubezen.
2. Ljubosumje kot rezultat zavedne ali nezavedne spodbude s strani narcističnega partnerja, ki ga ljubosumje potrjuje.
3. Ljubosumje kot način, kako uničiti odnos, da bi se izognili zavisti ali simpatiji partnerja, brata ali sestre, prijateljev.
4. Ljubosumje kot oralno odvisna fiksacija. Ljubosumna posedovalnost je simbol poželenja po materi in predstavlja rešitev drugih strahov, ki izvorno niso vezani na zaznavo tekmeča.
5. Ljubosumje kot analno zadrževalna fiksacija. Želja po kontroliranju ljubljene s pomočjo ljubosumja je rešitev drugih strahov. Ta želja izvira iz obvladovanja otroka s pogledom.
6. Ljubosumje kot odraz strahu pred tekmovalnostjo in tekmovalnosti med moškim in žensko. Podreditev ženske je simbolična kastracija, ki jo je mogoče doseči tudi z deplasiranjem v predvidenega tekmeča in s podreditvijo tekmeča.
7. Ljubosumje kot odraz želje žene, da bi posedovala potenco in moškost moškega partnerja svojega tekmeča.
8. Ljubosumje kot zanikanje strahov moškega pred impotenco in reakcijska formacija nanje. Posedovalnost in zastrahovanje so poskusi izražanja potence.
9. Ljubosumje kot rezultat mazohističnih potreb po poniževanju.

Nadaljnja raziskovanja so ta seznam še razširila, tako da je halucinacijsko ljubosumje lahko tudi:

- rezultat zaznavanja želje ljubosumne osebe po spolni svobodi zaradi nezavednega enačenja matere in ljubljene osebe;<sup>279</sup>
- posledica tega, da je bila ljubosumna oseba priča prešuštva svoje matere;<sup>280</sup>

---

<sup>278</sup> Prim. M. Schmiedeberg, *Some aspects of jealousy and of feeling hurt*, v: *Psychoanalytic Review* 15 (1953), 1-16.

<sup>279</sup> Prim. R. Seidenberg, *Fidelity and jealousy: Socio-cultural considerations*, v: *Psychoanalytic Review* 54 (1967), 27-52.



- posledica izredno močnih občutkov manjvrednosti v otroštvu;<sup>281</sup>
- posledica pomanjkanja ljubezni v otroštvu.<sup>282</sup>

Kot pri mnogih drugih vidikih analitične teorije je tudi pri tem zelo malo dokazov, ki bi, razen posameznih primerov, potrdili temeljno hipotezo vpliva ojdipovskega konflikta in ljubosumja kot obrambe nanj. Čeprav je mogoče načrtovati takšno študijo,<sup>283</sup> sodobnih raziskovalcev ljubosumja eksplicitno ne vodi analitična teorija.

#### 5.4.2. Sodobna psihoanaliza

V psihoanalizi je prišlo do spremembe paradigme. Najmočnejše in najvplivnejše nove teorije se niso razvile na osnovi nagonke teorije (freudovske psihoanalize), ampak so osnovane na tako imenovanem relacijskem modelu, ki trdi, da so osnovni material mentalnega življenja odnosi in ne nagoni.<sup>284</sup> Sodobna psihoanaliza razume človeka v kontekstu preteklih in sedanjih, intrapsihičnih in interpersonalnih, zavednih in nezavednih odnosov.

Relacijski pristop je v tem pogledu poskus integrirati koncepte interpersonalne psihoanalize, objekt-relacijske teorije in psihologije jaza. V relacijskem modelu je osrednji psihodinamični konflikt vsebovan v relacijski konfiguraciji sami, in sicer med željo po bližini in strahom pred njo ter med zahtevo in potrebo po zlitju z drugim ter bojem za samostojnost in neodvisnost. Ta strastna konfliktnost je vedno prisotna v vsakem odnosu.<sup>285</sup>

---

<sup>280</sup> Prim. J. P. Docherty – J. Ellis, *A new concept and finding in morbid jealousy*, v: *American Journal of Psychiatry* 133 (1976), 679-683.

<sup>281</sup> Prim. A. Adler, *Characteristics of the 1st, 2nd and 3rd child*, v: *Children* 3 (Whole No. 5) (1928).

<sup>282</sup> Prim. C. G. Jung, *Memories, dreams, and reflections*, Random House, New York 1961.

<sup>283</sup> Prim. L. Luborsky, *Measuring a pervasive psychic structure in psychotherapy. The core conflictual relationships theme*, v: *Communicative structures and psychic structures*, ur. N. Freedman & S. Grand, Plenum, New York 1977.

<sup>284</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sodobna psihoanaliza*, Brat Francišek in Francišekanski družinski center, Ljubljana 2002, 12.

<sup>285</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sodobna psihoanaliza*, 15.

Če temu dodamo še sistemsko perspektivo, ki predpostavlja, da ima tudi celoten sistem svoje zahteve in potrebe ter vključuje tako intrapsihične kot tudi interpersonalne elemente in njihovo dinamiko z vsemi posledicami in razvejanostjo, potem se pred nami razgrne nadvse kompleksna slika človeškega psihičnega doživljanja, dojemanja in organiziranja tako notranjega, intrapsihičnega, kakor tudi zunanjega, relacijskega interpersonalnega sveta.<sup>286</sup>

Ljudje smo zgrajeni tako, da smo neizogibno medsebojno povezani.<sup>287</sup> Temeljni odnosi, ki se jih naučimo v družini, in – s stališča te teorije – zlasti z njimi povezani afekti, kot so strah, jeza, groza, razočaranje, pa tudi umirjenost, zadovoljstvo in čustvena potešenost, nas za vselej zaznamujejo. Ti odnosi skupaj z afekti, ki ustvarjajo osnovno življenjsko ozračje v družini, nas ne samo medsebojno povezujejo, ampak postanejo tudi temeljna motivacijska sila za iskanje zlasti intimnih odnosov z drugimi. Ljudje vse življenje iščemo ta temeljno ozračje, ga skušamo na novo odkriti in predvsem na novo ustvariti.<sup>288</sup>

Sistem odnosov postane otrokova temeljna potreba; otrok je rojen za odnosnost, v odnosih zaživi, se v njih razvija in dosega svojo polnost. Obenem pa je ravno v sistemu odnosov lahko tudi globoko prizadet. Ker je družina osnovna celica, kjer se otrok šele v polnosti zave samega sebe in preko odnosov z drugimi tudi zaživi, so primarni odnosi kritični v vsem njegovem funkcionalnem pa tudi patološkem doživljanju sebe in drugih.<sup>289</sup>

Raziskave kognitivnega razvoja in načinov, kako otrok misli in organizira doživetja, še naprej prinašajo nova spoznanja o načinih, kako so zgodnja otrokova relacijska doživetja obdelana in reorganizirana.<sup>290</sup> Raziskovalce ljubosumja pri razglabljanju ni vodila sodobna psihoanalitična misel, zato nimamo nobenih ugotovitev o povezavi med

---

<sup>286</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sodobna psihoanaliza*, 16.

<sup>287</sup> Prim. S. A. Mitchell, *Relationality; From Attachment to Intersubjectivity*, The Analytic Press, Hillsdale 2000.

<sup>288</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sodobna psihoanaliza*, 21.

<sup>289</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sodobna psihoanaliza*, 25.

<sup>290</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sodobna psihoanaliza*, 20.

ljubosumjem otroka in odraslega, ki bi jih prinesel ta pristop. Lahko pa trdimo, da je kompleksnost tega pristopa lahko dobro izhodišče za raziskovanje pojavnosti ljubosumja.

### 5.4.3. Ljubosumje pri otrocih

Pri pregledovanju gradiva o ljubosumju v popularnih revijah smo ugotovili, da je člankov o ljubosumju pri otrocih skoraj dvakrat več kot o spolnem ljubosumju med odraslimi. Ljubosumje pri otrocih je pogosta tema v knjigah in člankih o vzgoji otrok.<sup>291</sup> Starejši brat ali sestra, še posebej prvorojeni, največkrat reagira na rojstvo novega bratca oz. sestrice s povečanim negativizmom, z umikom, s problemi glede spanja in toaleta.<sup>292</sup> Kar 50 - 93 % prvorojenih kaže takšne znake.<sup>293</sup> Različna področja težav med seboj niso tesno povezana, tudi ni močne povezave med intenzivnostjo čustev do novorojenega in pogostnostjo problemov. Večina problemov izgine po približno 8 mesecih, izjema sta plašno in prestrašeno obnašanje. Razlog za prenehanje po 8 mesecih je verjetno v tem, da takrat mati postane bolj svobodna (ker ne doji več) in se lahko spet igra s starejšim otrokom.<sup>294</sup>

V večini člankov se obravnava otrokovo ljubosumje predvsem kot problem za starše. Omenjeni mediji namigujejo, da je ljubosumje problem v otroštvu in potem spet v svetu odraslih, le malo pa govorijo o povezavi med tema dvema svetovoma.<sup>295</sup> Da bi bolje razumeli doživljanje ljubosumja pri odraslih, pogledajmo nekoliko podrobneje na razvojne procese, ki nas zaznamujejo.

---

<sup>291</sup> Prim. J. Dunn, *Sisters and brothers*, Fontana, London 1984; E. W. Griffin - C. De La Torre, *Sibling jealousy: The family with a new baby*, v: *American Family Practice* 28 (1983), 143-146; J. W. Watson, R. E. Switzer - J. C. Hirschberg, *Sometimes I'm jealous*, Golden Press, New York 1972.

<sup>292</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: J. Dunn, C. Kendrick in R. MacNamee, *The reactions of first-born children to the birth of a sibling: Mother's reports*, v: *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 22 (1981), 1-18; T. Field - M. Reite, *Children's responses to separation from mother during the birth of another child*, v: *Child Development* 55 (1984), 1308-1316; L. Nadelman - A. Begun, *The effect of the newborn on the older sibling: Mother's questionnaires*, v: *Sibling relationships: Their nature and significance across the lifespan*, ur. M. Lamb & B. Sutton-Smith, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1982, 13-38.

<sup>293</sup> Prim. J. Dunn, *n. d.* 1-18.

<sup>294</sup> Prim. J. Dunn - C. Kendrick, *Siblings: Love, envy and understanding*, MA: Harvard University Press, Cambridge 1982.

<sup>295</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 49.

Ljubosumje se zdi pri otrocih torej kar splošen pojav. Kako bi moglo biti drugače, saj je za otroka mati glavni 'objekt' in dejansko središče njegovega sveta. Ljubosumje se v normalnih odnosih umiri. Če pa v obdobju odraščanja ni prišlo do prave zrelosti, se otroške težnje nadaljujejo kot posedovalnost v odnosih in neizoblikovane čustvene reakcije, ki so zaznamovane z izkušnjami iz otroštva. To so znaki izredne stopnje ljubosumja.<sup>296</sup>

Prvorojeni imajo glede na raziskave več težav s svojimi brati oz. sestrami, še posebej, če je drugi otrok rojen od 18 do 36 mesecev za njimi in če sta v družini samo dva ali so trije otroci.<sup>297</sup> Ljubosumje pri otrocih je bolj izrazito v revnih družinah in v družinah, ki imajo težave z medosebnim usklajevanjem. Takšne družine imajo manj možnosti, da bi odgovorile na vse otrokove potrebe.<sup>298</sup> Če dajejo starši prednost enem otroku, se ljubosumje okrepi.

Manj pogosto in problematično je ljubosumje v družinah, kjer je več otrok, verjetno tudi zato, ker lahko namesto staršev na nekatere potrebe svojega bratca ali sestrice odgovorijo drugi otroci.

Ljubosumje je obremenjeno z napetostmi, ki se običajno odražajo v različnih odzivih. Nekoliko поблиžje si oglejmo naslednje: agresivnost, identifikacija, umik, potlačitev, mazohizem in sublimacija oz. ustvarjalna tekmovalnost.<sup>299</sup>

---

<sup>296</sup> Prim. H. Vollmer, *Jealousy in children*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton - L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 53-65.

<sup>297</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: S. Foster, *A study of the personality make-up and social settings of fifty jealous children*, v: *Mental Hygiene* 11 (1927), 53-77; M. B. McFarland, *Relationships between young sisters as revealed in their overt responses*, v: *Journal of Experimental Education* 6 (1937-1938), 173-179; B. M. Ross, *Some traits associated with sibling jealousy in problem children*, v: *Smith College Studies in Social Work* 1 (1931), 364-376; M. Sewall, *Some causes of jealousy in young children*, v: *Smith College Studies in Social Work* 1 (1930), 6-22.

<sup>298</sup> Prim. S. Foster, *A study of the personality make-up and social settings of fifty jealous children*, 53-77; M. Sewall, *Some causes of jealousy in young children*, 6-22.

<sup>299</sup> Prim. H. Vollmer, *Jealousy in children*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton - L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 53-65.

## **Agresivnost**

Sovražnost je najbolj temeljna in hkrati najbolj splošna reakcija ljubosumne osebe. Otrok lahko v vsakem otroku vidi potencialnega tekmeca in zato izraža svoje ljubosumje z agresivnostjo v družini, vrtcu, šoli ali na igrišču. Prav tako je lahko njegova agresivnost usmerjena tudi do tiste osebe, od katere si želi posebno pozornost in naklonjenost. V tej osebi lahko vidi vzrok za ljubosumje. Ta agresivnost je običajno zelo prikrita.

Raziskave kažejo, da se agresivnost običajno hitro zmanjša takoj po predšolskih letih. Po približno šestih letih naraste sposobnost vživljanja v drugega, kar oslabi agresivne odzive. Pri tem pomaga tudi sposobnost preusmerjanja pozornosti na delovanje drugih. Pomemben dejavnik je mati, če se zna odzivati na potrebe odraščajočega otroka. Z odraščanjem postaneta tako telesna kot verbalna agresivnost bolj verjetno rezultat ogroženosti samopodobe kot pa boja za posedovanje objektov.<sup>300</sup>

## **Identifikacija**

Prisotnost tekmeca je za posameznika izziv, da se primerja z njim. Posameznik lahko zato podzavestno teži k temu, da se z njim identificira. Poskusi, da bi bil kot tekmeč, lahko vodijo v nazadovanje, če je tekmeč dojenček, ali pa v napredovanje, če je tekmeč starejši otrok v družini.

En način je posnemanje tekmeca, drugi pa ambiciozen samorazvoj. Tretja pot je perfekcionistična težnja, ki ne gleda niti tekmeca niti sebe, ampak na podobo ideala, ki ima vse zelene kvalitete.

## **Umik**

Umik je za razliko od agresije in identifikacije duševni proces, ki zahteva več moči. Mlajši otroci se lahko začasno umaknejo od objekta svojih čustev, vendar so prešibki, da bi pri tem vztrajali. Umik ima lahko v skrajnih primerih tudi shizofrenične značilnosti. Umik nikoli ne pomeni zmanjšanja trpljenja. Končni cilj je oddaljitev od objekta in pobeg od nesreče ljubosumja. Na drugi strani je to lahko prvi korak do prave neodvisnosti. Sledi mu lahko osredotočenje nase in razvoj ustvarjalnosti.

---

<sup>300</sup> Prim. E. E. Maccoby - C. N. Jacklin, *The psychology of sex differences*, CA: Stanford University Press, Stanford 1974.

## **Potlačitev**

Sposobnost za potlačitev se pri otroku razvije postopoma skozi prilagajanje različnim situacijam in zahtevam. Akutno ljubosumje je mogoče nevtralizirati z 'me ne briga' obnašanjem. Takšno obnašanje ljubosumja ne odpravi popolnoma, ampak ga samo premakne iz središča na rob psihičnega življenja in zavesti. Tako je manj boleče.

## **Mazohizem**

O tem največ pove v igri besed nemški rek: »Eifersucht ist eine Leidenschaft, die mit Eifer sucht, was Leiden schafft«, tj. »Ljubosumje je strast, ki vneto išče tisto, kar povzroča trpljenje.« Zdi se, da ljudje z neagresivno naravo oz. tisti, ki se umikajo odkriti agresiji, najdejo zadovoljivo nadomestilo v nasprotni težnji, tj. v trpljenju in samoponiževanju. Medtem ko agresija, identifikacija, umik in potlačitev ne prinesejo pravega olajšanja, pa mazohizem revščino in trpljenje spremeni v čudovit vir zadovoljstva. Takšen odgovor na ljubosumje je pogostejši pri starejših otrocih kot pri mlajših.

## **Sublimacija in ustvarjalna tekmovalnost**

Otrok si želi biti brezpogojno ljubljen, ne glede na uspehe in sposobnosti. Na poti do čustvene samostojnosti in neodvisnosti je eden od načinov tudi sublimacija in ustvarjalna tekmovalnost. Ustvarjalna tekmovalnost je lahko sredstvo, da ljubosumna oseba postane samostojnejša in se izogne posedovalnosti in sovražnosti. Položaj ostane pravzaprav isti, prenesen pa je s čustvene ravni na razumsko. Tekmec postane predvsem spodbuda, da se ljubosumni obrne vase in začne ustvarjalno delovati. Ljubosumje je tako možen vir sublimacije in ustvarjalnosti, a redko prevzame to vlogo pred puberteto.

Čeprav zgornji seznam reakcij ljubosumne osebe ni popoln, pa obsega temeljne reakcije na ljubosumje. Reakcije redko nastopajo posamično, tako kot so opisane, ampak se običajno med seboj prepletajo.<sup>301</sup>

---

<sup>301</sup> Prim. H. Vollmer, *Jealousy in children*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton - L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 63.

#### 5.4.4. Razvojne povezave med ljubosumjem otroka in ljubosumjem odraslega

Priljubljena teza pri ljubosumju je, da ljubosumje odraslega izvira iz konflikta med otroki iste družine.<sup>302</sup> Glede na splošno razširjeno mnenje, je zanimivo, da za to ni pravih dokazov, mnenja pa se ponekod razhajajo. White poroča, da prvorojenci v odrasli dobi sebe niso opisovali za bolj ljubosumne kot tisti, ki so bili rojeni drugi ali tretji v družini. To kaže, da ni neposredne in preproste povezave med ljubosumjem otroka in odraslega.<sup>303</sup>

Nekatere raziskave<sup>304</sup> so prinesle dokaze, da je konflikt med brati in sestrami bolj pogost v manj številnih družinah in med prvimi otroki, medtem ko kasnejši raziskovalci trdijo, da rezultati niso dali nobene podpore predvidevanjem, da so strukturne značilnosti družine (red rojstev in velikost družine) povezane z razpoložljivim ljubosumjem,<sup>305</sup> občutki ljubosumja, ljubosumnim obnašanjem ali pogostnostjo ljubosumja.<sup>306</sup> Raziskave so pokazale kontinuiteto razpoložljivega ljubosumja od staršev na otroke. Pokazale so tudi, da so pri razumevanju izvora ljubosumja (še posebej za ženske) osebnosti otrok in staršev ter narava odnosov starši-otroci pomembnejše kot pa strukturne značilnosti družine.<sup>307</sup>

Našli smo dve študiji, ki povezujeta doživljanje iz otroštva in ljubosumje odraslega.<sup>308</sup> Zgovorne so predvsem zgornje in spodnje stopnje odgovorov, tj. skrajnosti pri vzgoji

---

<sup>302</sup> Prim. D. M. Levy, *Jealousy*, v: *Journal of Pediatrics* 16 (1940), 515-518.

<sup>303</sup> Prim. G. L. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 93.

<sup>304</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: J. Bossard – E. Boll, *The sociology of child development*, Hapner & Row, New York 1966; H. L. Koch, *The relation of certain formal attributes of siblings to attitudes held toward each other and toward their parents*, v: *Monographs of the Society for Research in Child Development* 25 (Whole No. 4) (1960); R. Sears, E. Maccoby - H. Levine, *Patterns of child rearing*, IL: Row & Peterson, Evanston 1957.

<sup>305</sup> Bringle je s svojimi kolegi proučeval 'nagnjenost posameznika k čustvenemu odzivanju na situacije ljubosumja'. Nagnjenost k ljubosumju je poimenoval razpoložljivo ljubosumje.

<sup>306</sup> Prim. R. G. Bringle - L. J. Williams, *Parental-offspring similarity on jealousy and related personality dimensions*, v: *Motivation and Motion* 3 (1979), 265-286.

<sup>307</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 123.

<sup>308</sup> Prim. C. G. Hindy, J. C. Schwarz - A. Brodsky, *If this is love, why do I feel so insecure?* Atlantic Monthly Press, New York 1989,

ipd. Iz teh rezultatov je razvidno, da na ljubosumje odraslega – v tem primeru zlasti na sina – lahko vplivajo trije načini vzgoje:

1. Mati je nestalna, popustljiva v disciplini in kaznuje z umikom pri izražanju ljubezni, medtem ko je oče sovražen, zavrača in poudarja svojo vlogo v družini.
2. Mati je stalna, stroga v disciplini in kaznuje drugače kot z umikom, medtem ko je oče sprejemajoč (accepting) in prijateljski ter se izogiba poudarjanju svoje vloge.
3. Starši ustvarjajo visoko ali nizko samopodobo s tem, da izredno sprejemajo ali ne sprejemajo otroka ter izredno uživajo ali ne uživajo v enkratnosti otroka. Izredno sprejemanje staršev namreč lahko povzroči narcističen občutek grandioznosti.

Zdi se, da prva podoba staršev v freudovskem smislu izraža ojdipovsko podobo kastriranega očeta ali matere, ki niha med pozornostjo do partnerja in pozornostjo do otroka. Če se to nadaljuje v odraslo dobo, lahko tekmeč predstavljata grožnjo in tekmovalnost ter povzročata jezo.

Drugi primer predstavlja družino, v kateri je sin v konfliktu z materjo, ker izraža tako ljubezen kot maščevanje, medtem ko ga oče sprejema in je prijateljski. V odraslosti lahko to pomeni težavo v neprilagodljivosti partnerja, ki vodi bolj v depresijo kot v jezo. Tretji primer pa vodi v smer, ki ji analitiki pravijo patologija narcizma.

Hindijevi in Schwarzovi<sup>309</sup> rezultati se zelo razlikujejo za ženske. Nobeden od načinov materine vzgoje ne določa vnaprej kasnejšega ljubosumja pri hčerki. Tudi učinki obnašanja očetov pri vzgoji so veliko šibkejši. Hčerke so bolj ljubosumne, če so očetje zelo ali pa malo kontrolirali njihovo obnašanje, se vmešavali v njihovo življenje in poudarjali svojo vlogo.

Raziskovalca ne najdeta nobenih povezav med zadovoljstvom staršev z lastnim zakonom in ljubosumjem njihovih otrok v odrasli dobi.

Gordon Clanton trdi, da med anketiranimi niso našli nobene pomembne povezave med ljubosumjem in mnogimi razvojnimi spremenljivkami, kot so predvsem otroški konflikt

---

<sup>309</sup> Prim. C. G. Hindy - J. C. Schwarz, *Lovesickness in dating relationships: An attachment perspective*, v: *Unpublished manuscript*, University of North Florida, 1986.



med brati in sestrami, ločitve in izgube v otroštvu, grobost pri starševski vzgoji, kakovost v odnosih otrok-starši in čustvena podpora s strani vrstnikov v otroštvu. Tudi ni bilo očitnih razlik v intenzivnosti ljubosumja, kot so jih lahko razbrali iz odgovorov študentov, nekdanjih psihoterapevtskih pacientov in psihiatričnih pacientov.<sup>310</sup>

Te ugotovitve nakazujejo vso kompleksnost pojava ljubosumja. Behavioristi, ki se ozirajo predvsem na trenutno stanje ljubosumne osebe in njene reakcije, vidijo vzroke za ljubosumje zlasti v sedanjosti in se ne ukvarjajo s preteklostjo. Zazrti v sedanjost so zato prepričani, da ljubosumje ni v prvi vrsti čustvena motnja; potemtakem terapevti pri obravnavi pacientov s težavami ljubosumja ne smejo predpostavljati, da ljubosumje izvira iz razdvojene preteklosti ali zgodnjega konflikta med brati in sestrami.<sup>311</sup> Njihov logičen sklep, ki pa je protisloven sklepu analitikov, je, da mora biti terapevt bolj kot v preteklost osredotočen na možne vzroke trenutnega ljubosumja.<sup>312</sup> Ljubosumje je po njihovem mnenju pogosteje interakcijski problem para kot pa osebna napaka posameznika. Zelo pogosto je ljubosumje znak, da je nekaj narobe z odnosom, ne pa z enim od partnerjev.<sup>313</sup> Bringle in Williams<sup>314</sup> poudarjata pomen osebnostnih lastnosti posameznika ter narave sedanjega in preteklega romantičnega razmerja.

Sociopsihologi pa trdijo, da je vzroke za ljubosumje odraslega potrebno iskati v družbenih, kulturnih in subkulturnih vplivih, situacijskih dejavnikih in dejavniki okolja. Njihovo prepričanje je, da mora biti terapevt bolj kot na ljubosumno obnašanje pozoren na kontekst in družbeno ustvarjene pomene. Raziskave povezav med razvojem posameznika in ljubosumjem prinašajo ugotovitev, da imamo lahko ljubosumje v glavnem za nepatološko ali celo funkcionalno obnašanje. Splošna družbena naloga ljubosumja je zaščita zakona in drugih vrednot odnosov.<sup>315</sup> Posamezne oblike

---

<sup>310</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 274.

<sup>311</sup> Prim. G. Clanton - D. J. Kosins, *Developmental Correlates of Jealousy*, 132-133.

<sup>312</sup> Prim. G. Clanton - D. J. Kosins, *Developmental Correlates of Jealousy*, 142.

<sup>313</sup> Prim. G. Margolin, *A Behavioral-Systems Approach to the Treatment of Jealousy*, v: *Clinical Psychology Review 1* (1981), 469-487.

<sup>314</sup> Prim. R. G. Bringle - L. J. Williams, *Parental-offspring similarity on jealousy and related personality dimensions*, 265-286.

<sup>315</sup> Prim. K. Davis, *Jealousy and sexual property*, 395-405; G. Clanton, *Frontiers of jealousy research*, 259-273.

ljubosumnega obnašanja se močno spreminjajo od kulture do kulture<sup>316</sup> zaradi zelo različnih prepričanj ljudi glede tega, (1) kaj tvori vreden odnos, (2) kaj pomeni grožnja za takšen odnos, in (3) kaj naj posameznik stori, da zaščiti ogroženi odnos.

Kot vidimo, je mogoče rezultate zelo različno interpretirati. V veliki meri je interpretacija odvisna od stališča, s katerega raziskave ocenjujemo. Če se oziramo v preteklost, bomo ugotavljali, da starši zagotovo ustvarjajo čustvene situacije, ki lahko vplivajo na ljubosumje otroka. Ugotovitev, da je ljubosumje očeta povezano z otroško potlačitvijo, je povezana s hipotezo projekcijskega ljubosumja, torej s stališčem, ki ga zavzema freudovska psihoanaliza. Če gledamo predvsem sedanost in preteklosti ne pripisujemo globljega pomena, bomo videli vzroke predvsem v trenutnem odnosu. In če je naše stališče stališče sociopsihologov, bomo videli vzroke predvsem v družbi.

Dokler ne združimo vseh pristopov in jih upoštevamo, nas vse raziskave skupaj ne morejo pripeljati do prave povezanosti vzrokov. Prav zaradi različnih stališč po vseh raziskavah še vedno ne moremo reči, ali obstaja povezava med romantičnim ljubosumjem in ljubosumjem otroka.<sup>317</sup>

## 5.5. Lastnosti posameznika

Dejstvo, ki ga lahko opazimo skoraj na vsakem koraku, da isti položaj pri nekom zbudi ljubosumje, pri drugem pa ne, je spodbudilo raziskovalce k ugotavljanju izvorov ljubosumja. V raziskovanje so šli s predpostavko, da je odziv različen glede na posameznike in da tudi isti posameznik včasih reagira drugače. Preverjanje je potekalo v dveh smereh: (1) opazovanje ustreznega niza oseb v okoliščinah, ki zbudijo ljubosumje, v različnih odnosih in z različnimi partnerji, in (2) opazovanje ustreznega niza okoliščin, ki zbudijo ljubosumje med različnimi osebami, v različnih odnosih in z različnimi partnerji.<sup>318</sup> To zamisel stalnosti v osebah in situacijah so poimenovali 'razpoložljivo ljubosumje'.<sup>319</sup>

---

<sup>316</sup> Prim. R. B. Hupka, *Cultural determinants of jealousy*, 310-356.

<sup>317</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 95.

<sup>318</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 104

Različni rezultati so pokazali, da je ljubosumje odvisno od osebnostnih lastnosti posameznika. Raziskave kažejo na močno povezavo med religioznostjo in ljubosumjem,<sup>320</sup> medtem ko romantičnost<sup>321</sup> in zaupanje<sup>322</sup> ne igrata vloge. Osebe, ki so imele višjo stopnjo 'razpoložljivega ljubosumja', so običajno imele negativnejšo samopodobo, manj pozitiven pogled na svet, so bile manj zadovoljne z življenjem, usmerjene v zunanjo kontrolo, bolj dogmatične, bolj vzkipljive (arousal) in bolj občutljive za ogrožajoče izzive v svoji okolici.<sup>323</sup>

### 5.5.1. Negativna samopodoba

Ljubosumje smo delno označili kot reakcijo na grožnjo pozitivni samopodobi. Čeprav je negativna samopodoba običajna spremljevalka ljubosumja, pa to ne pomeni nujno, da je verjetnost za razvoj ljubosumja pri ljudeh s pozitivno samopodobo manjša kot pri ljudeh z negativno samopodobo. Gotovo je mogoče, da ljubosumje zmanjša kakovost samopodobe, kar ustvarja iluzijo, da so bolj negotovi ljudje bolj ljubosumni.<sup>324</sup> Čeprav je mogoče dokazovati, da so ljudje z negativno samopodobo posebej občutljivi na (ne)spoštovanje do njih samih, trditev ni popolnoma jasna. Ljudje z zelo pozitivno

---

<sup>319</sup> Prim. M. Argyle - B. R. Little, *Do personality traits apply to social behavior?* v: *Interactional psychology and personality*, ur. N. S. Endler & D. Magnusson, DC: Hemisphere, Washington 1976, 30-57.

<sup>320</sup> Prim. G. L. Hansen, *Cognitive reasoning and reactions to jealousy-producing events*, v: *Paper presented at the annual meeting of the National Council on Family Relations*, Detroit 1986.

<sup>321</sup> Prim. G. L. Hansen, *Reactions to hypothetical jealousy producing events*, 513-518.

<sup>322</sup> Prim. G. L. Hansen, *Perceived threats on marital jealousy*, 262-268.

<sup>323</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: R. G. Bringle - L. J. Williams, *Parental-offspring similarity on jealousy and related personality dimensions*, 265-286; R. G. Bringle, *Conceptualizing jealousy as a disposition*, 274-290; M. E. Jaremko - R. Lindsey, *Stress coping abilities of individuals high and low in jealousy*, v: *Psychological Reports 44* (1979), 547-553; K. Manges – S. Evenbeck, *Social power, jealousy, and dependency in the intimate dyade*, v: Paper presented at the meeting of the Midwestern Psychological Association, St. Louis 1980; G. L. White, *Comparison of four jealousy scales*, 115-130.

<sup>324</sup> Prim. C. R. Bush, J. P. Bush in J. Jennings, *Effects of jealousy threat on relationship perception and emotions*, v: *Journal of Social and Personal Relationships 5* (1988), 285-303.

samopodobo so namreč v mnogih okoliščinah, ko je ogroženo njihovo spoštovanje, lahko bolj občutljivi.<sup>325</sup>

Eden od problemov pri ugotavljanju povezanosti med ljubosumjem in samopodobo je v tem, da situacija ljubosumja lahko vodi v slabšanje samopodobe. Tako pri kliničnih ugotovitvah kot pri različnih raziskavah je mogoče opazati, da so ljudje z negativno samopodobo ljubosumni, vendar je vzročna povezava dvoumna. Sharpsteen in Schmalz sta denimo ugotovila, da se čutijo anketirani neustrezne in ranljive v eni tretjini primerov poročil o ljubosumju. To lahko odraža patologijo narcizma kot tudi običajno narcistično rano pri normalnem ljubosumju.<sup>326</sup>

Drugi problem pri ugotavljanju vloge samopodobe v ljubosumju je v tem, da je samocenjevanje anketiranih odvisno od osebnostnih in situacijskih spremenljivk, ki usmerjajo pozornost na različne osebne lastnosti.<sup>327</sup> Ker je samopodoba vsota, splošno ovrednotenje sebe, negativnejši vidiki samopodobe vplivajo na celotno samovrednotenje. Zato je zelo zanimivo in resno vprašanje, kateri situacijski, osebni, odnosni in/ali kulturološki dejavniki usmerjajo pozornost na vidike, ki izboljšujejo samopodobo ali pa jo ogrožajo. Globalna samopodoba je samo ena od mnogih spremenljivk, ki lahko vplivajo na usmerjenost posameznikove pozornosti.<sup>328</sup>

---

<sup>325</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: R. G. Bringle, *Conceptualizing jealousy as a disposition*, 274-290; A. Tesser – D. Paulus, *The definition of self: Private and public self-evaluation management strategies*, 672-682; E. Jones, *Jealousy*, v: *Papers on psychoanalysis*, ur. E. Jones, Balliere, Tindall, London 1937, 469-485; S. C. Jones, *Self- and interpersonal evaluations: Esteem theories versus consistency theories*, v: *Psychological Bulletin* 79 (1973), 185-199; P. E. Tetlock - A. S. R. Manstead, *Impression management versus intrapsychic explorations in social psychology: A useful dichotomy?* v: *Psychological Review* 92 (1985), 59-77.

<sup>326</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 97.

<sup>327</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: A. H. Buss, *Self-consciousness*, W. H. Freeman, San Francisco 1980; W. J. McGuire - C. V. McGuire, *Significant others on self-space: Sex differences and developmental trends in the social self*, v: *Psychological perspectives on the self (Vol. 1)*. ur. J. Suls, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1982, 211-237; R. A. Wicklund, *Group contact and self-focused attention*, v: *Psychology of group influence*, ur. P. B. Paulus, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1980, 189-208.

<sup>328</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 97.

Konceptualni problem samopodobe je, da so z njo povezane druge spremenljivke, ki vplivajo na kompleks ljubosumja. Ljudje s pozitivno samopodobo so denimo na splošno bolj zaljubljeni v svoje trenutne partnerje.<sup>329</sup> Glede na to, da je ljubezen povezana z ljubosumjem, so tisti, ki imajo pozitivno samopodobo, verjetneje bolj ljubosumni. Toda ker imajo pri primerjanju s tekmečem več možnosti, je njihova ogroženost manjša, posledično pa so manj ljubosumni. Če gledamo na samopodobo v celotnem kompleksu ljubosumja, potem ne preseneča, da je vpliv samopodobe na ljubosumje šibak.

Kakorkoli že gledamo na vprašanje povezanosti samopodobe in ljubosumja, ostaja neizpodbitno dejstvo: če hočemo ljubiti druge, moramo biti najprej sposobni ljubiti sebe. Raziskave sodobne psihoanalize kažejo, da so ljudje, ki imajo visoko razvito identiteto jaza, sposobni razviti tudi višjo stopnjo intimnega odnosa kakor ljudje z nerazvito identiteto jaza.

Ljudje, pri katerih je čut za lastno identiteto manj razvit, oziroma ljudje, ki v resnici ne vedo, kdo so, se zelo bojijo vsakega intimnega odnosa, ker jih je strah, da jih bo njihov intimni prijatelj dobesedno 'pogoltnil'. Lahko celo rečemo, da je njihova anksioznost v zvezi s tem povsem upravičena. Ko se namreč ljudje z zelo negativno samopodobo zaljubijo, je ta ljubezen izredno silovita in jih začne to doživljanje skoraj v celoti obvladovati, tako da postane osrednji fokus njihovega življenja. Rezultat tega pa je kompulzivna, destruktivna in obupana navezanost na osebo, v katero se zaljubijo.<sup>330</sup> Čeprav nismo našli raziskav o ljubosumju s teoretično podlago v sodobni psihoanalizi, lahko med podobami destruktivnih reakcij v intimnih odnosih najdemo tudi ljubosumje.

Dokazi za povezavo med globalno samopodobo in stopnjo ljubosumja so izredno mešani.<sup>331</sup> Mnoge študije niso našle nobene povezave med samopodobo in ljubosumjem.<sup>332</sup> Drugi poročajo o šibkih negativnih povezavah.<sup>333</sup>

---

<sup>329</sup> K. L. Dion - K. K. Dion, *Self-esteem and romantic love*, 39-57;

<sup>330</sup> Prim. C. Gostečnik, *Poskusiva znova*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski center, Ljubljana 2001, 51.

<sup>331</sup> Prim. R. G. Bringle, - B. Buunk, *Jealousy and social behavior: a review of personal, relationship and situational determinants*, 241-264; G. L. White, *A model of romantic jealousy*, 295-310;

<sup>332</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: B. Buunk, *Jealousy in sexual open marriages*, 357-372; G.

Vsekakor je vprašanj glede povezave med samopodobo in ljubosumjem še vedno več kot odgovorov. Poleg vprašanj, kateri dejavniki in kako vplivajo na samopodobo, je težko ugotoviti tudi, kaj je bilo prej, negativna samopodoba ali ljubosumje, in kaj je povzročilo eno ali drugo. Potrebne bodo nadaljnje raziskave in zelo izdelani pristopi k vprašanju samopodobe.

### 5.5.2. Druge osebne poteze

Več študij je poročalo o povezavah med osebnostnimi lastnostmi in ljubosumjem, vendar je do danes samo eno poročilo govorilo o povezanosti ljubosumja z obširno paleto osebnostnih lastnosti.<sup>334</sup> Če na kratko povzamemo ta pregled, lahko rečemo, da so zadržani tipi manj ljubosumni kot zelo občutljivi. Tipi, ki zelo podrobno opazujejo

---

L. Hansen, *Reactions to hypothetical jealousy producing events*, 513-518; E. W. Mathes - N. Severa, *Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development*, 23-31; J. Shettel-Neuber, J. B. Bryson in C. E. Young, *Physical attractiveness of the "other person" and jealousy*, 612-615; G. L. White, *Some correlates of romantic jealousy*, v: *Journal of Personality* 49 (1981), 129-147.

<sup>333</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: D. Amstutz, *Androgyny and jealousy*; R. G. Bringle, *Conceptualizing jealousy as a disposition*, 274-290; E. Jaremko - R. Lindsey, *Stress coping abilities of individuals high and low in jealousy*, 547-553; C. A. De Moja, *Anxiety, self-confidence, jealousy, and romantic attitudes toward love in Italian undergraduates*, v: *Psychological Reports* 58 (1986), 138; R. B. Hupka - B. Bachelor, *Validation of a scale to measure romantic jealousy*, v: *Paper presented at the annual meeting of the Western Psychological Association*, California, San Diego 1979; D. M. Rosmarin, D. L. Chambless in K. Lapointe, *The Survey of Interpersonal Reactions: An inventory for the measurement of jealousy*, v: *Unpublished manuscript*, University of Georgia 1979; G. L. White, *Relative involvement, inadequacy, and jealousy: A test of a causal model*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 291-309; R. B. Stewart - M. J. Beatty, *Jealousy and self-esteem*, v: *Perceptual and Motor Skills* 60 (1985), 153-154; G. L. White, *Some correlates of romantic jealousy*, v: *Journal of Personality* 49 (1981), 129-147.

<sup>334</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: C. A. De Moja, *Anxiety, self-confidence, jealousy, and romantic attitudes toward love in Italian undergraduates*, v: *Psychological Reports* 58 (1986), 138; R. G. Bringle, - B. Buunk, *Jealousy and social behavior: a review of personal, relationship and situational determinants*, 241-264; Prim. R. G. Bringle - B. Buunk, *Examining the causes and consequences of jealousy: Some recent findings and issues*, 225-240; E. W. Mathes, P. M. Roter in S. M. Joerger, *A convergent validity study of six jealousy scales*, 1143-1147; G. L. White, *Comparison of four jealousy scales*, 115-130.

okolico in njeno zapletenost, so manj ljubosumni kot tisti, ki tega ne počnejo. Bolj plašni ljudje so bolj verjetno ljubosumni kot živčni (čustveno labilni) ljudje. Nekateri rezultati kažejo, da so ljudje z zunanje locirano kontrolo bolj ljubosumni kot tisti, ki so, odvisno od razpoloženja, bolj dogmatični ali negotovi. Težnja po manipuliranju z ljudmi ni povezana z ljubosumjem.<sup>335</sup>

Raziskava Hindya, Schwarza in Brodskega je pokazala izredno ekstremnost situacije ljubosumja. Ljubosumje se kaže kot čustvo ekstremov. Omenjena raziskava je pokazala, da so bolj ljubosumni zelo narcistični ali zelo malo narcistični moški in tisti, ki so nagnjeni k razkazovanju in izražanju. Bolj so moški paranoidni in odtujeni, bolj so tudi ljubosumni. Bolj ljubosumne so tiste ženske, ki so zelo ali malo paranoidne ter nekonformistične. Bolj ljubosumne so tudi tiste, ki imajo nizek tolerančni prag strahu in precejšnjo potrebo po agresivnosti in po tem, da nekdo skrbi zanje.<sup>336</sup>

Povezave med osebnostnimi lastnostmi in ljubosumjem so na splošno zelo šibke. Nejasno je tudi, ali so poteze oz. lastnosti rezultat obrambnega mehanizma, ki vpliva na samooceno pri anketiranju, ali pa kažejo na povezavo med značilno lastnostjo in trenutnim čustvenim stanjem.<sup>337</sup>

Tudi druge raziskave so sicer potrdile povezavo med osebnostnimi lastnostmi in ljubosumjem, vendar so stopnje povezave večkrat dokaj šibke. Te raziskave so empirično potrdile dve pomembni točki. Prvič, da je razpoložljivostna perspektiva primerna za analizo ljubosumja, in drugič, da ni edina. Nadaljnje empirično in idejno delo bo moralo skrbeti za enakovredno pozornost raziskavam osebe, odnosov in situacijskih področij, če hoče zagotoviti razumljive in življenjsko veljavne analize pojava ljubosumja.<sup>338</sup>

---

<sup>335</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 100.

<sup>336</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 100.

<sup>337</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 101.

<sup>338</sup> Prim. R. G. Bringle, *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, 116.





## 6. Terapevtska opredelitev ljubosumja

V tretjem poglavju smo nanizali vrsto poimenovanj in razvrstitev ljubosumja. Potem smo tudi določili, kaj vse pod besedo ljubosumje razumemo. V terapiji pa je, če hočemo biti učinkoviti, potrebno postaviti čimbolj preprosto in jasno opredelitev ljubosumja. Pri zdravljenju se nedvomno najprej postavlja vprašanje, kaj je normalno in kaj patološko ljubosumje.

Da bi pokazali na mejo med **normalnim** in **patološkim** ljubosumjem, bomo uporabili fenomenološki model kompleksa ljubosumja. Patološko ljubosumje predstavljamo iz različnih zornih kotov, da bi osvetlili različne vidike.

V sodobni psihiatriji zavzema patološka razsežnost ljubosumja pomembno, a dvoumno vlogo. V rabi je mnogo različnih imen za to duševno motnjo: 'patološko ljubosumje'<sup>339</sup>, 'bolezensko ljubosumje'<sup>340</sup>, 'paranoični sindrom ljubosumja'<sup>341</sup>, 'Othellov sindrom'<sup>342</sup>, 'erotični sindrom ljubosumja'<sup>343</sup> in 'zakonska paranoja'<sup>344</sup>. Meje teh stanj so avtorji zarisali različno, vendar se do neke mere prekrivajo. Najširši pomen nosita pojma 'patološko' in 'bolezensko' ljubosumje, zato ju bomo uporabili tudi mi.

Temu dodajamo pojem '**prividi nezvestobe**', ki pa ga bomo zaradi pomembnosti obravnavali ločeno. Kategoriji '**reakcijsko**' in '**simptomatično**' ljubosumje predstavljamo kot temelj za klinični pogled na patološko ljubosumje. Ta mnogoplasten

---

<sup>339</sup> Prim. J. Tiggelaar, *Pathological jealousy and jealousy delusions*, v: *Folia Psychiatrica, Neurologica et Neurochirurgica Netherlandia* 59 (1956), 522-541.

<sup>340</sup> Prim. M. Shepherd, *n. d.*, 607-753.

<sup>341</sup> Prim. N. Retterstol, *Jealousy-paranoic psychosis: A personal follow-up study*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 43 (1967), 75-107.

<sup>342</sup> Prim. J. Todd - K. Dewhurst, *The Othello syndrome: A study of the psychopathology of sexual jealousy*, v: *Journal of Nervous and Mental Disease* 122 (1955), 367-374.

<sup>343</sup> Prim. G. Langfeldt, *The erotic jealousy syndrome: A clinical study*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 36 (Suppl. 151) (1961), 7-68.

<sup>344</sup> Prim. E. Revitch, *The problem of conjugal paranoia*, v: *Diseases of the Nervous System* 15 (1954), 271-277.

pristop ni kompatibilen s teoretično natančnostjo, vendar upamo, da je skladen z jasnostjo in klinično uporabnostjo.<sup>345</sup>

Ljubosumje je lahko celo v normalni različici ognjevitá strast, ki jo spremljajo dramatične spremembe v mišljenju in obnašanju. Običajni in sicer nevpadljivi ljudje so lahko v napadu ljubosumja žrtve doživljanj, ki so popolnoma tuja njihovemu normalnemu značaju. Ljubosumni lahko trpi zaradi dvoma o lastnem zdravju in lahko podoben nesporazum izzove tudi pri prijateljih in sorodnikih. Kompleks ljubosumja pri normalnih posameznikih lahko vsebuje dobro poznane psihopatološke elemente.<sup>346</sup>

Glede na izredno naravo takšnega ljubosumija se zagotovo sprašujemo, kaj tvori patološko razsežnost in kako jo lahko prepoznamo. Razlikovanje med normalnim in patološkim ljubosumjem je, čeprav utemeljeno samo na teoretičnih predpostavkah, pomembno za obravnavanje in zdravljenje. Na srečo so izredni primeri, ki zbujejo posebno zanimanje, v klinični praksi veliko bolj redki kot tisti, pri katerih je patološka narava zelo očitna.

## 6.1. Razlikovanje med normalnim in patološkim ljubosumjem

Če ločimo od patološkega ljubosumja privide nezvestobe, potem je za patološko ljubosumje značilno, da oseba, zato da bi postavila pod vprašaj partnerjevo zvestobo, na situacije, ki so se zgodile v preteklosti, odgovarja z nenormalno lahkotnostjo in intenzivnostjo, vendar nejasno.<sup>347</sup> Postavlja se vprašanje, kako je mogoče prepoznati nenormalno lahkotnost in intenzivnost takšnega patološkega ljubosumja.

Ena možnost je, da odgovore normalnih posameznikov primerjamo z odgovori, ki se zdijo značilni za patološke posameznike. Oppenheim trdi, da nenormalen posameznik išče konflikt ljubosumja, medtem ko zdrava oseba zaupa partnerju. Poleg tega normalna

---

<sup>345</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 173.

<sup>346</sup> Prim. J. Tiggelaar, *Pathological jealousy and jealousy delusions*, 522-541.

<sup>347</sup> Prim. M. Shepherd, *n. d.*, 607-753; A. Mairet, *La jalousie: Étude psycho-physiologique, clinique et medico-legale*, Montpellier, Paris 1908.

oseba išče rešitev iz ljubosumja, patološki posameznik pa bolezensko uživa, ko hote podaljšuje trpljenje. Vendar vsega tega ni tako preprosto ugotoviti, kajti težko je uganiti, kdaj pacient misli drugo, kot govori, in kdaj uživa v ljubosumju, saj tega običajno ne pove.<sup>348</sup>

Ko Vauhkonen povzema Jakobsena, pravi, da zdrava oseba izraža ljubosumje samo, kadar ima za to jasen dokaz, medtem ko vidi bolna oseba tudi v najmanjšem znaku jasno znamenje, zaradi katerega reagira ognjevitno. Patološko ljubosumni se ne uči na svojih napakah in kopiči sumničenja proti mnogim, medtem ko normalno ljubosumni spreminja svoje obnašanje kot odgovor na situacije in usmeri svoje ljubosumje na enega tekmeca. Patološko ljubosumje se periodično ponavlja, ne glede na zunanje okoliščine, medtem ko je normalna oseba odvisna od sprememb v dejanskem odnosu. S tem opisom si marsikdaj lahko pomagamo, vendar se zaplete takoj, ko stvari niso tako očitne.<sup>349</sup>

Mnoge možnosti za razlikovanje ponujajo tudi različni psihoanalitiki. Vendar bomo ponovno uporabili opisni pristop in pregledali, kako so lahko moteni vidiki kompleksa ljubosumja, kot so sodbe in občutki.

### 6.1.1. Patologija in kompleks ljubosumja

#### **Ocena**

Ljubosumni posamezniki se pogosto ne zavedajo, da so njihova čustva odvisna od prejšnjih sodb. Ko se s pacientom pogovarjamo, sodbe hitro postanejo očitne. Najrazličnejše obsodbe, ki zbudijo in ohranjajo ljubosumje, so odvisne od prvotne ocene, ki lahko izvira iz patološke zavesti. Kadar so prisotni prividi nezvestobe, je to razpoznavni znak patološkega ljubosumja. Sodba je prav tako boleсна, če ima znake pojava obsedenosti ali vseobsegajoče ideje.<sup>350</sup>

#### **Občutki in čustva**

---

<sup>348</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 176.

<sup>349</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 177.

<sup>350</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 179-180.

Ljubosumnega lahko prevzamejo močna čustva, ki so navadno boleča in povzročajo stisko. O čustvenem odzivu smo spregovorili v poglavju »Razvoj ljubosumja«. Tu nas zanimajo predvsem patološki znaki čustvovanja.

Patologija se kaže v premiku občutij od njihovega dejanskega objekta v nepovezani oz. neustreznih objekt. Patološko ljubosumje je še toliko bolj povezano z močno domišljijo, ki je močna že pri naravnem ljubosumju. Ljubosumje tako ne odraža stvarnosti odnosa, ampak povzroča premik občutkov iz področja, ki nima z realnostjo nobene zveze. Izredna labilnost in razburljivost sta značilni za večino duševnih motenj, kot denimo manija, in ju v mešani obliki lahko najdemo pri nekaterih nenavadnih osebnostih. Ta nagnjenost k čustveno pretiranim reakcijam lahko občasno vodi k razvoju kompleksa ljubosumja in v nenormalno močne občutke.<sup>351</sup>

### **Želje**

Želje ljubosumnega so lahko zapletene in protislovne kot mnogi drugi vidiki te bolečine, ki se pojavlja ob ljubosumju. S spolno slo je pogosto povezana želja po tem, da bi drugega ranil. Prav tako pogosto nastopata skupaj tudi želja po tem, da bi se nekoga znebili, in strah pred tem, da bi ga izgubili.

Ljubosumje je lahko patološko, če so želje pretirano neustrezne in perverzne. Želja po obvladovanju in volja po moči sami po sebi nista patološki, zgrešeno pa je teženje po tem, da bi ju uresničili v kontekstu ljubezenskega razmerja. Hahn<sup>352</sup> smatra takšno 'tiransko ljubosumje' za eno od kategorij patološkega ljubosumja.

Ljubosumje nudi tudi priložnost za izražanje vojerističnih in sadomazohističnih strasti, ki so usmerjene v podređitev in poniževanje partnerja.<sup>353</sup>

### **Obnašanje**

Sicer zdravi ljudje bodo v navalu ljubosumja iskali vse mogoče sledi varanja, pregledovali partnerjeva oblačila, poslušali njegove telefonske pogovore ali pa jim celo sledili in se nepričakovano vračali domov. Razlika med patološkim in normalnim ljubosumjem je pravzaprav predvsem v tem, da je zdrave ljudi sram zaradi vohunjenja in spoznajo, kako smešno in neumestno je takšno početje. Takšna prizadevanja namreč

---

<sup>351</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 180-181.

<sup>352</sup> Prim. B. Hahn, *Eifersucht als neurose*, v: *Fortschritte der Medizin* 51 (1933), 336-344.

<sup>353</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 181-182.

nikoli ne prinesejo zelenih rezultatov. Zagotovilo ni nikoli dovolj močno, priznanje nikoli dovolj iskreno itd.

Diagnoze ne postavljamo na podlagi dejanj, tudi najbolj neverjetna so lahko rezultat zdrave osebe. Obnašanje je pogosto dober razlog za sum o prisotnosti patološkega ljubosumja, zadnja odločitev pa temelji na stanju duha, ki je v ozadju vseh dejanj.<sup>354</sup>

## Odnos

V ljubosumju se pravzaprav kaže patologija odnosa. Deviantni in moteni odnosi lahko močno spodbujajo ljubosumje, zato nanje pogosto gledamo kot na del patogeneze ljubosumja in ne kot na znake patologije.

Različen od teh je 'erotomaničen' odnos, ki obstaja samo v mislih ljubosumnega. 'Erotomanija' predstavlja situacijo, v kateri si pacient trdno umišlja, da ima partner drugo ljubezen. Znake takšne ljubezni oz. namige zanjo pacient odkriva v nemogočih, nepovezanih situacijah.<sup>355</sup>

### 6.1.2. Prividi nezvestobe

Izdelava kritičnega testa za teoretičen in praktičen poskus razlikovanja med bolezenskim stanjem duha, ki mu pravimo 'privid', in ekstremnimi različicami, ki so sad prepričanj zdrave, a ljubosumne osebe, predstavlja za akademsko psihiatrijo eno najzahtevnejših nalog v raziskovanju patološkega ljubosumja. To vprašanje o razmerju med zdravim ljubosumjem, patološkim ljubosumjem in prividnim ljubosumjem nas sooča z glavnim problemom nastanka in strukture prividov.<sup>356</sup>

Prividi lahko nastopijo kot trajen ali kratkotrajen pojav v vsaki večji duševni motnji in lahko vzniknejo v najrazličnejših pogojih, ki zmedejo delovanje možganov. Značilnosti prividov nezvestobe je Mullen<sup>357</sup> povzel takole:

1. Prividov se oseba drži z absolutnim prepričanjem in jih doživlja kot samoposebi umevno stvarnost in ne kot možnosti ali prepričanja.

---

<sup>354</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 183-185.

<sup>355</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 185-187.

<sup>356</sup> Prim. J. Tiggelaar, *Pathological jealousy and jealousy delusions*, 522-541.

<sup>357</sup> Prim. P. E. Mullen, *The mental state and states of mind*, v: *Essentials of Postgraduate psychiatry* (2nd ed), ur. P. Hill, R. Murray, & A. Thorley, Grune & Stratton, London 1985, 3-35.

Oseba s posebno vneto in prezirom ugovarja tistim, ki se z njenimi prepričanji ne strinjajo.

2. Prividov z razumom ni mogoče dojeti in se z izkušnjo ne spremenijo.

Pri normalnem ljubosumju je prepričanje o partnerjevi nezvestobi običajno povezano z željo, da bi bilo mogoče dokazati nasprotno. Te želje pri prividnem ljubosumju ni. Zato oseba tudi ne želi sprejemati nobenih nasprotnih dokazov.

3. Doživetje prividov ima za osebo izreden pomen.

Ker ljubosumje zadeva temelje človekove eksistence, sta si glede tega patološko in normalno ljubosumje zelo podobni. Za obe je doživljanje izrednega pomena, zato je razlikovanje še zahtevnejše.

4. Prividi so stvar popolnoma osebnih prepričanj in posebnost določene osebe, ki jih ni mogoče deliti niti z ljudmi iz podobnega družbenega ali kulturnega okolja.

Tem prepričanjem lahko dodamo še:

5. Prepričanja nastopijo na takšen način, da jih drugi ne morejo razumeti.

Privid je razpoznaven, kadar je pojav prepričanja očitno nenavaden in ga ni mogoče razumeti, njegovo utemeljevanje pa je vseh običajnih pravil logike in utemeljevanja.

6. Prepričanja težijo k temu, da pojasnjujejo široka področja pacientove izkušnje in postajajo izvir novih in posebnih spoznanj. Prividi postanejo središčni dejavniki okoli katerih se vrtijo in razvrščajo ostala spoznanja pacienta in ves njegov svet.<sup>358</sup>

## 6.2. Delitev patološkega ljubosumja na reakcijsko in simptomatično

V tem sklopu smo že nakazali razvrstitev ljubosumja v tri skupine: na normalno, patološko reakcijsko ali simptomatično. Za boljše razlikovanje smo dodali tudi vprašanje prividnega ljubosumja. V tem poglavju pa bomo določili nadaljnje razlikovanje med patološko reakcijskim in simptomatičnim ljubosumjem. Pregledali bomo klinične diagnoze in vzorce simptomov, ki so značilni za patološko reakcijsko in simptomatično ljubosumje, v normalnem ljubosumju pa so prisotni manj verjetno.

---

<sup>358</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 188-189.

### 6.2.1. Reakcijsko ljubosumje

Normalno ljubosumje je reakcijsko, ker je odziv na dejansko ali domnevno nezvestobo. Patološko ljubosumje je lahko reakcijsko na popolnoma enak način. Razlika leži v naravi reakcije in v njeni povezavi z dogodki, ki so ljubosumje zbudili.

Patološko reakcijsko ljubosumje ima naslednje značilnosti:

1. Dogodek, ki je zbudil reakcijo, je mogoče razumeti v povezavi s strahovi o partnerjevi pretekli ali prihodnji nezvestobi.

2. Obstaja predpostavka, zaradi katere je oseba nenavadno občutljiva na takšne izzive.

Ta je lahko:

a) Odklon od normalnih osebnostnih struktur, bodisi v smer pretirane občutljivosti in negativne samopodobe bodisi v smer površinske agresivne samozavestnosti, ki prikriva nepriznana ranljivost.

b) Duševna motnja.

c) Pretekla izkušnja razočaranja, ker je osebo partner zapustil ali ji bil nezvest, kar je povzročilo pretirano občutljivost.

d) Kakršnakoli kombinacija prvih treh.

3. Pretiran odgovor na izziv, ki mu sledi močna motnja v mišljenju in obnašanju.

4. Razvoj reakcije ljubosumja je odvisen od situacije ali vidikov odnosa, ki težijo k ohranjanju ali okrepitvi ljubosumja.

Patološko reakcijsko ljubosumje se razlikuje od normalnega tako po lahkotnosti in intenzivnosti odgovorov kot prisotnosti predpostavk v ozadju, ki jih ustvarja motena oseba ali duševna motnja.<sup>359</sup>

### 6.2.2. Simptomatično ljubosumje

Ljubosumje je lahko sestavni del klinične slike v širokem spektru psihiatričnih motenj. Ljubosumje imenujemo simptomatično, kadar je njegov pojav odvisen od prisotnosti duševne motnje in je ljubosumje eden od pokazateljev patologije, ki je v ozadju. Potek ljubosumja je v takšnem primeru tesno povezan z nadaljevanjem motnje, ki je bila potreben, četudi ne zadosten razlog za ljubosumje. Ljubosumje je navadno del širšega

---

<sup>359</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 200.

sindroma in bo nastopilo skupaj z njim ter se razvijalo z drugimi motnjami, značilnimi za začetne okvare.

Za simptomatično ljubosumje je značilno:

1. Da je v njegovem ozadju proces, ki je navadno v obliki duševne motnje, denimo shizofrenija ali kakšna organska psihoza, ki se je razvila pred ljubosumjem ali skupaj z njim.
2. Potek in razvoj simptomatičnega ljubosumja je v veliki meri mogoče povezovati z razvojem motnje, ki je v ozadju.
3. Klinične poteze procesa, ki je v ozadju, so prisotne v samem procesu ljubosumja.
4. Da je odsoten kakršenkoli izziv, ki bi bil lahko racionalno povezan s strahovi pred nezvestobo.

Ker je pogosto težko razlikovati med ljubosumjem in duševno motnjo v ozadju, je koristen preprost pregled pojavov, ki so pogosto v ozadju simptomatičnega ljubosumja.<sup>360</sup>

### **Organski psihosindromi**

Organska okvara v možganih, ki povzroča moteno delovanje možganov, lahko zbudi kakršnokoli nenormalnost duševnih funkcij, ki jih najdemo v vrsti psihiatričnih motenj. V psihiatriji ne poznamo nobenega znaka, ki bi ne mogel biti rezultat poškodbe centralnega živčnega sistema (CNS).

Prividi nezvestobe spremljajo široko množico različnih motenj delovanja CNS.<sup>361</sup> V raziskavi 138 primerov patološkega ljubosumja so bile v 20 primerih vzrok organske motnje možganov (med drugim tudi skleroza multipleks, Huntington chorea, Alzheimerjeva bolezen, Jacob-Creutzfeldtova bolezen, shizofrenija) kot osnovna patologija, ki je v ozadju duševne motnje, katere del so tudi prividi nezvestobe.<sup>362</sup> Shepherd<sup>363</sup> je ugotovil, da je pri starejših pacientih bolezensko ljubosumje pogosto

---

<sup>360</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 205.

<sup>361</sup> Prim. J. L. Cummings, *Organic delusions: Phenomenology, anatomical correlations and review*, v: *British Journal of Psychiatry* 146 (1985), 184-197.

<sup>362</sup> Prim. P. E. Mullen – L. H. Maack, *Jealousy, pathological jealousy, and aggression*, 103-126.

<sup>363</sup> Prim. M. Shepherd, *n. d.*, 607-753.



povezano z demenco in drugimi organskimi dejavniki. Ljubosumje je lahko le eden od znakov poškodovanih možganskih funkcij.

Ljubosumje je lahko prvi pokazatelj možganske okvare, ki se je začela pojavljati. Patološko ljubosumje je pogost znak poškodb možganov, še posebej prednjega dela. Johnson<sup>364</sup> je proučeval nekdanje boksarje, ki so tožili za bolečinami v glavi. Ugotovil je, da je patološko ljubosumje s prividi nezvestobe prisotno pri petih od 17 primerov. Motnje pri delovanju žlez in motnje v presnovi so prav tako lahko povezane s patološkim ljubosumjem kot klinično podobo.<sup>365</sup> Prividi ljubosumja so lahko tudi spremljevalni znak thyrotoxicosisa (napačnega delovanja ščitnice).

Povezava med kompleksom ljubosumja in organsko okvaro je zapletena. Ni namreč mogoče preprosto sklepati iz enega na drugo. Nobena bolezen ne povzroči nujno patološkega ljubosumja. To lahko nastopi ali pa tudi ne.<sup>366</sup>

### **Motnje v razpoloženju**

Ljubosumje lahko nastopi kot posledica depresije. V tem primeru kompleks ljubosumja spremlja znake depresije. V nekaterih primerih zdravljenja depresije je hkrati z depresijo izginilo tudi ljubosumje.

Izkušnje kažejo, da je povezava med ljubosumjem in značilnimi znaki depresije običajno zelo nejasna. Predvsem je težko ugotoviti, kaj je bilo prej. Ljubosumje namreč povzroči velik stres in pogosto močno vpliva na posameznikovo obnašanje v družbi in na njegove odnose. Kar pri 50% pacientov z bolezenskim ljubosumjem so kot spremljajoči znak ugotovili depresijo.<sup>367</sup>

Kompleks ljubosumja ni običajen spremljevalec maničnih stanj, vendar je bil opažen tudi v tem kontekstu.<sup>368</sup>

### **Shizofrenije**

---

<sup>364</sup> Prim. J. Johnson, *Organic psychosyndromes due to boxing*, v: *British Journal of Psychiatry* 175 (1969), 45-53.

<sup>365</sup> Prim. J. L. Cummings, *n. d.*; M. Shepherd, *n. d.*, 607-753.

<sup>366</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 207.

<sup>367</sup> Prim. P. E. Mullen – L. H. Maack, *Jealousy, pathological jealousy, and aggression*, 103-126.

<sup>368</sup> Prim. M. Shepherd, *n. d.*, 607-753.

Shizofrenija je zelo pogost pojav duševne motnje. Možnost shizofrenije je za vsakega približno 1%. Z njo je povezana tudi možnost ljubosumja. Študije kažejo naslednje rezultate: med 138 pacienti je bilo 15 shizofrenikov,<sup>369</sup> med 81 pacienti 5<sup>370</sup> in med 66 pacienti 5 z diagnozo shizofrenije.<sup>371</sup> Shepherd<sup>372</sup> poroča, da je bilo ljubosumje glavni klinični znak pri 14% pacientov, ki so se zdravili v Maudsley Hospital v Londonu z diagnozo paranoidne shizofrenije, paranoje ali paranoidne bolezni.

Shizofrenije so najpogostejše motnje, pri katerih so prevladujoči prividi. Navadno srečamo prividno ljubosumje v paranoidni shizofreniji, v kateri so prividi glavni znak nenormalnosti. Komplex ljubosumja lahko nastopi skupaj z napredovanjem shizofrenične motnje ali kot glavna tema oz. kot eden izmed elementov v množici motenj duševnega delovanja.<sup>373</sup>

### **Paranoidne (prividne) motnje**

Odrto ostaja vprašanje ali prividne motnje povzročajo patološko ljubosumje, ali patološko ljubosumje ustvarja prividne motnje. Nekateri psihologi trdijo, da je paranoja v prvi vrsti reakcija. Bleuler je prepričan, da so prividi v paranoji reakcije na določene notranje in zunanje situacije ter zanika možnost, da bi bili direkten rezultat kakšnega možganskega procesa. Meni, da je v temelju situacija, ki ji pacient ni bil kos in na katero je zato reagiral z boleznijo.

Pacienti ostanejo čuteči, jasni in logični tako v izražanju bolestitnih idej kot v življenju zunaj področij prividov. Čeprav bodo priznali, da ne morejo popolnoma dokazati svojih trditev, je vsakršen poskus prepričevanja zastoj in za terapevta le možnost za neuspeh in frustracijo.<sup>374</sup>

### **Prekomerno uživanje alkohola**

---

<sup>369</sup> Prim. P. E. Mullen – L. H. Maack, *Jealousy, pathological jealousy, and aggression*, 103-126.

<sup>370</sup> Prim. M. Shepherd, *n. d.*, 607-753.

<sup>371</sup> Prim. G. Langfeldt, *The erotic jealousy syndrome: A clinical study*, 7-68.

<sup>372</sup> Prim. M. Shepherd, *n. d.*, 607-753.

<sup>373</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 209-210.

<sup>374</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 210-212.

Krafft-Ebing pravi, da 80% moških alkoholikov, ki jih je proučeval in ki še imajo spolne zveze s partnerjem, mučijo prividno ljubosumje. Trdi, da se ljubosumje prebudi v kasnejši dobi alkoholizma in ga navadno tvorijo organizirani, a izolirani prividi nezvestobe. Ko pri kroničnem alkoholiku ljubosumje nastopi, se ga izredno vztrajno oklepa. Privid je po njegovem mnenju posledica delovanja alkohola na možgane in vpliva kronične pijanosti na posameznikove medosebne in spolne odnose.<sup>375</sup>

Prekomerno uživanje alkohola lahko vodi v povečanje spolnih želja in zmanjšanje možnosti za uresničitev. Tako preprostim sklepanjem pa mnogi nasprotujejo. Gotovo ni ljubosumje samo posledica, ampak je vprašanje ali ni tudi vzrok prekomernemu uživanju alkohola. Posledice je potrebno povezovati s prvotnimi vzroki, ne le s pitjem.

Glatt<sup>376</sup> je poročal da 20% njegovih alkoholikov trdi, da imajo težave z ljubosumjem. V edini doslej sistematični študiji o spolnem ljubosumju in alkoholizmu Shrestha, Rees, Ris, Hore in Faragjer<sup>377</sup> poročajo, da je ljubosumje splošen pojav pri 35% moških in 31% žensk. Pri 27% moških in 15% žensk je bilo ljubosumje patološko. V prejšnjih raziskavah so bili rezultati precej nižji.<sup>378</sup>

### **Uživanje drog**

Kompleks ljubosumja lahko nastopi v povezavi z uživanjem drog. Kraepelin meni, da uživanje kokaina zelo verjetno povzroča patološko ljubosumje. V novejših raziskavah so ugotovili, da so amfetamini povezani s patološkim ljubosumjem.<sup>379</sup> Amfetamini in kokain lahko ustvarijo stanje, ki ga ni mogoče razlikovati od paranoidne shizofrenije, v katerem pa so prividi nezvestobe prevladujoči.<sup>380</sup>

### **Obsednostno-kompulzivne motnje**

---

<sup>375</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 212.

<sup>376</sup> Prim. M. M. Glatt, *Drinking habits of English (middle class) alcoholics*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 37 (1961), 88-113.

<sup>377</sup> Prim. K. Shrestha, D. W. Rees, K. J. B. Ris, B. D. Hor in E. B. Faragjer, *Sexual jealousy in alcoholics*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 72 (1985), 283-290.

<sup>378</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 214.

<sup>379</sup> M. Shepherd, *n. d.*, 607-753; J. Todd, *The jealous patient*, v: *The Practitioner* 220 (1978), 229-233.

<sup>380</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 214.

Ljubosumje je pri normalnih posameznikih v marsičem vsaj na prvi pogled podobno motnjam obsedenosti. Pojavi resnične obsedenosti so navadno osredotočeni na temeljni strah (fobijo), ki je pogosto povezan s splošnimi področji smrti, gnusa in spolnosti.<sup>381</sup> Obsedena oseba postane intenzivno zavzeta s preverjanjem vseh vidikov, ki zadevajo njen strah. V stanju obsedenosti je strah povezan s subjektivnim pritiskom, naj oseba nekaj stori, misli ali reče. Temu pritisku se posameznik do neke mere upira, ker spoznava njegovo nesmiselnost. To pa povzroča nov strah. Iz tega se rojeva nov pritisk, pod katerim pacient ponavlja iste ali druge nadomestne situacije. Predstave pritiska ali nadomestki so pogosto ritualizirani. Pacienta zato muči najprej pritisk, potem strah, ki se rodi iz upornosti, in nazadnje strah, da je bilo ritualizirano dejanje narobe predstavljeno.<sup>382</sup>

Prvotne motnje obsedenosti so redke, še večja redkost pa je prvotna obsedenost, ki je usmerjena v strah pred nezvestobo. Pojav obsedenosti je pogosteje povezan s simptomi depresije. V tej drugotni obliki se ljubosumje lahko pojavi v obliki obsedenosti.

### **Sklepi**

Patološko ljubosumje predstavlja težavo in izziv idejnemu okviru sodobne psihiatrije. Ta se ukvarja predvsem z opazovanjem in obravnavanjem diskretnih enot bolezni. Stvari se zapletejo, ko je potrebna obravnava pojava, ki presega jasno začrtane meje običajnih obravnav. Takšen pojav je lahko patološko ljubosumje, ki ga ni mogoče obravnavati s statusom redkega psihiatričnega sindroma, saj je prepogost in preobsežen. Ljubosumje je prav tako težko vključiti v klasifikacijske sisteme kot klinično podobo ali simptom brez samostojnega obstoja. Patološko ljubosumje ustvarja zadrego, ker prelamlja pravila, ko se pojavlja v povezavi z množico psihiatričnih sindromov, hkrati pa lahko nastopa tudi kot očitno samostojen sindrom. Težave pri ločevanju patoloških reakcij od normalnih prvi problem samo še povečajo.

Obroben in dvojen položaj patološkega ljubosumja v sodobni psihiatriji je ob predstavitvi tega poglavja približno jasen. Enako jasen se zdi, upamo, pomen v klinični

---

<sup>381</sup> Prim. E. W. Straus, *Shame as a historiological problem*, v: *Phenomenological psychology: Selected papers of Erwin W. Straus*, ur. E. W. Straus, Tavistock, London 1966, 23.

<sup>382</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 215.

praksi. Rešitev za večino kliničnih psihologov je, da se ljubosumju in njegovim patološkimi razsežnostim približamo s pragmatičnim eklekticizmom.

### 6.3. Ugotavljanje vrste ljubosumja pri pacientu

Ugotavljanje vrste ljubosumja je prva naloga oz. prvi korak pri zdravljenju ljubosumja.<sup>383</sup> Za cilj ima jasno določiti naravo ljubosumja pri posamezniku in ugotoviti, kako vpliva na njegove odnose, življenjski položaj in preteklost. Zaradi pogostih nasilnih reakcij, ki so sad ljubosumja, je vedno potrebno ugotoviti, kakšna je verjetnost, da pride do nasilja, in to upoštevati pri zdravljenju.

#### **Kontekst**

Okvir navadno predstavlja posamezen in skupen intervju s partnerjema. Prvi intervju dopolnjuje drugi. Kadar je mogoče, je koristen tudi skupni intervju. Predlog nekaterih terapevtov, da je pri obravnavi ljubosumja koristen tudi tekmeč, je po izkušnjah nekaterih redko koristen.<sup>384</sup>

Prednosti pri ugotavljanju in zdravljenju ljubosumja predstavlja udeležba dveh terapevtov v celotnem procesu. Najboljše je, če sta terapevta moški in ženska. Prisotnost dveh terapevtov pomaga, da terapevt ne pade v vlogo zagovornika. Takšna vloga namreč ni nujno dobra in koristna pri zdravljenju ljubosumne osebe.

Strukturo in namen ugotavljanja naj bi predstavili paru vnaprej. Pomembno je, da vsak partner ve, kaj je v ozadju skupnega in posamičnega intervjuja. Ljubosumje je zaznamovano s sumničanjem, zato za terapevta ni modro, da sumničenja pri zdravljenju tudi sam ustvarja.

Za zdravljenje je koristen tudi neobremenjena tretja oseba zunaj para, ki lahko o konfliktu kaj pove.

#### **Intervjuji za ugotavljanje**

Ugotavljanje pomeni zbiranje informacij, ki so potrebne za terapevtsko strategijo. Pomembne so informacije o zgodovini obstoječega ljubosumja in zgodovini odnosa, v

---

<sup>383</sup> Pri tem se sklicujemo na avtorja: G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 247-262.

<sup>384</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 249.

katerem je do obstoječega ljubosumja prišlo. Potrebno je raziskati tudi preteklo ljubosumje in okvir odnosa, v katerem se je ljubosumje zgodilo. Pomembni so podatki o zgodovini družine, duševnem in telesnem zdravju v preteklosti, osebni zgodovini posameznika, posameznikovih značajskih lastnostih. Prav tako je pomembno ugotoviti, kakšno je sedanje duševno stanje, in ali obstajata zasvojenost in nevarnost nasilja. Vse te elemente si bomo podrobneje ogledali.

### **Zgodovina sedanjega ljubosumja**

Zgodovina sedanjega ljubosumja naj bi vsebovala: (1) časovni pregled razvoja in nadaljevanja ljubosumja in (2) načine doživljanja ljubosumja vsakega izmed partnerjev. Spontano poročanje o razvoju ljubosumja običajno vsebuje poročanje o dogodkih in posameznikovo interpretacijo. Okoliščine pojava ljubosumja so še posebej pomembne – ne samo tiste, ki so povezane z razvojem ljubosumja, ampak tudi za vse, kar je poudarilo ali porušilo samopodobo ljubosumnega ali spremenilo dinamiko odnosa. Ključni vprašanji sta: »Zakaj je prišlo do ljubosumja?« in »Zakaj iščeta pomoč sedaj?« Zelo pomemben je način spraševanja. Z dobrim vodenjem pogovora lahko zberemo potrebne podatke. Pomembno je znati spodbuditi pacienta, da spregovori. Previdni moramo biti, da ne sugeriramo odgovorov na zastavljena vprašanja.

Poročilo naj bi zajemalo:

*Sodbe.* Običajno je prisotna trditev, da je prišlo do nezvestobe. To trditev je potrebno podrobneje pojasniti. Ugotoviti je potrebno, koliko je ogrožena samopodoba posameznika oz. odnos. Dobro je vprašanje, kaj pričakuje posameznik od drugega.

*Občutki.* Jeza in strah sta običajno v ospredju. Terapevt naj bi izvedel, kateri občutki so v ospredju.

*Želje.* Ljubosumna oseba si običajno želi slišati samo resnico. Pomembno je odkriti, ali je resnica, o kateri govori, potrditev njenih sumov ali maščevanje partnerju. Če je bila v ozadju nezvestoba, ljubosumno osebo zanima, ali jo ima partner še rad. Dobro je izvedeti, ali želi pri iskanju odgovora dokazati popolno izdajo ali slišati potrditev, da je še ljubljena. Ljubosumje je pogosto povezano tudi s spolnimi željami. To področje je za terapevta precej tvegano in zanj je največkrat bolje, da vanj ne vstopa.

*Fantazija in domišljija.* Zmedenost in sram, ki so ju izzvale spolne fantazije, ki pogosto spremljajo bolečino ljubosumja, otežujeta odpiranje problema.

*Obnašanje.* Terapevt mora izvedeti, kako je ljubosumje vplivalo na pacientovo obnašanje. Pomembno je tudi izvedeti, kaj o svojih dejanjih pacient misli in kaj si želi.

### **Zgodovina odnosa**

Zgodovina odnosa je ključna pri ugotavljanju ljubosumja. Potrebno je zbrati podatke o običajnih stvareh pri odnosu, kot so: kdaj se je par srečal, kaj ju je v začetku privlačevalo, kako se je odnos razvijal, kakšni so bili vzorci intimnosti in konfliktov. Avtobiografija odnosa se bo med partnerjema zagotovo očitno razlikovala. Terapevt zbere tudi odgovore o posebnih značilnostih odnosa, ki so za terapijo pomembne:

*Moč, odvisnost in odločanje.* Spoznanje, kdo ima večjo moč in vpliv na posameznem področju, bo pojasnilo tudi nesimetričnost vpliva in odločanja. Šibkejši ima navadno občutek, da je bolj odvisen, hkrati pa ima običajno manj alternativ v drugih odnosih.

*Enakost.* Partner, ki je v odnos več vložil, bo običajno kazal večjo občutljivost za ogroženost odnosa. Pomembno je izvedeti, ali je tisti, ki je več vložil, tudi več prejel.

*Dobitki.* Koristno je spoznati, koliko je posameznik odvisen od tega, kar iz določenega odnosa dobi, vključno s samopodobo.

*Ekskluzivnostne norme.* Pri tem se sprašujemo predvsem o očitnih in prikritih načinih, o katerih sta se partnerja dogovorila glede ekskluzivnostnih norm, še posebej o spolni ekskluzivnosti. Oba partnerja spodbudimo, da opišeta norme, ki sta jih razvila v odnosu: srečanja z drugimi, zunajzakonska prijateljstva in meje teh prijateljstev (še posebej na področju intimnosti). Pomembno je biti pozoren na predstave vsakega izmed partnerjev o lojalnosti in kaj za partnerja to v konkretni situaciji pomeni.

*Zaznava ustreznosti sebe kot partnerja.* Pomembno je ugotoviti, čeprav je to pogosto težko, kako partner vidi samega sebe v odnosu: ali se čuti ustreznega ali preslabega za drugega.

*Stereotipi spolnih vlog.* Ugotovimo tudi, kako partnerja gledata na delitev vlog, kako na to vplivajo stereotipi in okolje, kako delitev vlog doživljata. Pozorni smo na delitev dela, čustvene in spolne stereotipe.

*Prvotne rešitve.* Na koncu opogumimo par, da predstavi prve rešitve in njihove učinke. Povesta naj, kaj sta že poskušala in kako je delovalo. Pomembni so tudi poskusi, ki so bili neuspešni.

### **Zgodovina ljubosumja v prejšnjih odnosih**

Priporočljiv je podroben pogled na pretekle odnose s poudarkom na težavah z zvestobo in begu iz odnosov. Če je ljubosumje uničilo pretekle odnose, se pogosto pokažejo podobnosti med prejšnjim in sedanjim odnosom. Pomembno je raziskati, kaj je bil vzrok za ljubosumje v prejšnjem odnosu.

### **Predhodno duševno in telesno zdravje**

Pomembno je vedeti, ali je v predhodnem času prihajalo do kakšnih psihičnih motenj, depresije ali shizofrenije. Potrebno je zbrati vse podatke o dosedanjem zdravljenju.

### **Zgodovina družine**

Pomembni so predvsem nekateri vidiki te zgodovine, kot denimo prisotnost duševnih motenj pri najbližjih sorodnikih, posebej shizofrenije in večjih čustvenih motenj, za katere je značilno genetsko ozadje. Raziskave kažejo, da je ljubosumje lahko značilna lastnost neke družine.

### **Osebna in razvojna zgodovina**

Dobro je poznati težave s tekmeci in pojave zavisti v otroški dobi. Pomembno je predvsem, kako je posameznik razvijal svojo samopodobo in kako uspešnega in zadovoljnega se vidi v sedanjih odnosih.



### **Prekomerno uživanje alkohola in drog**

Prekomerno uživanje alkohola in drog (še posebej amfetamina in kokaina) lahko vpliva na razvoj ljubosumja, zato je dobro vedeti, ali je prisotno in kdaj se je začelo. Ta podatek je pomemben tudi zaradi možne agresivnosti.

### **Odkrivanje značajskih lastnosti**

Najpogostejše lastnosti, ki so povezane z ljubosumjem, se vrtijo okrog negativne samopodobe in povečane občutljivosti na izgubo ali grožnjo romantičnemu odnosu. Če je prisotna negativna samopodoba, velja ugotoviti, ali je to stalna spremljevalka te osebe ali pa je nastopila zaradi ogroženosti v odnosu in kot posledica ljubosumja. Potrebno je zbrati osebne poglede na dogodke, ki so vplivali na takšno stanje. O tem se pogovorimo z obema partnerjema.

### **Ugotavljanje duševnega stanja**

Ker je pri patološkem ljubosumju, posebej pri simptomatičnem, v ozadju duševna bolezen, je potrebno ugotoviti trenutno duševno stanje posamezne osebe.

### **Ugotavljanje verjetnosti za nasilje**

Zaradi pogostega nasilja - kot posledice ljubosumja - je potrebno proučiti njegovo verjetnost v obstoječem odnosu. Ljubosumna oseba je lahko samodestruktivna, samomorilno razpoložena ali pa agresijo usmerja na partnerja.

Če je v ozadju patološko ljubosumje, ga moramo primerno obravnavati. Sicer pa je potrebno zbrati podatke o nasilnih impulzih, željah, fantazijah, kot tudi agresivnih dejanjih. Najučinkoviteje spoznavamo agresivnost s postopnimi vprašanji od jeze in razburjenosti do agresivnih dejanj. Od obeh oseb velja zbrati seznam morebitnih nasilnih dejanj.

Zavedati se moramo, da pretekla dejanja nakazujejo prihodnje obnašanje. Terapevt mora opozoriti na pravice posameznika. Če obstaja očitna nevarnost nasilja, je potrebno obvestiti policijo. Bolje je, da ta ukrepa prej kot prepozno.

Sicer poglavje o nasilju zahteva samostojno obravnavo, ki pa ni namen te naloge.

### 6.3.2. Razvrstitev ljubosumja na podlagi ugotovljenih informacij

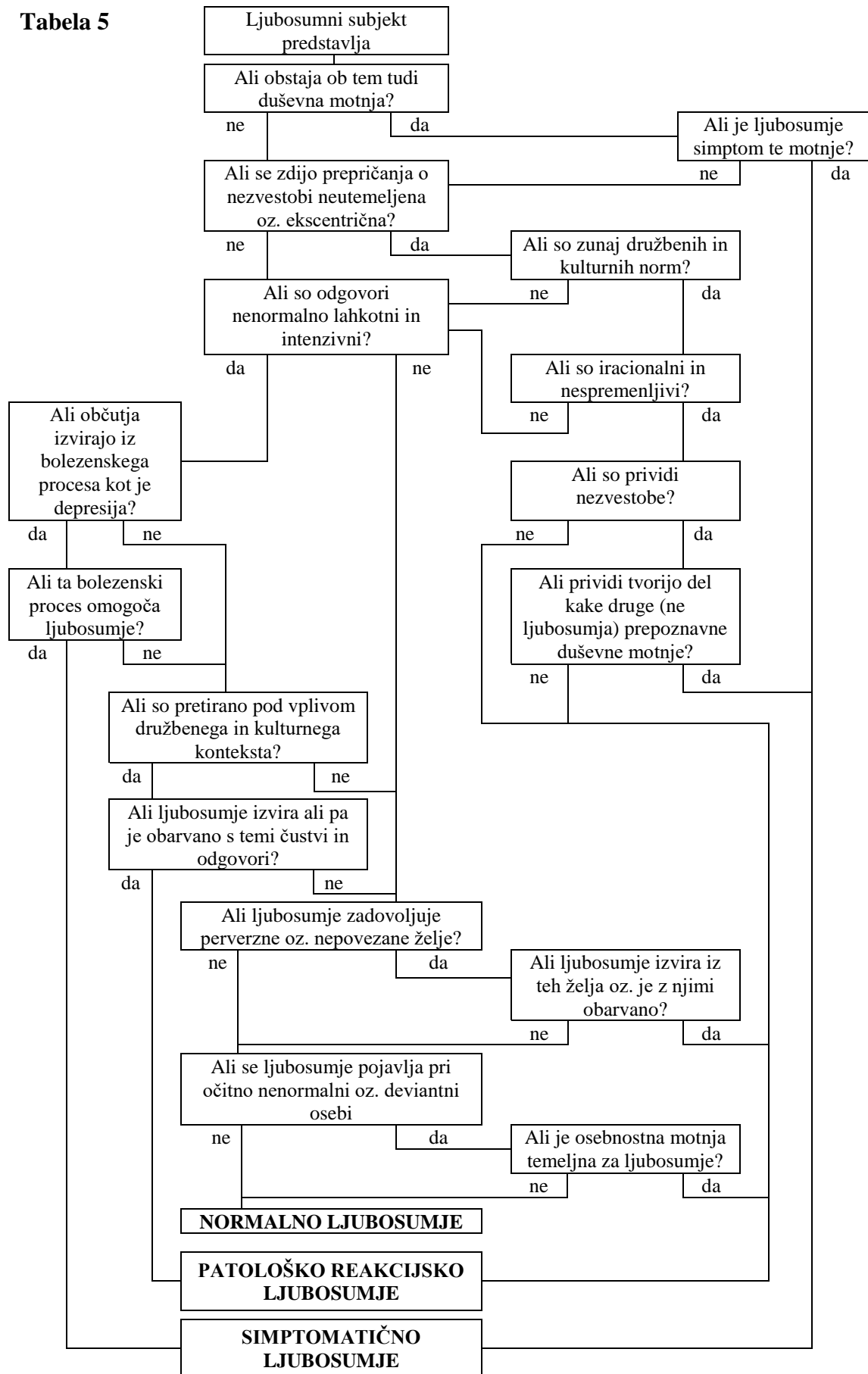
V prejšnjem poglavju smo predlagali razvrstitev ljubosumja na normalno, patološko reakcijsko in simptomatično. Pri simptomatičnem ljubosumju je motnja, ki je v ozadju, glavni vidik zdravljenja. Pri reakcijskem ljubosumju je ključno vprašanje ljubosumje sámo, čeprav občasno lahko potrebujejo zdravljenje tudi drugi vidiki (depresija ipd.). Pri normalnem ljubosumju je običajno v središču zdravljenja odnos, medtem ko je pri patološko reakcijskem ljubosumju v ospredju posameznik. Ko določamo patološko reakcijsko ljubosumje, moramo ugotoviti, ali je ljubosumni posameznik odgovoril na neprimeren in devianten način, ki odraža moteno delovanje. Odnos in širši družbeni kontekst ostane relevanten, vendar drugotnega pomena. Pri vseh vrstah ljubosumja je pomembno ovrednotenje možnosti za nasilje. To vpliva tudi na izbiro strategije zdravljenja. Tabela 5 prikazuje poenostavljeno drevo odločanja za ugotavljanje normalnega, patološko reakcijskega in simptomatičnega ljubosumja.<sup>385</sup>

Pogosto je nemogoče na začetku ugotoviti najpomembnejše značilnosti ljubosumja. Znaki, kot so neustreznost občutkov, perverzna spolnost ali sadistično iskanje zadovoljitve, se lahko pokažejo šele po določenem času svetovanja. Pogosto terapevt ugotovi, da premajhen napredek pri reševanju normalnega ljubosumja odraža patologijo posameznika. Ponovno ugotavljanje prvotnih in drugotnih pridobitev za oba partnerja lahko razkrije deviantna in zgrešena prizadevanja, ki podpirajo občutke in izraze ljubosumja. Zato je potrebna ponovna razvrstitev ljubosumja.

---

<sup>385</sup> G. White - P. E. Mullen, *n. d.*, 198.

**Tabela 5**



## 7. Zdravljenje ljubosumja

Pristop k zdravljenju je lahko zelo različen. Običajno ga pogojuje predvsem usposobljenost zdravstvenega delavca. Psihiater bo gledal na ljubosumje najpogosteje z vidika patologije in ga bo obravnaval bolj kot simptom procesa, ki je v ozadju, in ne kot proces sam na sebi. Nasprotno bo zakonski svetovalec običajno manj pozoren na patološko razsežnost ljubosumja, ampak bo v večji meri razmišljal o destruktivnosti tako imenovanega normalnega ljubosumja. Vzroke bo verjetneje iskal v dejavnikih odnosa kot v psihopatologiji posameznika. Klinični psiholog se bo približal k ljubosumju s pomočjo svojega načina obravnave in izkušenj. Pri tem se bo običajno osredotočil na posameznikovo vedenje in spoznavne procese, izogibal pa se bo psihiatričnim modelom, ki govorijo o bolezenskih procesih. Naš cilj pa je gledati čim širše in upoštevati čimveč znanj, ki nam jih nudijo različni pogledi.

### 7.1. Pomoč pri ljubosumju otroka

Ker se otrok pred puberteto še ne more razumsko odzivati na ljubosumje, se je dobro, kolikor je le mogoče, izogibati situacijam, ki bi izzivale ljubosumje. Ljubosumni otrok potrebuje razumevanje, pomoč in vodstvo. Opogumiti ga je potrebno, da izrazi svoje ljubosumje. Slabše je namreč, če ga prikrije ali potlači. Spodbuditi je potrebno konstruktivne reakcije, razvijanje samoustvarjalnosti in ustvarjalne tekmovalnosti.

### 7.2. Zdravljenje normalnega ljubosumja

#### 7.2.1. Pogovor in osebni premislek

Pri soočanju s problemom ljubosumja ima posameznik več možnosti:

1. Lahko se umakne iz odnosa.
2. Obnašanje, ki zbuja ljubosumje, lahko spregleda ali tolerira, morda v upanju, da ga bo lahko obvladoval z obtoževanji, zbadanjem in/ali s prikritimi grožnjami.
3. Lahko poskusi partnerja 'prisiliti', da se ne obnaša več tako, da bi zbujal ljubosumje.

4. Lahko se loti lastnega ljubosumja in ga poskuša obvladati.<sup>386</sup>

Potlačitev in zanikanje lahko stvari samo poslabšata.<sup>387</sup> Aktivnega obvladovanja ljubosumja se lahko lotijo tisti, ki ugotovijo, da je obnašanje pod točkama 2 in 3 neučinkovito, in ki jim je odnos vrednota. Osnova za iskanje dobrega načina obvladovanja je torej:

1. da je odnos, ki ga najeda ljubosumje, za pacienta v mnogih pogledih dober, zato je vreden nekaj napora;
2. da pacient drugih večjih življenjskih kriz v preteklosti ni skušal vedno rešiti samodejno, brez vsakega napora;
3. da lahko računa na podporo in pomoč svojega partnerja;
4. da poleg partnerjeve pomoči lahko računa na nekaj podpore pri drugih prijateljih, sorodnikih ...<sup>388</sup>

Obvladovanje ljubosumja vključuje dva glavna pristopa:

- učiti se konstruktivnega soočanja z lastnim ljubosumjem in
- učiti se obnašati tako, da zbudiš čimmanj ljubosumja v drugem.

Ljubosumja ni mogoče reševati ločeno od partnerja in odnosa.

Spreminjanje občutkov ljubosumja in obnašanja vključuje delo na treh ravneh: osebni, odnosni in situacijski. Čeprav vse tri osebe, ki sodelujejo v procesu zdravljenja, lahko delajo na katerikoli stopnji ali na vseh, je vsaka od njih še posebej odgovorna za eno od njih.

Ljubosumna oseba je najprej odgovorna za prizadevanja na **osebni ravni**. Odgovorna je za svoja zaznavanja, interpretacijo in občutke. Potrebno je raziskovanje vzrokov za ljubosumje in preverjanje legitimnosti ljubosumnih odzivov. Albert Ellis<sup>389</sup> razmišlja takole:

---

<sup>386</sup> Prim. S. Winter, *Fighting Jealousy*, v. *Issues in Radical Therapy* 3 (1975), 22.

<sup>387</sup> Prim. B. Sokoloff, *Jealousy: A psychiatric study*, Howell, Soskin, New York 1947, 252.

<sup>388</sup> Prim. S. Winter, *Fighting Jealousy*, 22.

<sup>389</sup> Prim. A. Ellis, *Rational and irrational jealousy*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton, & L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 170-179.

Obstajata racionalno in iracionalno ljubosumje. Racionalno ima neko podlago, iracionalno pa je umišljeno. Prvo je težko popolnoma premagati, če ti je res nekaj do druge osebe. Iracionalno pa je odvisno od A-B-C modela. A pomeni dogodek, ki je zbudil ljubosumje. C so posledice dogodka v tvojem čustvovanju in obnašanju. B je lastni sistem prepričanja. Delo je mogoče pri točki B. Pri tej se lahko ljubosumna oseba pogovori sama s seboj: zakaj se tako počutim?, kaj bi se spremenilo, če se grožnja uresniči?, zakaj ...

Pametno je, da se par že pred poroko pogovori o situacijah, ki pri nekom zbudijo ljubosumje. Priložnost so filmi, ob katerih se je mogoče pogovoriti o tem problemu.

Partner je odgovoren predvsem na **odnosni ravni**. Njegovo delo je predvsem zagotavljanje, da je odnos varen, da vez med njima ni ogrožena zaradi nekega interesa ali druge osebe. Gotovo je pomembno, da si partnerja vzameta čas drug za drugega. Koristno je tudi obujanje spominov na lepe trenutke iz preteklosti v njunem odnosu. Ker ljubosumje pogosto odraža iracionalno odsotnost pozitivne samopodobe in vere v odnos, bo ljubosumna oseba običajno potrebovala veliko več zagotavljanja in potrjevanja, kot se bo partnerju zdelo še razumno. Potrebno je ogromno potrpljenja na obeh straneh. Vodilo pa naj bo vedno resnica, ki mora priti na dan. Samo resnica namreč osvobaja.

Partner in tretja oseba skupaj delita odgovornost na **situacijski ravni**. Ker na ljubosumje vpliva oz. ga vsaj izzove določena situacija, ga je mogoče zmanjšati s spremenjenim obnašanjem (vsaj javnim) partnerja in tekmeca. Ta dogovornost poleg zmanjšanja možnosti za reakcijo ljubosumja simbolizira tudi pripravljenost partnerja, da pomaga ljubosumnemu in pokaže na vrednost prvega razmerja.

Na koncu bi lahko rekli, da sta partnerja odgovorna za to, da ugotovita, kaj ju spravlja v neugoden položaj. Pomembno je, da se pogovorita o tem, kaj je v ljubosumju racionalno in kaj ne, in se dogovorita, kakšno obnašanje je zanju primerno. Za to je potreben iskren in odkrit pogovor o potrebah in pričakovanjih. Učiti se govoriti o ljubosumju s partnerjem, je pomemben prvi korak, ki pa še ne zagotavlja, da bo ljubosumje obvladano. Mogoče pa je, da bo kljub dobri volji in premisleku potrebna temeljitejša terapevtska obravnava.

### 7.2.2. Ponovno ovrednotenje sebe in odnosa

Verjetno je za ljubosumnega koristno, da se vpraša: »Kakšno ljubosumje določa moj odnos?« Zelo preprosta je delitev ljubosumja na tri splošne vzroke:

a) ljubosumje zaradi časa

Občutek, da drugi ne porabi dovolj časa z menoj.

b) ljubosumje zaradi osebe

Eden od partnerjev je ljubosumen na določeno osebo, s katero se drugi srečuje, ne pa na vse.

c) ljubosumje zaradi priložnosti

Če je eden od partnerjev izključen iz neke situacije, drugi pa v njej še posebej uživa, se rado rodi ljubosumje.

Ta razvrstitev ljubosumja je parterjema lahko v pomoč pri spoznavanju ljubosumja. V spoznavanju in razumevanju se rojeva pot do obvladovanja.

Dejstvo je, da se mora tisti, ki želi premagati svoje ljubosumje, nehati ozirati na to, kaj počne drugi. Če si partnerja priznata problem ljubosumja in se z njim soočita, lahko v njem odkrijeta pot k dozorevanju. To jima lahko pomaga do naslednje stopnje njunega življenjskega kroga – medsebojnega dopolnjevanja dveh odraslih in ne odvisnosti dveh otrok.

Vprašanja o vzrokih ljubosumja je pomembno poglobiti tudi z vprašanji, kot so: Kaj pravzaprav čutim? Občutim strah? Zavist? Izključevanje? Tekmovalnost? Posedovalnost? Je ranjen moj ponos? Kaj bi rad sporočil drugemu? Ne zadostuje, da rečem: Ljubosumen sem. Povedati moram, kako! Kaj lahko narediva s tem? Ali naj se ponovno pogovoriva o najinih medsebojnih pričakovanjih? Kako naj rasteva?

Poleg refleksije na doživljajski ravni je potrebno razjasniti tudi vprašanja, ki zadevajo odnos in vrednote. Kahlil Gibran zakoncem spregovori takole:

*»Ljubite drug drugega, toda iz ljubezni ne delajte spon;*

*naj med obalami vaših duš raje valuje morje ...*

*Pojte in plešite skupaj in veselite se,*

*toda vsak naj ostane sam ...*

*Podarite si srca,*

*toda ne izročite jih drug drugemu v posest ...*

*In bodite skupaj, pa le ne pretesno:  
kajti vsaksebi stoje stebri v svetišču  
in hrast in cipresa ne moreta rasti v senci drug drugega.»<sup>390</sup>*

Podrobneje lahko zakonca spoznavata svoj odnos s pomočjo naslednjih izhodišč:

### **Samostojnost namesto posedovalnega ljubosumja**

Oba partnerja morata imeti svoj 'čustveni' prostor, če hočeta, da bo njun zakon ustvarjalen in njuno razmerje res tesno. To pove Kahlil Gibran v svojem nasvetu zakoncem z besedami: *Ljubite drug drugega, toda iz ljubezni ne delajte spon.* Zakonca morata spoznati, da je njuno pripadanje drug drugemu v zaupanju in ne v posedovanju.

### **Delitev namesto izključevalnega ljubosumja**

*»Pojte in plešite skupaj in veselite se, toda vsak naj ostane sam...«<sup>391</sup>*

Ni težko biti ljubosumen, če je človek izključen iz ljubečega doživljanja ljubljene osebe. Različni pari bodo to različno reševali. Nikoli pa ne bodo doživljali vsega lepega, kar doživljajo drugi. V pogovoru si lahko partnerja podelita tisto, kar sta doživljala vsak zase. Verjetno pa je najbolje, da se veselita sebe in bogastva njunega odnosa.

### **Enkratnosti nasproti tekmovalnemu ljubosumju**

Negativne oblike tekmovanja izvirajo iz pomanjkanja samozaupanja oz. pozitivne samopodobe. To vodi v ljubosumje nad partnerjevimi uspehi, privlačnostjo, prijatelji ... Da bi to premagali, velja razvijati pozitivno samopodobo hkrati s prepričanjem, da je posameznik v bistvu enkratni za svojega partnerja.

Ironija je v tem, da je pozitivno samopodobo lažje razvijati, če si dva z medsebojnim spoštovanjem, občudovanjem, s potrditvijo, podporo, z odpuščanjem ipd. pomagata biti enkratna.

### **Svoboda vlog nasproti egoističnemu ljubosumju**

*»... hrast in cipresa ne moreta rasti v senci drug drugega.«<sup>392</sup>*

---

<sup>390</sup> G. Kahlil, *Prerok*, Maribor 1988, 22.

<sup>391</sup> G. Kahlil, *n. d.*, 22.

<sup>392</sup> G. Kahlil, *n. d.*, 22.



Svobodna izbira vlog je nova osebna svoboda in nova podoba sodobnih medosebnih odnosov. Egoistično ljubosumje je zanikanje te svobode vlog. V različnih možnostih naj bi partnerja odkrivala možnost za medsebojno bogatenje in rast, ne pa gojila jezo zaradi stereotipov, ki ne držijo več.

### **Varnost nasproti ljubosumju iz strahu**

Ljubosumje iz strahu se rojeva zaradi dvoma, da mi je drugi resnično predan. Edina varnost v zdravem odnosu je, da smo osebe in ne proizvodi. Nihče ne more vedno 'cveteti'. Sleherni ima svoje napake, pomanjkljivosti. Zaupljiv odnos, priznavanje lastnih napak in hkrati odkrivanje lepote v drugem, lahko ustvari odnos, ki bo trajen in trden. Blagoslavljeni in praznovati vsak trenutek veselja in ljubezni s hvaležnostjo ter pustiti prihodnosti, da skrbi sama zase.

#### **7.2.3. Klinični pristop**

White in Helbick<sup>393</sup> podajata pregled klinične literature o zdravljenju normalnega ljubosumja in poročata o sedmih terapevtskih ciljih, ki jih običajno navajajo klinična poročila:

1. Soočiti se z neracionalnimi prepričanji in predpostavkami.
2. Izboljšati način komuniciranja.
3. Olajšati eksplicitna pogajanja glede sprejemljivega in nesprejemljivega obnašanja in podobnega.
4. Zgraditi samopodobo ljubosumnega partnerja.
5. Rešiti osebne dejavnike ali vsebine odnosa, ki so vodile v ljubosumje.
6. Preoblikovati pomen ljubosumja iz negativnega v pozitivno razumevanje.
7. Izoblikovati nove načine 'obvladovalnega' obnašanja.

Na podlagi kliničnih izkušenj Mullen in White predlagata dodatne cilje, ki jih na podlagi ugotavljanja zgodovine posameznika in odnosa spoznamo za potrebne.<sup>394</sup>

8. Povečati uravnoteženost moči in odločanja, kar pripomore k bolj enakopravnemu odnosu.

---

<sup>393</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 266.

<sup>394</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 266-267.

9. Povečati vzajemno kontrolo nad stopnjo in obsegom medsebojne odvisnosti. Razviti več avtonomije samovrednotenja.

10. Določiti dejavnosti, ki opozarjajo drug drugega, da bližnji v tem ali drugem odnosu nekatere vsebine še posebej išče. To naj bi pomagalo do izboljšanja prvega odnosa, ne da bi se bali drugega.

Če se premaknemo od ciljev k terapevtski strategiji, naj bi zdravljenje normalnega ljubosumja obsegalo tri ravni:

1. Položaj, ki je ljubosumje izzval.
2. Odnos in elementi v njem, ki ljubosumje vzdržujejo.
3. Lastnosti ljubosumnega posameznika in partnerja, ki so ljubosumje prebudile in ga ohranjajo.

### **Situacijski pristopi**

Situacija, ki je izzvala ljubosumje, je navadno povezana z dejansko ali predpostavljano nezvestobo. V klinični praksi je pri normalnem ljubosumju običajno drugi odnos potrjen, ogroženost pa je relativna. Constantine<sup>395</sup> pravi, da ljudje raje vidijo, da je njihovo ljubosumje posledica situacije kot pa osebnih napak.

Potreben je proces pojasnjevanja ljubosumja. Če ni dejanske grožnje za odnos, potem je potrebno ugotoviti, kaj ustvarja nepotrebne strahove. Tako je mogoče priti do trdnih spoznanj, da je ljubosumje neutemeljeno.<sup>396</sup>

Ponovna obrazložitev in poimenovanje ljubosumja lahko pogosto pomagata predstaviti problem ljubosumja v drugo, manj problematično luč. Teisman<sup>397</sup> poudarja, da slabšalni jezik pri opisovanju ljubosumja pogosto podaljšuje problem. Ljubosumje je mogoče ponovno poimenovati kot izraz ljubezni in skrbi. Celotno nezvestobo je mogoče videti v

---

<sup>395</sup> Prim. L. L. Constantine, *Jealousy and extramarital sexual relations*, v: *Clinical handbook of marital therapy*, ur. N. S. Jacobson & A. S. Gurman, Guilford Press, New York 1986, 407-427.

<sup>396</sup> Prim. W. Im, R. S. Wilner in M. Breit, *Jealousy: Interventions in couples therapy*, v: *Family Process* 22 (1983), 211-219.

<sup>397</sup> Prim. M. W. Teisman, *Jealousy: Systematic, problem-solving therapy with couples*, v: *Family Process* 18 (1979), 151-160.

luči reševanja zakona, in sicer kot osvetlitev in opozorilo na težave.<sup>398</sup> S tem je mogoče prestaviti pogled od vprašanja nezvestobe na vprašanje odnosa.

Proučili in spisali naj bi pomene, ki jih ljubosumni partner pripisuje posameznim, zanj ogrožajočim obnašanjem ter ugotovili njihove posledice. Čeprav to zahteva poglobljanje v dojemanje ljubosumne osebe, ustvarja informacije, ki jih je mogoče uporabiti za spreminjanje obnašanja osumljenega partnerja in vedenjskih odzivov ljubosumnega. Če se to začne zgodaj, je mogoče s tem prekiniti interakcije, ki vodijo v napredovanje ljubosumja.

Resnične bolečine in strahovi, povezani z dejansko nezvestobo, je potrebno priznati, napačna in pretirana prepričanja pa je potrebno soočiti in izpodbiti. Terapije ni mogoče nadaljevati, dokler se nadaljujejo samouničevalne podmene.

Če je bila situacija, ki je zbudila ljubosumje, pojasnjena in učinkovito demistificirana, ter je ljubosumna oseba sprejela, da ni razloga za ljubosumje, pa le-to kljub temu traja, potem se terapija preusmeri na prvotni odnos in na sistem, ki ljubosumje ohranja.<sup>399</sup>

### **Odnosni pristopi**

Za normalno ljubosumje je odnos ključnega pomena in terapije, ki spregledajo to razsežnost, so redko uspešne. Najprej je potrebno proučiti in določiti meje odnosa, kajti »ljubosumje s sistemskimi izrazi predstavlja grožnjo oz. nasilje nad mejami odnosa«. <sup>400</sup> Ko ljubosumje nastopi, postane del sistema odnosa in njegovo trajanje je pogosto odvisno od reakcij in poskusov rešitve s strani obeh partnerjev.

Za spremembo sistema ljubosumja je predlaganih veliko različnih pristopov in strategij. Nekatero predstavljamo tu.

*Sistematično reševanje problema.* Sistematično reševanje problema<sup>401</sup> je kratkoročna terapevtska strategija za delo s parom, lahko vključuje tudi tekmece. Zaradi

---

<sup>398</sup> Prim. W. Im, R. S. Wilner in M. Breit, *Jealousy: Interventions in couples therapy*, 211-219.

<sup>399</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 269.

<sup>400</sup> L. L. Constantine, *Jealousy: From theory to intervention*, 384.

<sup>401</sup> Pri tem se sklicujemo na avtorje: M. W. Teismann, *Jealousy: Systematic, problem-solving therapy with couples*, 151-160; M. W. Teismann, *Persistent jealousy following the termination of an affair: A strategic approach*, v: *Questions and answers in the practice of family therapy (Vol. 2)*, ur. A. S. Gurman,

posredovanja, usmerjenega na sistem, posameznikovo dojetje ni v ospredju. Terapevt skuša spremeniti diadični ali triadični sistem s predpisanim obnašanjem. V odnos namenoma pritegne tretjega, da z novo interakcijo vzpostavi kontrolo nad ogroženostjo.

Posebej se predlaga način, kako naj partner reagira na ljubosumje (recimo, naj hodi okrog partnerja in ga masira po glavi, dokler se ne umiri, potem pa mu z besedo in izrazi telesa pokaže naklonjenost). Cilj takšnih navodil je prekiniti običajne vzorce obnašanja v ljubosumni interakciji in uvajanje nove organizacije systemskega procesa. Očitna igrivost mnogih Teismannovih predlogov je namerna, ker verjame, da lahko igra, vstavljena v bolečo situacijo sistema ljubosumja, ponudi trajnejše olajšanje ter nov in ustvarjalnejši pogled na reševanje problema.

*Igranje in menjanje vlog.* Igranje in menjanje vlog je način nekaterih terapevtov, pri katerem mora par pred terapevtom zaigrati dejanski oz. tipičen konflikt ljubosumja. Ta način predstavi terapevtu elemente ljubosumja in je hkrati koristen način razelektritve ter prostor učenja in usposabljanja za nove strategije obvladovanja.<sup>402</sup> Igranje vlog je lahko namenjeno učenju ljubosumne osebe, da obvlada ljubosumno vedenje in deluje drugače ter se tako počasi znebi ljubosumnih občutkov.<sup>403</sup> Obtoženi partner se prav tako uči obnašati bolj racionalno in pozitivno. Če se s tem uspe prekiniti spiralo konfliktov, je mogoče odkrivati pristne načine zagotavljanja pripadnosti in najti rešitve.

Par je lahko povabljen in opogumljen, da pri igranju zamenja vloge, kar pomaga pri razumevanju drugega in prav tako prekine destruktivni vzorec obnašanja.

*Pretiravanje konflikta.* Pretiravanje konflikta do nesmisla je namenjeno prikazu nesmiselnosti konfliktnega obnašanja para. Im in drugi<sup>404</sup> so za reševanje ljubosumja uporabili Whitakerjev način »psihoterapije absurda«.<sup>405</sup> Pri uporabi tega načina je

---

Brunner/Mazel, New York 1982.

<sup>402</sup> Prim. B. N. Ard, *Avoiding destructive jealousy*, 166-169; L. L. Constantine, *Jealousy and extramarital sexual relations*, 407-427.

<sup>403</sup> Prim. W. Im, R. S. Wilner in M. Breit, *Jealousy: Interventions in couples therapy*, 211-219.

<sup>404</sup> Prim. W. Im, R. S. Wilner in M. Breit, *n. d.*, 211-219.

<sup>405</sup> Prim. C. A. Whitaker, *Psychotherapy of the absurd: With a special emphasis on the psychotherapy of aggression*, v: *Family Process* 74 (1975), 1-16.

potrebna previdnost, da stanja ne poslabšamo, posebej v primerih, kjer je konflikt močan in zelo resen.

*Pridružena zakonska terapija.* Pridružena zakonska terapija je usmerjena v pojasnjevanje sestavin in konfliktov zakona ter ustvarja možnosti za soočenje z mehanizmi, ki so v ozadju ljubosumja. Ljubosumje je mogoče reševati v petih kategorijah odnosa, o katerih govori izmenjalno-teoretični pristop: stopnja vlaganje/dobitek; samopodoba, ki jo ustvarja odnos; ranljivost vlaganja; lastna ranljivost in možnosti za odnos s tekmečem.

Ker se partnerja v ljubosumju pogosto ne slišita, je naloga terapije z različnimi tehnikami pomagati pri 'prevajanju' dialoga in 'zaščiti' odnosa, da se ustvarijo možnosti za spremembo sistema. Pogosto ljubosumje ostaja zaradi neenakosti moči in dobitkov partnerjev, zato je cilj terapije tudi preseganje te neenakosti.

### **Individualni pristopi**

Psihoanalitični pristopi zelo poudarjajo zdravljenje ljubosumja s terapijo posameznika. Takšen način zdravljenja na splošno zagovarjajo tudi psihodinamični pristopi.

Obravnavali smo že vlogo oslabiljene samopodobe pri razpoložljivosti posameznika za ljubosumje. Vzpostavitev trdnejše samopodobe pri ljubosumnem partnerju lahko pomaga zmanjšati občutek nemoči. To pomaga posamezniku, da si pridobi zaupanje in vir moči, ki sta potrebna za obvladovanje situacije. Šele potem se lahko začne s partnerjem bolj enakovredno pogajati o reševanju problema. Terapevtski odnos je prostor, v katerem naj bi se priznala vrednost posameznika in okrepilo posameznikovo samovrednotenje. Ellis<sup>406</sup> in Hibbard<sup>407</sup> predlagata uporabo racionalno-čustvene terapije, ki izzove prepričanja, tudi tista, ki so zakoreninjena v negativni samopodobi ljubosumnega posameznika. Hawkins<sup>408</sup> poudarja pomen raziskovanja občutij nizkega samovrednotenja, ki so povezana s psihološko in ekonomsko odvisnostjo.

---

<sup>406</sup> Prim. A. Ellis, *Rational and irrational jealousy*, 170-179.

<sup>407</sup> Prim. R. W. Hibbard, *A rational approach to treating jealousy*, v: *Rational Living 10* (1975), 25-27.

<sup>408</sup> Prim. R. O. Hawkins, *Jealousy: A solvable problem*, v: *Journal of Education and Therapy 1* (1976), 39-42.

Samopodoba obtoženega partnerja (ne ljubosumnega) je zaradi ljubosumja prav tako lahko močno načeta. To lahko podaljšuje situacijo ljubosumja. Nekateri posamezniki z negativno samopodobo lahko spodbujajo in podaljšujejo ljubosumje partnerja zato, da bi ohranili občutke lastne vrednosti. Če je mogoče pomagati posamezniku, da najde manj uničujoče vire pozitivne samopodobe, potem je izzivanje in ohranjanje partnerjevega ljubosumja manj verjetno.

Baute<sup>409</sup> predlaga na podlagi transakcijske analize igranje 'melodrame'. S komičnimi potezami dialoga skuša zmanjšati 'hipnotično' moč drame med partnerjem in tekmečem. Težava je v tem, da mnogi pari takšno 'melodramo' pogosto odigrajo doma, a to ne pomeni rešitve, ampak je že problem sam.

Individualni pristop omogoča, da spodbudimo ljubosumnega, naj se s partnerjem ponovno dogovori o pravilih, ki bi pomagala rešiti situacijo ljubosumja. Dobro je premisliti tudi, kako kulturne norme vplivajo na izoblikovanje določenih vlog. Pogosto prihaja tudi do težav v povezavi s spolnim odnosom. Glede tega je modro napotiti pacienta k svetovalcu strokovnjaku s tega področja.

Beecher in Beecher<sup>410</sup> predlagata naslednji terapevtski pristop pri individualnem zdravljenju:

- Soočiti osebo z ljubosumjem in pokazati, kako je ljubosumje vplivalo na njen pogled na svet.
- Razkriti, kako je oseba preusmerila svoje energije in ustvarjalnost v ljubosumje.
- Pokazati, kako naredi ljubosumje človeka infantilnega in odvisnega od mnenja drugega.
- Izzvati osebo, da bi bila bolj kooperativna, zrela in konstruktivna.

Cilji terapije so: pridobiti neodvisnost, povečati sposobnost živeti z lastnimi vrednotami in zgraditi samozadostnost in varnost.<sup>411</sup>

---

<sup>409</sup> Prim. P. Baute, *The love is war: Anything goes ploy in triangles*, v: *Psychotherapy Bulletin* 13 (1978), 13-24.

<sup>410</sup> Prim. M. Beecher – W. Beecher, *An anatomy of jealousy*, Harper & Row, New York 1971.

<sup>411</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 275.

#### 7.2.4. Delavnice za obvladovanje ljubosumja

##### **Larry L. Constantine**<sup>412</sup>

skuša pomagati reševati problem ljubosumja v posebnih delavnicah za pare ali trojke. Delavnica traja dan ali dva. Poudarja pozitivno stran ljubosumja in vidi v njem tudi svarilni signal obema partnerjema, da je nekatere vidike njunega odnosa potrebno pojasniti oz. se o njih ponovno pogovoriti. Ljubosumje opozarja na razlike v pričakovanju obeh partnerjev in na različne predstave o njunem odnosu. Tako je ljubosumje priložnost, da pojasnita osebne razlike. Ljubosumno vedenje naj bi služilo predvsem izpopolnjevanju pomanjkljivosti njunega odnosa.

Obstaja več vstopnih mest za posredovanje v sistemu, kjer je problem ljubosumje. Pojasnitev kontekstualne strukture ljubosumja lahko pomaga partnerju, da 'dekodira' – razvozla ljubosumno obnašanje. To lahko prepreči neobvladljivo delovanje prikritih in zadrževanih čustev.

Koraki pri reševanju ljubosumja so naslednji:

1. Osvetlitev kontekstualne strukture ljubosumja in poizvedovanje o podrobnostih posamične pretekle izkušnje z ljubosumjem.
  - a) Pri tem je zelo koristno, da ljubosumni skuša svoje ljubosumje odigrati, s čimer lažje stopi v stik z občutki, ki so povezani z obnašanjem in kontekstom, v katerem nastopijo.
  - b) Struktura ljubosumja kaže na dejstvo, da razmerje med ljubosumnim in tekmečem določa stopnjo ogroženosti. Običajno je ogroženost večja v domišljiji kot v resničnem položaju, zato je največkrat koristno, da se v delavnici srečajo vsi trije.
  - c) Zelo koristen je poskus razjasnitve posameznikovih meja in meja, ki jih ustvarja zveza dveh partnerjev. Pri tem pomaga pogovor o pravilih in omejitvah glede dejavnosti in razmerij zunaj prvega odnosa. Med najbolj učinkovitimi načini odkrivanja meja je neverbalna 'skulptura meja'.<sup>413</sup>

---

<sup>412</sup> Prim. L. L. Constantine, *Jealousy: From theory to intervention*, 383-398.

<sup>413</sup> Prim. F. I. Duhl, D. Kantor in B. S. Duhl, *Learning, Space, and Action in Family Therapy: A Primer of Sculpture*, v: *Techniques of Family Psychotherapy: A Primer*, ur. D. A. Bloch, Grune & Stratton, New York 1974.

č) Pomembna je pomoč partnerjema, da razvrstita prioritete glede ohranjanja svojih meja. Za nekoga je denimo najpomembnejše, da je drugi točen, za drugega, da nekaj prinese ipd. Poznavanje jezika ljubezni drugega lahko olajša spoznavanje meja.

d) Koristno je tudi vprašanje: Česa se bojiš ob novem odnosu partnerja? Kaj misliš, da boš izgubil? Mogoče je tisto, kar bo izgubil denimo premoč oz. nadvlada, nujno izgubiti, če hoče izboljšati svoj odnos s partnerjem.

2. Vprašanje varnosti oz. gotovosti posameznika v odnosu običajno ni najbolj učinkovito izhodišče za pomoč. Občutek gotovosti je mogoče odkrivati in oblikovati le z dolgotrajno terapijo.

3. Dobro je razčiščevati globlje pomene nekaterih dejanj. Zavedati pa se moramo, da so najgloblje vsebine najpočasneje spremenljive.

4. Koristne so vaje za izboljšanje 'sinergijskega dojetanja'. Sinergijsko dojetanje se nanaša na doživljanje nasprotnega kot nečesa, kar dopolnjuje, ne pa omejuje in ogroža. Oseba, ki dojema stvarnost kot zelo dopolnjujočo se (sinergijsko), bo verjetneje tudi svoje interese doživljala kot soodvisne, ne pa kot konfliktne.

5. Zadnji, najučinkovitejši korak pri preoblikovanju ljubosumja je vaja v učinkovitem obnašanju. Učinkovito reševanje problema zahteva od slehernega, da spozna lastne občutke, jih posreduje drugemu v obliki stavkov v 1. osebi ednine, da ubesedi strukturo njunega odnosa, prepozna vsebine in sestavine, ki so v igri, ter se o njih pogaja.

O rezultatih te delavnice Constantine na žalost ne poroča, zato je težko govoriti o njeni uspešnosti oz. neuspešnosti.

### **Blood in Blood<sup>414</sup>**

V delavnice so povabljeni vsi, ki se želijo soočiti s problemom ljubosumja v svojem odnosu. Najboljše je, če pri tem sodelujejo vsi trije. Program poteka v času enega vikenda takole:

1. Delavnica se začne z medsebojnim soočenjem prvih parov. Partnerja drug drugemu pripovedujeta o svojih občutjih, ne da bi se prekinjala. Tako si ponovno predstavita svoje poznanje razmerja in razkrijeta močne in šibke točke njunega odnosa.

2. Podobno naredijo v resničnih oz. naključnih trikotnikih.

---

<sup>414</sup> Prim. R. Blood – M. Blood, *Jealousy workshops*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton, & L. G. Smith, University Press of America, New York 1977, 199-207.



3. Vsak 'prizadeti' član trikotnika (naključni ne) naredi skulpturo iz ostalih dveh članov in portret dopolni s tem, da se sam postavi zraven. Potem naredi še dinamično skulpturo, pri kateri se on sam denimo približuje in oddaljuje prvemu paru. Ko se to spontano konča, pove udeležencema, kaj je hotel prikazati, onadva pa podelita svoja občutja v tem položaju.
4. Vsak član delavnice z barvami nariše podobo svojega ljubosumja oz. ljubosumja, ki ga spoznava ob svojem partnerju (če sam ni ljubosumen). Slike predstavi celotni skupini. V smislu »gestalt« terapije vsak spregovori še o prednostih, ki bi jih imel, če bi bil objekt ali barva na sliki. Slike potem obesimo na stene sobe in nas spremljajo do konca srečanja.
5. Vsak par oz. posameznik se odloči za glavno vsebino ljubosumja, s katero se želi soočiti. Najpomembnejše vprašanje obdeluje tako dolgo, da pride do zaključka, ki bi zmanjšal napetost v odnosu. O tem se partnerja, če sta prisotna oba, potem pogovorita. Pri pogovoru pomaga voditelj delavnice. Če enega od partnerjev ni, se navzoči partner pogovarja z izbranim sogovornikom, ki v tem primeru ne le posluša, ampak tudi spregovori s svojega stališča.
6. Vsak resnični oz. simulirani trikotnik, ob glasbi, ki si jo izbere sam, zapleše ustvarjalni ples. Ostali opazujejo.
7. Vsak prvotni par izbere tretjo osebo, s katero oblikujejo skupino, v kateri drug drugemu sporočijo in sprejmejo tisto, kar želijo.

Naslednje jutro pri zajtrku izmenjajo svoje občutke, ki so jih doživljali ob prostem sporočanju tretji osebi in partnerju.

8. Vsak udeleženec pove skupini, kaj je pridobil na vikendu in kaj namerava narediti, ko pride domov.
9. Ob osebni slovesu si še osebno izmenjajo svoje občutje skupnega vikenda.

Blood in Blood poročata o različnih rezultatih njunega raznolikega programa. Vendar izdelanih ugotovitev ni, kot tudi ne govora o nadaljnjem spremljanju. Poročila govorijo o tem, da je odnos prešibak, da bi se upiral zunanji vplivom. Načini obvladovanja so sicer po delavnici bolj učinkoviti, običajno pa potrebuje par nadaljnje spremljanje. White meni, da uporaba trikotnika in nekaterih neverbalnih vaj zbudijo zelo močna

čustva, ki pa jih v tako kratkem času ni mogoče ustrezno predelati. Izvajalca delavnice pa ne poročata o tem, kako rešujeta krize, ki v takih situacijah nastajajo.

### **White in Helbick<sup>415</sup>**

sta razvila dvodnevne delavnice samo za pare. V njih sledijo petim ciljem:

1. Poučiti par o vzrokih in posledicah ljubosumja.
2. Vaditi partnerje v veščinah komuniciranja in 'pogajanja', tako da si par pridobi strukturo, s katero lahko komunicira v času delavnice in po njej.
3. Pomagati paru, da določi in ugotovi vrednost dotedanjih strategij obvladovanja.
4. Oblikovati nove strategije obvladovanja.
5. Spodbuditi pogovor o možnostih iskanja svetovanja glede odnosa (odnosnega svetovanja).

Prvi pogovor, ki je namenjen ugotavljanju vrste ljubosumja, poteka z vsakim posameznikom ločeno. Patološkega ljubosumja ali psihičnih motenj ni mogoče zdraviti v delavnici, ampak potrebujejo poseben pristop.

Na začetku so poudarjene univerzalnost pojava ljubosumja in pozitivne strani ljubosumja, če jih izkoristimo za izboljšanje odnosa. Poudarjena je vloga ljubosumja pri zaščiti vrednot odnosa in lastne samopodobe.

Po tem uvodu skuša vsak udeleženec narediti seznam situacij, ki v njem ali v partnerju sprožijo reakcijo ljubosumja. Ta seznam si nato partnerja pokažeta. Vsak opiše, kako bi se v določeni situaciji počutil. Partner posluša in nato parafrazira, kar je slišal. Te sezname si podelijo v skupini, kjer se pogovorijo o skupnih točkah.

Ob tem so predstavljene nekatere soodvisnostne povezave ljubosumja in osvetljene s konkretnimi primeri, ki so jih omenili udeleženci. Predstavljene so tudi spolne vloge in kulturni vplivi, ki osvetlijo tokove ljubosumja pri nekaterih.

Potem pride na vrsto usposabljanje za temeljne komunikacijske veščine (Stuart, 1980). Osredotočeno je na razločevanje med mislimi in občutki, in sicer z 'jaz' stavki, ter na pogajanje o dogovorjenih načinih obnašanja. Udeleženci dobijo strukturirano domačo nalogo, pri kateri napišejo seznam svojih in partnerjevih najpogostejših obnašanj, ko so ljubosumni, in učinke, za katere se zdi, da jih vedenje ima.

---

<sup>415</sup> G. White - T. M. Helbick, *n. d.*

Naslednji dan delavnice si udeleženci podelijo sezname obnašanj in posledic. Potem se potrudijo, da, vodeni v domišljiji, ponovno odigrajo nekaj (dve ali tri) najmanj in najbolj uspešnih obnašanj obvladovanja. Partnerja se pogovorita o tem, kako doživljata obnašanje drugega in potem ugotavljata, če je takšen način obvladovanja za zmanjšanje grožnje samopodobi ljubosumnega in/ali odnosu koristen. Skupina se ponovno zbere. Sledi prikaz novih obnašanj obvladovanja, ki ga podajo skupina in animatorji. Pri novih rešitvah običajno poudarjajo naslednje vidike:

1. Bolj jasno komuniciranje in pogajanje glede obnašanj, ki izzovejo reakcije ljubosumja in obnašanje obvladovanja.
2. Pregled pozitivnih strani situacije ljubosumja, da bi lažje odkrili, kako vsak partner igra vlogo (morda nevede), ki vzdržuje ljubosumje.
3. Pomagati partnerjema, da spoznata, kako je z izboljšanjem prvotnega razmerja oz. razvojem neogrožajočih virov zadovoljstva, ki jih doslej ni bilo mogoče najti v odnosu, mogoče zmanjšati grožnjo s strani resničnega oz. možnega tekmeca.

Zadnji korak v delavnici je igra vlog v odnosu, ki so ga prej označili kot dejansko oz. potencialno ogrožajočega. Z udeležbo skupine in njenim odzivom pari vadijo nove strategije obvladovanja. Na koncu sledi ovrednotenje delavnice. Voditelj povabi pare, da se pogovorijo o tem, kako bodo nadaljevali z obvladovanjem neželenih učinkov ljubosumja. Čeprav je vzorec majhen, je prva izkušnja s tem načinom dela za izvajalce spodbudna.<sup>416</sup>

### 7.3. Zdravljenje patološko reakcijskega ljubosumja

---

<sup>416</sup> Prim. G. White - T. M. Helbick, *n. d.* 25.

Pri patološko reakcijskem ljubosumju je značilen pretiran odziv na izziv dejanske ali prividne nezvestobe. Dejavniki, ki so vzrok pretirane občutljivosti na grožnje odnosu, so:

- trenutno duševno stanje,
- osebnost,
- pretekla izkušnja izgube ali umika,
- narava trenutnega odnosa.

Zdravljenje je lahko usmerjeno na enega od elementov ali na vse. Ne glede na to, ali so ljubosumne reakcije v normalnih mejah ali ne, je prvi korak razjasnitev trenutnega stanja in, kadar je potrebno, opogumljanje ljubosumnega. Im in drugi<sup>417</sup> menijo, da je najbolje takoj ugotoviti, ali je strah upravičen ali ne, in to ljubosumni osebi jasno povedati. V patoloških primerih je to pogosto težko oz. celo nemogoče. Oseba je v ljubosumje preveč vložila, zato tega načina razmišljanja ne more opustiti, čeprav je nesmiselno. Vendar je nujno pomagati pacientu, da pride do novega pogleda na situacijo.

### **Duševno stanje**

Mnogi pacienti priznajo, da je njihovo ljubosumje pretirano oz. neutemeljeno. Posameznik gre skozi vedenjsko psihoterapijo, pri čemer naj bi se spremenil način razmišljanja in reagiranje na situacijo. Vedenjske tehnike pomagajo pri zmanjšanju ljubosumnega obnašanja pri 3/4 pacientov, medtem ko jih le 1/4 spremeni način razmišljanja.<sup>418</sup>

Neobičajno odzivanje pacienta na realno stanje je najpogosteje posledica depresij. Povezava med depresijo in ljubosumjem je zelo zapletena. V vsakem primeru pa je potrebno pri zdravljenju ljubosumja v prvi vrsti zdraviti prav depresijo. Ni nujno, da bo z zdravljenjem depresije ozdravljeno tudi ljubosumje, zagotovo pa je potem zdravljenje ljubosumja lažje. Previdni pa moramo biti pri ugotavljanju depresije in njenem obravnavanju, da je ne bi preveč poudarjali.

---

<sup>417</sup> Prim. W. Im, R. S. Wilner in M. Breit, *n. d.*, 211-219.

<sup>418</sup> Prim. J. P. Cobb – I. M. Marks, *Morbid jealousy featuring as obsessive compulsive neurosis: Treatment by behavioural psychotherapy*, v: *British Journal of Psychiatry* 134 (1979), 301-305.

Prav tako je pomembno ugotoviti tudi prisotnost zasvojenosti z alkoholom ali drogami. Zdravljenje ljubosumja je mogoče le, če učinkovito zdravimo tudi zasvojenost.<sup>419</sup>

### **Osebnost**

Pristop, ki pri normalnem ljubosumju pomaga k izboljšanju negativne samopodobe ljubosumnega, je enako primeren tudi pri mnogih primerih patološkega ljubosumja. Pomembno je, da si terapevt pridobi zaupanje pacienta, kar pa pri izredno občutljivih in čustveno hladnih ljudeh ni lahka naloga. Pomagajo le vztrajnost, čas in priznanje omejenosti terapevtove učinkovitosti. Skozi zaupen odnos je mogoče neposredno nagovoriti pacientovo preobčutljivo držo ter zgrešeno dožemanje in odzivanje. Če se je s pacientom mogoče dogovoriti za pametno uporabo zdravil, le-ta lahko zmanjšajo pretirano vznemirljivost in budnost, ki sta značilni za takšno stanje. Pri tej vrsti pacientov se je zaradi neobičajnih in protislovnih reakcij potrebno izogibati benzodiazepinesu (tj. Valium). Vseeno pa so lahko koristne manjše doze antipsihotikov.<sup>420</sup>

### **Pretekle izkušnje**

Patološke reakcije imajo lahko svoj izvor v predhodnih izkušnjah zapuščenosti in prevaranosti. Mnogi pacienti so prav zaradi njih pretirano občutljivi in zato težko zaupajo novim partnerjem. Ko se pacient doživlja v vlogi velikega nesrečnega, se slabo zaveda, kako močno ga pretekla izkušnja določa in kako je s tem pogojeno njegovo sumničenje in nezaupanje. Pogosto se tudi partner ne zaveda, da je ljubosumje posledica preteklosti. Osvetlitev novega položaja in razjasnitev razlik med sedanjim in preteklim odnosom je pogosto edina potrebna naloga terapevta.<sup>421</sup>

### **Odnos**

Kar velja za pristop k odnosu pri normalnem ljubosumju, velja tudi tukaj. Potrebno se je zavedati večje nestalnosti takšnega položaja in večje nevarnosti, da pride v odnosu do nasilja.<sup>422</sup>

---

<sup>419</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 279-280.

<sup>420</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 281.

<sup>421</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 281.

<sup>422</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 281.

### 7.3.1. Posebno zdravljenje prividov nezvestobe

Za simptomatično ljubosumje in nekatere vrste patološko reakcijskega ljubosumja so značilni prividi nezvestobe. Privide je pogosto potrebno zdraviti samostojno. Nekateri avtorji menijo, da so prividi ljubosumja za zdravljenje še posebej trdovratni. Todd in Dewhurst<sup>423</sup> denimo trdita, da je bilo njuno zdravljenje prividov učinkovito le, če je bila v ozadju depresija.

Zaradi pomanjkljivih podatkov o osebnosti, odnosih in drugih okoliščinah je primerljivost zdravljenj pri različnih terapevtskih slabih. Mullen in White trdita, da je bila učinkovitost antipsihotikov pri razreševanju prividov nezvestobe zadovoljiva, celo takrat, ko v ozadju ni bilo nobene druge patologije. Kljub določenim uspehom pri zdravljenju z zdravili ni nobenega jasnega rezultata, da bi bila katera od zdravil še posebej učinkovita.<sup>424</sup> Terapevti naj bi uporabljali tisto zdravilo (phenothiazine, chlorpromazine in trifluoperazine; thioxanthenes in flupenthixol), katerega delovanje in učinke najbolj poznajo in jim najbolj zaupajo.<sup>425</sup>

Prepričati pacienta, naj sprejme zdravljenje z zdravili, je pogosto zahtevna naloga. Pacient običajno vztraja, da ni problem v njegovem ljubosumju, ampak v obnašanju partnerja. Ugovor lahko predstavljajo tudi pogosti neprijetni stranski učinki, ki spremljajo zdravljenje z antipsihotiki. Terapevt naj bi si vzel čas, da doseže s pacientom trajnejše soglasje, sicer bo zdravljenje le kratkotrajno in neučinkovito.

Pomiritev vzbujenih čustev boleznega ljubosumja je mogoča tudi z začasno ali trajno ločitvijo in lahko pomaga pri obvladovanju oblik simptomatičnega in reakcijskega ljubosumja. Učinkoviti so tudi različni drugi načini nefarmacevtskega pristopa k zdravljenju. Psihoanalitični pristopi, ki vodijo k dinamično usmerjeni psihoterapiji, so prav tako lahko zdravilni. Terapevtsko vrednost imajo tudi soočenja pacienta z realnostjo, ki izziva njegova zgrešena prepričanja.<sup>426</sup> Spoznavno-vedenjski pristopi ter

---

<sup>423</sup> Prim. J. Todd - K. Dewhurst, *n. d.* 234.

<sup>424</sup> Prim. P. C. A. Hoaken, *Jealousy as a symptom of psychiatric disorder*, v: *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 10 (1976), 47-51.

<sup>425</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 281-284.

<sup>426</sup> Prim. M. Rudden, M. Gilmore in A. Frances, *Delusions: When to confront the facts of life*, v:

mešanica spraševanja in testiranja zaznavanja stvarnosti so prav tako prinesli pozitivne rezultate pri spreminjanju dojemanja stvarnosti.<sup>427</sup>

## 7.4. Zdravljenje simptomatičnega ljubosumja

Simptomatično ljubosumje naj bi bilo teoretično ozdravljeno, če je učinkovito zdravljena motnja, ki je v ozadju simptomov. V praksi ta razveseljiva enostavnost problema ni vedno očitna. Motenj, ki so v ozadju, pogosto ni mogoče učinkovito ozdraviti. Ljubosumje lahko traja tudi, ko je proces, ki ga je spodbudil, že razrešen in lahko traja celo potem, ko se je razblinilo prepričanje v partnerjevo nezvestobo. Če partnerja želita odnos ohraniti, je potrebna vztrajna pomoč pri njegovem reševanju.

Najpogostejše motnje, pri katerih se pojavijo prividi nezvestobe, so simptomi shizofrenije. Pri shizofrenijah je privide običajno mogoče učinkovito ozdraviti z antipsihotiki. Ljubosumje pa lahko spremlja tudi druge najrazličnejše znake motenj. Če se shizofrenija ponovno pojavi, pogosto ponovno nastopi tudi ljubosumje.

Bolezensko ljubosumje pogosto občasno spremljajo tudi večje depresivne motnje. Takšno ljubosumje dostikrat odraža predhodne napetosti v odnosu ali osebno ranljivost, ne pa shizofrenije, ki jo spremlja. Tudi zato, ker partnerja zelo težko sprejmeta možnost, da je v ozadju duševna bolezen, je pomembno, da do konca vztrajamo pri pomoči paru in potrebnem spremljanju odnosa.

Patološko ljubosumje kot del klinične slike lahko proizvede vrsta motenj, ki zmedejo delovanje možganov. Mnoge takšne motnje, kot so denimo demence, je težko zdraviti. Zato je zdravljenje usmerjeno v simptom, tj. ljubosumje, in ne v motnjo samo.

Če povzamemo: terapevtski pristop k simptomatičnemu ljubosumju sestavljajo trije koraki:

1. Učinkovito zdravljenje motnje, ki je v ozadju, če je to mogoče.

---

*American Journal of Psychiatry* 139 (1982), 929-932.

<sup>427</sup> Prim. R. W. Hole, A. J. Rush in A. T. Beck, *A cognitive investigation of schizophrenic delusions*, v: *Psychiatry* 42 (1979), 312-319.

2. Zdravljenje prividov nezvestobe z antipsihotiki.

3. Razjasnitev in v določenih primerih soočenje z napačnimi predstavami in prepričanji, ki tvorijo stanje prividov.

Često je potrebno obravnavati tudi sestavine samega odnosa, ki je zaznamovano z ljubosumjem. Prav tako lahko osebni dejavniki in pretekla izkušnja igrajo pomembno vlogo pri vzdrževanju ljubosumja, zato mora biti terapevt pozoren tudi nanje. K povedanemu je v praksi potrebno dodati pristope, ki veljajo za normalno in reaktivno ljubosumje.<sup>428</sup>

---

<sup>428</sup> Prim. G. White - P. E. Mullen, *n.d.*, 286.



## 8. Biblično-teološki in filozofski pogled na ljubosumje

### 8. 1. Ljubosumje v Svetem pismu<sup>429</sup>

»GOSPODOVO ime je ›Ljubosumni‹, ljubosumen Bog je« (2 Mz 34,14). Ta naziv za Jahveja – JHVH, ki ga svetopisemski pisatelji uporabljajo v teološko zelo pomembnih besedilih (kot denimo v dekalogu: 2 Mz 20,3.5 in 5 Mz 5,9) predstavlja eno najoriginalnejših definicij za Izraelovega Boga. Božja ljubezen ne trpi bogov, ki jih ljudje postavljajo poleg Boga: »Ne imej drugih bogov poleg mene! ... Ne priklanjaj se jim in jim ne služi, kajti jaz, GOSPOD, tvoj Bog, sem ljubosumen Bog ...« (2 Mz 20,3.5).

V hebrejščini je ljubosumje izraženo s korenem *qn'* (83x); samostalnik *qin'â* je zelo pogost (43x), redkejši je pridevnik in se uporablja izključno za JHVH ((*qannâ'*: 2 Mz 20,5; 34,14; 5 Mz 4,24; 5,9; 6,15; *qannô'*: Joz 24,19; Nah 1,2). »Kajti GOSPOD, tvoj Bog, je ogenj, ki požira, ljubosumen Bog« (5 Mz 4,24). Bog je ljubosumni Bog zaradi svoje silne in brezpogojne ljubezni, ki ne prenese tekmeča (prim. 2 Mz 20,5). Je 'maščevalec', ki »obiskuje krivdo očetov na sinovih, na tretjih in na četrtih, tistih, ki ga sovražijo ...« (prim. 2 Mz 20,5). Ker vsa postava izvira iz njega, je kršenje vsakega zakona poseganje v njegovo pristojnost in ne ostane brez kazni.

Septuaginta hebrejsko besedo ljubosumje prevaja običajno z *zêloô* (ali z izpeljanimi glagoli) in samostalniki ter pridevniki iz istega korena. Od tod tudi izrazi v romanskih jezikih oz. njihovih izpeljavah: italijansko *gelosia*, francosko *jalousie*, angleško *jealousy* itd. Nova zaveza v bistvu prevzema izrazje Septuaginte, toda zelo redko govori o 'Božjem ljubosumju' (2 Kor 11,2; Heb 10,27). »Do vas namreč čutim Božjo

---

<sup>429</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: Pietro Bovati, *Jalousie Divine*, v: *Dictionnaire critique de Théologie*, Puf, Paris 1998, 589-590; avtor članka se sklicuje na naslednje članke: H. A. Brongers, *Der Eifer des Herrn Zebaoth*, v: *VT 13* (1963), 269-284; B. Renaud, *Je suis un Dieu Jaloux, Évolution sémantique et signification théologique de qin'ah*, v: *Le Div 36* (1963); W. Berg, *Die Eifersucht Gottes – ein problematischer Zug des alttestamentlichen Gottesbildes?* v: *BZ 23* (1979), 197-211; C. Dohmen, *Eifersüchtiger ist sein Name (Ex 34, 14), Ursprung und Bedeutung der alttestamentlichen Rede von Gottes Eifersucht*, v: *THZ 46* (1990), 289-304; E. Reuter, „*qn'*“, v: *ThWAT 7* (1993), 51-62.

ljubosumnost, ker sem vas kot čisto devico zaročil z enim možem, Kristusom, da bi vas postavil predenj« (2 Kor 11,2).

Izraz ljubosumje označuje močno strast. »Deni me kot pečat na svoje srce, kot pečat na svoj laket! Zakaj močna kakor smrt je ljubezen, silna kakor podzemlje ljubezenska strast! Njene strele so ognjene strele, GOSPODOV plamen« (Vp 8,6).

Hebrejsko izraz lahko pomeni vrsto močnih čustev (srd, nevoščljivost, bes, ljubosumje), ki povsem prevzamejo človeka. V tem sobesedilu izraz ljubezenska strast predstavlja paralelizem in stopnjevanje ljubezni.

Včasih pa se zdi, da se v izrazu ljubosumje združujeta in mešata ljubezen in sovraštvo: »Davno je minila njihova ljubezen, njihovo sovraštvo in njihova zavist, na veke nimajo več deleža pri vsem, kar se godi pod soncem (Prd 9,6).

To čustvo je na prvi pogled moralno težko sprejemljivo in ga je težko pripisovati Božjemu obnašanju. Med ljudmi je ljubosumje najpogosteje mogoče enačiti z zavistjo, ki je želja po posedovanju tega, kar pripada drugemu. To potegne za seboj sovraštvo in nasilje (1 Mz 26,14; 30,1; 37,11; Prg 27,4; 14,30; Sir 26,6 itd.).

»Rahela je videla, da Jakobu ne rojeva otrok. Zato je bila ljubosumna na sestro. Rekla je Jakobu: »Daj mi otrok, sicer bom umrla!« (1 Mz 30,1).

»Zdravo srce je telesu življenje, ljubosumje pa je trohnoba v kosteh« (Prg 14,30).

»Togota je kruta in jeza je prekipevajoča, a kdo vzdrži pred ljubosumnostjo!« (Prg 27,4).

»Srčna bolečina in žalost je žena, ki je ljubosumna na drugo, in bič jezika, ki to vsem posreduje« (Sir 26,6).

Sveto pismo takšno čustvo graja (še posebej v Novi zavezi: Mt 27,18; Rim 1,29; 1 Kor 13,4; 2 Kor 12,20; Gal 5,20.26 itd.) in ga očitno ne pripisuje Bogu. Izrazi so v slovenskem prevodu različni. Pogosto nastopata izraza zavist in nevoščljivost, včasih pa skupaj z besedo ljubosumje: »Sicer pa so dela mesa očitna. To so: nečistovanje, nečistost, razuzdanost, malikovanje, čaranje, sovraštva, prepirljivost, ljubosumnost, jeze, častihlepnosti, razprtije, strankarstva, nevoščljivosti, pijančevanja, žretja in kar je

še takega. Glede tega vas vnaprej opozarjam, kakor sem vas že opozoril: tisti, ki počenjajo takšne stvari, ne bodo podedovali Božjega kraljestva« (Gal 5,19-21).

V zakonski zvezi se ljubosumje izraža kot posedovalna ljubezen. V njej se mešata sum do ljubljene osebe («... pa pride nad moža duh ljubosumnosti, da postane ljubosumen na ženo, ker se je onečistila, ali pa pride nadenj duh ljubosumnosti in postane ljubosumen na ženo, čeprav se ni onečistila...« (prim. 4 Mz 5,14-30)) in maščevalna jeza na tekmeča («Kajti moževa jeza gori in ne bo prizanesel na dan maščevanja ...« (prim. Prg 6,34)).

Takšen pomen ljubosumja Sveto pismo zelo poredko v metaforah pripisuje Bogu (Ez 16,38.42; 23,25). »Sodil te bom, kakor se sodijo prešuštnice in morilke: predam te krvi svojega srda in svoje ljubosumnosti« ... (Ezk 16,38). V teh primerih govori v prispodobi, v kateri zgodovino zaveze med Bogom in Izraelom primerja z odnosom med zaročencema, ljubosumje pa predstavlja jezo, s katero partner kaznuje prešuštnika.

Besede, ki izvirajo iz istega korena *qn'* navsezadnje označujejo čustvo strastne in izključujoče ljubezni, ki je usmerjena na jasno določen cilj. V modernem jeziku to izraža beseda *gorečnost* (vnema), ki pa značaja vseobjemajočega čustva ne zajame v celoti, kot to doseže biblični jezik z zanj značilnim pretiravanjem. Človek lahko takšno izključujoče čustvo občuti v odnosu do Boga (Ps 119, 139; Rim 10,2): »... dal si, da si vse njihovo imetje razdelijo tvoji ljubljene sinovi, ki so goreli v gorečnosti do tebe ... (Jdt 9,4).

Prav tako lahko takšno čustvo občuti v odnosu **do templja** ( Jn 2,17): »Zakaj gorečnost za tvojo hišo me použiva, sramotenja tvojih sramotilcev so padla name« (Ps 69,10), **do postave** (1 Mkb 2,27.50; Apd 21,20; 22,3; Gal 1,14): »Bil je goreč izpolnjevalec postav« (prim. 2 Mkb 4,2) ali **do dobrega** (1 Pt 3,13): »... Ko pričakujemo Jezusa Kristusa, ki je dal sam sebe za nas, da bi nas odkupil iz vse nepostavnosti in nas zase očistil kot lastno ljudstvo, ki je vneto za dobra dela« ... (prim. Tit 2,14)

Sveto pismo hvali tiste, ki brezkompromisno izberejo božjo stvar in se ji popolnoma predajo, tako kot Pinhás, sin Eleazarja (4 Mz 25,11; Sir 45,23): »Naš oče Pinhás je zaradi svoje silne gorečnosti dobil obljubo večnega duhovništva« (1 Mkb 2,54), Elija, ki

je rekel: »Ves sem gorel za GOSPODA, Boga nad vojskami, kajti Izraelovi sinovi so zapustili tvojo zavezo, podrli tvoje oltarje in z mečem pobili tvoje preroke. Jaz sam sem ostal, a tudi meni strežejo po življenju« (1 Kr 19,10). (1 Mkb 2,58; Sir 48,2), Jehú (2 Kr 10,16), Matatija (1 Mkb 2,24).

Slednji vidik nam omogoča razumeti, kaj pomeni 'Božje ljubosumje': izključna in nepreklicna pripadnost Boga Izraelu kot partnerju zaveze. S tem vidikom Sveto pismo izraža enkrat in absoluten značaj JHVH kot Boga Izraela. Zamisel 'ljubosumnega Boga' se zdi pravzaprav temelj postave monoteizma in opravičuje absolutno prepoved čaščenja drugih bogov ali malikov (2 Mz 20,5; 5 Mz 4,24; 5,9; 6,15; 32,16.21; Joz 4,14 itd.).

Božje ljubosumje vsebuje dva očitno nasprotujoča si vidika. Prvi je najočitnejši in pogosteje izpričan: »Jaz, GOSPOD, tvoj Bog, sem ljubosumen Bog, ki obiskujem krivdo očetov na sinovih, na tretjih in na četrtih, tistih, ki me sovražijo« (2 Mz 20,5). Gre za manifestacijo kaznovanja, v kateri se zdita ljubosumje in jeza tesno povezana (5 Mz 29,19; Ezk 5,13; 35,11; 36,5; Nah 1,2; Sof 1,18; 3,8 itd.). Ta vidik kaže, kako resna je izbira pripadati »svetemu« Bogu (Joz 23,16; 24,19) in da izdati njegovo ljubezen (oz. 'sovraštvo') pomeni smrt (5 Mz 6,15; 29,19).

Ne smemo pozabiti na drugi vidik ljubosumja Boga: »... Izkazujem pa dobroto tisočerm, tistim, ki me ljubijo in izpolnjujejo moje zapovedi« (2 Mz 20,6). V tem primeru ljubosumje pomeni izvolitev, prekipevajočo in večno zvesto ljubezen. Ta se pokaže še posebej, kadar se Izrael znajde v izredno težkih razmerah: takrat je gorečnost Gospoda nad vojskami ogenj za njegove nasprotnike (Iz 26,11, Za 1,14; 8,2), za njegovo ljudstvo pa usmiljenje in odrešitev (Iz 9,6; 37,32; 42,13; 59,17; 63,15 itd.).

Božje ljubosumje se torej kaže kot popolno nasprotje tistemu ljubosumju, ki v odnosih med ljudmi ustvarja toliko problemov. Bog ni ljubosumen zato, ker bi bil ogrožen. Ogrožena ni ne njegova samopodoba ne njegov odnos do ljudstva. Naj se izvoljeno ljudstvo od njega še tako oddalji, on ostaja isti. Njegova ljubezen se v situaciji, ki bi bila za človeka razlog za strah, občutek ogroženosti, jezo, pri njem še posebej izraža kot skrb, gorečnost in zavzetost. Njegove reakcije niso nikoli destruktivne. Sveto pismo

govori tudi o kaznovanju in maščevanju. Vendar je Božje kaznovanje predvsem v odpiranju oči ljudstvu, da s svojim početjem uničuje samo sebe in odnos s svojim Bogom.

Božje ljubosumje je torej višek njegove ljubezni do izvoljenega ljudstva, izraz njegove skrbi zanj in znamenje gorečnosti za vse dobro v tem odnosu. Božje ljubosumje je lahko vodilo ljubosumnemu, kako naj se približuje popolnosti ljubezni in kako naj presega razdiralnost svojega ljubosumja.

## 8. 2. Filozofsko-teološki pogled na ljubosumje

Ali je ljubosumje odraz ljubezni ali samoljubja? To vprašanje je begalo filozofe skozi stoletja in v njihovih odgovorih je mogoče najti argumente za oboje. Na splošno lahko rečemo, da so verske avtoritete največkrat videle v ljubosumju izraz ljubezni. Denimo sv. Avguštín pravi: »Kdor ni ljubosumen, ne ljubi.« Posvetni misleci pa so pogosteje zagovarjali nasprotno mnenje.<sup>430</sup> La Rochefoucauld tako pravi: »Ljubosumje izvira bolj iz samoljubja kot iz ljubezni do drugega.«<sup>431</sup>

Vsekakor je dejstvo, da si ljudje različno predstavljamo tako ljubosumje kot ljubezen. Abraham Maslow<sup>432</sup> denimo razlikuje med ljubeznijo, ki išče najboljše, kar si želi bližnji (biti ljubezen oz. B-ljubezen), in ljubeznijo, ki je izraz odvisnosti od drugega (pomanjkanje ljubezni oz. P-ljubezen). Beseda ljubezen mu pomeni oboje: 'biti sposoben ljubezni' in 'biti lačen ljubezni'. Navadno je ljubezen mešanica obojega: navezanosti in skrbi za nekoga.<sup>433</sup>

Ljubosumje je izraz neke vrste ljubezni. P-ljubezen povečuje ljubosumje, medtem ko ga B-ljubezen zmanjšuje. »Biti ljubezen« varuje posameznika pred jezo in nezaupanjem,

---

<sup>430</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 9-10.

<sup>431</sup> F. La Rochefoucauld, *Maximes*, 1665, št. 324.

<sup>432</sup> Prim. A. H. Maslow, *Toward a Psychology of Being*, 2<sup>nd</sup> ed, Van Nostrand Reinhold, New York 1968.

<sup>433</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 10.

medtem ko »pomanjkanje ljubezni« oboje pospešuje. Otto Fenichel<sup>434</sup> pravi, da »so najbolj ljubosumni ljudje tisti, ki niso sposobni ljubiti, a potrebujejo občutek, da so ljubljeni«. <sup>435</sup>

Pavel Florenski pa razmišlja drugače. Ustavi se ob filozofu Spinozi in pojasnjuje, zakaj je prišlo do negativnega pojmovanja ljubosumja. Spinoza meni, da ljubezen, ko se pojavi ljubosumje, ne izgine, ampak se vanj spremeni. Kljub temu je ljubezen brez ljubosumja mogoča. To je mogoče, če med partnerjema obstaja popolna vzajemnost. <sup>436</sup>

Pri Spinozi je ljubosumje tisto, kar v ljubezni ni ljubezen. Tudi on torej pristaja na splošno prepričanje, da je ljubosumje nekaj negativnega. Pavel Florenski ugotavlja, da do tega pride zato, ker Spinoza ne loči med ljubeznijo in željo (desire) oz. hrepenenjem in ker ne pozna pojma osebe. Predmet želje je namreč *res amata* in ne oseba. Stvari pa ne morejo biti ljubljene, lahko si jih le želimo. Z željo pa sta tesno povezana sovraštvo in zavist. To nam pojasni, zakaj Spinoza v izvornem pojmovanju ljubezni tako poudarja sovražno zavist, ki je predmet splošne obsodbe.

Če vidimo bistvo ljubosumja v sumničenju, samoljubju, nezaupanju, zlohottnosti, sovražni zavisti itd., je to tako narobe, kot če od bistva ljubezni ločimo svobodo, nedeljivost, krivico itd. Sumničenje, sovražna zavist itd. so le slabi, graje vredni, sebični izrazi ljubosumja, ki jih prinaša mešanje ljubezni z željami. Če hočemo razumeti resnično naravo ljubosumja, ga moramo torej v nasprotju z željo še tesneje povezati z ljubeznijo.

Dve zgodovinski dejstvi govorita temu v prid. Prvič, narod z najčistejšo zavestjo o Bogu, izbrani judovski narod, ki je poznal in razumel Božjo ljubezen jasneje kot katerikoli drug narod, vztrajno, neprenehoma in brez omahovanja govori o Božji ljubosumnosti. Ne moremo mimo dejstva, da je celotna Stara zaveza prepojena s tem pojmom. Drugič, narod najčistejše človečnosti, narod duha, Grki, ki so od vseh narodov

---

<sup>434</sup> Prim. O. Fenichel, *Psychoanalytic Theory of Neurosis*, London 1955.

<sup>435</sup> Prim. G. Clanton - L. G. Smith, *Jealousy*, New York 1998, 10.

<sup>436</sup> Prim. P. Florensky, *Letter Twelve: Jealousy*, v: *The Pillar and Ground of the Truth*, Princeton University Press, Princeton 1997, 331-341.

najbolje poznali in razumeli človeško ljubezen v vseh njenih oblikah, so ljubosumje imeli za njeno najbolj temeljno, najbolj značilno in neločljivo potezo. Če sta najčistejši duh in najčistejša vera pojmovala ljubosumje kot pozitivno in potrebno silo tako Božje kot človeške ljubezni, to pomeni, da to ljubosumje dejansko je in da ga na noben način ni mogoče enačiti z drugotnimi strastmi oz. čustvi, ki ga spremljajo.

Kaj je torej ljubosumje? Je eden od vidikov ljubezni, je temelj ljubezni, je prvobitna tema, v katero posijejo žarki ljubezni. Ljubezen je svobodna izbira. JAZ izbere eno osebo, ustvari enkratno razmerje. Jaz želi to 'vsakdanjo' osebo videti kot enkratno, praznično in zmagovito. Želi jo z ulice pripeljati v svoje srce, jo zapisati na zlat medaljon. Tako postane zanj pravzaprav podoba Božje podobe, ikona. Jaz naredi vse, da bi ta oseba postala njemu TI. Tako prijateljstvo kot zakonska ljubezen sta izključujoča. Aristotel pravi: »Nekdo ne more biti prijatelj mnogim, če ima pred seboj popolno prijateljstvo, tako kot nekdo ne more biti zaljubljen v več oseb hkrati. Takšne vrste prijateljstvo se zdi popolno in kot takšno je lahko usmerjeno le na eno osebo.«<sup>437</sup>

Tudi če bi hoteli reči, da je več takšnih TI-jev, je odnos do vsakega – v smislu ljubezni – odnos do enkratnega. V naravi ljubezni je, da izbira. Brez te lastnosti bi imeli opraviti z željo, katere predmet je stvar, ki jo je vedno mogoče zamenjati z drugo, njej podobno. Zavest enkratnosti je pogoj ljubezni celo v njeni najbolj nepopolni 'obleki'. Z nedoumljivim dejanjem izbire postane oseba enkratna in postavljena na višji, kraljevski položaj TI-ja.

*Če ostaneš z menoj kot 's komerkoli' in si ob meni takšen kot 'vedno in kjerkoli', to bolje kot karkoli dokazuje, da ne poznaš niti prijateljstva niti odnosov niti vezi ...*

Kaj pa, če TI tega noče? Kaj, če želeni TI ne želi priznati mene kot mene? Potem jaz ne more in ne sme ostati miren. Reakcija je odraz ljubosumja, ljubosumja proti njegovi ljubezni, tj. skrbi za čistost, enkratnost in ohranitev njegove ljubezni. Ni mogoče ljubiti in ne biti ljubosumen, če TI preneha biti TI. TI je namreč postal del mene. Prenehati ljubiti pomeni, izgubiti del sebe. Pozabiti pomeni, odrezati od sebe del živega mesa.

---

<sup>437</sup> Aristotle, *Nicom. Ethics*, VIII, 7, 1158:1-8.

Ljubezen je brez meja. Ne omejujeta je ne prostor ne čas. Je univerzalna. Vendar ta univerzalnost ljubezni ne izključuje izolacije in ločitve, ampak ju celo predpostavlja. Svetost v duši je korenina ljubezni in ljubezen je mogoča le, če je ta svetost živa. Zaščititi biser duše pomeni zaščititi ljubezen samo. Ne skrbeti za svetost duše pomeni, ne skrbeti za ljubezen. Ljubezen ni le univerzalna, ampak je tudi omejena. Ljubezen ni le brezmejna, ampak je tudi zvezana. To je težko razumeti, kot je težko razumeti Kristusa, ko pravi: »Hinavec, odstrani najprej bruno iz svojega očesa in potem boš razločno videl odstraniti iver iz očesa svojega brata« (Mt 7,5) in potem takoj nadaljuje v popolnoma nasprotnem smislu: »Svetega ne dajajte psom in svojih biserov ne mečite svinjam, da jih ne pomendrajo z nogami in se nato obrnejo ter vas raztrgajo« (Mt 7,6). Slednji izrek razlaga sv. Serafim Sirski: »Kar najboljšega nosimo v svojem srcu, ne odkrivamo vsakemu brez potrebe. Ne razkrivajte skrivnosti svojega srca vsakemu.«<sup>438</sup>

Na eni strani »ne sodite«, na drugi pa imenuje pse in svinje tiste, ki niso vredni, da bi jim razodeli skrivnosti srca. Te skrivnosti naj bi razkrili le tistim, ki so ločeni od »črede svinj«. To je protislovje, in to protislovje je zelo podobno protislovju: ljubezen – ljubosumje.

Poglejmo priliko o tistih, ki so bili 'poklicani', in onih, ki so bili 'izbrani' (Mt 22,2-14; Lk 14,16-24). Koliko skrite grenkobe je v tej priliki: neskončna grenkoba in bolečina srca, ki je ranjeno v čisti ljubezni. Jezus kliče tiste, ki jih ljubosumno ljubi, za katere bi naredil vse. A nočejo biti izbrani. Zato pravi: »Pojdi na pota in vzdolž ograj in prisili ljudi, naj vstopijo, da se napolni moja hiša« (Lk 14,23). Kristus sam se umakne, ko pride do meje, ko ne more pritegniti ljudi, da bi jih privedel k Bogu: »Jeruzalem, Jeruzalem, ki moriš preroke in kannaš tiste, ki so poslani k tebi! Kolikokrat sem hotel zbrati tvoje otroke, kakor zbira koklja svoja piščeta pod peruti, pa niste hoteli. Glejte, vaša hiša je zapuščena« (Mt 23,37-38).

Iz dosedanje analize vidimo globoko povezanost med ljubosumjem in preseganjem zakona istovetnosti, ki je prvobitni temelj racionalnosti. Tako ljubezen kot ljubosumje se bojujeta z racionalnostjo in njuna moč se izkaže prav v zakonu istovetnosti. V tem

---

<sup>438</sup> Serafim Sirski, *Arhimandrite Seraphim, Letopis' Serafimo-Diveevskega monastiria*, (1903) S.P., 114.



smislu je ljubosumje globoko krivično. Če je ljubosumje zaradi neracionalnosti intelektualno obsojeno kot nesmisel, sledi logični sklep, da je ljubosumje tudi nemoralno. To pa je drugi razlog za negativno obravnavanje ljubosumja.

Etimologija besede ljubosumje v mnogih jezikih nam pokaže, da gre za pojem, ki vsebuje prisotnost sile, moči in močnega gibanja k želenemu cilju. To samo potrjuje zgoraj podano metafizično analizo koncepta ljubosumja. Če je tako, potem obsodba, ki se drži ljubosumja, ne drži. Ljubosumje je potemtakem nujen izraz oz. natančneje: nujen vidik močne ljubezni. To pojasnjuje, zakaj Sveto pismo tako pogosto in kljubovalno pripisuje ljubosumje Bogu. Nekaj slabega mu ne bi moglo pripisovati. Nasprotno, Božje ljubosumje je znamenje njegove svetosti.

Pri pripisovanju ljubosumja Bogu ne gre za strogi antropomorfizem, ampak za natančen opis bistva stvari. Ljubosumje je namreč ontološki, ne pa psihološki ali etični pojem. Še bolj kot nujen vidik ljubezni je ljubosumje nujen vidik vsega, kar je v človeku dobrega. Ljubosumje je moč, ki uresničuje dobre želje. »Tisti, ki ima dobre želje, ne more, da bi jih ne uresničil ... Vsako misel dobre želje spremlja na začetku ljubosumje, ki je podobno žarečemu oglju. Ljubosumje to misel varuje, da se ji kaj ne postavi po robu ali ji prepreči, da bi se uresničila. .... Ljubosumje je krepost, brez katere bi se dobro ne uresničilo. Nekdo je ljubosumje imenoval 'varuh in zaščitnik Božje postave', tj. kreposti...«<sup>439</sup>

Sv. Izak pojasnjuje, da je ljubosumje sestavljeno iz strahu pred izgubo dobrega in iz teženja, da bi to ohranili. Zato je slabitev ljubosumja znamenje, ki opozarja na duhovno mlačnost ali na samozadostnost in napuh; opozarja na odnos do duhovnih dobrin, ki ga ne živimo in ni oseben, odnos, ki je lastniški in mesen, kot odnos do stvari, ki jih lahko zaklenemo in jih imamo tudi, če jih ne uporabimo.

»Z ljubosumjem, to silo našega duha, ki je v moderni zavesti tako preganjana in prezirana, se uresničuje in ohranja teženje, da bi dosegli steber in temelj Resnice.«<sup>440</sup>

---

<sup>439</sup> Isaac the Syrian, Russ. trans.: *Works, 3rd ed.*, Sergiev Posad 1911.

<sup>440</sup> P. Florensky, *n. d.*, 341.

## Sklep prvega dela

Ljubosumje je čustvo, ki se ga večina od nas sramuje in ki smo ga pripravljene tajiti in prikrivati, kolikor je le mogoče. Ni le najpogostejše človekovo čustvo, ampak tudi najbolj prikrivano in prezirano. Prisotno je, ko ga nihče ne pričakuje, in se kaže na najbolj nemogoč način.

Te značilnosti ljubosumja nam nakazujejo nekatere težave, s katerimi se nujno sreča vsak, ki želi raziskovati problem ljubosumja. Raziskovanje je težavno, ker so izrazi ljubosumja različni in se največkrat pokažejo le v zasebnem svetu, kjer jih posameznik pogosto potiska v podzavest ali zanika.

Tako ljubosumja ni mogoče niti znanstveno opazovati niti proučevati na poskusih. Zanesti se moramo na lastne izkušnje in na to, kar so drugi pripravljene povedati o svojem ljubosumju. Tu pa smo pred novo težavo: oseba, ki prizna ljubosumje, je lahko manj ljubosumna kot tista, ki ga zanika.

Poleg težav v dostopnosti in analizi obstajajo težave tudi pri pristopu. Če hočemo proučevati ljubosumje, lahko veliko pridobimo z upoštevanjem interakcij med sistemi na različni hierarhični stopnji (tj. osebni sistem, odnosi, družinski, prijateljski sistem). Težava pa je v tem, da večina raziskovalcev dobro pozna le akademske vidike, ki so usmerjeni na sistem na prvi stopnji (oseba, medosebne interakcije, širši sistemi). Ugotavljamo, da imajo raziskovalci in klinični psihologi pogosto zadržke pri izmenjavah in povezovanju na področju raziskovanja ljubosumja (tj. različnih nalog, teorij in vrednot). Da bi prišli do razumljive teorije o ljubosumju, bi morali raziskovalci in klinični psihologi slediti drug drugemu in se zavedati, kako sistem, ki ga proučujejo, vpliva na druge sisteme, in kako ga drugi sistemi v hierarhiji določajo. Resen odziv na ta problem lahko prinese nove oblike odnosov med raziskovalci ter med raziskovalci in kliničnimi psihologi. Študij romantičnega ljubosumja pomeni izziv (kot je izziv tudi skupno raziskovanje drugih družbenih pojavov) drugostopenjske spremembe normativnih vedenjskih vzorcev raziskovalcev in kliničnih psihologov.

Naloga nam pokaže napredek v združevanju raziskav na področju psihologije in sociologije. Sociološki pogled prispeva k razumevanju ljubosumja in bolj učinkoviti terapiji. Poudarjanje osebne svobode v odnosih je v sedemdesetih letih imelo za posledico, da so ljubosumje pojmovali predvsem kot osebno hibo. Danes je pogled že nekoliko spremenjen. Vse več parov želi doseči ravnotežje med svobodo in predanostjo v ljubezenskem odnosu. Tega pa v pluralistični družbi ni lahko doseči. Ljubosumje lahko deluje kot pozitivna varovalka v odnosu. Obvladovanje destruktivnih reakcij ljubosumja je v veliki meri odvisno od dobre komunikacije med partnerjema, od jasnega izmenjavanja svojih predstav o osebnih potrebah in vrednotah ter od iskrenega pogajanja, ko je to zaradi neskladij v potrebah in vrednotah potrebno.

Predstave, da je ljubosumje posledica negativne samopodobe, so bolj kot dokazano dejstvo del dolgotrajnih teženj v družbi, ki vzroke za mnoge osebne neuspehe in probleme pogosto vidi v negativni samopodobi. Ta pogled, ki so ga kot dejstvo sprejeli mnogi strokovnjaki in laiki, potrebuje dodatne raziskave. Dejstvo je namreč, da ima lahko nekdo na splošno zelo dobro mnenje o sebi, pa je v nekaterih situacijah še vedno negotov in ranljiv. Če začuti, da je ogroženo razmerje, ki je zanj vrednota, se lahko tudi pri njem zbudi ljubosumje.

Čeprav razlaga, da je negativna samopodoba vzrok za ljubosumje, uživa status znanstvenega principa, koristnega v terapevtski praksi, menimo, da je takšno mnenje lahko le napačno sklepanje iz splošnega načela, da je uspeh povezan s samozaupanjem in ljubeznijo do sebe, neuspeh pa posledica pomanjkanja samozaupanja in nesprejemanje sebe. Razlage človekovega obnašanja pogosto trdijo, da je negativna samopodoba vzrok za neuspehe, a je vsaj toliko res, da so neuspehi vzrok za negativno samopodobo. Če pustimo ob strani metodološke težave, ki so značilne za mnoge študije ljubosumja in samopodobe, različni kazalci odkrivajo, da splošno sprejetemu načelu navkljub negativna samopodoba ni glavni vzrok za ljubosumje. To trditev utemeljujemo z naslednjimi ugovori:

1. Medkulturni pregled na ljubosumje nam razkriva, da negativna samopodoba ne igra pomembne oz. skoraj nobene vloge pri razlagah ljubosumja v različnih kulturah.
2. Samopodoba kot vzrok za ljubosumje se pojavi šele v 70. letih, kar zbuja sum, da je ta trditev časovno pogojena in ne trajna resnica.

3. Empirične raziskave niso našle trdne povezave med negativno samopodobo in ljubosumjem.

4. Tisti, ki trdijo, da je negativna samopodoba vzrok za ljubosumje, običajno trdijo tudi, da je vzrok za delinkventno obnašanje mladih, kar pa nekatere raziskave zanikajo.

Če torej drži, da je negativna samopodoba bolj posledica ljubosumja kot pa vzrok zanj, potem je nesmiselno upati, da se bo ljubosumje zmanjšalo, če si bo pacient 'na silo' prizadeval za boljšo samopodobo. Prav nasprotno, moral si bo prizadevati, da zmanjša ljubosumje, da bi posledično izboljšal podobo o sebi.

Poleg omenjenih težav ugotavljamo, da sama definicija ljubosumja ne povzroča večjih zapletov med raziskovalci. Prepričani smo, da ljubosumja ni mogoče primerjati s preprostimi čustvi, kot so jeza, veselje, žalost ipd. Ljubosumje imenujemo sestavljeno čustvo. Sestavljeno je iz množice različnih čustev in se odvija v različnih časovnih obdobjih. Kompleks ljubosumja ustvarjajo interakcije med mislimi, čustvi in dejanji istega sistema (osebnosti) ter interakcije z drugimi sistemi.

Naloga jasno pokaže, da kompleksa ljubosumja ni mogoče iztrgati iz širšega konteksta interakcij. Pri ljubosumju gre za zaznavanje grožnje ali za izgubo pomembnega razmerja. Ljubosumje je sestavljeno čustvo, ki nastaja v trikotniku ljubosumni – partner – tekmeč, je celota misli, čustev in dejanj, ki sledijo grožnji ali izgubi obstoja ali kakovosti pomembnega (romantičnega, prijateljskega ...) razmerja. Grožnja ali izguba pa je posledica zaznave resnične ali potencialne privlačnosti med partnerjem in (lahko umišljenim) tekmečem.

Pregled literature in rezultatov raziskav kaže na nujnost povezovanja različnih pristopov k istemu problemu. Če naredimo posamičen vidik za občeveljaven, prihaja do protislovnih rezultatov. Razumljivo je, da tisti, ki vidi problem samo z ene strani, lahko zanika obstoj druge. Tako behavioristi ne vidijo povezav med vzgojo otroka in njegovim ljubosumjem v odrasli dobi. Pred seboj imajo opazovanje sedanjega trenutka in se ne sprašujejo, kaj se je dogajalo z osebo skozi daljša obdobja. Tako v raziskavah ugotavljajo, da pretekla doživetja ne vplivajo na sedanja. Seveda vidi freudovska psihoanaliza ljubosumje odraslega v povezavi z reševanjem ojdipovskega konflikta.

Tisti, ki poudarjajo predvsem pomen odnosa, vidijo v ljubosumju bolj interakcijski problem para kot pa osebno napako posameznika. Zanje je ljubosumje znak, da je nekaj narobe predvsem z odnosom in ne z enim od partnerjev. Sociopsihologi pa trdijo, da je vzroke za ljubosumje odraslega potrebno iskati v družbenih, kulturnih in subkulturnih vplivih, situacijskih dejavnikih in dejavnikih okolja. Ljubosumje po njihovem mnenju predstavlja zaščito zakona in drugih vrednot odnosov.

V veliki meri so rezultati raziskav odvisni od stališča, s katerega se izvajajo. Če se oziramo v preteklost, bomo ugotavljali, da starši zagotovo ustvarjajo čustvene situacije, ki lahko vplivajo na ljubosumje otroka. Ugotovitev, da je ljubosumje očeta povezano z otroško potlačitvijo, je povezana s hipotezo projekcijskega ljubosumja, torej s stališčem, ki ga zavzema freudovska psihoanaliza. Če gledamo predvsem sedanost in preteklosti ne pripisujemo globljega pomena, bomo videli vzroke predvsem v trenutnem odnosu. In če izhajamo s stališča sociopsihologov, bomo videli vzroke predvsem v družbi.

Raziskovanje ljubosumja kaže, da je človeka mogoče razumeti samo v celostnem kontekstu preteklih in sedanjih, intrapsihičnih in interpersonalnih, zavednih in nezavednih odnosov. Teoretično podlago za takšen pristop ustvarja sodobna psihoanaliza, ki pa doslej ni bila vodilna sila pri raziskovanju ljubosumja. Dosedanja spoznanja o ljubosumju, ki so preveč razdrobljena, bo potrebno združiti v enoten in celosten pristop. Sodobna psihoanaliza se v svoji kompleksnosti kaže kot najboljša možnost.

Med dosedanjimi dognanji spoznavamo za eno najpomembnejših ugotovitev, da ljubosumje nastaja vedno v odnosu, ki prinaša t.i. formativno pozornost. To je pozornost, ki pomeni osebi največ. Oseba v takšnem odnosu šele postaja to, kar je, in samo v odnosu lahko obstaja. Če je postavljen pod vprašaj odnos, ki osebo ustvarja in ohranja v človeškem bivanju, potem se ljubosumnemu z vdorom tekmeca v odnos podira svet. Ljubosumje je reakcija strahu pred izgubo. Gre za strah pred izgubo sebe in ne v prvi vrsti za odraz posedovalne ljubezni. Pri takšni izgubi gre za grožnjo odnosu, zato je ljubosumje logična posledica.

V podrobnejših analizah odnosa ugotavljamo povezave med nekaterimi kvalitetami odnosa in ljubosumjem. Bolj ljubosumni je običajno tisti:

- ki mu odnos več pomeni,
- ki čuti, da v odnos veliko prinaša, pa iz njega manj dobiva,
- ki je od odnosa bolj odvisen in manj uspešen v ustvarjanju drugih odnosov oz. v druge odnose manj vlaga,
- v odnosu ne najde pravega zadovoljstva,
- ki je za odnos bolj občutljiv oz. je v njem bolj ranljiv.

Več ljubosumja se rojeva v odnosu, kjer se vloge pokrivajo, namesto da bi se dopolnjevale, kjer se rojeva občutek neustreznosti posameznika za določeno razmerje in kjer ne pride do pravega dogovora o normah v odnosu oz. se te kršijo.

Na pojav ljubosumja vplivajo tudi vrednote. Različno vrednotenje denimo spolnosti, partnerskega odnosa ipd. je pogojeno tudi s kulturo. Zato določena dejanja v neki kulturi zbudijo ljubosumje, v drugi pa ne. Da obstajajo družbeno-kulturološki vzroki za ljubosumje, je očitno. Vrednote, ki jih določa kultura, določajo pojavnost ljubosumja.

Manj pa je povedano o vrednotah posameznika, ki so lahko vzrok za ljubosumje. Prav tu je mogoče pomembno dopolniti psihološke vidike ljubosumja z biblično-teološkim pogledom. Ta najboljše kaže na pozitivno plat tega sestavljenega čustva. Biblično-teološki vidik nam govori o nujnosti ljubosumja v odnosu, ki je za nekoga vrednota. V tem kontekstu postane govorica o ljubosumnem Bogu razumljiva in pomenljiva. Osebi, ki stopa v odnos z vsem bitjem, ne more biti vseeno, kaj se s tem odnosom dogaja. Ljubosumje je torej bistveni sestavni del ljubezni. Vprašujemo pa se, zakaj je reakcija ljubosumja tako pogosto nekonstruktivna, nefunkcionalna. Menimo, da je konstruktivnost in funkcionalnost ljubosumja v veliki meri odvisna tudi od vrednot posameznika.

Kristusova drža v odnosih nam kaže na možnost funkcionalnega ljubosumja. To se odraža v prizadevanju, da bi za bližnjega naredil vse; trpi, ker ne uspe prepričati 'Jeruzalema', ker ga ne uspe zbrati, kakor koklja piščeta (prim. Mt 23,37); na koncu ga v ljubezni, ki daje neskončno svobodo, pušča iz rok. Božje ljubosumje sledi resnici, ki edina osvobaja, medtem ko človekovo ljubosumje največkrat ustvarja laži in privide.

Rešitev iz ljubosumja je nedvomno v iskanju resnice, pa naj bo ta še tako težka. Ena najtežjih stvari za človeka je gotovo priznanje, da se je motil oz. da je lagal. Pri tem se srečamo z vprašanjem vrednot, ki pa so stvar posameznikove odločitve. Pri premagovanju ljubosumja je nujna odločitev za realen pogled na življenje, ki vedno zahteva tudi sprejemanje teže življenja. Oseba, ki ni vajena nobenega napora, bo ljubosumje teže premagala. Za funkcionalni način obvladovanja ljubosumja se je potrebno odločiti, za odločitev pa sta potrebni motivacija in volja.

Sodobna psihoanaliza, ki veliko pozornosti namenja razvoju otroka, še nima odgovorov na to, zakaj določena situacija enega otroka vodi v to, drugega v drugo smer reševanja problemov. Gotovo gre za vprašanje zavedne in nezavedne odločitve. Kaj vodi odločanje pri izbiri med konstruktivnimi ali destruktivnimi reakcijami v odnosih? Odgovor na to vprašanje bo pomemben pri ugotavljanju vzrokov za ljubosumje, ki izvirajo iz človekove preteklosti.

Reakcije ljubosumnega otroka v nalogi predstavljamo predvsem zato, da bi bolje razumeli, za kaj pri takšnih reakcijah lahko gre in na kaj morajo starši biti pozorni, da bo otrok ljubosumje lažje premagal. Raziskave kognitivnega razvoja in načinov, kako otrok misli in organizira doživetja, še naprej prinašajo nova spoznanja o načinih, kako so zgodnja otrokova relacijska doživetja obdelana in reorganizirana. Potrebno pa jih bo sproti aplicirati na področje ljubosumja in jih preverjati.

Zanimivo pri raziskovanju ljubosumja je tudi, kako težko je povezovati lastnosti posameznika z njegovim ljubosumjem. Morda prav to potrjuje našo hipotezo, da so v ozadju ljubosumja poleg kvalitet odnosa in drugih, že omenjenih vzrokov, tudi posameznikov pogled na svet, na odnos, tj. vrednote, za katere se posameznik odloča. Raziskovanje vzrokov ljubosumja kaže na potrebnost raziskav o povezanosti vrednot posameznika z ljubosumjem.

Na podlagi zgoraj omenjenih ugotovitev se zdi delitev na normalno in patološko ljubosumje sama po sebi umevna. Patološko ljubosumje dodatno delimo na reakcijsko in simptomatično. Z vidika vrednot, brez katerih ni mogoče govoriti o ljubezni in tudi o

ljubosumju ne, pod biblično-teološkim vidikom dodajamo normalnemu ljubosumju tudi delitev na ljubosumje, ki je v službi dobrega, in ljubosumje, ki podlega zlu. Če to poimenujemo z bolj 'ekonomsko' terminologijo, lahko govorimo o funkcionalnem in nefunkcionalnem ljubosumju. Funkcionalno ljubosumje oz. ljubosumje, ki ohranja vrednote, ne potrebuje zdravljenja. Najlepši primer takšnega ljubosumja sta ljubosumni Bog v Stari zavezi in Jezus, dobri pastir, v Novi zavezi.

Ugotavljamo, da je Božje ljubosumje pravo nasprotje tistemu ljubosumju, ki v odnosih med ljudmi ustvarja toliko problemov. Človek je ljubosumen, ker se čuti ogroženega. Ogrožena sta njegova samopodoba in njegov odnos. Prisotnost tekmeca ljubosumnega lahko celo tako zmede, da ga najbližji ne prepozna, medtem ko Bog ostaja isti, tudi če se izvoljeno ljudstvo od njega še tako oddalji in obrne k drugim bogovom. Njegova ljubezen se v situaciji, ki bi bila za človeka razlog za strah, občutek ogroženosti, jezo, pri njem še posebej izraža kot skrb, gorečnost in zavzetost.

Reakcije Boga niso nikoli destruktivne. Sveto pismo sicer govori o kaznovanju in maščevanju, vendar je Božje kaznovanje namenjeno predvsem odpiranju oči ljudstvu. Po njegovih posegih naj bi ljudstvo spoznalo, da s svojim početjem uničuje sebe in odnos s svojim Bogom.

Božje ljubosumje je torej višek Božje ljubezni do izvoljenega ljudstva, je izraz njegove skrbi zanj in znamenje gorečnosti za vse dobro v tem odnosu. Božje ljubosumje je lahko vodilo ljubosumnemu, kako naj se približuje popolnosti ljubezni in kako naj presega razdiralnost svojega ljubosumja.

Za ugotavljanje vrste ljubosumja smo prikazali pregled najpomembnejših področij, ki naj bi jih vseboval temu namenjen intervju. Ta področja so:

- zgodovina sedanjega ljubosumja (sodbe, občutki, želje, fantazije in domišljija, obnašanje),
- zgodovina odnosa (moč, odvisnost in odločanje, enakost, vlaganja in dobitki, ekskluzivnostne norme, zaznava ustreznosti sebe kot partnerja, stereotipi spolnih vlog, prvotne rešitve),
- zgodovina preteklih odnosov in ljubosumja,



- predhodno duševno in telesno zdravje,
- zgodovina družine,
- osebna in razvojna zgodovina,
- zasvojenost z alkoholom in drogami,
- ugotavljanje značajskih lastnosti,
- ugotavljanje duševnega stanja,
- ugotavljanje možnosti nasilja.

Na podlagi vprašanj, ki nam pomagajo osvetliti podobo odnosa in ljubosumja, skušamo določiti, za kakšno ljubosumje gre. Ko je ljubosumje določeno, je mogoče pristopiti k zdravljenju.

Pri normalnem ljubosumju, ki podlega zlu, je potreben nov pogled na vrednote in odnos. Ljubosumni se mora soočiti z neracionalnimi prepričanji in predpostavkami. Običajno je potrebno izboljšati način komuniciranja in graditi odnos na temeljih, ki obema partnerjema dajejo optimalne možnosti osebne in skupne rasti.

Pri obravnavi primera so nam v oporo koraki v pristopanju, ki se osredotočijo na posamezen vidik problema: situacijski, odnosni in individualni. Te vidike lahko obravnavamo v paru ali posamično; pristop je lahko bolj ali manj dinamičen, vedno pa je potrebno jasno soočenje s problemom, iskanje možnosti boljšega obnašanja in odločitev ljubosumnega za nov pristop k odnosu.

Delavnice za obvladovanje se kažejo bolj kot možnost dopolnitve svetovanja in terapevtskega odnosa in ne kot samostojno zdravljenje. Pri delavnicah je težko podrobno govoriti o učinkovitosti, ker ni temeljitih analiz rezultatov dela v njih. Glavno vprašanje, ki se ob delavnicah pojavlja je, kako ljubosumnemu pomagati, da se odloči za način obvladovanja ljubosumja, ki ga je v dinamičnih pristopih par spoznal kot možnega in učinkovitega. Še težje je vprašanje, kako pomagati posamezniku in paru, da bo vztrajal pri zahtevni nalogi. Tu bo potrebno iskati nove odgovore.

Za reševanje patološkega ljubosumja je potrebno podrobno poznavanje celotne patologije duševnega stanja posameznika. Ljubosumne reakcije so v takšnih situacijah še bolj zapletene in nejasne. Med najpomembnejše ugotovitve na tem področju

postavljamo ugotovitev, da je patološko ljubosumje povezano z mnogimi duševnimi boleznimi. Razumevanje patološko ljubosumne osebe je namreč ob tem spoznanju lažje, jasen pristop pa lahko prinese boljše rezultate.

Teologija se v tej nalogi kaže kot veda, ki dopolnjuje sliko psihologije človeka. Upoštevanje ustvarjenosti po Božji podobi nam odpira nove poglede na razsežnost človekovih odnosov. Sveto pismo potrjuje spoznanja znanosti, da ljubosumje želi zavarovati odnos, ki je vrednota. Tako denimo Bog skuša za vsako ceno varovati Izrael pred tujci in tujimi bogovi. Ljubosumje je intenzivno čustvovanje, ki vodi v delovanje, ki je lahko v službi dobrega ali zla. Prvo, tj. ohranjanje svojega ljudstva, Sveto pismo pripisuje Bogu in predstavlja eno najizvirnejših podob našega Boga. Reakcija ljubosumja je pri Bogu odraz skrbi za čistost in enkratnost ljubezni ter ohranitev ljubezenskega razmerja, ki ga Bog goji do izvoljenega ljudstva. Ta razsežnost prave ljubezni se v polnosti razodene v Jezusu Kristusu. Gorečnost ljubezni do bližnjega, ki se odraža v podarjanju življenja človeku, je najlepše znamenje pravega ljubosumja = ljubezni. Podoba Božjega ljubosumja je lahko v veliko pomoč terapevtu in ljubosumnemu. Je izziv, ki naj bi mu sledila oba.

Pomembna je ugotovitev, da je ljubosumje pravzaprav ontološki, ne le psihološki ali etični pojem. Ljubosumje je nujen vidik vsega človekovega prizadevanja za dobro. V tem kontekstu popolne ljubezni in prizadevanja za dobro je mogoče prav ovrednotiti človekovo ljubosumje, hkrati pa razumeti tudi Božje ljubosumje, o katerem piše Sveto pismo, ko govori o ljubosumnem Bogu, ki tudi kaznuje tiste, ki ne upoštevajo njegovih naročil. Slednja podoba ne more biti izgovor za negativna čustva in dejanja. Človek je poklican, da v sebi ustvarja celostno podobo Boga, torej tudi celostno podobo ljubosumja. To pa je izziv, ki mu bomo sledili v drugem delu te naloge.

## Uvod v drugi del

V prvem delu smo ugotavljali, da so vsi dosedanji pristopi k vprašanju ljubosumja delni. Reševanje ljubosumja pa jasno kaže na potrebnost celostnega pristopa k temu vprašanju kot tudi k problemom človekove psihe in odnosov oz. človeka nasploh. Medsebojna povezanost različnih področij raziskovanja se tu kaže kot nuja in ne le kot možnost. Človekovo doživljanje in z njim tudi ljubosumje je mogoče razumeti, le če upoštevamo pretekle in sedanje, intrapsihične in interpersonalne, zavedne in nezavedne odnose, ki so vpleteni v širši družbeni sistem odnosov.

Dosedanji pristopi k vprašanju ljubosumja kažejo na pomanjkljivost oz. delnost vseh psiholoških teorij, ki so bile osnova dosedanjim raziskavam. Izsledki so v marsičem vprašljivi glede nekaterih dosedanjih pristopov in pomenijo izziv za oblikovanje novega celostnega pristopa k reševanju problemov človekovih odnosov. Spoznanja prvega dela nas vodijo tudi do sklepa, da mora biti bogopodobnost človeka vodilo za nadaljnje raziskave, če hočemo, da bodo celostne, resnične in učinkovite. Teološke ugotovitve namreč naredijo raziskave bolj celovite in bolj človeške.

Ta spoznanja so nas vodila pri izbiri teoretičnega pristopa in iskanju primerne terapije, ki ju predstavljamo v tem delu naloge. Glede na presenetljivo močno teološke osvetlitve raziskovanega problema smo imeli pri izbiri teorije in terapije pred seboj misel na Jezusovo predstavo o človeku in njegov zgled dobrega terapevta.

V sodobni psihoanalizi smo videli najboljšo možnost za združitev vseh naših spoznanj v eno teorijo in celosten terapevtski pristop k ljubosumju, vendar smo ob raziskovanju tega pristopa odkrivali nekatere pomanjkljivosti. Proučili smo pristop Daniela Sterna in v njem našli osnovo za nov teoretični pristop, ki dopolnjuje sodobno psihoanalizo tam, kjer sama ni prav trdna. Dopolnitev vidimo najprej v shematičnosti pristopa. Pristop je pregleden in upošteva tudi vpliv kulture, ki jih je v njegovi shemi možno slediti. Pomembno dopolnilo je tudi v preverljivosti ugotovitev, ker izhaja iz opazovanj in ne le iz teoretičnih razmišljanj. Drugi del naloge začnemo torej s predstavitvijo pristopa D. Sterna.

# 1. Razvojni pristop D. Sterna

Tu predstavljamo pristop, ki ga je na podlagi svojih in tujih raziskav razvil D. Stern in jih predstavil v knjigi *Motherhood Constellation*.<sup>441</sup> Njegov pristop je izviren in celovit. Za razliko od psihoanalitičnega je tesno povezan z empiričnimi znanstvenimi raziskavami, kar mu daje dodatno težo. Ker v literaturi nismo zasledili nobene temeljite aplikacije njegovega pristopa na psihoterapijo in psihoanalizo, predstavljamo njegova spoznanja v celoti, da bomo na njih lahko gradili nov pristop k vprašanju ljubosumja.

## 1.1. Pregled klinične situacije

Glavna dejavnika v klinični situaciji pri psihoterapiji starši-otrok sta otrok in eden od staršev ali oba. Če se udeležuje terapije le eden, je to vedno 'glavni vzgojitelj' (primary caregiving parent) – največkrat, čeprav ne nujno, je to mati. 'Pacient' je tako navadno dvojica mati<sup>442</sup>-otrok ali trojica mati-oče-otrok. Zraven pa je seveda terapevt.

Ta klinična situacija je sestavljena iz mnogih različnih elementov, njenih dejavnih delov. Da bi si lažje predstavljali elemente tega sistema, jih bomo predstavili po modelu, ki je bil predstavljen že leta 1989.<sup>443</sup> Pomembne sestavine bomo združevali s postopnim dodajanjem temu modelu. Nekatera poglavja bodo kasneje posvečena podrobnim opisom posameznih delov. Tu želimo podati splošen pregled.

Začeli bomo s čistim minimumom. V samem središču modela je interakcija med otrokom in materjo. Ta interakcija je sestavljena iz očitnih načinov obnašanja, ki ju predstavljata oba udeleženca v odgovor drugemu in v soglasju z njim. Interakcijo lahko tretja oseba, kot je npr. terapevt ali opazovalec, vidi in sliši.

---

<sup>441</sup> Prim. D. Stern, *Motherhood Constellation*, Basic Books, New York 1995, 9-115.

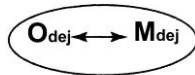
<sup>442</sup> Kakorkoli že, beseda mati predstavlja vedno glavnega vzgojitelja, razen če ni drugače določeno. Izraz mati uporabljamo zato, ker je dejansko najpogostejše tudi glavni vzgojitelj.

<sup>443</sup> Prim. N. Stern-Bruschweiler – D. N. Stern, *A model for conceptualizing the role of the mother's representational world in various mother-infant therapies*, v: *Infant Mental Health Journal* 10(3) (1989), 142-156.

Da bi to shematizirali, bomo uporabili okrajšave O za otroka in M za mater, podpisano dej predstavlja dejavnost – tj. njihovo očitno obnašanje.

Opazovano interakcijo lahko predstavimo takole:<sup>444</sup>

SLIKA 1.1



Temeljni elementi za čisto behavioristični pristop so tako predstavljeni. Za izvedbo behaviorističnega pristopa, ki temelji samo na tem, kaj dva partnerja delata, to zadošča. Vendar imamo s tem le interakcijo, nimamo pa odnosa. Odnos je med drugim tudi zgodovina predhodnih interakcij.<sup>445</sup> Določa ga tudi način zaznave interakcije in njena interpretacija; le-ta poteka skozi mnoge prizme, ki so lastne udeležencem interakcije. To so prizme domišljije, upov, strahov, družinskih tradicij in mitov, pomembnih osebnih izkušenj, vsakdanjih pritiskov in mnogih drugih dejavnikov. Zaradi modela bomo povzeli to zmes pomnjene zgodovine in osebne interpretacije v izraz *predstave* interakcij. Tako lahko dodamo modelu predstave matere ( $M_{pred}$ ), ki so sestavljene iz tega, kar mati subjektivno doživlja in kako interpretira objektivno dosegljive dogodke interakcije, pri čemer je vključeno tako njeno obnašanje kot tudi obnašanje otroka.

Ta dodani element lahko oblikujemo takole:<sup>446</sup>

SLIKA 1.2



S tem dopolnilom imamo temeljne sestavine za kognitivni terapevtski pristop oz. delen psihodinamično navdihnjen pristop.

---

<sup>444</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 12.

<sup>445</sup> Prim. R. A. Hinde, *Towards understanding relationships*, Academic Press, London 1979.

<sup>446</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 12. (Vsi pojavi, ki označujejo od zunaj preverljive dogodke, bodo označeni s krepkim tiskom in so v ovalu. Vsi notranji pojavi, ki jih ni mogoče opazovati, bodo označeni s tanjšimi črkami in postavljeni zunaj ovala.)

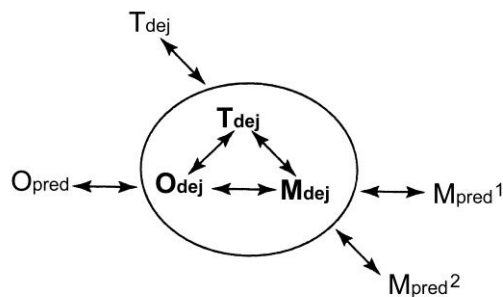
Vendar mati ni sama v oblikovanju predstav o tem, kaj se dogaja med interakcijo. Kot bomo videli v 5. in 6. poglavju, je otrok še kako vključen v izgradnjo predstav o tej interakciji. Tvorijo jih iz spomina preteklega dogajanja. Tudi on gradi interpretativni svet predstav, ki ga vodi skozi sedanje interakcije. Dodati moramo predstave otroka kot dvojnika predstavam matere. Tako dodamo k modelu  $O_{pred}$ :<sup>447</sup>

SLIKA 1.3



Zadnjega v tej klinični situaciji bomo predstavili terapevta kot nosilca ene temeljnih vlog. Tudi on ustvarja objektivne interakcije z glavnim vzgojiteljem in otrokom kot tudi svet predstav, v katerem takšne interakcije vplivajo na njihov pomen in so pod njihovimi vplivi. V tem svetu predstav delovanje terapevta najde posebno mesto. Tako moramo k modelu dodati terapevta (T), in sicer takole:<sup>448</sup>

SLIKA 1.4



Dodali smo tudi  $M_{pred}^2$ , ki se razlikuje od  $M_{pred}^1$ , o katerih smo zgoraj že govorili. Ko mati sodeluje v terapevtskem procesu, ko je prisoten terapevt, lahko vidi otroka in sebe kot mater in kar se dogaja med njima, v drugačni luči, kot kadar je sama.  $M_{pred}^2$  predstavljajo pogled, ki ga dobi mati, ko je v terapevtskem odnosu. Ta vzporedni pogled lahko igra pomembno terapevtsko vlogo, kot bomo razpravljali kasneje. Poleg tega bodo  $M_{pred}^2$  vsebovale materin pogled na terapevta in  $T_{pred}$  terapevtov pogled na mater.

<sup>447</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 13.

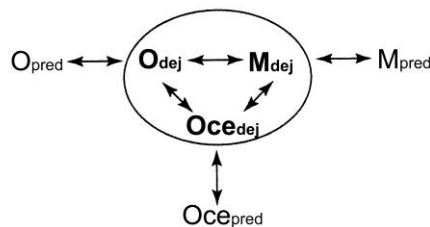
<sup>448</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 13.

Sedaj imamo vse elemente, potrebne za psihoanalitično navdahnjen pristop preko matere in otroka, ki vključuje tudi vlogo transferja in kontratransferja. Vidimo lahko tudi materin domišljjski svet, ki vpliva na domišljije otroka, in obratno.

Zaradi večje jasnosti modela zaenkrat ne bomo govorili več o terapevtu in ga bomo začasno umaknili iz sheme. Samo predstavljajmo si, da je del tega modela. Namesto tega pa bomo shematično razširili klinično situacijo preko najosnovnejših dejavnikov.

Nekateri terapevti pojmujejo trojico mati-oče-otrok za 'središčnega pacienta'. Drugi na to mesto postavijo dvojico mati-otrok, oče pa igra podporno in okvirno vlogo. Spet drugi pustijo to vprašanje odprto in ga rešujejo od primera do primera. Vsekakor pa mora biti oče ali njegov nasprotni pol postavljen v naš model. V današnji praksi je očetova prisotnost različna, čeprav predstavlja pomemben pogoj za terapijo. Predstavljamo si, da je prisoten in da je v interakciji z materjo in otrokom (in terapevtom) ter vključuje vanje tudi predstave o svojih odnosih z drugimi. Model lahko razširimo takole:<sup>449</sup>

SLIKA 1.5



Tako smo predstavili vse temeljne elemente za družinsko sistemski pristop s poudarkom na individualni psihodinamični pretekli zgodovini ali brez nje – ki jo prikazujejo predstave.

Pogosto - še posebej pri netradicionalnih ne-jedrnih družinah - je kompleks dejavnikov z relativno pomembnimi vzgojnimi vlogami, mnogo širši in bolj spremenljiv. Temu primerno je mogoče odpreti sistem in privzeti druge ključne vzgojitelje, pri katerih

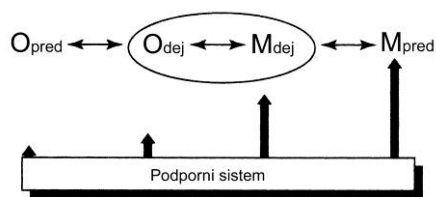
<sup>449</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 14.

biološka povezanost ni kriterij. Pred nami so tako elementi za širši splošni sistemski pristop.

Končno lahko govorimo tudi o stopnjah, drugotnih in terciarnih vzgojiteljih, podpornem sistemu, socialni mreži in drugih dejavnikih širše, ki so prav tako vedno prisotni, zmeraj delujoči in vedno na voljo kot poti terapevtske intervencije. Trenutno bomo vse to zajeli v podporni sistem, ne da bi se podrobno ukvarjali z možnimi vplivi vsakega od teh dejavnikov, ki vključujejo predšolsko nego, druge povezave med otroki in starši, zdravstveni sistem, domače obiske, družinske povezave, finančno stanje in mnoge druge.

Omenjeni podporni sistemi lahko delujejo kot stalna podporna sila ali pa kot časovni vplivi na skoraj vsak posamezen element temeljnega modela (ali na več elementov hkrati). Odnos podpornega sistema do temeljnega modela lahko predstavimo takole:<sup>450</sup>

SLIKA 1.6



Shema skuša predstaviti dejstvo, da ima podporni sistem najmočnejši direktni vpliv na predstave matere (najbolj na predstave o sebi-kot-materi in sebi-kot-osebi) ter morda podobno močan vpliv na njeno obnašanje v odnosu do otroka. Neposreden vpliv na otrokovo očitno obnašanje je bistveno manjše, na otrokove predstave pa zanemarljiv. Prizadevanja podpornega sistema so usmerjena predvsem na materino materinsko vlogo.

S tem modelom so osvetljene štiri temeljne točke. Prvič, skoraj vsi elementi so vedno prisotni in delujoči. Drugič, vsi elementi so medsebojno odvisni. Tretjič - in to je najpomembnejše - uspešno terapevtsko delovanje, ki spremeni kateri koli element,

<sup>450</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 15.



končno spremeni vse posamezne elemente. Npr. če nekdo lahko spremeni doživljanje matere sebe-kot-matere – tj. njene predstave o sebi s svojim otrokom ( $M_{pred}$ ) – se bo ta končno vsaj v nekaterih interakcijah drugače obnašala do svojega otroka (torej se bo spremenila tudi  $M_{dej}$ ). Potem bo moral spremeniti svoje obnašanje tudi otrok ( $O_{dej}$ ), da se bo prilagodil novi stvarnosti interakcij. Ker pa so otrokove predstave o interakcijah ( $O_{pred}$ ) odvisne od tega, kaj se dogaja pri ponavljajočih se interakcijah, bo prisiljen upoštevati drugačno obnašanje matere do njega ter prilagoditi svoje predstave sedanjih in prihodnjih interakcij. Tako se bodo spremenile tudi njegove predstave ( $O_{pred}$ ). Verižna reakcija nastopi ne glede na to, kje se je začela. Lahko nastopi pri materinem interaktivnem obnašanju ( $M_{dej}$ ) namesto pri njenih predstavah ( $M_{pred}$ ). Končne spremembe skozi model so iste.

Različni terapevtski pristopi uporabljajo razna vstopna mesta v enoten dinamično odvisen sistem. Kolikor je to res, je narava sistema najmočnejša skupna točka, ki spreminja posamezne klinične intervencije v skupni klinični rezultat. Terapevtsko delovanje se razširi skozi sistem ne glede na to, kako, zakaj in kje se je zgodila prva sprememba.

Obstaja pa še druga stvarnost klinične situacije, ki teži za skupnim rezultatom. Narava sistema je takšna, da je v današnji klinični praksi zelo težko, če ne celo nemogoče, omejiti terapijo na eno samo vstopno mesto. Do te 'netočnosti' pristopa ne prihaja zaradi pomanjkljivosti izvajalcev, ampak zaradi narave sistema samega, ki ne omogoča popolne natančnosti.

Terapevt je prisiljen v prestopanje meja med interpersonalnim in intrapsihičnim področjem. Podobno je terapija sama po sebi individualna (z glavnim vzgojiteljem) in hkrati terapija para (z možem in ženo) ter družinska terapija (s trojico), bodisi skupaj ali zaporedno. Kljub vsemu pa eno vstopno mesto vedno zasluži večjo pozornost kot druga. Teoretično in tehnično se zdi situacija precej zapletena in celo zmedena. Takšna dejansko tudi je.

## 1.2. Svet predstav staršev

Kot prvi element v klinični situaciji je najprej potrebno proučiti svet predstav staršev. Koristno je razglablјati o klinični situaciji tako, da imamo v mislih dva vzporedna sveta: resnični, objektivni zunanji svet - in imaginarni, subjektivni, duševni svet predstav. Obstaja npr. resnični otrok v materinem naročju in otrok v njenih predstavah. Prav tako obstaja resnična mati, ki drži otroka, in ona, kot si sebe predstavlja v tem trenutku. In končno obstaja resnična dejavnost držanja otroka v naročju in predstava o tej posebni drži. Ta svet predstav vključuje poleg izkušenj staršev o trenutni interakciji z otrokom tudi njihovo domišljijo, upe, strahove, sanje, spomine na lastno otroštvo, vzorce staršev in napovedi o otrokovi prihodnosti.

Vendar iz česa so takšne predstave staršev sestavljene? Kako so urejene in kako oblikovane? O tem bomo več spregovorili pri predstavah otroka, kjer se stvari začenjajo in so zato bolj jasne.

Kljub temu je potrebno pojasnilo. Predpostavljali bomo, da te predstave temeljijo predvsem na interaktivnih izkušnjah – natančneje na subjektivni izkušnji biti z drugo osebo. Glede na to bomo predstave opisovali z izrazom *shema-bivanja-z*. Interaktivna izkušnja je lahko resnična ali pa umišljena. V ozadju je vendarle vedno izkušnja. Objekt-relacijske predstave so oblikovane šele, ko je zunanje preneseno v notranjost, kot to izražajo pojmi internalizacija (ponotranjenje) ter introjkcija. Izoblikovane so znotraj na osnovi tega, kar se dogaja, ko smo z drugimi. V tem smislu te predstave niso iz objektov in oseb (sedaj znotraj) ali podob in besed, ampak iz interakcijskih izkušenj z drugimi. V ta namen bomo uporabili naslednje izrazoslovje:

1. *Shema-bivanja-z* temelji na interaktivni izkušnji bivanja z določeno osebo na poseben način, kot je biti lačen in pričakovati prsi ali stekleničko ali moledovati za nasmeh in ostati brez odziva. Je duševni model izkušnje biti-z-nekom na poseben način, ki se ponavlja v vsakdanjem življenju.
2. *Predstava-o-bivanju-z* je mreža mnogih posebnih shem o-bivanju-z, ki so povezani med seboj s skupno vsebino ali podobo. Nekatere predstave se oblikujejo okrog dejavnosti, druge okrog čustvenih doživetij, spet druge okrog oseb ali vlog ipd. Predstave so tako različno obsežne in imajo različen hierarhični položaj.

### **Kratek zgodovinski pregled**

Prepričanja, da lahko materine predstave vplivajo na njena dejanja z otrokom, so stara kot ljudska psihologija. O tem piše že skoraj sto let tudi psihodinamična literatura. Z delom Donalda Winnicotta<sup>451</sup> in Wilfreda Biona<sup>452</sup> in drugih je domišljjsko življenje matere zavzelo posebno, celo enkratno mesto. Domišljija matere o njenem otroku je prevzela položaj enega najpomembnejših gradbenih blokov za izgradnjo otrokovega občutka za lastno identiteto. Selma Fraiberg je domišljijo in spomine matere postavila v samo središče patogenega procesa, ki se odraža v motenem odnosu starši-otrok ali v oblikovanju nekega otrokovega simptoma.<sup>453</sup> Ta postavitev materinih predstav v jedro klinične situacije starši-otrok označuje začetek 'psihatrije otroka' s psihoanalitičnim navdihom. Pravzaprav se je rodilo novo področje.<sup>454</sup> Kmalu se je zgodil podoben premik v gledišču v Evropi. Pomen predstav matere je tedaj očiten glede na pozornost, ki jo namenjajo 'otroku v predstavah' in 'fantazmičnemu otroku', ko govorijo o zgodnjih problemih otroštva.<sup>455</sup>

Nadaljuje se eksplozija v psihoanalitično navdahnjenih terapijah in raziskavah, ki se osredotočajo na materin in (manj pogosto) očetov svet predstav. Tudi razvojni psihologi in drugi se vse bolj zavedajo pomena tega sveta in poudarjajo potrebnost širšega in bolj

---

<sup>451</sup> Prim. D. W. Winnicott, *Mother and Child: A primer of first relationship*, Basic Books, New York 1957; D. W. Winnicott, *The maturational process and the facilitating environment*, International Universities Press, New York 1965; D. W. Winnicott, *Playing and reality*, Basic Books, New York 1971.

<sup>452</sup> Prim. W. R. Bion, *Notes of infant observation in psycho-analytic training*, v: *International Journal of Psychoanalysis* 49 (1964), 484-486; W. R. Bion, *Éléments de psychanalyse*, Presses Universitaires de France, Paris 1963.

<sup>453</sup> Prim. S. Fraiberg (Ed.), *Clinical studies in infant mental health*, Basic Books, New York 1980; S. Fraiberg, E. Adelson in V. Shapiro, *Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problems of impaired infant-mother relationships*, v: *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 14 (1975), 387-421.

<sup>454</sup> Prim. J. D. Call, F. Galenson in R. L. Tyson (Eds), *Frontiers of infant psychiatry Vol.1*, Basic Books, New York 1983; E. N. Rexford, L. W. Sander in T. Shapiro, *Infant psychiatry: A new synthesis*, Yale University Press, New Haven 1976.

<sup>455</sup> Prim. B. Cramer – F. Palacio-Espasa, *La pratique des psychothérapies mères-bébés: Études clinique et technique*, Presses Universitaires de France, Paris 1993; Y. Gautier, S. Lebovici, P. Mazet in J. P. Visier (Eds.), *Tragédie à l'aube de la vie*, Paidos/Recherch, Bayard Editions, INSERM, Paris 1993; S. Lebovici, *Fantasmatic interactions and intergenerational transmission*, v: *Infant Mental Health Journal* 9 (1988), 10-19.

sistematičnega raziskovanja. Razvili so se različni pristopi, kot so modeli vloge-odnos,<sup>456</sup> delovni model<sup>457</sup> in na bolj temeljni ravni posplošene predstave dogodkov.<sup>458</sup> Rezultat teh inovacij je danes obsežen in raznolik skup idej in podatkov o svetu predstav otroka ali starša.

Uredili bomo ta skup informacij glede na enega od glavnih elementov klinične situacije in jih uporabili v smislu mreže shem-bivanja-z. Kar potem sledi, je delni seznam različnih sklopov in podsklopov predstav staršev, ki so lahko klinično primerni. Ta seznam je predolg in preobsežen, da bi ga direktno uporabljali, vendar daje smisel za duševne svetove, ki so lahko pomembni klinični predstavniki in lahko zahtevajo posamično raziskovanje v psihoterapiji.

### **Materine mreže shem-bivanja-z**

Najprej bomo na kratko orisali obseg materinih predstav, ki so potencialni kandidati, da postanejo ( $M_{pred}$ ) v naših diagramih.

#### SHEME O OTROKU

---

<sup>456</sup> Prim. M. J. Horowitz, *States of mind: configurational analysis of individual psychology*, Plenum Medical Book, New York 1987.

<sup>457</sup> Prim. J. Bowlby, *Loss: Sadness and depression, v: Attachment and loss: Vol. 3*, Basic Books, New York 1980.

<sup>458</sup> Prim. I. Bretherton, *Representing the social world in symbolic play: Reality and fantasy*, v: *Symbolic play: The development of social understanding*, Academic Press, New York (1984), 1-41; J. M. Mandler, *Categorical and schematic organization in memory*, v: *Memory organization and structure*, ur. C. R. Puff, Academic Press, New York 1979, 259-299; J. M. Mandler, *Representation*, v: *Cognitive development Vol. 3 of P. Mussen (Ed.), Handbook of Child Psychology*, 4th ed. Wiley, New York 1983, 420-494; J. M. Mandler, *How to build a baby: On the development of an accessible representational system*, v: *Cognitive Development 3* (1988); K. Nelson, (Ed.) *Event knowledge: Structure and function in development*, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1986, 113-136; K. Nelson, *The ontogeny of memory for real events*, v: *Remembering reconsidered: Ecological and traditional approaches to the study of memory*, ur. M. Neisser & W. Winograd, Cambridge University Press, New York 1988; K. Nelson - J. M. Greundel, *Generalized event representation: Basic building blocks of cognitive development*, v: *Advances in developmental psychology Vol. 1*, ur. M. E. Lamb & A. L. Brown, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1981; D. N. Stern, *The representation of relational patterns: Some developmental considerations*, v: *Relationship disorders*, ur. A. Sameroff & R. N. Emde, Basic Books, New York 1989.

Materine sheme, osredotočene na otroka, vsebujejo otroka kot posameznega sina ali hčer, ki pripada njej-kot-materi in njenemu možu-kot-očetu; njenim otrokom kot vrstnik; njenim staršem kot vnuk. Vsak od teh je rahlo ali močno drugačen. Lahko izgleda in deluje drugače. Te sheme vsebujejo predpostavke o otroku v različnih starostnih dobah. Obstaja tudi otrok kot oseba, tj. kot tip osebnosti ali značaja. To je predvsem sodba o temperamentu, kolikor se ta odraža pri otroku, ko vstopa v odnos.

Vse te mreže so sestavljene iz shem, ki izvirajo iz interaktivne izkušnje. Niso deli abstraktnega znanja onstran posebnosti posameznih primerov.

Te mnoge prekrivajoče se predstave o otroku je potrebno gledati tudi v zgodovinski perspektivi. Predstava o otroku ima namreč dolgo prenatalno zgodovino. Ko otrok raste in se razvija v materinem telesu, se vzporedno spreminjajo tudi materine predstave o otroku. Pri štirih mesecih nosečnosti je npr. velik preskok v kvaliteti in značilnosti materinskih predstav o njenem plodu-kot-otroku. Gotovo je temu vzrok dejstvo, da mati v tem času začenja čutiti gibanje zarodka, s čimer postaja resničnost obstoja otrok-bo nenadoma otipljiva in bolj imperativna. Raziskovalci se na splošno strinjajo, da se med četrtem in sedmim mesecem nosečnosti mreže shem o otroku-ki-bo močno razvijejo tako po izraznosti, količini in posebnosti. Na prvi pogled bi pričakovali, da bodo predstave o otroku rasle vse do rojstva. Vendar raziskave kažejo drugače. Izgradnja mrež doseže vrh pri približno sedmem mesecu. Študije menijo, da je med sedmim in devetim mesecem obdobje razgradnje omenjenih predstav. Predstave o otroku slabijo in postajajo postopoma manj jasno načrtane, manj značilne in manj bogate. Zakaj? Najverjetnejši odgovor je v tem, da mati intuitivno zaščiti svojega otroka-ki-bo in sebe pred možnim razkorakom med resničnim otrokom in preveč natančno predstavo o otroku. Rojstvo otroka je končno točka srečanja z otrokom, ki je sedaj v njenem naročju, in onim v njenih predstavah. Mati potrebuje, kolikor je mogoče, s preteklostjo neobremenjen stvarni položaj, da lahko stvarni otrok začne vzpostavljati stik s čim manj ovirajoče prtljage.

Z rojstvom otroka mati začenja ponovno graditi svoje predstave o tem, kdo je njen otrok in kdo bo postal. Vendar v tem trenutku običajno to počne ob splošnih orisih, ki jih ji daje stvarni otrok (kot sta otrokov spol in temperament) in jih spoznava o sebi kot

resnični materi. Mnoge stare sheme, ki jih je imela v času nosečnosti, se ponovno pojavijo, a spremenjene in preoblikovane tako, da ustrezajo novemu položaju.

Mnogi - piše D. Stern - so ugotovili, da mati med otrokovim sedmim in devetim mesecem razgradi svoje bolj pozitivne predstave zato, da se ubrani razočaranjem. Medtem pa v ozadju rastejo njene negativne predstave, ki vključujejo strahove glede deformiranosti in smrti. Te predstave ostajajo ali pa se širijo v podzavesti. V vsakem primeru mati kar se da najbolje prilagodi svoj svet predstav, da bi ustvarila konstruktiven delovni prostor za prihodnje predstave.

Predstava o otroku se ne začne šele s spočetjem, ampak že mnogo prej. Razvija se v vsej zgodovini od igre z igračkami in domišljijami, ki jih imajo deklice in potem najstnice o materinstvu. Ta zgodnja zgodovina predstav o otroku je lahko klinično uporabna, ni pa nujno. Mnoge odlične matere so bile do odrasle dobe v vseh pogledih dokaj nezainteresirane za materinstvo. Stern<sup>459</sup> ne verjame, da bi bila ta zgodnja zgodovina predvidljiva na splošno, lahko pa je klinično koristna v danem primeru in tako stopi v igro dejavnikov, ki so pomembni v trenutni klinični situacija.

#### SHEME O SEBI

Z rojstvom prvega otroka se osnovni položaj in identiteta matere spremenita čez noč. Začne se nenaden premik v ponovnem vrednotenju organizacije in prioritet večine njenih samo-predstav. Nekatere teh sprememb je lahko mati pred rojstvom vnaprej doživljala in načrtovala, druge so nepredvidene in na enkrat padejo nanjo. Vse te spremembe bo morala stalno predelovati pod pritiski stvarnosti vsakdanjega življenja z otrokom naslednjih več mesecev. Medtem ko mati vedenjsko organizira otrokov svet – njegov cikel spanja in hranjenja – otrok pomaga reorganizirati njen svet predstav. Spreminja jo v mater in jo sili v gradnjo novih mrež shem o sebi.<sup>460</sup>

---

<sup>459</sup> Prim. D. N. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985.

<sup>460</sup> Prim. S. Lebovici, *Fantasmatic interactions and intergenerational transmission*, 10-19.

Mreže shem, ki so podvržene spreminjanju, so: materin jaz kot ženska, mati, žena, njena kariera, prijatelji, hči, vnukinja; njena vloga v družbi, njeno mesto v njeni prvotni družini, njen pravni položaj. Spremeni se njen jaz kot oseba z glavno odgovornostjo za življenje in rast nekoga drugega, kot nosilka drugačnega telesa, kot oseba 'na klic' 24 ur na dan ... Spremenijo se skoraj vsi vidiki njenega življenja. Vse te mreže so z dogodki, še posebej s porodom, postavljene v položaj nujnih sprememb. Podobno se zgodi pri drugem ali tretjem otroku, vendar manj intenzivno, in navadno z manj spremembami v svetu predstav. Te spremembe so dobro znane in je o njih veliko napisanega. Vendar je dobro, da o nekaterih manj znanih, s katerimi se bomo srečevali kasneje, spregovorimo nekaj več.

Pri večini žensk je pomembna identiteta sebe kot hčere svojih staršev. Tudi če je samostojna in neodvisna ženska, zavzeta za svoje delo in zakon, je njena dolgotrajna identiteta kot hči neke vrste zgodovinsko težišče. Z rojstvom svoje hčere mora žena premakniti težišče od primarnega hči-svoje-matere k biti mati-svoji-hčeri. V trenutku se del utrjenega sveta predstav nepovratno spremeni.

Nova mati se mora v veliki meri vdati ne glede na to, kako dolgo je negovala svojo domišljijo glede spreminjanja, popravljanja in prenavljanja svojega otroštva ali vračanja v preteklost, kjer naj bi to dosegla. V tem trenutku postanejo vse napake, razočaranja in opustitve iz njenega otroštva v odnosu do staršev za vedno nepremakljiv del njene zgodovine. Morda lahko popravi svojo preteklost, vendar nikoli več kot dekle. Ta svet je namreč prešel. V tem je pogosto globok občutek izgube, ki se skriva v ozadju občutka o pridobljenem svetu. Mnogi klinični psihologi govorijo o tem žalovanju kot možnem vzroku (v nekaterih primerih) za običajno poporodno depresijo<sup>461</sup>.

Eden od razlogov, zakaj smo kot primer mreže sheme-bitiz izbrali ravno mater in hčer, je v tem, da to razmerje predstavlja rodovitna tla za mnoge pozitivne in negativne predstave, upanja in strahove nove matere: »Prav takšna bom« ali »Hočem biti povsem drugačna, kot je bila moja mati do mene.« Predstave o njenem odnosu z očetom so

---

<sup>461</sup> Prim. J. Manzano - F. Palacio-Espasa, *Concepts théoriques fondamentaux à propos des psychothérapies mère-bébé*, v: *Paper presented at the Symposium de Psychiatrie Infantile de Geneve*, Switzerland, Geneva 1990, November.

pogosto manj neposredno in nasilno soočene, vendar morajo doživeti podobno prevrednotenje.

Drugi izziv, ki se postavlja obstoječemu predstavnemu svetu matere, pomeni realna potreba in želja, da bi potrebe otroka postavila pred svoje.<sup>462</sup> Ni lahko spremeniti ravnotežje med narcizmom in altruizmom, še posebej kadar na ta račun trpi kakšen od njenih glavnih življenjskih ciljev, npr. kariera. Ta premik v predstavah matere kot glavne vzgojiteljice je skoraj vedno klinično pomemben in lahko predstavlja vozal kliničnega problema.

Ustvarjanje ali prilagoditve mnogih mrež zgoraj omenjenih shem predstavljajo potencialno možnost vpliva na trenutno interakcijo med materjo in otrokom. Seznam je samo opisen in ne celoten.

#### HEME O NJENEM MOŽU

Premik iz para v trojico (par in otrok) nujno spremeni materine mreže shem o njenem možu – kot možu, kot očetu in kot moškem. Novonastali položaj in prioritete, ki jih vsiljuje otrok dan in noč neprestano silijo k spremembam obstoječih predstav o paru. Odprtje para, da bi vključil otroka, je očitno možen izvir konfliktov med možem in ženo, ki prinašajo posledice na odnos starši-otrok.

Mnoge predstave, ki jih je mati razvila o otroku, vsebujejo komplementarne predstave o njenem možu. Npr. predstave o otroku kot 'zakonskem lepilu', ki drži zakon skupaj, vsebujejo predstavo o možu, ki jo lahko zapusti, pa je sedaj privezan na zakon. Shema o otroku kot 'njenem ljubimcu' predpostavlja, da je mož sedaj – njen skrbnik? njen zaščitnik? njen starš? njen sovražnik? Predstava o otroku kot osebi v svetu, ki jo bo končno brezpogojno ljubil, vpliva na to, kako jo mož sedaj ljubi. Prav tako vplivajo na predstave o možu predstave o otroku kot grožnji njenemu zakonu, kot moževem zarodu, kot darilu za moža ali moževem darilu njej itd.

---

<sup>462</sup> Prim. D. W. Winnicott, *Mother and Child: A primer of first relationship*.



Pogosto so oblike predstav o otroku podobne obstoječim napakam v paru. Tako lahko postanejo predstave o možu pretirane, ali kazalec tistega, kar je bilo prej nepomembno ali latentno.

Ko predstave opazujemo v tej luči, se pojavi vprašanje, kako naj jih interpretiramo? Kot dvojico ali kot trojico? Dve vsebini sta tu povezani. Najprej klinična. Terapevtski pristopi predstavljajo različne predpostavke o tem, kaj je osnovna enota obstoječih odnosov. Če pustimo ob strani vprašanje kliničnega pristopa in uporabnosti, ostaja odprto vprašanje, ali obstaja naravna in temeljna hierarhično privilegirana enota, preko katere človek teži k organizaciji večstranskih odnosov?

V vsakem primeru se z rojstvom otroka materina mreža predstav o njenem možu kot očetu, ljubimcu, možu, moškem itd. spremeni. Te premike močno določa nujnost ustvarjanja družinske celote. V tem smislu materina predstava o njenem možu postane 'triadificirana'. Ta pojem predlaga Serge Lebovici<sup>463</sup> in mnogi drugi.<sup>464</sup>

Kot doživijo ontogenetske spremembe materine mreže shem o otroku v času nosečnosti in kmalu po njej, tako se dogaja tudi s shemami o njenem možu. Massimo Ammaniti in Graziella Fava Vizziello sta neodvisno poročala, da nosečnost spodbuja prestave o njenem možu – kot osebi, partnerju in bodočem očetu na splošno k večji pozitivnosti.<sup>465</sup>

---

<sup>463</sup> Prim. S. Lebovici, *On intergenerational transmission: From filiation to affiliation*, v: *Infant Mental Health Journal* 14 (1993), 260-272.

<sup>464</sup> Prim. A. Corboz-Warnery, E. Fivaz-Depeursinge, C. Gertsch-Bettens in N. Favez, *Systemic analysis of triadic father-mother-baby interactions*, v: *Infant Mental Health Journal* 14 (1993), 298-316; A. Corboz-Warnery, P. Forni in E. Fivaz, *Le jeu à trois entre père, mère et bébé: Une méthode d'analyse des interactions visuelles triadiques*, v: *Neuro-psychiatrie de l'Enfance* 37 (1) (1989), 23-33; E. Fivaz-Depeursinge, D. N. Stern, D. Burgin, J. Byng-Hall, A. Corboz-Warnery, M. Lamour in S. Lebovici, with R. Emde, discussant, *The dynamics of interface: Seven authors in search of encounters across levels of description of an event involving a mother, father and baby*, v: *Infant Mental Health Journal* 15 (1994), 69-89; C. Gertsch-Bettens, A. Corboz-Warnery, N. Favez in E. Fivaz-Depeursinge, *Les debuts de la communication à trois: Interactions visuelles triadique entre père, mère et bébé*, v: *Enfance* 46 (1992), 323-348.

<sup>465</sup> Prim. M. Ammaniti, *Maternal representations during pregnancy and early infant-mother interactions*, v: *Infant Mental Health Journal* 12 (3) (1991), 246-255; M. Ammaniti – D. N. Stern (Eds), *Psychoanalysis and development: Representations and narrations*, New York 1991; M. Ammaniti, E.

V tem obdobju si najverjetneje predstavlja večjo podobnost med bodočim otrokom in bodočim očetom kot med seboj in bodočim otrokom, po rojstvu otroka pa ravno obratno. Mati teži k temu, da vidi očeta/moža v času od rojstva otroka do njegovega tretjega meseca bolj negativno. V tem času vidi otroka bolj podobnega sebi in manj možu. V tem smislu v prvem obdobju mati odriva druge in privzema otroka v svoje pozitivno področje vpliva. Morda zato, da bi lahko bolj izoblikovala vezi, potrebne navezanosti. Tudi če se to dogaja, je izredno pomembna druga shema za moža, tj. shema o možu kot sklepniku v podpornem sistemu, ki olajšuje materino primarno vlogo. Materina predstava o tej očetovski vlogi je lahko izrednega kliničnega pomena.

#### HEME O SVOJI MATERI

Z rojstvom otroka nova mati začenja najverjetneje zavestno ali podzavestno ponovno vrednotiti svojo mater. Tudi te predstave so po rojstvu postavljene pred težko preizkušnjo sprememb. Najpogosteje se pojavijo nove ali bolj izdelane in razumljive mreže shem o lastni materi. Te vključujejo njeno mater kot mater, ko je bila sama še otrok, kot ženo, žensko in kot staro mamu novemu otroku.

Ljudska modrost in klinični psihologi že dolgo trdijo, da materine predstave o njeni materi-kot-materi-v-njenem-otročtvu močno vplivajo nanjo kot mater njenemu sedanjemu otroku. V zadnjih letih je bilo o tem narejenih veliko raziskav.<sup>466</sup> Te

---

Baumgartner, C. Candelori, P. Perucchini, M. Pola, R. Tambelli in F. Zampino, *Representations and narratives during pregnancy*, v: *Infant Mental Health Journal* 13 (2) (1992), 167-182; G. M. Fava Vizziello, M. Antonioli, V. Cocci in R. Invernizzi, *Dal mito al bambino reale*, v: *Gravidanza e maternità tra rappresentazioni e narrazioni*, Il Pensiero Scientifico, Roma 1992; G. M. Fava Vizziello, M. Antonioli, V. Cocci, R. Invernizzi in F. Cristante, *From pregnancy to motherhood: The structure of representative and narrative change*, v: *Infant Mental Health Journal* 14(1) (1993), 4-16.

<sup>466</sup> Prim. P. Fonagy, M. Steele, H. Steele, G. S. Moran in A. C. Higgitt, *The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment*, v: *Infant Mental Health Journal* 13 (1991), 200-217; M. Main – R. Goldwyn, *Adult attachment classification and rating system*, v: *Unpublished manuscript*, University of California, Berkeley 1985; M. Main, N. Kaplan in J. Cassidy, *Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation*, v: *Monographs of the Society for Research in Child Development* 50 (1989), 66-106; C. H. Zeanah - M. L. Barton, *Introduction: Internal representations and parent-infant relationships*, v: *Infant Mental Health Journal* 10 (1989), 135-141.

raziskave potrjujejo mnenje o močnem medgeneracijskem vplivu, gredo pa še dlje. Ugotavljajo, da je narava materinih sedanjih predstav o lastni materi-kot-materi lahko edini najboljši napovednik o vzorcu navezanosti, ki ga bo mati vzpostavila s svojim otrokom pri 12 mesecih starosti (varen, ambivalenten, izogibajoč ali dezorganiziran). Naj spomnimo, da vzorec navezanosti,<sup>467</sup> ki ga vidimo pri 12 mesecih, predstavlja najboljša predvidevanja o otrokovi splošni prilagodljivosti v predšolskih in prvih šolskih letih.<sup>468</sup>

Ni presenetljivo, da se žena v veliki meri uči materinske vloge od svoje matere. Poznamo koncepte, kot so oblikovanje, identifikacija in internalizacija, ki pomagajo razumeti ta proces. Mati se lahko uči iz negativnega modela ('Nikoli ne bom delala tako kot ona') kot tudi iz pozitivnega. Raziskava o navezanosti odraslih je prinesla nove nepričakovane razsežnosti, ki so vključeni v ta medgeneracijski vpliv. Vidik materinih predstav o njeni materi, ki najbolj predpostavlja njeno prihodnje materinsko obnašanje, ne določa nujno to, kar se je zgodilo v preteklosti – ali ima dobre ali slabe izkušnje materinstva – ampak je pomembnejši način, kako sama sedaj razmišlja in govori o svoji materi. Drugače rečeno, način pripovedovanja je lahko vsaj tako pomemben – ali celo bolj – kot vsebina pripovedovanja. Pripoved o pretekli zgodovini je lahko pomembnejša kot pretekla zgodovina sama. Prav pripoved je neke vrste prikaz predstav.

Te ugotovitve so kontraintuitivne. Odpirajo pa vrata ženi, da bi preseгла slabo preteklost ali ušla usodi njenega ponavljanja. To lahko doseže z razumevanjem psiholoških zakonitosti, s pogledom v prihodnost, ki jo oblikuje iz preteklosti, še posebej iz izkušnje, ki je bila deležna od materinske vloge svoje matere.<sup>469</sup>

---

<sup>467</sup> Prim. M. D. S. Ainsworth, M. C. Blehard, E. Waters in S. Wall, *Patterns of attachment*, N. J. : Erlbaum, Hillsdale 1978.

<sup>468</sup> Prim. K. E. Grossmann - K. Grossmann, *Attachment quality as an organizer of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective*, ur. C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris, v: *Attachment across the life cycle*, Tavistock/Routledge, London 1991, 93-114; C. M. Parks, J. Stevenson-Hinde, P. Marris, *Attachment across the life cycle*, Routledge, London 1991.

<sup>469</sup> Prim. P. Fonagy, M. Steele, H. Steele, G. S. Moran in A. C. Higgitt, *The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment*, v:

Morda to velja za vse takšne predstave. Raziskave na tem področju so se začele in lahko pričakujemo nova spoznanja glede materinske mreže shem o njeni lastni materi.

#### SHEME O NJENEM OČETU

Tu in tam je oče najbolj stabilna 'materinska vloga' in lik navezanosti v življenju ženske. Ali v takšnem primeru veljajo iste temeljne vsebine kot veljajo za predstave materine matere? To ostaja odprto vprašanje in odpira nove vsebine, ki pa se jih na tem mestu ne bomo lotevali.

Kadar oče igra bolj tradicionalno vlogo, obstaja množica predstav o njem, ki so lahko klinično pomembne. Npr. ali je bil idealiziran kot model in merilo ali pa je bil podcenjevan? Kakorkoli že, mati, ki si predstavlja prihodnji tek življenja za svojega otroka, še posebej za sina, bo moža, njenega očeta in morda brata uporabila kot glavno smernico, proti kateri se bo približevala oz. od katere se bo oddaljevala.

#### SHEMA O IZVORNI DRUŽINI

Družinski terapevti in tisti, ki se ukvarjajo z transgeneracijsko kontinuiteto, so začeli raziskovati tudi klinično situacijo, v kateri motnje v odnosih med starši in otroki ustvarjajo motiv za terapijo iskanja (seeking therapy).<sup>470</sup> Iz te sistemske perspektive so osvetljene različne predstave. Npr. v neki družini naj bi otrok vzdrževal družinsko kontinuiteto (tj. ohranjal družinsko ime, nadaljeval družinski posel idr.). Moč teh predstav na otrokov razvoj je lahko izredna.

V posamezni družini obstajajo tudi vrste značajev, ki jih družina prizna. Ti ustvarjajo okvir, v katere umeščajo otroka in ga razvrščajo znotraj te tipologije družine. Npr.

---

*Infant Mental Health Journal* 13 (1991), 200-217.

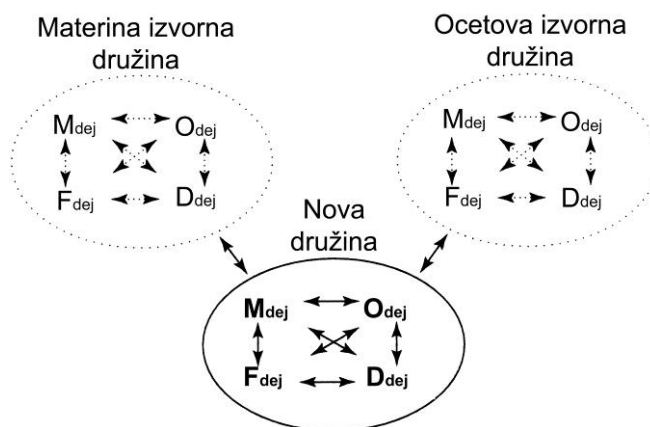
<sup>470</sup> Prim. R. A. Hinde – J. Stevenson-Hinde, (Eds.), *Relationships within families: Mutual influences*, Clarendon Press, Oxford 1988; J. Byng-Hall, *Family scripts: A concept which can bridge child psychotherapy and family therapy thinking*, v: *Journal of Child Psychotherapy*, 12 (2) (1986), 3-13; J. Byng-Hall – J. Stevenson-Hinde, *Attachment relationships within a family system*, v: *Infant Mental Health Journal*, 12 (3) (1991), 187-200; E. Fivaz-Depeursinge, A. Corboz-Warner in N. Frenck, *Modèles et techniques d'intervention thérapeutique pendant les premières années de vie*, v: *L'Approche Systémique* 10 (1990), 1-49; M. Lamour, *Quand la relation est en danger*, v: *Le Groups familial* 118 (1988), 61-67; S. Stoleru - M. Morales-Huet, *Psychothérapies mère-nourrisson dans les familles à problèmes multiples*, Presses Universitaires de France, Paris 1989,

majhna punčka je lahko 'lepa' kot teta x, ki je bila sicer lahka ženska in 'slaba', zato je 'biti lep' v tej družini tvegano. Družinski tipi lahko prenašajo za otroka veliko posebne (dostikrat prikrite) prtljage, ki ima neizogibne posledice na odnose.

Predstave izvorne družine imajo pomembno vlogo tudi pri tem, kako bo novi starš nastopal v novi jedrni trojici. Npr. fant, ki je igral vlogo mirovnika in diplomata v viharni družini, lahko dobi enako vlogo v svoji novi jedrni družini, kjer ohranja mir in uokvirja dvojico svoje žene in otroka.

Tako vsak od staršev nosi mreže shem-bivanja-z, ki vključuje lastne izvorne družine in njihovo enkratno organiziranost. To lahko predstavimo s shemo, ki jo je razvil Joan Stevenson-Hinde za jedrno družino štirih, kjer je bila mati drugi otrok, oče pa prvi otrok v svoji izvorni jedrni družini štirih.<sup>471</sup>

SLIKA 2.1



(O tukaj predstavlja očeta, F fanta in D dekle)

Z drugimi besedami, interakcije v družini prve generacije ustvarjajo nekatere predstave, ki vodijo interakcije nove jedrne družine. To nas vodi nazaj k vprašanju, kako je mogoče takšne sestavljene enote predstaviti. Delo družinsko systemskega analitika, kot sta David Reiss<sup>472</sup> ali John Byng-Hall,<sup>473</sup> nam pomaga odgovoriti na to vprašanje.

<sup>471</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 31.

<sup>472</sup> Prim. D. Reiss, *The represented and practicing family: Contrasting visions of family continuity*, ur. A. Sameroff & R. N. Emde, *Relationship disturbances*, Basic Books, New York 1989, 191-214.

Menita, da so mnoge, medsebojno povezane, kompleksne družinske interakcije preoblikovane v enote, kot so družinski zapisi in miti, legende in zgodbe, paradigme in skrivnosti. Takšne reprezentančne enote so posplošenja in abstrakcije interakcijskih dogodkov. Byng-Hall in Stevenson-Hinde npr. 'družinske zapise' imenujeta »sprejete (od vseh članov) delavne modele tega, kdo, kaj, kje, kdaj in kako v določenih okvirih deluje«<sup>474</sup> Takšni zapisi so npr. ko se mati in oče prepirata, ko stara mama pride na obisk, ko oče preveč pije, ali ko ima mati migreno. V našem izrazoslovju bi bil 'družinski zapis' mreža shem-bivanja-z, ki jo vsi sprejemajo.

Če temu dodamo teorijo navezanosti, na mesto 'družinskega zapisa' oz. mreže postavimo 'sprejemanje vloge navezanosti'. Reiss<sup>475</sup> je uvedel model 'družinskih navad', kot so »obredi (božična večerja), sveta zemlja (očetov stol) in sveti predmeti (družinski album). Navade nadomeščajo predstave kot ključ, ki omogoča nadaljevanje delovanja družine. Če povemo drugače, uglašeno delovanje v sedanjosti nadomešča spomine iz preteklosti (preoblikovane v predstave).

Menimo, da ti izrazi ne spreminjajo dosti našega pojmovanja predstav, lahko pa jih v posamični situaciji bolj določijo.

#### HEME O NADOMESTNIH STARŠEVSKIH VLOGAH

Skupina predstav o nadomestnih starševskih vlogah je lahko terapevtsko pomembna, še posebej, če so bile nadomestne vloge (stara mama, teta, sestra) izoblikovane zaradi negativnih izkušenj s starši. V takšnem primeru je koristno najti pozitivne 'starševske' izkušnje, ki jih lahko uporabimo terapevtsko kot alternativni vzorec, ob katerem naj bi gradili spremembe.

---

<sup>473</sup> Prim. J. Byng-Hall, *Family scripts: A concept which can bridge child psychotherapy and family therapy thinking*, v: *Journal of Child Psychotherapy*, 12 (2) (1986), 3-13; J. Byng-Hall *Family scripts*, Guilford Press, New York 1995.

<sup>474</sup> J. Byng-Hall – J. Stevenson-Hinde, *Attachment relationships within a family system*, v: *Infant Mental Health Journal* 12 (3) (1991), 189.

<sup>475</sup> Prim. D. Reiss, *The represented and practicing family: Contrasting visions of family continuity*, ur. A. Sameroff & R. N. Emde, *Relationship disturbances*, Basic Books, New York 1989, 191-214.

HEME O DRUŽINI ALI KULTUROLOŠKI POJAVI,

KI JIH MATI NI NIKOLI RESNIČNO IZKUSILA

Doslej smo poudarjali, da predstave temeljijo predvsem na resničnih in doživetih interakcijah. Nekatere prav tako močne predstave pa lahko temeljijo na kulturnih ali zgodovinskih dogodkih, ki jih oseba ni nikoli neposredno doživela, ampak so vseeno zastopane v pripovedi in pomenskem vedenju. Npr. v družini lahko naprej živi že davno umrli član, ki je imel v njej pozitiven ali negativen vpliv. Takšna oseba ima 'pripovedno resničnost' in se ne razlikuje dosti od družinskih mitov in legend, o katerih smo prej govorili, le da poudarja pripovedno naravo nekaterih predstav.

Pomembno pa je, da se predstave lahko v odsotnosti interakcij, iz katerih so sestavljene, spremenijo. Danes prikazujejo mediji vedno več predstav o tem, kdo naj bi bil idealen otrok in idealna mati ipd. Tudi moči teh virov materinih predstav ne gre podcenjevati.

### **Očetove mreže shem-bivanja-z**

Očetov svet predstav je v veliki meri vzporeden materinemu, ki smo ga pravkar raziskovali. Odprto ostaja vprašanje, koliko se od njega razlikuje. V družini, kjer je v prvih letih mati glavni vzgojitelj, sta očitni predvsem dve razliki. Prva je v tem, da se očetov svet predstav z rojstvom otroka ne spremeni tako 'nasilno', ampak do sprememb prihaja dalj časa. Očetje pogosto pravijo, da se zgodi premik od sina-svojemu-očetu do očeta-svojemu-sinu šele po več letih. To je lahko tudi razlog za nastanek nesoglasij in konfliktov pri novih starših.

Druga razlika pa zadeva podporno vlogo očeta, ki jo le-ta igra v podporo in varstvo dvojici mati-otrok. Ta vloga vsebuje različne predstave, ki izvirajo iz očetove osebne in družinske preteklosti kot tudi pomembnih kulturnih navad.

### **Štirje klinični modeli sveta predstav**

Seznam materinih in očetovih predstav bi lahko nadaljevali v nedogled. Če bi hoteli zbrati vse predstave, bi bil seznam nepregleden in zato tudi neuporaben. Koristno je, da klinični psiholog upošteva pomen predstav staršev. Zgoraj opisane sheme so lahko dobrodošla pomoč pri sestavljanju celotne zgodovine posameznika.

Ko smo upoštevali to obsežno predstavno gradivo, potrebujemo za organiziranje in obvladovanje množice podatkov tudi model psihopatologije. Model služi za ocenitev narave in obsega določenega problema. Običajno uporabljamo štiri modele. Vsak od njih ima prednosti in pomanjkljivosti tako za klinično prakso kot za konceptualizacijo raziskav in teoretično obdelavo.

#### MODEL RAZHAJANJA

Prvi model vrednoti, kako močno se subjektivna stvarnost – tj. predstava – razhaja z objektivnim pogledom na stvarnost. Ocena pri tem modelu je razdalja med tema stvarnostma. Pri tem modelu nastopata dve glavni težavi. Prva je v prepričanju, da obstaja objektivna stvarnost, ki lahko služi kot pomembna referenčna točka. Večina starševskih predstav o njihovih otrocih ni zgrajenih, kot smo videli, na objektivnem opazovanju neposredne preteklosti. Ali starši pri tem 'grešijo'? Ni nujno. V primeru razvojno zaostalega otroka je za uresničitev boljše prihodnosti optimistično razhajajoči se pogled boljši kot objektivne meritve. (Čeprav nimamo nič proti objektivnemu merjenju!)

Druga težava je v težnji kliničnih psihologov, da vidijo v vsakem razhajanju z objektivno stvarnostjo nekaj negativnega. Vendar vsako razhajanje ni negativno. Charles Zeanah in drugi<sup>476</sup> so raziskovali, kako starši doživljajo razvoj svojih otrok pred rojstvom in po njem. Ugotovili so, da na splošno težijo k temu, da svojim novoprihajajočim otrokom in novorojenčkom pripisujejo pozitivne kvalitete. Dejansko bi umanjkanje tega predstavljalo negativen prognostični znak v novih starših. Pozitivno razhajanje je del tistega, čemur pravimo 'materinska ljubezen' ali v Winnicottovem izrazoslovju 'prvotno materinska skrb'.

Drugi dober primer pozitivnega razhajanja je materina težnja, da dela v otrokovem 'področju bližnjega razvoja'.<sup>477</sup> Mati intuitivno uči otroka govoriti ali delovati na ravni,

---

<sup>476</sup> Prim. C. H. Zeanah, M. A. Keener, L. Stewart in T. F. Anders, *Prenatal perception of infant personality: A preliminary investigation*, v: *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 24 (1985), 204-210.

<sup>477</sup> Prim. L. S. Vygotsky, *Thought and language*, ur. in prev. E. Haufmann & G. Vakar, MIT Press, Cambridge 1962.



ki je nekoliko, vendar ne preveč, pred tisto, v kateri je sam. Tako otroka 'vleče' naprej. Mati mora delovati tako, kot da otrok zmore nekaj, česar še ni sposoben, a bo kmalu. Tako deluje znotraj delovnega okvira optimistično v prihodnost-zazrte izgradnje.

#### MODEL PREVLAĐUJOČE TEME

V modelu, ki ga navdihuje predvsem psihodinamična usmeritev, je otrok v materinih očeh udeleženec in nosilec tistih tem, ki se ponavljajo ter so konfliktne in problematične skozi vse materino življenje oz. izhajajo vsaj iz obdobja pred rojstvom. Te teme so prevladujoče v tem smislu, da zavzamejo preveč predstavnega prostora in časa. Mreže shem, namenjene takšnim temam, so neprestano in povsod aktivne ter premočno obvladujejo obnašanje staršev. Pri tem modelu merimo prevladovanje in vsiljenost teme. Vprašanje je, koliko predstavnega prostora ostaja, da bi motrili otroka v mnogih drugih možnih vidikih, ki jih otrok ponuja.

Številni primeri prevladujočih tem polnijo klinično literaturo. Takšni primeri so: 'nadomestni otrok', ki nadomešča izgubo umrlega člana, izgubo prejšnjega otroka ipd.; 'antidepresivni otrok', ki 'zdravi' depresivno mater; otrok, ki prinaša brezpogojno ljubezen; otrok, ki nosi vlogo normalnega ali popolnega otroka ali genija itd.

Okrog tega se pojavlja več vprašanj. Kakšno vlogo imajo pri tem različne kulture? Psihoanalitiki trdijo, da je v življenju vsake osebe le nekaj središčnih, konfliktnih tem, ki so le prilagojene novim razmeram, tj. novemu otroku. Raziskava Luborskega in Critsa-Christopha<sup>478</sup> o psihoterapevtskih prepisih, podpira ta vidik v tem, da obstaja pri vsaki terapiji samo nekaj ključnih konfliktnih tem. Običajno gre le za eno ali dve. Vprašanje je, ali to velja tudi za vrsto prevladujočih tem, ki jih vidimo pri materi. Res je namreč, da materinstvo kot ključno psihobiološko življenjsko obdobje ni bilo nikoli središče sistematične raziskave glede glavnih tem.

#### PRIPOVEDNO SKLADEN MODEL (THE NARRATIVE COHERENCE MODEL)

---

<sup>478</sup> Prim. L. Luborsky in P. Crits-Christoph, *Understanding transference: The core conflictual relationship theme model*, Basic Books, New York 1990.

Pripovedno skladen model je različica tega, čemur v psihoanalizi pravijo hermenevtični model. Je psihoanaliza kot pripovedna zgradba med pacientom in terapevtom.<sup>479</sup> V tem pogledu ima zgodba o preteklosti, ki jo nekdo zgradi, vanjo verjame in pripoveduje, 'pripovedno skladnost' in ima večji vpliv na trenutno psihološko življenje kot 'zgodovinska resnica', ki pa jo lahko poznamo samo preko pripovedi.

Kot smo že omenili, so materine predstave o njeni materi-kot-materi-njej-kot-otroku klinično izredno pomembne in zgovorne glede predvidevanj, kakšna bo kot mati svojemu otroku. Neverjetno je prav to, da je način pripovedi o materi bolj zgovoren kot pretekli odnos sam. Raziskave na tem področju so nepredvideno na široko odprle vrata pripovedno skladnemu modelu. Moč predvidevanja ni v resničnosti materinih predstav ali v razhajanju ali v dominantnosti posamezne teme. Moč je marveč v skladnosti in razumljivosti, kontinuiteti in povezanosti, verjetnosti in čustvenem ravnotežju pripovedne zgodbe, tj. v predstavah, kot so pripovedovane. V tem je popolna razlika med prevladujočim modelom. Zanimivo je, da sta se prav tu srečali v svojem raziskovanju na eni strani razvojna psihologija in na drugi strani psihoanaliza.

Ostaja vprašanje, kaj naj storimo z 'objektivno resnico'. Intervju navezanosti odraslih<sup>480</sup> več pove o trenutnem razmerju kot o preteklosti. Morda je lahko pripovedna skladnost merilo za materino sposobnost, da sestavi miselni vzorec – neke vrste psihološko skico – svoje matere. Ta sposobnost, ki vključuje uvid, čustveno perspektivo in sposobnost organiziranja (moč ega) lahko materi omogoči, da preseže možno usodo zgodovinske resnice njene zgodovine otroške navezanosti.<sup>481</sup> Kljub temu ostaja odprto vprašanje, kakšno veljavo ima za predvidevanje intervju navezanosti odraslih. Pri vseh teh

---

<sup>479</sup> Prim. M. Ammaniti – D. N. Stern (Eds), *Psychoanalysis and development: Representations and narrations*, New York 1991; P. Ricoeur, *The question of proof in Freud's psychoanalytical writings*, v: *Journal of American Psychoanalytic Association* 25 (1977), 835-871; R. Schafer, *Narration in the psychoanalytic dialogue*, ur. W. J. T. Mitchell, v: *On narration*, University of Chicago Press, Chicago 1981.

<sup>480</sup> Prim. M. Main – R. Goldwyn, *Adult attachment classification and rating system*, v: *Unpublished manuscript*, University of California, Berkeley 1985.

<sup>481</sup> Prim. P. Fonagy, M. Steele, G. S. Moran, H. Steele in A. C. Higgitt, *Measuring the ghost in the nursery: A summary of the main findings of the Anna Freud Centre-University College London parent-child study*, v: *Bull. Anna Freud Centre* 14 (1991), 115-131.

vprašanih pa je pomembno dejstvo, da psihoterapija lahko spremeni življenjsko pripoved, ne more pa spremeniti preteklosti.

#### ONTOGENETSKI MODEL OZ. MODEL ZUNAJ-RAZVOJNE-FAZE

Kot smo zgoraj videli, gredo predstave matere o njenem otroku in možu skozi redne vzorce sprememb od nosečnosti dalje. Te faze omogočajo tudi ureditev možnih kazalcev psihopatologije in pogled nanjo. Raziskovalci postajajo sposobni opisati neke vrste 'normalno rast in razvojno krivuljo' glede mnogih materinih mrež shem-bivanja-z. Ontogenetski model opozarja bolj na zunaj-razvojne-faze predstav kot na razhajanja, dominantnost tem ali pripovedno skladnost.

Za starše je morda najtežje, ko ne morejo izoblikovati in izdelati razvojnega toka predstav o njihovem otroku. Primeri, ko je medicinsko nemogoče jasno predvideti razvoj otroka, so za starše zelo težki. V situaciji, ko si ne morejo predstavljati prihodnosti, tudi sedanjosti ne morejo ovrednotiti. Živijo pravzaprav v predstavnem vakuumu. Takšen položaj je lahko npr. pri rojstvu gluhega ali slepega, ko ni mogoče dokončno reči, kako težka je invalidnost. Negotovost se zato lahko vleče leto za letom. V tem času so težave tudi pri ontogenezi predstav staršev o prihodnosti in sedanjosti otroka (in temu ustrezne napake v otrokovih predstavah o samem sebi).

Družino je v takem primeru mogoče prav obravnavati samo z uporabo ontogenetskega modela. Z njim je mogoče lažje razumeti mnoge strahove in nemoči.

Ti štirje modeli pomagajo urediti gradivo o svetu predstav za klinični poseg, hkrati pa omogoča tudi smernice za iskanje in raziskave ustreznih kliničnih informacij. Najbolj izkušeni klinični psihologi odvisno od predstavljenega kliničnega gradiva najverjetneje uporabljajo eklektično mešanico vseh štirih modelov, ne da bi o njih razmišljali. Vendar lahko določitev uporabljenega modela razjasni in olajša klinična prizadevanja.

### 1.3. Udejanjanje starševskih predstav

V zadnjem poglavju smo opisali široko paleto predstav (mrež shem-bivanja-z), ki se lahko pojavijo v notranjem svetu staršev. Ostane nam vprašanje, kako te mreže delujejo,

kako vplivajo na interakcijo. Navsezadnje morajo predstave imeti nekaj vpliva na interakcijo, če hočejo izzvati simptom ali problem pri otroku oz. če naj materina preteklost vpliva na otrokovo prihodnost bodisi v dobrem bodisi v slabem. Odpirata se dve vprašanji. Prvo, kako se neka shema-bivanja-z oz. mreža takih shem aktivira, da izzove neki vpliv. Drugo, na kakšen način aktivirane sheme potekajo v interakciji. Kako so prevedene v ustrezno dejanje? Ustavili se bomo predvsem pri drugem vprašanju.

Naš model vztraja pri tem, da materine predstave lahko vplivajo na opazovano materino obnašanje z otrokom. Čemu bi služil dokaz, da je prišlo do učinkovitega prevoda od miselnega modela do konkretnega dejanja? Ni dovolj, da najdemo ustreznost med materinimi predstavami in tem, kako njena dejanja opazi odrasel opazovalec. Potrebno je opisati ta dejanja, ki naj bi bila razpoznavna in po možnosti pomenljiva za otroka. Zamislimo si npr. mater, ki si sebe predstavlja kot nekoga, ki je vedno zavržena od tistih, ki jih ljubi. Da bi sebe zaščitila, teži k temu, da vedno ona prva zavrne in se umakne, dokler ni nedvoumno povabljen. Ne zadošča ugotovitev, da je do otroka vedno zavračajoča in umaknjena. S konkretnimi izrazi obnašanja moramo biti sposobni opisati, kako uspe biti zavržena in umaknjena tako, da to zazna otrok in da to nanj vpliva. Ali lahko 'zavrženost' prevedemo v obnašanje, kot npr. prekiniti medsebojni pogled, odložiti otroka, ko še želi biti v njenem naročju, ali zavrniti, da bi ga vzela k sebi, ko za to prosi? Ali lahko 'umaknjenost' prevedemo v obnašanje, kot je selektivno ignoriranje nekaterih otrokovih znakov ali nesposobnost, da se smeji, dokler se smeji otrok?

Mnogi terapevti iz psihoanalitične tradicije so to vprašanje zameglili. Morda so pozabili, da materin predstavi svet oz. domišljija ne more magično vplivati na otroka. Otrok ne more dojeti vsebine materinega notranjega življenja drugače kot skozi očitno obnašanje. Okrog tega je še vedno veliko mistifikacije. Spisi Wilfreda Biona<sup>482</sup> npr. z izrednim občutkom govorijo o vplivih materine domišljije na otroka in jim dajo veliko klinično veljavo, vendar so mehanizmi nejasni. Françoise Dolto<sup>483</sup> predlaga drugačen način vpliva materinega notranjega sveta na otroka, ki naj bi bil skoraj direkten, brez

---

<sup>482</sup> Prim. W. R. Bion, *Notes of infant observation in psycho-analytic training*, 484-486.

<sup>483</sup> Prim. F. Dolto, *Psychanalyse et pediatrie*, Editions du Seuil, Paris 1971.

naslanjanja na očitno obnašanje, češ da otrok od rojstva razume vsebino povedanega, če je pravilno povedano.

Kljub raziskavam otroštva, izvršenim v zadnjih desetletjih, mistifikacija ostaja. Nedavno so trdili, da so temeljni gradbeni kamni otrokovega psihičnega razvoja materina domišljija, ki se udejanja preko projekcijske identifikacije.<sup>484</sup> Vendar to ne more biti res. Materina domišljija in predstave morajo najprej preiti v zaznavno, razločljivo obliko, ki lahko naravnost vpliva in more za otroka nekaj pomeniti. Z drugimi besedami, spremenjeni morajo biti najprej v interaktivno obnašanje. Materina domišljija je res temeljna začetna točka za terapevtovo izgradnjo ključnega psihološkega problema določenega primera, ne more pa biti temelj za izgradnjo otrokovega. Ta diferenciacija ne pomeni iskanje dlake v jajcu, ampak predstavlja temelj celotne raziskave.

Morda je zanikanje očitnega obnašanja na račun notranje psihičnega, kot se je dogajalo pri psihoanalizi skozi zgodovino, pomagalo ohraniti posebno obliko, pri kateri ni bila potrebna mistifikacija. Vendar ostaja odprto vprašanje: kako naj razumemo kontinuiteto vsebine oz. pomena materinih predstav v prehodu v njeno očitno interaktivno obnašanje in potem od otrokove izkušnje tega očitnega obnašanja do izoblikovanja njegovega predstavnega sveta. Postavlja se vprašanje, kakšna so pravila preoblikovanja z enega področja v drugo? Ali lahko sledimo pojavom v tem prehajanju z enega področja v drugo in kako naj bomo na koncu gotovi, da sledimo isti pojav? Vseeno poskusimo to zasledovanje.

### **Začetni pogled na udejanjanje predstav staršev**

Pred dobrimi tridesetimi leti je Stern<sup>485</sup> proučeval mater in njena tri mesece in pol stara dvojčka. Imenoval ju je Mark (M kot materin dvojček) in Fred (F kot očetov /father/)

---

<sup>484</sup> Prim. B. Cramer, *Mother-baby interactions: In reality and in fantasy*, v: Paper presentation at the Third International Psychoanalytic Association Standing Conference on Psychoanalytic Research: The observed child and the reconstructed child, London (1993, March).

<sup>485</sup> Prim. D. N. Stern, A micro-analysis of mother-infant interaction: Behavior regulating social contact between a mother and her 3<sup>1/2</sup>-month-old twins, v: *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 10 (1971), 501-517.

dvojček). Presenetilo ga je, da je pri igri z otrokoma Fred postajal postopno vedno bolj vznemirjen, medtem ko je Mark ostal zadovoljen. Kaj se je dogajalo?

Ko je bila mati noseča, je vedela, da nosi dvojčka. Že takrat ju je razlikovala med seboj. Eden je bolj brcal in bil bolj živahen, drugi pa je bil bolj počasen in miren. Mati je sebe imela za živahno in energično, kar ji je bilo všeč. Mož pa je bil zanjo preveč počasen, 'mrtev' in flegma. Ko je otroka še nosila pod srcem, je enega določila kot 'njenega' (Mark) in drugega kot 'očetovega' (Fred).

Po porodu je ugotovila, da se ni motila. Eden je bil živahen, drugi pa bolj miren. Tudi potem je pozitivna čustva oz. naklonjenost čutila do prvega, negativna pa bolj do drugega. Do Marka je čutila bolj vesel in lahkoten odnos, odnos do Freda pa se ji je zdel zahtevnejši in naporen. Ni pa znala razložiti, zakaj tako.

Stern je želel ugotoviti, kaj se dogaja v tej situaciji. Raziskoval je, kaj počnejo mati in otroka v njihovi interakciji v tistih nekaj minutah. V mikroanalizi igre je prišel do naslednjih ugotovitev. Mati se je drugače odzivala na pogled enega ali drugega otroka. V igri iz-oči-v-oči je mati Markov pogled sprejela, pa naj je ta pomenil prekinitev ali začetek igre, pri pogledu Freda pa je redno prihajalo do nesporazumov. Namesto da bi razumela Fredov pogled kot signal za umik, ga je sprejela kot signal za približanje. Kadar pa se ji je Fred spet približal, se je ona umaknila. Ko je bila mati popolnoma umaknjena od njega in je gledala proč, je Fred iskal njen pogled in kazal na majhno približevanje. Ko pa se mu je spet približala, se je ta začel umikati. Ta vzorec približevanja-in-umikanja se je znova in znova ponavljal. Po vsaki ponovitvi je Fred postajal bolj obupan, dokler ni bil dokončno iz sebe in se je igra prekinila.

Zanimiva ugotovitev te raziskave je v tem, da mati in Fred nikoli nista dolgo zdržala popolnoma ločeno in nikoli dalj časa zares skupaj. Več časa in energije sta potrebovala za te neuspehe kot Mark in mati. Onadva sta se igrala manj časa, a sta bila več časa v stiku iz-oči-v-oči.

Druga zanimiva ugotovitev tega interakcijskega vzorca je bila, da je po dveh letih imel Fred več težav kot Mark tako pri vzpostavljanju kot pri ohranjanju medsebojnega

pogleda tako z materjo kot z drugimi. Prav tako je imel več težav pri zapuščanju matere in odhajanju od nje. Na splošno je ostal manj navezan in manj ločen, kar je samo po sebi protislovno.

Naslednje pomembno dognanje je, da materino udejanjanje predstave z njenim otrokom ni enostranski dogodek. Da se uresniči, zahteva medsebojno oz. dopolnilno delovanje pri otroku. Za nadaljnjo razpravo si moramo zapomniti, da otrok ni pasivna žrtev materinih predstav, ampak je na neki način partner.

### **Vzorčni poskus povezave med obnašanjem in predstavami**

Cramer in Stern<sup>486</sup> sta naredila vzorčno študijo dvojice mati-otrok. Cramer je odkrival predstave, ki jih izzove intervju, Stern pa je opisoval obnašanje v materini interakciji z njenim sinom. Pri tem je Cramer uporabil kratko psihoanalitično obarvano psihoterapijo z dvojico mati-otrok.<sup>487</sup> ki jo lahko kratko imenujemo predstavno-usmerjeno psihoterapijo. Stern je izvajal vedenjsko analizo interaktivnega obnašanja matere in otroka, ki je sestavljena iz približevanja, telesne usmerjenosti, gest, pogleda in vokalizacije. Očitno obnašanje je opazoval pri petih kratkih psihoterapijah, ki so hkrati omogočile tudi spoznanje predstav, ki jih je izzval intervju.

Določila sta pet predstavnih tem oz. mrež shem-bivanja-z. Tem temam je Stern iskal ustrezna obnašanja. Ena teh tem je bila 'strah pred telesno poškodbo zaradi otrokove agresivnosti'. Mati je doživljala svojega otroka kot nasilnega, njegovo obnašanje je bilo zanj zaskrbljujoče, čeprav raziskovalca tega vtisa izredne nasilnosti nista dobila.

Pokazalo se je, da je ta strah povezan z odigravanjem starih tem iz otroštva, ko je bila mati dvakrat za dalj časa hospitalizirana. Očitno je bilo, da je bila mati slabo odzivna in je otrok zato z večjo intenzivnostjo poskušal doseči odziv. Mati ga je pogosto ignorirala. Ob opazovanju se je izkazalo, da je otrok pravzaprav normalno odziven, medtem ko je mati njegovo izražanje razumela kot agresivnost in se je zato odzvala z zavarovanjem,

---

<sup>486</sup> Prim. B. Cramer - D. N. Stern, *Evaluation of changes in mother-infant brief psychotherapy: A single case study*, v: *Infant Mental Health Journal*, 9 (1) (1988), 20-45.

<sup>487</sup> Prim. B. Cramer – F. Palacio-Espasa, *La pratique des psychothérapies mères-bébés: Études clinique et technique*, Presses Universitaires de France, Paris 1993.

zavračanjem in protinasiljem. Po petih srečanjih se je stanje sicer izboljšalo, vendar ne pri otroku, ampak pri materi, ki je začela na otrokove reakcije gledati bolj pozitivno.

Ker je bila to poskusna študija, se raziskovalca nista dovolj trudila, da ne bi prihajalo do izmenjave pogledov že pri samem opazovanju. Vseeno je bilo mogoče jasno določiti mrežo shem-bivanja-z. Ostaja pa odprto vprašanje, v koliko vrst obnašanj se lahko prevede omenjeni strah pred poškodovanjem. Ali sta odkrila večji del obnašanj ali le nekatera? Ali so bile povezave dejanske ali pa so le stvar predstav raziskovalcev?

Da bi odkrili več, je potreben drugačen metodološki pristop. Velja ovrednotiti predstave, ki so izzvale materino dejavnost. Za doseg tega je potrebno običajen klinični intervju spremeniti oz. dopolniti.

### **Tehnika mikroanalitičnega intervjuja**

Kako predstave vplivajo na obnašanje? Zagotovo mora obstajati način ugotavljanja, kaj se v duševnosti posameznika dogaja v kratkem časovnem obdobju, ki je oz. je bil 'sedanji trenutek'. Spoznati sedanji trenutek je zahtevno. Dolga zgodovina priča o njegovi nerazumljivosti. Težava je v tem, da se o 'sedanjem trenutku' takoj ustvari neka predstava, ki pa ni zgolj opis tistega, kar se je zgodilo.

Pri opazovanju subjektivne stvarnosti obstajajo tudi metodološki problemi. Vprašanje je, kako je mogoče subjektivno snov gledati skozi dvoje ločenih leč: čas in vsebina. Če pregledamo preteklo klinično literaturo, ugotovimo, da si z njo pravzaprav ne moremo dosti pomagati. Dogodek, ki ga izberejo, sledijo s pomočjo asociacij skozi različne terapevtsko koristne stopnje abstrakcij in posplošenj. To sicer pomaga pri razumevanju pacientovega življenja, ne ustreza pa njuno pri ugotavljanju, kaj se dogaja v 'pojavnem trenutku'. S to ugotovitvijo je Stern začel izvajati tako življenja 'intervju ob zajtrku', ki ga je kasneje imenoval mikroanalitični intervju. Podrobneje naj bi ugotovili, kaj je mogoče povedati glede dogajanja v 'trenutku'. Družine, prijatelje in kolege je vprašal: »Kaj se je zgodilo to jutro pri zajtrku?« Izbral je zajtrk zato, ker je bil nedaven, običajen dogodek, ki je običajno izvzet iz psihodinamičnih pomembnih dogodkov. (Želel se je izogniti kliničnemu intervjuju.) V vrsti trenutkov, ki so sestavljali zajtrk, so se omejili na en sam trenutek. Izbrani trenutek je bil zelo kratek (običajno nekaj sekund, le redko več kot 20 sekund). Jasno so določili začetek in konec. Takšen trenutek je postal edini



subjekt intervjuja, ki je trajal uro ali uro in pol. Izbira je bila narejena z enim samim vprašanjem: »Ali je kakšen trenutek bolj izstopal?«

Udeležence je prosil, naj pripovedujejo o vsem, kar se lahko spomnijo, da so v tistem trenutku videli, slišali, čutili, mislili ali delali. Trenutek so poskušali intuitivno razdeliti na več trenutkov glede na premike v sceni, času, dejanju, spoznanju, drži ali občutkih. V pomoč jim je raziskovalec ponudil različne tehnike. Med najbolj koristnimi je bilo postavljanje v vloge snemalca, ki sestavlja film iz krajših delov. Druga koristna tehnika je zadevala spremembe hitrosti pri minevanju časa. Spet pri drugi je bilo vprašanje glede časa menjave drže ali položaja akterja. Tako je prišel do enot, ki jih je lahko razporedil v sosledju. Podoba je bila slična glasbenemu sistemu.

Tako raziskovalec kot vprašani sta ugotovila nekatere zanimive stvari:

- da se v tako kratkem času zgodi zelo veliko,
- da je človek lahko v neverjetno velikem številu časovnih in prostorskih okvirih hkrati,
- da so mnoga dejanja jasna posledica misli, domišljije in spominov,

in kar je bilo najbolj presenetljivo, da se pojavi glavna vsebina, ki prosto uredi trenutek. Ta vsebina je bila dokaj pomembna za pripovedovalca in je predstavljala glavno skrb v trenutnem življenju tiste osebe, čeprav se v tistem trenutku ni odvijala.

Takšen model spraševanja je avtor prenesel na matere, da bi ugotovil, ali je mogoče najti povezavo med svetom predstav matere in njenimi interakcijami z otrokom. Mamice in njihovi 3-4 leta stari otroci so se najprej prosto igrali 15 do 20 minut v bolnišnici, kjer so bili otroci že domači. Po interakciji so izbrali 'trenutek' in vprašali mater, kaj se je dogajalo in ali je kakšen poseben trenutek v tem izstopal.<sup>488</sup> Srečali so se s številnimi težavami. Prva je bila v paradoksu, da so bili vsi raziskovalci izkušeni klinični psihologi, kar jih je oviralo pri novi obliki intervjuja. Težko so namreč ostali pri samem trenutku in se poglobljali, vanj ne da bi povezovali trenutek z življenjem osebe,

---

<sup>488</sup> Več o tem glej: S. Bennett, I. Sackler-Lefcourt, W. Haft, P. Nachman in D. N. Stern, *The activation of maternal representations*, (1995) in P. Nachman, L. Sackler-Lefcourt, W. Haft, S. Bennett, in D. N. Stern, *Maternal identification: A description of the process in real time*, v: Unpublished manuscript.

ki je trenutek opisovala. Druga težava je bila v tem, da so se vprašane osebe težko držale okvirov trenutka, ampak so iz njega spontano 'uhajale'.

Rezultati te poskusne raziskave prinašajo naslednje ugotovitve:

Ko je mati v interakciji z otrokom, se skoraj vedno aktivirajo nekatere mreže shem-bivanja-z. Katera se aktivira, je odvisno od tega, kaj se dogaja od trenutka do trenutka. Subjektivno gledano je materino doživljanje zelo bogato in večplastno. Ko se odvija aktivna mreža shem, se lahko giblje nazaj in naprej časovno (med preteklostjo, sedanjostjo in prihodnostjo), prostorsko, glede identifikacije z otrokom, interakcije itd.

Videti je, da med dogodki in shemami vsaj podzavestno neprestano poteka dialog.

S tem intervjujem je Stern želel dokazati, da se mati v svoji starševski vlogi nujno giblje v dveh subjektivnih sferah, in sicer med vedenjsko interakcijo in njenim predstavnim življenjem. Prožen dialog med njima predstavlja tisto, kar v glavnem imenujemo izkušnja.

Ta prožni dialog je tako bogat in raznolik, dinamičen in premičen, čeprav poteka v nekaj sekundah ali mikrosekundah, da se zdi, da je nemogoče ustrezno proučiti interakcijo med aktivno shemo in dejanji, ki kažejo na njen potek. Tako predstave kot dejanja je težko med seboj ločiti. Kljub temu je raziskava dobro pokazala, kako je zunanji dogodek lahko posledica sheme in kako lahko aktivirana shema odkrije in določi interaktivni dogodek. Ker se je mikrointervju izkazal za presenetljivega in klinično koristnega, je potrebno k problemu pristopiti z dopolnjenimi tehnikami.

Preden zapustimo mikrointervju, ga velja še enkrat ovrednotiti. Mikrointervju se zdi koristen pri raziskovanju subjektivno doživetih vidikov izkušnje. To je za klinično prakso tudi najbolj aktualno. Psihoanaliza se je namreč s svobodnimi asociacijami oddaljila od samega pacientovega doživljanja, kar je v marsičem koristno, vendar ne zadošča.

Mikrointervju predstavlja poskus, da bi pretrgali to verigo asociacij. Z njim bomo bolje razumeli nekatere duševne procese, npr. identifikacijo. Potrebno se je zadržati dalj časa

v sami doživeti izkušnji pacienta, preden se od nje oddaljimo z vstopom v verigo asociacij.

### **Aktiviranje in odigranje shem**

Mikroanalitični intervju je pokazal, da ni nujno, da so predstave ves čas nekje v zraku, ampak da neki dogodek lahko zbudi tudi spečo mrežo shem in da razni dogodki spodbudijo različne sheme. Vpliv je obojestranski in dinamičen. Ostaja pa še vedno nerešeno vprašanje, kako se predstave prevedejo v interaktivno obnašanje. Na to je skušala odgovoriti nova raziskava.<sup>489</sup> Ugotovitve kažejo, da se lahko prebujene sheme odigrajo na katerikoli ravni ali na vseh ravneh organiziranosti, in sicer v interaktivnem obnašanju in avtobiografski pripovedi, domišljiji in spominih, zapisih in praksah. Stopnjo organiziranosti, na kateri se bo shema izrazila, določajo potrebe 'sedanjega konteksta'. Npr. starši, ki se igrajo z otrokom, so preprosto vključeni v močan sedanji kontekst. Za opisovanje dogajanja pravzaprav potrebujemo koncept delovnega prostora, podobno kot ga uporabljamo pri delovnem spominu.<sup>490</sup> Takšen časovni prostor bi lahko imenovali prostor predstav.

Odigranje materinih predstav v vedenjski interakciji lahko povzamemo takole:

1. Interaktivno obnašanje poteka pod vplivom aktiviranih shem-bivanja-z, le redko brez tega vpliva.
2. Aktivirane sheme so lahko zavestne ali predzavestne, podobno tudi dogajanje.
3. Nasprotno tudi interaktivno obnašanje aktivira sheme-bivanja-z.
4. Dialog med interaktivnim obnašanjem in shemami-bivanja-z je neprestan.

---

<sup>489</sup> Prim. E. Fivaz-Depeursinge, D. N. Stern, D. Burgin, J. Byng-Hall, A. Corboz-Warnery, M. Lamour in S. Lebovici, with R. Emde, discussant, *The dynamics of interface: Seven authors in search of encounters across levels of description of an event involving a mother, father and baby*, v: *Infant Mental Health Journal* 15 (1994), 69-89.

<sup>490</sup> Prim. A. D. Baddeley, *Working memory*, Oxford University Press, Oxford 1986; R. Case, Z. Marini, A. McKeough, S. Dennis in J. Goldberg, *Horizontal structure in middle childhood: Cross domain parallels in the course of cognitive growth*, v: *Stage and structure: Reopening the debate*, ur. I. Levin, N.J.: Ablex, Norwood 1986, 1-39; J. Pascual-Leone, *Organismic processes for new-Piagetian theories: A dialectical causal account of cognitive development*, v: *International Journal of Psychology* 22 (1987), 531-570.

5. Premiki v položaju izmenjav oz. dialogov med interaktivnim obnašanjem in shemami-bivanja-z se lahko pojavljajo neprestano.
6. Ko je shema-bivanja-z aktivirana, se bo odigrala tako, kot določa sedanji kontekst.

Sorazmerno nov in drugačen je torej v tem spoznanju vpliv trenutnega konteksta na aktiviranje različnih predstav. Tako smo prišli do premika k pomembnejši vlogi interaktivne stvarnosti glede na čisto intrapsihične dogodke pri regulaciji subjektivne pokrajine.

Ker nas z vidika kliničnih raziskav najbolj zanima trenutni kontekst interakcije staršev z otroki, se usmerimo k raziskovanju interakcije starši-otrok. Bolje želimo razumeti jezik, pravila in zahteve, ki jih predstavam staršev in otroka postavlja trenutni kontekst.

## 1.4. Interakcija starši-otrok

Naslednja elementa klinične situacije, ki ju bomo obravnavali, sta materina očitna interakcija z otrokom in otrokova očitna interakcija z materjo. Skupaj tvorita interakcijo starši-otrok.

### 1.4.1. Središčno mesto interakcije

Interakcija starši-otrok je središče klinične situacije in ključni element, ki ga velja razumeti iz več razlogov. Prvi razlog je v tem, da je interakcija med staršem in otrokom prostor, kjer starši odigravajo najbolj kritične predstave, želje, strahove in domišljije o otroku. Gotovo gre le za del predstav staršev, ki zadevajo otroka, vendar je prav tisti del, ki se odigrava, klinično najpomembnejši. Samo te predstave, ta domišljija ipd. staršev, ki potekajo v interakciji, bodo namreč direktno vplivale na otroka. Tudi ne moremo razumeti, kako delujejo predstave staršev, če ne razumemo interakcij, po katerih se odigrajo. Podobno je interakcija tudi arena otrokovih odigranih predstav, ki neposredno vplivajo na starše.

Interakcija je potemtakem most med predstavami staršev in otroka. Tu vmes ni nobenih izrednih posrednikov. Vpliv se prenaša preko konkretnih interakcij med njimi. Isto pot

ima na voljo tudi vpliv zunanjega sveta. Starši imajo veliko interakcijskih izmenjav s svetom, majhen otrok pa je zlasti v prvih mesecih oz. prvem letu prevzet z glavnimi vzgojitelji. Zunanji vpliv na otroka je možen predvsem v tolikšni meri, kolikor vpliva na interakcijo starši-otrok.

Kljub temu klinični psihologi in teoretiki pogosto razmišljajo, delujejo in pišejo, kot da na ta odnos neposredno vpliva neki nedoločen medij. Mi poznamo ta medij, ta medij je interakcija starši-otrok.

Zakaj pripisujemo interakciji središčno vlogo? Ne nazadnje tudi zato, ker interakcija igra ključno vlogo pri določanju simptoma oz. problema, ki pripelje starše do zdravljenja. Prav interakcija namreč dokončno določa cilj terapevtskega pristopa.

#### 1.4.2. Določiti klinično pomembne dogodke

Začnemo lahko s predpostavko, da so klinično pomembni dogodki in trenutki povsem navadni, dnevni, ponavljajoči se, neverbalni dogodki, ki so se, objektivno rečeno, resnično zgodili. To so človeški dogodki, ki za otroka v začetku edini obstajajo. V te dogodke so se prevedle predstave staršev in otroka ter so se odigrale tako, da ustvarjajo klinični problem. Oglejmo si podrobneje lastnosti teh dogodkov:

1. Dogodki so subjektivne izkušnje 'resničnih' dogodkov. V psihoanalitični misli nekateri avtorji zagovarjajo mnenje, da se psihična stvarnost za otroka začne zlasti s prirojenimi domišljijami in je sestavljena predvsem iz njih. Tako razmišlja Melanie Klein,<sup>491</sup> podobno tudi Wilfred Bion, ki govori o latentnih domišljijah ('preconceptins'). Stern meni, da ima otrok mnoge močne, prirojene predpostavke in nagnjenja k delovanju, ki močno vplivajo na samo naravo izkušnje s svetom in na to, kateri del objektivnega sveta bo otrok doživel.

Najzgodnejše interakcije med otrokom in materjo so se v primerjavi z drugimi interakcijami skozi tisočletja verjetno malo spremenile. To je neke vrste evolucijska stabilnost, ki podpira prirojeno programiranje mnogih zaznavnih vidikov in gibalnih vzorcev, ki sestavljajo te prve interakcije.

---

<sup>491</sup> Prim. S. Isaacs, The nature and function of phantasy, v: *Developments in psychoanalysis*, ur. J. Riviere, Karnac Books, London 1989.

Stern meni, da ideja o prirojenih oz. prvotnih domišljijah ni potrebna, ker otrok tako hitro oblikuje predstave na podlagi izkušenj, v katere ga vodi njegova narava. Prirojeno vodene interaktivne izkušnje namreč vodijo domišljijo in ne obratno.

2. Dogodki so mikrodogodki. Psihoterapija starši-otrok se osredotoči na relativno majhne in kratkotrajne dogodke, kot npr. kaj mati počne z očmi in obrazom v trenutku, ko se ji otrok vedno glasneje smeji. Opis teh mikrodogodkov lahko primerjamo z makrodogodki, o katerih govori večina kliničnih teorij.

Gre za to, da za otroka makrodogodki, npr. materina depresija, nimajo posebnega pomena, kajti otrok živi depresijo v smislu mikrodogodkov, ki jih lahko občuti.

Pomembno je, da se osredotočimo na opis mikrodogodkov, ker prav v njih potekajo številne interakcije starši-otrok. Neverbalno obnašanje za otroka ne pomeni opis nečesa ali komentar o nečem, ampak je to zanj odnos. Sestavljeno je iz mikroregulacij stopnje čustev in spodbud. Medsebojne mikroregulacije trajajo nekaj sekund, le redko dlje, so pa temeljni korak k inaktivnemu regulacijskemu procesu.

3. Ti dogodki - navadni, dnevni in konkretni - so klinično pomembni zaradi sprememb, ki jih uvajajo v oblikovanje življenja. Celo večina travm hitro postane variacija teh dogodkov. Največkrat pa so kot takšni spoznani precej oddaljeni od samega izvora.
4. Dogodki se ponavljajo. Najpogosteje prav njihovo ponavljanje pomaga, da jih je lahko predstaviti. Ponavljajoče se mikrodogodke pojmuje kot temeljne kamne predstavnega sveta staršev kot tudi otrok. Prav izkušnja procesa ponovnega doživljanja omogoča oblikovanje prototipov in splošnih vzorcev (predstav) dogodkov. V tej luči lahko pričakujemo, da spremembe oz. spreminjanja v prehrani, spanju ali igri pripovedujejo zgodbo, iz katere se lahko učimo o življenju.

#### 1.4.3. Branje klinično pomembnih dogodkov

Terapijo starši-otrok gradi najprej prvo branje klinične zgodbe na podlagi neverbalne dejavnosti in interakcij, ki sestavljajo mikrodogodke. Mati lahko sicer besedno izraža – poje ali pripoveduje - večji del smisla ali nesmisla, vendar to ni pomembna vsebina

tega, kar se dogaja pri obeh partnerjih. Situacija je lahko skoraj popolnoma neverbalna. Prav tako ni nujno, da bi bila simbolična. V zgodnji fazi to ni pomembno. Dejanja ničesar ne simbolizirajo, ampak so preprosto to, kar so.

Za prvo klinično branje interakcije, ki nastopi na tej ravni, so pomembna vprašanja, npr.: Kakšna je telesna razdalja med partnerjema? Ali se približujeta ali umikata in s kakšno hitrostjo? Kakšna je njuna naravnost oz. kakšni so premiki v naravnosti njunih bokov in ramen? Kakšna je drža ramen in obraza? Kako je nagnjena glava? Ali obstaja medsebojen pogled ali se mu izmikata ipd.? Način dotikanja in mesta medsebojnega dotikanja.

Predpostavljamo, da je vsako dejanje medsebojno motivirano z obeh strani (običajno nezavedno) na strani akterja in nezavedno prebrano na strani sprejemnika. Kar prebere sprejemnik (in klinični psiholog kot opazovalec) predstavlja motive, ki regulirajo okvir angažiranja oz. odnosnosti: da se približa ali oddalji, da pokaže pripravljenost za angažiranje ali umik, da začne ali konča z aktivnostjo, da poveča ali zmanjša intenzivnost že obstoječe aktivnosti itd. To so temeljni motivi na ravni etološkega branja. Otroku sta prirojena splošni repertoar teh obnašanj in mehanizem za dekodiranje predstav v drugih, naučiti pa se mora kulturnih in družinskih variacij tega univerzalnega človeškega jezika.

Drugo branje je individualno psihološko, pri katerem postane branje na etološki ravni individualizirano. Zakaj ta mati? Zakaj ta otrok? Zakaj te vrste regulacija dejavnosti? Zakaj sedaj? Polno klinično branje zahteva etološko razlago na notranje specifični stopnji in psihološko razlago posameznika ter njegove pretekle izkušnje. Ena ali druga razlaga nista klinično (ali kako drugače) boljše oz. globlje od druge. Obstajata na različnih ravneh opisa in se dopolnjujeta. Etološka raven pove, kaj se je zgodilo, kakšna dejanja in motivi so bili v igri. Psihološka raven pa pove v luči posameznikove pretekle zgodovine, zakaj so bila v igri v tem trenutku prav ta posamična dejanja in motivi. Zadeva osebni pomen teh dejanj in motivov, ki so onstran bolj splošnih notranje specifičnih pomenov. Kulturna raven posreduje med obema.

Etološka raven zadeva vpliv evlucijske preteklosti na sedanost. Psihološka raven zadeva vpliv osebno doživete preteklosti na sedanost. Razlika med obema ravnema

branja ni vedno tako jasna, še posebej kadar metapsihološke teorije o človeškem obnašanju predpostavljajo genetsko podlago za določena obnašanja in domišljije.

#### 1.4.4. Do izboljšanega branja na etološki ravni

Zaradi splošne očitnosti etološke ravni ni tako lahko videti in opisati mikrodogodke, kot bi pričakovali. Paradoks je v tem, da psihoanalitiki znajo 'videti' tisto, kar se za dogodki skriva, postali pa so slepi za to, kar se dogaja. Pomen prehiteva opis in ga tudi zruši. Potrebno je ponovno usposabljanje, da bi videli, kaj se dogaja in to znali tudi opisati. Psihiatre usposablja tako, da so spet sposobni naivno opazovati in se naučijo odmisлити medsebojne klinične odvisnosti. V neki meri je ponovno usposabljanje potrebno iz naslednjih razlogov:

1. Za majhnega otroka je dejavnost zvočna in ne besedna. Smo pri glasbi in ne pri liriki. Opazovalec mora odmisлити nekatere besedne informacije, ki so običajno temeljni izvir kliničnih podatkov. Če gre za gledanje posnetka, je koristno, da se opazuje brez zvoka.
2. Začetni pristop k interakciji zahteva podroben opis tega, kar se je zgodilo na vedenjski ravni. Npr. odpor je odgovor na občutek zavrnitve (otrok se je obrnil proč). Razlaga (prišlo je do odpora) lahko spremlja opis dogodka, ne sme pa ga nadomestiti. Obnašanja nosijo vrstno-značilne pomene, ki jih intuitivno dojamemo in ne potrebujejo dodatne razlage.
3. Zakaj – vprašanja naj bodo omejena na vprašanja zakaj-sedaj, podobno kot pri drugih kliničnih intervjujih. Vendar gre tu za kratkotrajna obnašanja: »Zakaj se je potem mati obrnila proč?« Ko se osredotočimo na takšna vprašanja, ostajamo dalj časa in globlje raziskujemo tok opisa.
4. Časovni parametri tega interaktivnega sveta so drugačni od tistih pri psihiatriji odraslih. Kot smo že omenili, se tu dogodki odvijajo v nekaj sekundah. Da bi bili nanje bolj občutljivi, obstaja posebna tehnika učenja. Ne da bi prej gledali osebo, jo pogledamo za hip in pogled umaknemo. Potem ovrednotimo tisto, kar smo v tistem hipu opazili.
5. Klinični vzorec prepoznavanja temelji bolj na vzorcih gibanja kot na predloženem pomenu – bolj podobno plesu kot pisani besedi. Prva stvar je v odkrivanju ponavljajočih se vzorcev in odlomkov, ki oblikujejo ogrodje interakcije. To od opazovalca zahteva, da se nauči sklepati, kaj sledi. Kot fotograf išče 'ključni



trenutek'. Takšne izseke je lažje zaznati pri patoloških primerih kot pri nepatoloških, kjer so interakcije pogosto zelo prefinjene, raznolike in prosto prehajajoče iz ene teme v drugo ali pa so variacija na isto temo.

Zaradi mnogih težav in pomembnosti dobrega opazovanja mikrodogodkov raziskovalci uporabljajo video posnetke. Prednost je v tem, da je posnetke mogoče takoj ponoviti in se jih hitro naučiti na pamet. Struktura in vloga interakcije tako postajata jasnejša.

Druga prednost videa je v 'zamrznjeni sliki', pri kateri se lahko naučimo sklepanja o nadaljevanju. Da bi opazovali časovni vidik interakcije, je pogosto potrebno pozabiti na to, kaj partnerja delata in se osredotočiti na čas in gibanje v njem.

Kaj so kriteriji za časovno enoto pri otroku? Za otroka v prvem letu življenja so tri sekunde okvirna mera za dolžino obnašanja, na katerega lahko odgovori oz. iz katerega lahko preide v drugo obnašanje. Najkrajša meja je četrtinga sekunde. Tri sekunde so po nekaj mesecih že kar dolga doba.

Najprej je pomembno ugotoviti, ali obnašanje staršev odgovarja na otrokovo. Šele potem je mogoče razlikovati, ali je pozitivno ali negativno skladno. Izkušen opazovalec lahko hitro ugotovi, ali je mati pretirano občutljiva in odzivna na otrokove psihološke potrebe in zahteve, hkrati pa neodzivna na družbeno-afektivne. Poznavanje delovanja interaktivnih procesov, vključenih v dogodek, lahko pomaga k jasnejšemu opazovanju.

#### 1.4.5. Klinična okna v interakcijo starši-otrok

Doslej smo razpravljali o tem, kako naj opazujemo, vendar se nismo dotaknili vprašanja, kaj naj opazujemo. Tudi tu gre za stvari, ki so tipične za odnos starši-otrok. Glavne klinične vsebine, značilne za odraslo dobo, najdemo tudi tukaj, vendar v drugačni obliki in niso takoj prepoznavne.

Kar sledi, temelji na splošno sprejetem spoznanju, da so osnovne klinične vsebine - zaupanje, navezanost, odvisnost, neodvisnost, kontrola, avtonomnost, gospodovalnost, individuacija in samoregulacija - stalne življenjske vsebine. To niso vsebine, ki bi bile specifične za določeno starost ali obdobje. Ni kritičnega oz. občutljivega obdobja v prvih letih življenja, v katerem bi se nepovratno utrdele, ampak se izgrajujejo ves čas.

Kljub temu se način obdelovanja teh vsebin spreminja glede na razvojne dobe. Bojišče se stalno menja, boj pa ostaja isti, pravi Stern.<sup>492</sup> To stališče je klinično uporabil T. B. Brazelton v behavioristični pediatriji.<sup>493</sup> Tu so isti splošni pogledi na razvoj, ki omogočajo razmišljanje s stališča vstopnih mest oz. kliničnih oken.

Ne glede na to, s katerega zornega kota gledamo, vedno bomo našli glavne spremembe v razvoju otroka v prvih dveh letih v naslednjih razdobjih: med 2. in 3. mesecem, med 5. in 6. mesecem, med 8. in 12. mesecem ter pri 18 mesecih. Klinično to pomeni, da se v teh obdobjih iste vsebine, kot so neodvisnost in sposobnost za odnos, različno odražajo in dobivajo nove oblike.

Da bi bolje razumeli te časovno pogojene oblike, je dobro poznati čas in način spreminjanja otrokovih sposobnosti za odnos in prehajanja v novo interaktivno bojno polje. Vsak prehod v novo interaktivno sposobnost omogoča terapevtu novo 'klinično okno', skozi katerega lahko opazuje napredovanje glavnih življenjskih vsebin.

Sosledje kliničnih oken lahko povzamemo takole:

*2 meseca in pol:* V prvih tednih predstavljajo prvo klinično okno dogodki okrog hranjenja, spanja (in uspanja), obdobja jokanja in pomirjanja. Glavne interaktivne naloge v tej dobi zadevajo uravnavanje otrokovega hranjenja, spanja-budnosti in obdobje aktivnosti. Glavne družbene izmenjave nastopajo znotraj teh aktivnosti.

Klinično pomembno je opazovanje matere, kako se odziva na otrokove potrebe. Ali ga zna spodbuditi pri hranjenju, ko mu pade želja po hranjenju, pa je še vedno lačen. Kako ga uspe pomiriti, kako ga uspava ipd. Kako pomiriti otroka, ki joka, je pomembno vprašanje tega obdobja. V teh dejavnostih je mogoče odkrivati klinične vsebine odzivnosti, senzibilnosti, značajske usklajenosti, pretirane ali premajhne kontrole staršev in otroka itd.

*2 meseca in pol do 5 mesecev in pol:* Obrazna igra (face-to-face / obraz-obraz) - socialna interakcija brez igrač in drugih predmetov predstavlja v tem obdobju novo

---

<sup>492</sup> Prim. D. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985.

<sup>493</sup> Prim. T. B. Brazelton, *Touchpoints*, Guilford Press, New York 1992; T. B. Brazelton, *Touchpoints: Opportunities for preventing problems in the parent-child relationship*, v: *Ada Paediatrica*, suppl., 394 (1994), 35-39.

klinično okno.<sup>494</sup> Otrok je sedaj zaradi narave in pomanjkljivosti odlično pripravljen, da pokaže svojo polno socialno in čustveno sposobnost (in izzove ustrezen odziv pri starših) v obrazni igri.

V tem času pride najmočneje do izraza otrokova prirojena prednostna naklonjenost do človeškega obraza, glasu, dotika in gibanja. Nič ga v tem obdobju ne more bolj privlačiti. V tem obdobju je njegov živčni sistem naravnano na obrazno igro. V tej pa se odraža medsebojno uravnavanje dajanja pobud, vzdrževanja, spreminjanja, končanja in izogibanja igre. Po svoji naravi (zaradi omejenosti) je otrok jetnik obrazne situacije.

Istočasno je hranjenje in spanje lahko do tega obdobja postalo že rutina. Vse se vrti v prvi vrsti okrog obrazne igre, v kateri lahko sedaj bolje opazujemo iste klinične vsebine, kot smo jih prej pri dejavnosti, povezani s hranjenjem in spanjem.

*5 mesecev in pol do 9 mesecev in pol:* To je obdobje skupne igre s predmeti in predstavlja novo klinično okno za opazovanje interakcije starši-otrok. Otrok je v tem času osvojil ustrezno koordinacijo rok in oči, ene in druge roke ter s tem pridobil nenasitno radovednost za raziskovanje neživega sveta. Tako postane igra s predmeti najbolj aktualna klinična dejavnost. Opazovanje, kako starši in otrok usklajujejo smer, čas, središče pozornosti, domiselnost, prizorišče, spremembe v subjektih in prenehanje igre, sedaj odkriva isto klinično zgodbo, kot jo je pred nekaj meseci odkrivala obrazna igra.

Vsiljevanje npr. sedaj prevzame drugačno obliko zaradi novega polja aktivnosti. Lahko jo opazujemo v tem, kako mati pretirano vsiljuje ali kontrolira otrokovo igro s predmeti. V igri se udejanja odnos in v njej se prevladujoči vzorci klinično razkrivajo.

*8 do 12 mesecev:* V tem času nastopita glavna razvojna dogodka, ki omogočata in prikazujeta ustrezno klinično okno. Prvi zadeva navezanost. Z otrokovo vedno večjo

---

<sup>494</sup> Prim. B. Beebe - D. N. Stern, *Engagement-disengagement and early object experiences*, v: *Communicative structures and psychic structures*, ur. M. Freedman and S. Grand, Plenum Press, New York 1977; D. N. Stern, *The first relationship: Infant and mother*, Harvard University Press, Cambridge 1977; D. N. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985; E. Z. Tronick – J. Cohn, *Infant-mother face-to-face interaction: Age and gender differences in coordination and the occurrence of miscoordinations*, v: *Child Development* 60 (1989), 85-91.

sposobnostjo gibanja nastopijo prvi znaki obnašanja, ki kažejo navezanost in oddaljevanje od prvotnega vzgojitelja. Ta proces se pospeši s sposobnostjo oddaljevanja in približevanja materi. Vzorci navezanosti, ki jih vzpostavi starš in otrok, so najboljši napovednik kakovosti odnosa starši-otrok. Klinični pogled v ta vzorec ponuja soočenje na vrsto možnih kliničnih problemov, ne le povezanih z diagnozo 'problemi navezanosti'.<sup>495</sup> Zenah in drugi predlagajo za temelj ugotavljanja narave navezanosti poleg obnašanj, povezanih z ločitvijo/združitvijo, še druga obnašanja, kot so: izražanje čustev, iskanje tolažbe, navezanost na pomoč in sodelovanje.<sup>496</sup>

Drugo klinično okno omogoča nastop intersubjektivnosti.<sup>497</sup> Na kratko to pomeni, da otrok spozna, da ima njegova mati lahko nekatere 'stvari-v-mislih', tj. vsebino misli, npr. pozornost do nečesa, namen ali čustvo. Hkrati spozna, da ima tudi sam stvari v mislih in da je to lahko podobno ali drugačno od tistega, kar ima v mislih mati.

Opazovati je mogoče, kako se starši in otrok sporazumejo, kaj bo postalo del skupnega sveta duševnih pojmov: kaj je lahko javno in kaj mora ostati zasebno - kaj se zgodi, pa se ne sme povedati drugim in kaj se lahko pove. Opazovanje tega pogajanja na polju intersubjektivnosti predstavlja presenetljiv in bogat pogled na odnos starši-otrok.

---

<sup>495</sup> Prim. I. Bretherton - E. Waters, (Eds.), *Growing points of attachment theory and research*, v: *Monographs of the Society for Research in Child Development* 209 (50) (1985).

<sup>496</sup> Prim. C. H. Zeanah, (Ed.), *Handbook of infant mental health*, Guilford Press, New York 1993.

<sup>497</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: J. W. Astington, P. L. Harris in D. R. Olsen (Eds.), *Developing theories of mind*, Cambridge University Press, New York 1988, 19-46; D. Premack - G. Woodruff, *Does a chimpanzee have a theory of mind?* v: *Behavioral and Brain Sciences* 1 (1978), 515-526; D. N. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985; C. Trevarthen, *The foundations of intersubjectivity: Development of interpersonal and cooperative understanding in infants*, v: *The social foundations of language and thought: Essays in honor of J. S. Bruner*, ur. D. Olsen, W. W. Norton, New York 1980, 316-342; C. Trevarthen, *The primary motives for cooperative understanding*, v: *Social cognition: Studies on the development of understanding*, ur. G. Butterworth & P. Light, Harvester Press, England - Brighton 1982, 77-109.

Nadaljujemo s primerom materine kontrole, ki se v tem obdobju kaže v tem, kako določa, katera otrokova čustvena doživetja so ustrezna in jih je mogoče deliti z drugimi, katera pa ne. Na ravni intersubjektivnosti je mati lahko zadosti občutljiva za otrokove želje, ki odražajo, kaj želi deliti z drugimi.

*18 do 24 mesecev:* V obdobju drugega leta nastopita še dva razvojna skoka, ki omogočata dobro klinično okno. Prvi predstavlja nastop jezika. Klinično je učenje jezika podobno učenju igre s predmeti. Pri tem je izredno pomembna pomoč staršev. Klinično to obdobje slika trojico, ki se vzpostavi med otrokom, staršem in svetom s svojim pomenom. Kot smo pri 6 mesecih lahko opazovali igro s predmeti, lahko sedaj opazujemo igro z 'zvočnimi predmeti', tj. z besedami.<sup>498</sup>

Druga razvojna sprememba, ki nastopi v tem času je večanje mobilnosti in fizične sposobnosti, da se otrok rani in da povzroči občutno škodo. V tem času se resno začne proces socializacije. Postavljanja meja najpogosteje ne predstavlja samo vzpostavljanje in utrjevanje pravil, ampak predvsem pogajanje o njih. Največ časa starši in otrok delujejo na sivem polju, v katerega otroci zvito vodijo starše. Prav pogajanja odkrivajo strukturo in delovanje odnosa. Način, kako se vzpostavljajo meje, pove več kot sam položaj meja.

To so nekatera klinična okna, ki so navadno na razpolago in jih je lahko uporabiti. Glavna misel tega je, da je največ kliničnih vsebin prisotnih skozi vse življenje, oblike njihovih pojavljanj pa se spreminjajo z različnimi stopnjami v razvoju. Razvojni skoki prinašajo otroku nova obnašanja in načine za uresničevanje istih starih vsebin. Na vsaki razvojni stopnji zato obstajajo nova klinična okna, skozi katera se bolje vidijo temeljne vsebine.

Omeniti moramo, da zgoraj opisana klinična okna ne predstavljajo izčrpanega seznama oken. Glede na različne posebne interese in vidike je mogoče dodati nove. Ko nastopi novo okno, staro ne izgine in ni izgubljeno. Vsak način interakcije, ki oblikuje temelj novemu oknu, zagotavlja temelj, na katerem je mogoče graditi nadaljnje interakcije. Klinično okno pomaga uravnati klinična opazovanja. Ne želi biti izčrpna ali rigorozna klasifikacija s strani razvojne psihologije, ampak klinični vodič za razumevanje interakcije starši-otrok.

---

<sup>498</sup> Prim. I. Berthoud-Papandropoulou - E.Veneziano, *La signification énonciative dans les débuts du langage*, v: *Archives de Psychologie* 57 (1989), 271-281.

#### 1.4.6. Nekatere teoretična vprašanja

Sedaj se moramo vrniti k dejstvu, ki izhaja iz narave stvari, tj. da mora biti v predverbalnem obdobju otroka v središču opazovanja odnosa delovanje. Zahtevo po opisovanju interakcije starši-otrok včasih razumejo kot stopanje na področje, ki prvenstveno pripada etologiji ali behavioristični psihologiji in ne toliko psihodinamični psihologiji. D. Stern se s tem ne strinja in to utemeljuje takole:

Najprej moramo razlikovati med tem, ali postavimo delovanje (ter interakcijo) v teoretično ali tehnično središče terapevtskega pristopa. Behavioristični, sistemski, psihoanalitični in kognitivni pristopi se razlikujejo v tehnični pozornosti, ki jo namenjajo očitnim dejanjem kot nasprotju mislim o teh dejanjih. Ta razlika je temelj teh tehnik. V večini behaviorističnih pristopov in nekaterih sistemskih pristopih je polje kliničnega pogleda v začetku omejeno na dejanja in interakcije, tj. na očitno obnašanje. V tehnično 'čistem' psihoanalitičnem pristopu je polje raziskovanja vse drugo kot dejavnost. Na področju dejavnosti opazujejo in delajo z mislimi, občutki, domišljijo itd., ki se pojavljajo, ko neposredna dejavnost ni mogoča. Ti duševni derivati so potem izključni predmet analize.<sup>499</sup>

Podobno se z duševnimi vzorci okrog dejavnosti ukvarjajo kognitivni pristopi. Na bolj teoretični ravni se za vsemi temi vidiki tehnik skriva in je prisotna dejavnost. Za Freuda je jasno, da so nespremenjena spodbujena dejanja, kot je 'posebno dejanje', neločljivo

---

<sup>499</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: S. Freud, *Recommendations to physicians practicing psycho-analysis*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1912; S. Freud, *On the history of the psycho-analytic movement*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1914a; S. Freud, *Remembering, repeating and working-through*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1914b; S. Freud, *Observations on transference-love*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1915a; S. Freud, *Repression*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1915b; S. Freud, *An outline of psycho-analysis*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 23), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1938.

povezana z nagonom.<sup>500</sup> Dejansko je določeno dejanje vedno delni cilj nagona; sprostitve energije pa je splošen, nespecifičen cilj. Misli, predstave in spomine pojmuje Freud kot rezultat duševnih motenj nekaterih dejanj in so tako drugotni derivati. V tem smislu se ekstremni behavioristi in klasična Freudova smer strinjajo glede dejanja, naj ga klinično obravnavajo ali ne. Zanje je dejanje temeljno izhodišče za razumevanje motiviranega obnašanja. To stališče zamegljuje dejstvo, da prvi raziskujejo bolj očitno obnašanje, drugi pa analizirajo predvsem duševne sestavine motenega očitnega obnašanja.

Tako smo pri drugem pomembnem teoretičnem vprašanju. Obstaja močna intelektualna smer, ki nasprotuje temu, da bi postavili dejanje v središče razumevanja človeškega obnašanja. Eugene Gendlin pravi: »Mnogi sklepajo, da vse človeško popolnoma zavisi od jezika, konceptov in zgodovine. Zdi se, da od človeške živali ni ostalo nič. Foucault<sup>501</sup> trdi, da je zgodovina 'popolnoma uničila' naše prvotno živalsko telo. Zdi se, da zgodovina in jezik popolnoma določata, kaj bomo zaznali, kaj bomo razločili ob dotiku, pogledu ali poslušanju.«<sup>502</sup>

To je lahko res, ko otrok odrašča, a je le delno res v dobi, ki nas najbolj zanima. Psihoanaliza se naslanja na hermenevitično tradicijo in je razvila svoj pogled na jezik in kulturo. Danes se pomika od misli k temu, da priznava tudi dejanja, na drugi strani pa je etologija in behavioristična psihologija naredila premik od dejanja k predstavam, ki jih sedaj tudi priznava.

Tako je interakcija starši-otrok ključni element kliničnega sistema. Deluje kot most med drugimi elementi in je glavno področje, kjer se oblikujejo simptomi in problemi, zaradi katerih pacient pride po pomoč. Klinično pomembne dele interakcije razume kot mikroregulacijske dogodke, ki ustvarjajo interakcijo. Klinično opazovanje interakcije je

---

<sup>500</sup> Prim. S. Freud, *Project for a scientific psychology*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 1), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1985.

<sup>501</sup> Prim. M. Foucault, *Nietzsche, genealogy, history*, v: *Language, counter-memory, practice: Selected essays*, ur. D. F. Bouchard, N.Y.: Cornell University Press, Ithaca 1977.

<sup>502</sup> E. T. Gendlin, *The primacy of the body, not the primacy of perception*, v: *Man and World 01* (1992), Kluwer Academic Publishers, Netherlands 1992, 341-342.

zato drugačno od večine drugih kliničnih prizadevanj. Nekatere praktične in teoretične vidike te edinstvene situacije smo že obravnavali in se bodo v nadaljevanju pogosto ponovno pojavljali.

## 1.5. Narava in oblikovanje otrokovih predstav

Sedaj se lahko preselimo na otrokovo stran odnosa oz. vsaj na tisti del, ki obstaja v njegovih mislih. Kako si otrok predstavlja subjektivno izkušnjo biti v odnosu? To ostaja eno najbolj zapletenih vprašanj. Kakšne so otrokove predstave in kako so se oblikovale? Pri tem smo bistveno bolj negotovi kot pri predstavah staršev, ki smo jih že opisovali.

Predstave otroka so eden glavnih kliničnih elementov, in sicer iz preprostega razloga. Tudi če v težavnem odnosu uspemo učinkovito spremeniti vedenje staršev in njihove predstave, se bo otrok, dokler se ne bodo spremenile njegove predstave, obnašal kar se da dolgo tako kot prej. Terapevtski učinek bo delen in verjetno kratkotrajen. Otrokove predstave so namreč vodilo njegovih pričakovanj, tega kaj bo delal, zaznaval, čutil in v odnosu razumel. Zaradi tega moramo raziskati otrokov svet predstav.

V tem poglavju bomo razmišljali o naravi in oblikovanju otrokovih predstav. Predstavitev je omejena predvsem na razpoložljive podatke in jo vodijo teoretični problemi in konceptualne pomanjkljivosti.

### 1.5.1. Ključne oblike otrokovih predstav

Zanima nas otrokova subjektivna izkušnja bivanja v odnosu. Zato moramo ostati blizu otrokovemu subjektivnemu pogledu, čeprav si ga lahko samo predstavljamo.

1. Narava predstav, ki nas zanimajo, je drugačna od narave predstav o neživih dogodkih v fizičnem svetu. Te so dosti bolj poznane. Obstaja vrsta pomembnih razlik med predstavami o neživih fizičnih dogodkih in predstavami o subjektivnih interpersonalnih dogodkih. Za fizične dogodke velja, da se v duševnem svetu predstav pojavljajo kot izomorfne oblike realnega sveta, medtem ko subjektivni interpersonalni dogodki navadno niso izomorfni dogodkom v zunanji stvarnosti. Še več, takšni dogodki so čustveno nabiti in neponovljivi.



2. Ukvarjali se bomo s ponavljajočimi se izkušnjami, z običajnimi dnevnimi interakcijami med otrokom in njegovimi starši, kot tudi z manj pogosto ponavljajočimi se dogodki. Rutinski dnevni dogodki so tisti, ki se vrtijo okrog bistvenih življenjskih dejavnosti, kot so hranjenje, spanje in igra. Čeprav vsakdanji, so vendar temeljnega fizičnega in psihičnega pomena. Ko odrasel človek govori o svojem otroštvu, so to klinično zelo pomembne izkušnje. Zaradi ponavljanja in vsakdanjosti so ti dogodki ključni pri oblikovanju predstav. Predstave se gradijo v interaktivni izkušnji z nekom. Predstave niso o objektih niti o podobah ali znanju, ampak o interaktivni izkušnji. Domišljija ter umišljene izpeljave in dodatki so plod kasnejših obdelav.
3. Te predstave niso oblikovane iz zunanjih dogodkov ali oseb, ki bi bili ponotranjeni. Niso postavljeni v notranjost od zunaj. Zgrajene so od znotraj, iz lastne izkušnje bivanja z drugim. Nič ni »postavljeno v«. Tudi če npr. otrok oponaša drugega, dela in čuti kot drugi v tistem trenutku. Predstavo o tem, kako čuti, oblikuje v sebi, hkrati pa je z drugim na takšen način, npr. identifikacija.<sup>503</sup>
4. Predstava mora vsebovati mnogo različnih elementov: čutenja, zaznave, čustva, dejanja, misli, motivacije, kontekstualne elemente itd. Predstave morajo biti sposobne vsebovati vse to, kar tvori del spomina bivanja-z-drugim.
5. Oblika predstave mora na eni strani omogočati koordiniran ter integriran obstoj vseh teh elementov, na drugi strani pa mora dopuščati, da se vsak element lahko predstavlja samostojno.
6. Te predstave so neverbalne. Manj zadevajo znanje kot delovanje in bivanje.

Potrebujemo predstavo o subjektivnem vidiku angažiranja v ponavljajočih se interpersonalnih izkušnjah, v katerih so vsi temeljni elementi izkušnje lahko predstavljeni skupaj in hkrati ločeno. To predstavo imenujemo 'shema-bivanja-z-drugim'.

### 1.5.2. Načini predstavljanja izkušnje

Kakšne osnovne oblike za predstavljanje posameznih elementov izkušnje in njihovo povezovanje že obstajajo? Če gledamo vsak element ločeno, poznamo sheme zaznavanja (vizualne podobe) in konceptualne sheme (simboli in besede). Obe shemi sta

---

<sup>503</sup> Prim. J. Sandler, *Projection, identification, projective identification*, International Universities Press, New York 1987.

že dolgo splošno sprejeti. Piaget je uvedel senzomotorično shemo. Nedavno so uvedli drugo temeljno obliko človekove predstave, ki jo imenujejo enojni zapis oz. scenarij oz. predstavitev dogodka.<sup>504</sup> Te sheme nam nudijo štiri ločene in različne vrste temeljnih predstavniških oblik, s katerimi lahko gradimo nekaj takega kot je shema-bivanja-z-drugimi: zaznave, koncepti, senzomotorične operacije in izseki dogodkov.

Nobena od teh oblik pa ni za našo nalogo primerna. Kar zadeva osebno-povezano subjektivno izkušnjo, potrebujemo vsaj še dve drugi obliki predstav: temeljno obliko za predstavljanje čustev in obliko za predstavljanje celotne izkušnje kot pomembnega doživetja. Obravnavali ju bomo v naslednjih poglavjih.

### 1.5.3. Sheme-čustev v obliki 'časovno čustvenih oblik'

Obstajata temeljni vprašanji, ki zadevata čustva: a) Kako lahko čustva predstavljamo posamično (če se to sploh dogaja) in b) kako so čustva povezana oz. pripeta na dejanja oz. zaznave, misli ali spomine. Zaradi pojava prosto-lebdečih čustev, je potrebno teoretično vzpostaviti obliko predstavljanja čustev, ki je neodvisna od spoznav, zaznav, gibov ipd. Na drugi strani obstajajo predstave, da so čustva vedno vezana na ostale duševne dogodke itd. V obeh primerih raziskovalci le redko pojasnjujejo, kakšna naj bi bila narava takšnih predstav.

Namesto besede čustva bomo raje uporabljali izraz občutki, ker bolje predstavlja subjektivni vidik. Izraz občutki bo predstavljal subjektivni vidik občutij katere koli izkušnje, morda tudi vseh. Tudi tok misli ali zaznav ali gibalnih vzorcev ustvarja občutke brez neposrednega oz. preprostega odnosa s klasičnimi čustvi. To bomo

---

<sup>504</sup> Pri tem se sklicujemo na naslednje avtorje: J. M. Mandler, *Categorical and schematic organization in memory*, v: *Memory organization and structure*, ur. C. R. Puff, Academic Press, New York 1979, 259-299; J. M. Mandler, *Representation*, v: *Cognitive development* Vol. 3 of P. Mussen (Ed.), *Handbook of Child Psychology*, 4th ed. Wiley, New York 1983, 420-494; J. M. Mandler, *How to build a baby: On the development of an accessible representational system*, v: *Cognitive Development 3* (1988); J. M. Mandler, *How to build a baby: II. Conceptual primitives*, v: *Psychological Review* 99 (1992), 587-604; K. Nelson, (Ed.), *Event knowledge: Structure and function in development*, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1986; K. Nelson - J. M. Greundel, *Generalized event representation: Basic building blocks of cognitive development*, v: *Advances in developmental psychology, Vol. 1*. ur. M. E. Lamb & A. L. Brown, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1981; R. C. Shank - R. Abelson, *Scripts, plans, goals and understanding*, N. J.: Erlbaum, Hillsdale 1977.

vključili v tako imenovana *življenjska čustva*.<sup>505</sup> Z besedo občutki se želimo namreč izogniti trditvam, da so čustvene izkušnje sekundarne kognitivnim. Obstoje občutkov bomo rezervirali za subjektivno izkušnjo ne glede na mehanizme vzrokov, ki jih morda ustvarjajo.

Najprej pomislimo, kako je mogoče predstaviti prosto obstoječ občutek, tudi če ni nikoli popolnoma prost od drugih duševnih pojavov. Kakšna bi lahko bila njegova podoba oz. struktura? En možen odgovor nam daje glasba. Kar izzove glasba, so bolj občutki kot čustva, in sicer 'čisti' in abstraktni občutki, 'prosti zapletov z naključjem',<sup>506</sup> tj. vsakodnevene specifične zunanje stvarnosti. Gotovo je najpomembnejši vidik glasbe pri ustvarjanju učinka izkušnja časa in oblikovanje subjektivnega časa. Podobno velja za občutke, ki prav tako oblikujejo subjektivno izkušnjo časa. Subjektivne spremembe v času lahko zagotovijo ključ do predstavitve čustvenih izkušenj.

Ko govorimo o čustvih, pogosto pozabimo na izkušnjo časa, čeprav čustev ni mogoče 'razrezati' na majhne izseke, kot fotografijo, ne da bi pri tem uničili celoto. Na splošno smo močno spregledali, da časovni okvir zagotavlja hrbtenico, ki omogoča predstavitev čustvene izkušnje.

Poglejmo bolj podrobno. Ko se odigra neki motiv, se nujno zgodi premik v zadovoljstvu, vznurjenju, stopnji motiviranosti in doseganju cilja itd., ki spremljajo dogajanje. Vsak tak premik poteka v času in sleherni opisuje časovni obris. To je *časovna oblika občutka*, ki jo bomo na kratko imenovali *oblika občutka*. Oblika občutka bo vsebovala tudi posebne kvalitete občutka, ki bodo našli časoven obris.

Vzemimo konkreten primer iz glasbe, kjer ni povezave s stvarnostjo, npr. enakomerni udarci. V objektivnem času lahko udarce narišemo takole:

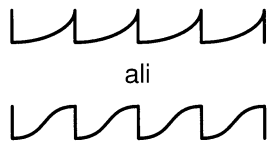
---

<sup>505</sup> Prim. D. N. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985.

<sup>506</sup> Prim. S. K. Langer, *Mind: An essay on human feeling, Vol. 1*, Md.: Johns Hopkins University Press, Baltimore 1967, 88.



V subjektivnem času iste udarce lahko narišemo v smislu premikov v vzburjenju, pričakovanju in morda v zadovoljstvu kot:



kjer je vsak posamezni val časovna oblika občutka. Skupaj tvorijo sestavljeno obliko občutka.

Skušajmo to prenesti na primer lačnega dojenčka, ki zjutraj joka, da bi priklical mamo, ki ga bo nahranila. Začeli bomo s trenutkom, ko mati vstopi v otrokovo sobo, in končali takoj, ko je cilj dosežen, tj. ko mati otroka prisloni k prsim, ko ta sesa in je njegova lakota delno potešena. Drugo obdobje se začne, ko je konec najhujše lakote, ko pa še sesa, dokler ni dovolj sit.

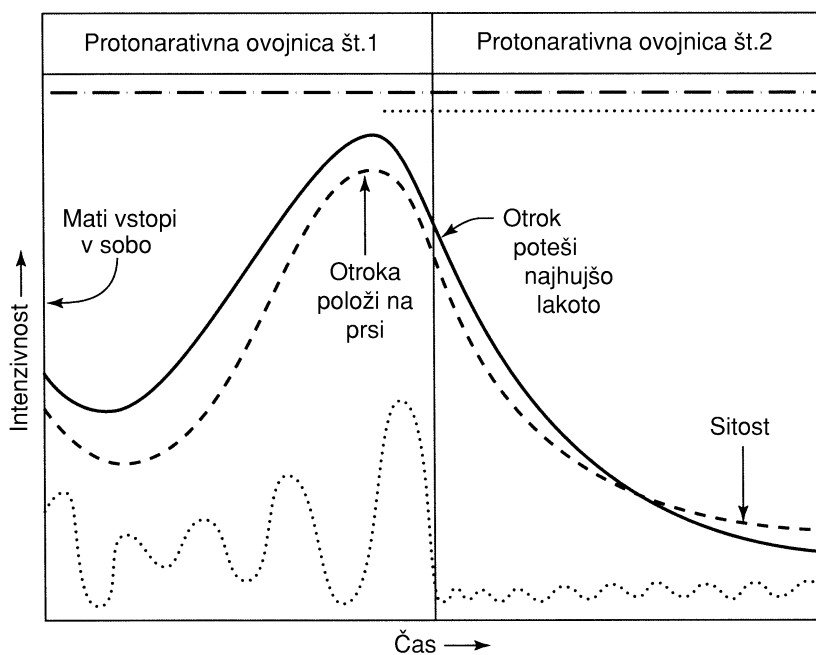
Vsako od teh obdobj bomo imenovali ovojnica, ker ohranja diskretno obliko občutkov in povezuje razvoj motiva. Dejansko je to oblika predzgodbe (prestory), ker zaobjema odigranje lokalnega motiva z njegovimi občutki vred. Zato jo bomo imenovali protonarativna ovojnica (pronarrative envelope). Trenutno se bomo osredotočili samo na časovni obris občutkov v enem od teh obdobj oz. ovojnic.

Sledili bomo samo časovnemu obrisu petih možnih stalnih elementov. (Stalnih, ker so vedno del tega dogodka.) To vidimo na sliki 5.1.<sup>507</sup>

---

<sup>507</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 86.

SLIKA 5.1



Subjektivni občutek lakote. V protonarativni ovojnici (PNE) 1, začenja visoko, subjektivni občutek lakote lahko nekoliko popusti ob pogledu na mater. To znižanje je prehodno in občutek lakote lahko naraste, ko se približuje hranjenje. Ko je materina prsna bradavica v otrokovih ustih in začne sesati, lakota verjetno ostane na začetku intenzivna, potem pa popusti.

Negativni občutek. Ta obris je dokaj tesno povezan z občutkom lakote. Bolj zaznaven je lahko ob psihološkem občutku, ki ga vzbudi srečanje z materjo in začetkom sesanja, celo pred zaužitjem večje količine mleka.

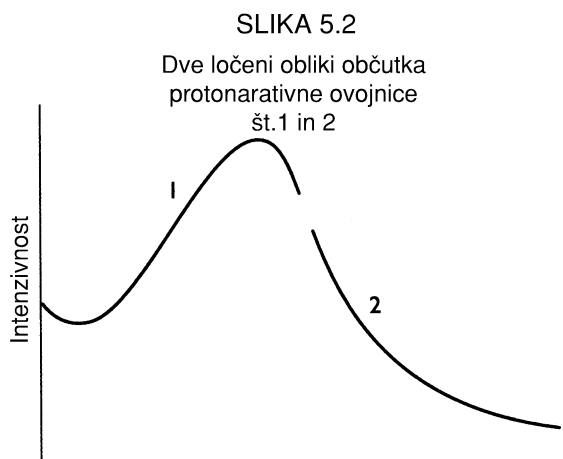
Vidna zaznava matere. Otrok bo gledal in sledil mater vseskozi (PNE1) in jo bo verjetno gledal tudi skozi vso drugo fazo (PNE2).

Telesni stik z materjo. Je »spremenljiv v« (PNE1) in »stalen v« (PNE2).

Otrokovi gibi rok in nog. Sestajajo iz velikih in ognjevitih gibov, dokler se mati ne pojavi v PNE1. Nekoliko se umirijo ob pogledu nanjo. Prevladuje hitro nihanje in umiritev ob sesanju.

Končni izid oblik čustev tega dogodka lahko na grobo predstavimo, kot prikazuje slika 5.2.<sup>508</sup>

<sup>508</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 87.



Primer predstavlja spoznanje, da časovna oblika zagotavlja strukturalni okvir, v katerem se zgodi neki občutek in v katerem ga lahko predstavimo. Časovno obliko občutka lahko tako razumemo kot možno predstavno obliko za prikaz čustvene izkušnje.

Zamisel, da bi opisali čustveno izkušnjo s časovnimi obrisi, ni nova. Silvan Tomkins<sup>509</sup> specifično intenzivnost in časovni obris živčnih vzburjenj povezuje s posebnimi diskretnimi občutki. Npr. hitra reakcija in stimulacije ob strahu in bolj počasno vzburjenje ob presenečenju. Manfred Clynes določeno intenzivnost in časovne obrise aktiviranja povezuje z značilnimi čustvenimi stanji, kot je npr. ljubezen. D. Stern ne povezuje oblik čustev z diskretnimi občutki, ampak meni, da imajo posamezne izkušnje, kot npr. biti lačen oz. čakati na stekleničko, svoje individualne, značilne časovne oblike čustev. Ta opis je bližji Niku Frijdi in njegovim sodelavcem,<sup>510</sup> ki pa opazujejo daljše dogodke – več minut ali ur. Sami pa menimo, da so mikrodogodki tisti, ki uravnajo in popravljajo tok daljših dogodkov (čustev in občutkov).

Ali otrok prepozna in razlikuje oblike občutkov? Relativno zanikanje časovnega vidika izkušnje, še posebej pri otroku, je presenetljivo predvsem v luči očitnih čustvenih sposobnosti otroka že v prvih trenutkih življenja (občutek strahu). Mnoge študije

<sup>509</sup> Prim. S. S. Tomkins, *Affect, imagery, consciousness: Vol. 1, v: The positive affects*, Springer, New York 1962; S. S. Tomkins, *Affect, imagery, consciousness: Vol. 2, v: The positive affects*, Springer, New York 1963.

<sup>510</sup> Prim. N. H. Frijda, B. Mesquita, J. Sonnemans in S. Van Goozen, *The duration of affective phenomena or emotions, sentiments and passions, v: International review of studies on emotion* (Vol. 1), ur. K. T. Strongman, Wiley, New York 1991, 187-225.

ugotavljajo, da so otroci dovzetni za časovne podobe tako jezikovnih kot nejezikovnih glasov. Ugotovljeno je tudi, da otrok pri treh mesecih starosti lahko s svojo vokalizacijo oponaša zvočne elemente tistega, kar je slišal. Tako se zdi, da je oblika občutka za predstavljanje čustvene izkušnje znotraj otroku dosegljivega.

#### 1.5.4. Protonarativna ovojnica

Doslej imamo pet različnih temeljnih oblik za predstavljanje otrokove subjektivne interaktivne izkušnje: sheme zaznavanj, konceptov, senzomotoričnih dogodkov, dogodkovnih sekvenc in občutkov (časovnih oblik občutkov). Predpostavljamo, da se različne sheme ponavljajočih se interakcij oblikujejo simultano in paralelno. Vsaka ostaja neodvisna (verjetno v različnih delih možganov ali vsaj na različni živčni mreži), vendar so medsebojno povezane. Pojavlja se vprašanje, kako se teh pet ločenih predstavnih oblik povezuje ali ponovno aktivira, da bi služile kot zapis (spominski ali predstavn) doživetih izkustev, bogatih, kompleksnih in urejenih, ki vsebujejo podatke, prisotne v vsaki od oblik. Nedavno so kognitivne znanosti prišle do novega spoznanja za rešitev problema povezovanja različnih shem v eno samo celotno izkušnjo. Ideja o pojavnih vsebinah razuma (emergent properties of mind) predstavlja način opisovanja, kako razum ustvarja smisel oz. poveže izkušnjo, ki je sestavljena iz mnogih sproti pojavljajočih se delov in deloma neodvisnih.<sup>511</sup> Pojavna vsebina je organizacija, ki je v procesu nastajanja oz. je ravno dobila obliko. S tega zornega kota se zdi, da razum predeluje vzporedno in deloma neodvisno veliko število simultanih duševnih dogodkov, ki se pojavijo med interpersonalno interakcijo. Motivacijski premiki, vizualne podobe, čustveni premiki, občutki, motorično delovanje, ideje, stanja vzbujenja, jezik, kraj in prostor, čas itd. so simultano in vzporedno preoblikovani skozi vse centre v razumu, kot tudi v specializiranih področjih, ki so namenjena predelavi posameznega (parallel distributed processing, oz. PDP). Na ta način so obravnavane tudi doslej omenjene

---

<sup>511</sup> Prim. G. C  llier, *Le constructivisme g  n  tique aujourd'hui*, v: *Le cheminement des d  couvertes de l'enfant*, ur. B. Inhelder & G. C  llier, Delachaux et Niestl  , Lausanne 1992; P. M. Churchland, *Matter and consciousness*, MIT Press, Cambridge 1984; D. C. Dennett, *Consciousness explained*, Little, Brown, Boston 1991; G. M. Edelman, *The remembered present: A biological theory of consciousness*, Basic Books, New York 1989; H. R. Maturana - F. J. Varela, *Autopoiesis and cognition: The realization of the living*, D. Reidel, Dordrecht, Boston, London 1979; D. D. Rumelhart, J. L. McClelland in the PDF Research Group, *Parallel distributed processing: Explorations in the microstructure of cognition*, Bradford/MIT Press, Cambridge 1986.

temeljne oblike. Vzporedno predelovanje posamezne sheme poteka na nižji ravni, na lokalnih, duševnih nezavednih operacijah. Rezultat je neke vrste duševni peklenski hrup (pandemonium), ki ga tvori duševni proces v mnogih središčih – mnoge značilnosti iščejo avtorja. To je normalno stanje stvari. Z 'interigro', koordinacijo in integracijo teh nižjih procesov izstopi bolj globalen duševni dogodek: pojavna vsebina razuma, ki je koherentna in smiselna v kontekstu, v katerem se pojavi. Različni dogodki in občutki se povežejo kot potrebni elementi enega samega poenotenega dogodka, ki na eni od višjih stopenj dobi pomen.

Odrpto vprašanje pri tej rešitvi in pri podobnih rešitvah je, kako se pomen, čeprav primitiven, znajde oz. pripiše oz. oblikuje iz delcev. Obstaja pot iz te dileme, in sicer predpostavka, da je še en temeljni način za predstavljanje človeških dogodkov, tj. šesta shema, sestavljena iz 'dejanj pomena' (acts of meaning), kot utemeljuje Bruner<sup>512</sup> in drugi. Nekateri interaktivni dogodki so neposredno zaznani in razumljeni v izrazih pomenov, tudi najosnovnejših. Ti pomeni se rodijo iz globalne intuitivne razčlenitve izkušnje in niso sestavljeni iz različnih delcev. Colwyn Trevarthen<sup>513</sup> že dolgo zagovarja to temeljno obliko otrokovega razumevanja človeških motivov.

Še bližnji razvoj raziskav pa predlaga misel, da je otrok intuitivno obdarjen z nekakšnim predstavnim sistemom, ki lahko razume intencionalno stanje dejavnika.<sup>514</sup> Krepi se

---

<sup>512</sup> Prim. J. Bruner, *Acts of meaning*, Harvard University Press, Cambridge 1990.

<sup>513</sup> Prim. C. Trevarthen, *The foundations of intersubjectivity: Development of interpersonal and cooperative understanding in infants*, v: *The social foundations of language and thought: Essays in honor of J. S. Bruner*, ur. D. Olsen, W. W. Norton, New York 1980, 316-342; C. Trevarthen, *The primary motives for cooperative understanding*, v: *Social cognition: Studies on the development of understanding*, ur. G. Butterworth & P. Light, Harvester Press, England - Brighton 1982, 77-109.

<sup>514</sup> Prim. G. Gergely, C. Nadasdy-Gergely in S. Biro, *Taking the intentional stance at 12 months of age*, v: *Cognition* (1995); A. M. Leslie, *Pretense and representation: The origins of "theory of mind"*, v: *Psychological Review* 94 4 (1987), 2-426; A. M. Leslie, Some implications of pretense for mechanisms underlying the child's theory of mind, v: *Developing theories of mind*, ur. J. W. Astington, P. L. Harris, & D. R. Olsen, Cambridge University Press, New York 1988, 19-46; A. M. Leslie - F. Happe, *Autism and ostensive communication: The relevance of metarepresentation*, v: *Development and Psychopathology* 1(3) (1989), 205-212; J. M. Mandler, *How to build a baby: II. Conceptual primitives*, v: *Psychological Review* 99 (1992), 587-604; D. Premack, *The infant's theory of self-propelled objects*, v: *Cognition* 36 (1990), 1-16.



spoznanje (vendar daleč od dokazov), da je otrok lahko sposoben dojeti 'intencionalno držo'<sup>515</sup> dokaj zgodaj in je tako zmožen razlagati ciljno-usmerjeno, motivirano človeško obnašanje v intuitivni in prvotni obliki.

Pred nami je predstavna oblika, primerna za pridobivanje pomena in ustreza našim spoznanjem. Ta način je podoben narativnemu izražanju misli, ki zadeva motivirano, ciljno naravnano obnašanje. Shema (šesta shema), ki jo predlaga D. Stern kot tisto, ki daje pomen v otroku, se imenuje protonarativna ovojnica.

Zamisel protonarativne ovojnice temelji na spoznanju, da je ciljno-naravnana motivacija ključna za razumevanje klinično pomembnega (ali drugega) obnašanja, še posebej njegovega subjektivnega vidika. Ta središčnost prevladuje v teorijah, ki nam ponujajo ta spoznanja. Ciljna-naravnost je v jedru Freudovega razumevanja nagona, nezavednih fantazij in predlaganih idej. Zanimivo je, da je Darwin v svojih zapiskih razmišljal, da so motivi temeljna enota vesolja, v katerem so funkcionalne enote razvoja. Z različnih vidikov so raziskovalci dogodkov in narativnih struktur našli motivno in ciljno naravnost kot nepogrešljiva vidika. Tudi raziskovalci občutkov,<sup>516</sup> motornih dejavnosti,<sup>517</sup> kibernetike,<sup>518</sup> najzgodnejšega ustvarjanja jezika,<sup>519</sup> etologije<sup>520</sup> in drugi postavljajo ciljno-naravnost v jedro svojega raziskovalnega koncepta.

---

<sup>515</sup> Prim. D. C. Dennett, *The intentional stance*, MIT Press, Cambridge 1987.

<sup>516</sup> Prim. K. R. Scherer, *Vocal affect expression*, v: *Psychological Bulletin*, 99 (2) (1986), 143-165; E. Steimer-Krause, *Transference and non-verbal behaviors*, v: *Paper presented at the meetings of the International Psychoanalytic Association, Standing Committee on Psychoanalytic Research*, London 1992.

<sup>517</sup> Prim. M. Von Cranach, U. Kalbermatten, K. Indermuhle in B. Gugler, *Goal-direction action*, v: *European Monographs in Social Psychology*, Academic Press, New York 1982.

<sup>518</sup> Prim. G. Célièrier, *La g n se historique de la cybern tique ou la t l onomie, est-elle une cat gorie de l'entendement?* v: *Revue europ enne des sciences sociales*, 14(38/39) (1976), 273-290.

<sup>519</sup> Prim. L. Bloom, *One word at a time: The use of single word utterances before syntax*, Mouton, The Hague 1973; R. Brown, *A first language: The early stages*, Harvard University Press, Cambridge 1973.

<sup>520</sup> Prim. R. A. Hinde, *Ethology, its nature and relations with other sciences*, Oxford University Press, New York 1982.

Obseg motivov in ciljev, ki lahko zavzemajo središčno vlogo, vsebuje zunanja in notranja stanja objektne-odnosnosti (object-relatedness) (tj. navezanost in sigurnost), čustvena stanja in stanja samopodobe in varnosti, kot tudi fiziološko potrebo dejanja potešitve in potrošnje.<sup>521</sup> Temu velja dodati še poskuse ponovnega vzpostavljanja ravnotežja, ko je bilo porušeno. To je pogosto predmet raziskav čustev.

Ko sta motiv ali želja odigrana v interpersonalni situaciji, ustvarita subjektivno strukturo, podobno narativni. Ko se motiviran dogodek časovno premika proti cilju, ustvarja dramatično črto napetosti, ki je bistvena časovna podoba strukture, podobna narativni,<sup>522</sup> in zaznavo, ki je podobna narativni. Ta črta napetosti se ustvari s časovnim potekom dogodkov od trenutka dejavnosti, ki zaplete načrt, skozi dobo krize (dramatično visoka točka), do dobe rešitve. V tem ciljno naravnem gibanju so tudi drugi dogodki izkušnje zaznani v luči napredovanja do končnega stanja. Rezultat je subjektivno oblikovanje drugih glavnih elementov narativni-podobne strukture, imenovano protonačrt z dejavnikom, dejavnostjo, instrumentalnostjo, s ciljem in kontekstom.<sup>523</sup> Na kratko, ciljno naravnano gibanje pušča v neposredni bližini sled oz. težnjo, da bi doživljali dogodke v smislu dramatičnih časovnih črt in načrtov. To ustvarja koherentost in povezane podobe trenutka. Jerome Bruner<sup>524</sup> pokaže, da je ta narativna enota temeljna za razumevanje človeškega obnašanja v večini ljudskih psihologij in psihologijah otroka. Narativno-podobne strukture lahko razumemo kot neizogibni dvojnik motiviranemu in ciljno-naravnemu obnašanju. Njihovo razumevanje naj bi se pojavilo veliko pred sposobnostjo verbalnega ustvarjanja teh struktur.

Protonarativna ovojnica je tako časovna kot tudi dogodkovna ovojnica. Elementi načrta se časovno razdelijo na črti dramatične napetosti. Dramatična črta napetosti je stalno usklajena s časovno obliko občutka. To je razumljivo, saj motivno-ciljna napetost

---

<sup>521</sup> Prim. R. N. Emde, *Development terminable and interminable: 1. Innate and motivational factors from infancy*, v: *International Journal of Psychoanalysis* 69 (1988), 23-42; J. Lichtenberg, *Psychoanalysis and motivation*, N.J.: The Analytic Press, Hillsdale 1989; J. Sandler, *Towards a reconsideration of the psychoanalytic theory of motivation*, v: *Bulletin of the Anna Freud Center* 8 (1985), 223-243; J. Sandler – A. M. Sandler, *Internal objects revisited*, (in press).

<sup>522</sup> Prim. W. Labov, *Language in the inner city*, University of Pennsylvania Press, Philadelphia 1972.

<sup>523</sup> Prim. K. Burke, *Grammar of motives*, Prentice-Hall, New York 1945.

<sup>524</sup> Prim. J. Bruner, *Acts of meaning*, Harvard University Press, Cambridge 1990.

poteka v izrazih časovnih premikov vzburjenja in zadovoljstva, motivacijske moči in dosege cilja. V tem smislu je zaznani načrt od vrha postavljen čez vse oz. razpršen ob časovni obliki občutka, ki deluje kot črta napetosti, da tako nosi pripoved.

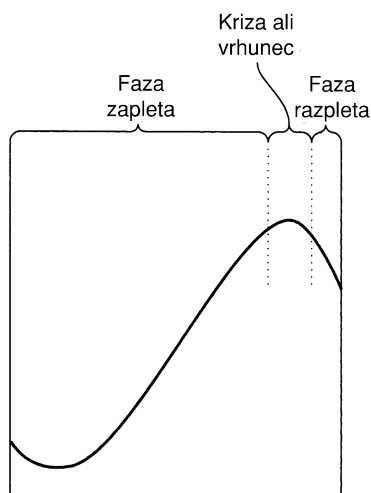
Misel, da časovna oblika občutka zagotavlja narativno črto napetosti, je ključna, ker povezuje shemo čustev z narativno shemo. V tem smislu je občutek – v formi oblik občutka – pomemben pri povezovanju in organiziranju spomina in izkušnje, kot so nekateri že dolgo trdili.<sup>525</sup> Koordinacijo med obliko občutka in protonarativno ovojnico lahko prikažemo v ponovni risbi situacije, ko je otrok lačen. Časovna oblika občutka, ki je prikazana na sliki 5.2 in označena z 1, bo služila kot dramatična črta napetosti, ob kateri se bo načrt odvijal. Struktura načrta in časovni oris dramatične napetosti skupaj sestavljata obliko občutka, kot je prikazano na sliki 5.3.<sup>526</sup>

---

<sup>525</sup> Prim. S. Freud, *Repression*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1915b; R. N. Emde, *Toward a psychoanalytic theory of affect: I. The organizational model and its propositions*, v: *The course of life: Psychoanalytic contributions toward understanding personality development: Vol. 1. Infancy and childhood*, ur. S. Greenspan & G. Pollock, D.C.: U.S. Government Printing Office, Washington 1980; R. N. Emde, *The pre-representational self and its affective core*, v: *The Psychoanalytic Study of the Child* 38 (1983), 165-192; R. N. Emde, Z. Biringen, R. B. Clyman in D. Oppenheim, *The moral self of infancy: Affective core and procedural knowledge*, v: *Developmental Review* 11 (1991), 251-270.

<sup>526</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 92.

SLIKA 5.3



Ali lahko otrok razume protonarativno ovojnico in kdaj? Imenujemo jo 'proto-', ker menimo, da obstaja dosti pred sposobnostjo pripovedovanja zgodb. Predpostavljamo, da je sposobnost – pravzaprav potreba – videti človeški interaktivni svet v izrazih narativnim-podobne dogodke in njihove motive, cilje itd. dosežena že zelo zgodaj. To je potemtakem drugi primer razumevanja, ki za lep čas prehiteva ustvarjanje.

Glede na to, kdaj je otrok sposoben razlikovati posamične podobe strukture, podobne protonarativnim, smo zgoraj omenili, da otroci lahko razvozljajo časovne oblike občutkov, ki v neki meri pomenijo črto dramatične napetosti. Kar zadeva elemente protonačrta, pa se sprašujemo, kdaj jih lahko otrok razume.

Začnimo z elementi načrta. Pri 3-4 mesecih starosti, če ne celo prej, je otrok že sposoben razločevati sebe od drugih. Del tega razlikovanja sestavlja sposobnost prepoznavanja lastnega delovanja, prepoznavanja sebe kot avtorja namernih dejanj.<sup>527</sup> Istočasno začenja ocenjevati osnovne oblike vzročnosti, njegovo obnašanje pa je jasno ciljno usmerjeno. Govorimo celo o 'instrumentalnem joku' (jok kot sredstvo – uporabni jok) pri treh mesecih, kot tudi o drugih uporabnih obnašanjih, npr. smejanje. V tem smislu ima otrok dokaj pred koncem prvega leta občutek za delovanje, objekt, cilj in instrumentalnost (uporabljenost). Te sposobnosti je mogoče dobro izraziti samo za

<sup>527</sup> Prim. D. N. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985.

določene naloge – to je za tiste, za katere so razumljivi človeški cilji in motivi prilagojeni.

Kontekst načrta - kje in kdaj - ostaja odprt. Delo Carolyn Rovee-Collier in njenih kolegov<sup>528</sup> prikazuje, da je otrok pri treh mesecih izredno dovzeten za posebne okoliščine ('kje'). Manj je narejenega glede otrokovega 'kdaj'.

Menimo, da je otrok že zgodaj sposoben shematizirati interaktivne dogodke v obliki misli in zaznav, podobnih narativnim, ki jih mi imenujemo protonarativna ovojnica.

#### 1.5.5. Mreža šestih shem:

##### **'Shema-bivanja-z-drugimi-na-določen-način'**

Sedaj imamo šest shem, v katerih so zajeti različni deli subjektivno interaktivne izkušnje. (Protonarativna ovojnica je najbolj splošna in jo lahko razumemo širše kot vodilno nit za razstavljanje izkušnje.) Po ponavljajočih se izkušnjah mnogih trenutkov splošne vrste bivanja-z-drugimi-na-določen-način (npr. biti lačen in čakati na hrano), se oblikuje vsaka od temeljnih oblik shem te vrste bivanja-z-drugimi-na-določen-način: senzomotorična, zaznavna in konceptualna shema; oblike občutkov, zapisi in splošna protonarativna ovojnica. Skupaj tvorijo mrežo shem. Izraz shema-bivanja-z se nanaša na vse sheme in na celotno mrežo shem, ki predstavlja različne vidike ponavljajoče se interpersonalne izkušnje.

Mreža shem je oblika, v kateri je predstavljena živeta izkušnja. Različne sestavine živete izkušnje so zajete v šestih različnih temeljnih oblikah. Številne sestavine so predstavljene večkrat in simultano v različnih oblikah. Tako je mreža shem-bivanja-z bogata in raznolika ter sestavljena iz mnogih kodiranj.

#### 1.5.6. Domišljije, spomini in avtobiografske pripovedi

Sedaj lahko preidemo k vprašanju, od kod prihajajo domišljije, določeni spomini in avtobiografske pripovedi. Predpostavljamo, da je mreža shem-bivanja-z dejansko edini naslov, od koder izvirajo fantazije in spomini, pripovedi in 'pojavnimi trenutki'. (Od kod drugod naj bi namreč prišli, če niso prirojeni?) Da bi mreža shem izpolnila to vlogo,

---

<sup>528</sup> Prim. L. Rovee-Collier - Fagen, J. W., *The retrieval of memory in early infancy*, v: *Advances in infancy*

mora imeti prilagodljivo in splošno obliko, na podlagi katere lahko nastajajo različni duševni pojavi. Raznolik sistem prikaza, opisan v tem poglavju, zagotavlja prav takšen prilagodljiv sistem. Sedaj potrebujemo proces, ki lahko uporablja takšen sistem. Izraz si bomo izposodili pri Ricoeurju.<sup>529</sup> Proces prehoda od zgodovine k pripovedi, od utrjenega vrstnega reda k urejeni preureditvi, od enega vzorca poudarkov do novega, od objektivnih dogodkov v resničnem času v virtualni čas bomo poimenovali preoblikovanje (refiguration).

Preoblikovanje, kot ga pojmujejo mi, je proces, v katerem se pozornost lahko prosto seli nazaj in naprej med različnimi shematičnimi oblikami. Vzorci premikajoče se pozornosti ustvarjajo virtualne izseke, virtualna prekrivanja oz. virtualne so-pojavnosti oz. različne kombinacije le-teh. Pozornost je lahko hkrati usmerjena na dve obliki, s tem da je ena v središču pozornosti, druga pa v ozadju, kar se lahko tudi spreminja. Možnosti za sestavljanje je ogromno, skoraj neomejeno. Temeljna razlika med fantazijo, splošnim spominom in zapisom ter avtobiografsko pripovedjo je v tem, da prve tri nastajajo ob samem dogodku, pripoved pa se s preoblikovanjem razvije pod določenimi zahtevami novega konteksta.

#### 1.5.7. Naravna selekcija shem in mrež

Gerald M. Edelman<sup>530</sup> meni, da živčne mreže v možganih posameznika med seboj tekmujejo in nazadnje preživi najbolj funkcionalna mreža. Podoben predlog ima Guy C  llierier,<sup>531</sup> ki misli, da otrokove mreže tekmujejo med seboj; najbolj prilagodljiva je izbrana in dobi najve   aktivnega   asa in kontrolo nad obnašanjem. Ester Thelen<sup>532</sup> ob opazovanju otrok ugotavlja, da po šestih mesecih pride do selekcije, ko najboljše in najbolj funkcionalne mreže prevzamejo svoje mesto pri vsakem otroku.

---

*research Vol. 1*, ur. L. P. Lipsitt, N.J.: Ablex, Norwood 1981.

<sup>529</sup> Prim. P. Ricoeur, *Temps et r  cit* (Vols. 1-3) (1983-1985), Editions du Seuil, Paris.

<sup>530</sup> Prim. G. M. Edelman, *Neural Darwinism*, Basic Books, New York 1987.

<sup>531</sup> Prim. G. C  llierier, *Le constructivisme g  n  tique aujourd'hui, v: Le cheminement des d  couvertes de l'enfant*, ur. B. Inhelder & G. C  lerier, Delachaux et Niestl  , Lausanne 1992.

<sup>532</sup> Prim. E. Thelen, *Dynamical systems and the generation of individual differences, v: Individual differences in infancy: Reliability, stability and prediction*, ur. J. Colombo & J. W. Fagen, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1990.

Različne sheme-bivanja-z se izoblikujejo za iste ponavljajoče se izkušnje in so podvržene tekmovanju v času otrokovega razvoja. S poskusi in z napakami ter napredujočim približevanjem otrok prihaja do oblike, ki je najbolj funkcionalna za prilagoditev dogodkom in za preoblikovanje mreže shem v domišljije, spomine in (kasnejše) pripovedi. Vse to se dogaja s funkcionalnim občutkom za prilagajanje.

#### 1.5.8. Težava sedanjega trenutka

Predstavljajmo si enoto sedanjega časa, pojavni trenutek urejene interpersonalne izkušnje. Pojavni trenutek je subjektivni delec izkušnje, zgrajen v mislih, kot je bil živet. Posameznik doživlja sebe kot bivajočega 'v' trenutku. Organizira različna simultana doživetja, ki so registrirana skozi motivirani dogodek. V tem smislu je trenutek pojavnost lastnost misli, ki smo jo opisali v drugem poglavju in ga imenujemo pojavni trenutek. To je naš referenčni dogodek za predstave.

Kako dolg je pojavni trenutek? Neki obseg je potreben. Obrnimo se ponovno na glasbo. Veda o glasbi je zasnovala sedanji trenutek kot obseg časa, v katerem je mogoče zajeti celoto tistega, 'kar se dogaja sedaj'. Meje te sedanjosti so neposredna preteklost (znotraj kratkotrajnega spomina) in neposredna prihodnost, ki jo je mogoče anticipirati. To določa 'horizont sedanjosti'. V pojavnem trenutku, ki je prav takšen razpon sedanjosti, je zajeto in ustvarjeno tisto, kar se je zgodilo – tj. se je pojavilo. Odlična narava našega interaktivnega obnašanja zagotavlja ustvarjalni proces, ki spodbuja k pojavljanju subjektivnega trenutka. Ti pojavni trenutki so predstavljeni v shemah-bivanja-z. V tem smislu so predstave utemeljene na interaktivnih izkušnjah, ki so bile subjektivno živete.

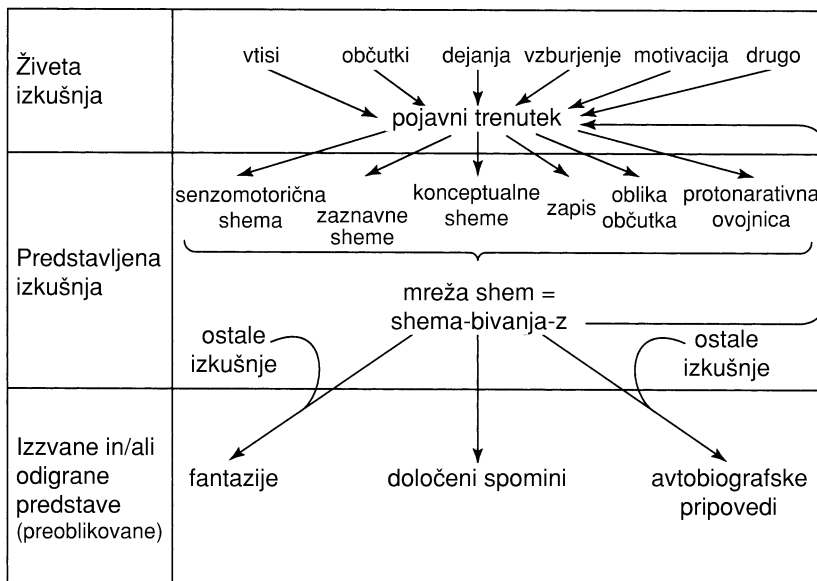
#### 1.5.9. Model otrokovih predstav

Sedaj imamo vse elemente, potrebne za ponazoritev, kako otrok oblikuje klinično pomembne predstave. Otrok preko svojih čutov med objekt-relacijsko interakcijo iz neoblikovanih podatkov sestavi subjektivno izkušnjo. V času izkušnje - med nekim pojavnim trenutkom - nastopi oblika koherentnosti kot pojavnost oblika razuma. Ločeni vidiki izkušnje, do katerih pride med pojavnim trenutkom, so ločeno shematizirani in vzporedno v omenjenih šestih oblikah shem. Mreža shem služi kot shema-bivanja-z, ki potem povratno vpliva na naslednje pojavnost trenutke. Ta mreža shem-bivanja-z je lahko

preoblikovana tako, da nastajajo domišljije, spomini ali (kasneje) pripovedi. Slika 5.4<sup>533</sup> prikazuje te odnose.

S tem pripravljenim modelom lahko v naslednjem poglavju pogledamo nekatere otrokove sheme-bivanja-z, ki so klinično gotovo pomembne. Preden to storimo, pa je pomembno, da koncepte shem-bivanja-z uporabimo tudi pri predstavnem svetu staršev. To smo predhodno že storili, pomembno je, da ob novih spoznanjih ponovno pregledamo že omenjene sheme staršev.

SLIKA 5.4



## 1.6. Klinični pogled na otrokove predstave

Pojavni trenutki in sheme-načinov-bivanja-z so enote, ki zajemajo katerokoli obliko posnete subjektivne izkušnje, le-ta pa vključuje interpersonalne dogodke. Te temeljne enote subjektivne izkušnje lahko sedaj uporabimo v mnogih kliničnih situacijah. Primeri, ki sledijo, so ilustrativni in seveda nikakor ne izčrpni.

<sup>533</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 98.



### 1.6.1. Biti z depresivno materjo

Začeli bomo s 'kompleksom mrtve matere', s posebno situacijo, ki je povezana z materino depresijo, kot jo opisuje André Green.<sup>534</sup> V tej situaciji je mati sicer fizično navzoča, vendar psihično in čustveno odsotna, ker ne zmore čustvenega ali drugačnega vlaganja v odnos z otrokom. Ta primer smo vzeli iz več razlogov. Greenov opis je splošno priznan kot odlična analiza klinične situacije, ki jo pogosto srečamo in je hkrati teoretično zanimiva. Vključuje interaktivne dogodke, ki naj bi se zgodili med otrokom in materjo, kot tudi intrapsihične dogodke. Ponuja nam rekonstrukcijska preoblikovanja odraslega glede izvirnih otroških predstav. Morda je najpomembnejše to, da natančno opisuje nalogo rekonstruiranja razvojne situacije, kot jo je mogoče najbolje videti z opazovanjem. Pri tem pogledu na splošno velja, da je vse v veliki meri odvisno od položaja opazovalca.

V zadnjih letih so opazovalci raziskovali mnoge interakcije med otrokom in depresivno materjo.<sup>535</sup> Nadaljevanje je povezano s temi pogledi in tistimi, ki jih iz kliničnih opazovanj dodaja D. Stern.

Vse depresije mater, vključno s poporodnimi, niso enake. Naslednji opis velja bolj za tisto vrsto depresije, ki jo določa predvsem psihomotorična upočasnjenost, zagrenjenost in pretirano ukvarjanje s seboj, kot za depresijo, za katero sta značilna jeza in strah. Ko

---

<sup>534</sup> Prim. A. Green, *On private madness*, The Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis, London 1986.

<sup>535</sup> Prim. R. N. Emde, (Ed.), *Rene A. Spitz: Dialogics from infancy: Selected paper*, International Universities Press, New York 1983b; T. Field, *Affective and interactive disturbances in infants*, v: *Handbook of Infant Development* (1987) (pp. 972-1005), ur. J. D. Osofsky, Wiley, New York; , M. Lewis - S. M. Miller, (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology*, Plenum Press, New York 1990; L. Murray, *Effects of post-natal depression on infant development: Direct studies of early mother-infant interaction*, v: *Motherhood and mental illness, Vol. 2*, ur. I. Brockington and R. Kumer, John Wright, Bristol 1988; L. Murray, *Impact of post-natal depression on infant development*, v: *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 33(3) (1992), 543-561; J. D. Osofsky, D. Harm, Z. Biringen, R. N. Emde, J. Robinson in C. Little, Emotional availability: Strengths and vulnerabilities in development, v: *Abstracts of papers presented at the Seventh International Conference on Infant Studies*, ur. C. Rovee-Collier, N.J.: Ablex, Norwood, Montreal 1990, 65; M. K. Weinberg - E. Z. Tronick, *Beyond the face: An empirical study of infant affective configurations of facial, vocal, gestural and regulatory behaviors*, v: *Child Development* 65 (1994), 1495-1507.

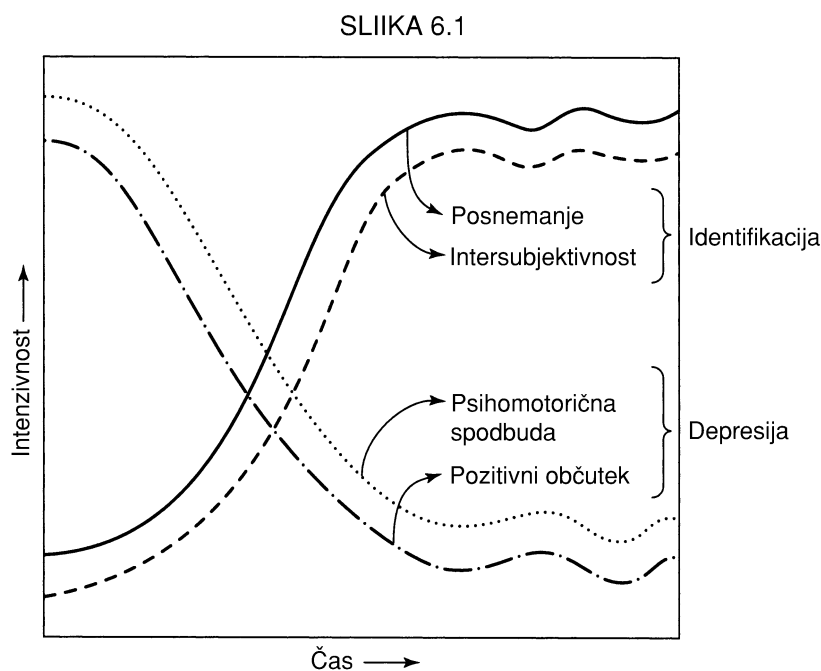
postanejo matere depresivne, ne pride do 'silovite spremembe' ali izgube 'ljubezni v hipu', kot to odrasli lahko opisujejo. Bolj gotovo gre za nadaljujoči se proces nezainteresiranosti, običajno delne. Namesto ene travmatične subjektivne izkušnje obstajajo vsaj štiri različne kronične oz. ponavljajoče se subjektivne izkušnje. Te vodijo v štiri ločene sheme-bivanja-z in skupaj začenjajo tvoriti del otrokovega predstavnega sveta, ki se začinja z nastopom izginotja materine psihične prisotnosti v okviru njene fizične navzočnosti.

#### OTROKOVA IZKUŠNJA PONAVLJAJOČE SE MATERINE 'MIKRODEPRESIJE'

Glede na pričakovanja in želje otroka je obraz matere brezizrazen in hladen. (Predpostavljamo, da je mati postala depresivna nedavno, da je otrok imel izkušnjo normalnega obnašanja svoje matere in da v tem trenutku primerja njeno depresivno obnašanje s prejšnjim.) Mati prekinja stik s pogledi in si ne prizadeva, da bi ga ponovno vzpostavila. Je slabo odzivna, njena živost in barvitost izginjata. Tudi pri otroku izginja živahnost in aktivnost, izgublja pozitivna čustva in obrazno izraznost itd. Izkušnjo bi na kratko lahko opisali z izrazom 'mikrodepresija'.

Kar daje tem trenutkom njihov posebni značaj, je posledična želja biti-z-materjo. Ko otrok ne uspe s poskusi, da bi privabil in zbudil mater v življenje, da bi bila čustveno prisotna in da bi se igrala, se zdi, da otrok poskuša biti z njo s pomočjo identifikacije in s posnemanjem. (Vse jasneje postaja, da otrokova mikrodepresija ni le posledica pomanjkanja stimulacij s strani matere, kar ni specifično, ampak je tudi posledica posnemanja oz. kužnih procesov, ki so specifični.) Stalnice tega poskusa identifikacije sestavljajo elementi, kot je povečano posnemanje, večja intersubjektivnost in zmanjšana samoaktivnost (self agency). Iz tega sledi, da bo otrok sam, ko je – iz kakršnega koli vzroka – motiviran za iskanje interaktivne ali psihične intimnosti z materjo s pomočjo posnemanja, identifikacije in intersubjektivnosti, občutil padec pozitivnih čustev, vse večje psihomotorično pešanje itd., skratka mikrodepresijo. Dva pojava – poskus 'biti z' s pomočjo identifikacije ter s posnemanjem in občutek depresije – postaneta povezana v en sam trenutek subjektivne izkušnje. Ta kombinacija dveh pojavov je povraten način-bivanja-z-materjo, ki ga je mogoče identificirati in postane predstavljen kot regularni del subjektivne izkušnje, tj. postane del sheme. Klinično podporo temu opisu lahko predstavljajo opazovanja Joya Osofskyga. Ta klinično pojavnostni trenutek lahko

prikažemo, kot smo to storili pri lačnem otroku. Časovni razvoj tega dogodka je prikazan v skrajšani obliki na sliki 6.1.<sup>536</sup>



Pri nekaterih odraslih pacientih je mogoče pogosto opaziti nenaden in običajno kratkotrajen padec pozitivnih čustev – tj. mikrodepresija – ki nima očitnih zunanjih vzrokov. Klinične raziskave razkrivajo, da so bili v ozadju takih trenutkov spomini, fantazije ali trenutna izkušnja, cilj pa je, da bi se z nekom identificirali.

En način, da bi o takšni situaciji razmišljali klinično, je ugotovitev, da so mikrodepresije in želje ali poskusi identifikacije med seboj povezani. To lahko pomeni, da dva povezana dela lahko prihajata iz izvorno različnih 'krajev', dinamično ozadje pa je lahko klinično zanimivo. Z vidika shem-bivanja-z pripadata želja po identifikaciji in mikrodepresija drug drugemu od začetka, ker tvorita posamično koherentno enoto interpersonalne izkušnje, tj. večkratne pojavljajoče-se-trenutke bivanja-z, ki postanejo predstavljeni.

#### OTROKOVA IZKUŠNJA BITI REANIMATOR

<sup>536</sup> D. Stern, *Motherhood Constellation*, 101.

Ko se otrok sooči z mikrodepresijo, stalno poskuša na najrazličnejše načine spraviti mater nazaj v življenje. V tem položaju je to mehanizem obvladovanja in ne obrambe. Takšno početje materi včasih pomaga, drugič pa ne. Takšni otroci so pogosto zelo ustvarjalni v humorju in izrazih animiranja. Način-bivanja-z, ki ga ti otroci osvojijo, se kasneje odraža v otrokovem razvoju v 'šarmerja', duhovitega in živahnega človeka. Del pojavnega trenutka in sheme vključuje tudi zadovoljstvo nad uspehom v nalogi reanimacije, ki lahko pomeni že pravo odvisnost. Kasneje se more odražati v izbiri objekta. Npr. samo ljudje, ki potrebujejo stalno reanimiranje, se zdijo zanj možni partnerji.

#### IZKUŠNJA 'MATERE KOT OKVIRNI KONTEKST PRI ISKANJU SPODBUDE DRUGJE'

Če otrok stalno doživlja neuspehe pri reanimaciji, se obrne proč in išče ustrežnejšo stopnjo spodbud in svet, ki ga zanima. To je tretji način-bivanja-z-materjo in je protisloven način-bivanja-z, ki omogoča osebno dejavnost radovednosti in iskanja zunanjih spodbud, v ozadju pa mora biti prisotna mati. To ozadje predstavlja neki način prikrite navezanosti.

#### IZKUŠNJA NEPRISTNE MATERE IN SEBE

Depresivne matere se pogosto močno zavedajo potreb otroka in se prizadevajo, da bi premagale depresijo, vendar to največkrat zmorejo le brez čustev. Rezultat je določena nepristnost, ki se odraža v pomanjkljivosti rahločutnosti in manjših nesorazmernostih v obnašanju. Stern je prepričan, da otrok lahko zazna to nepristnost, vendar je želja po živahnejši interakciji močnejša, zato sprejme manjše nasilje in se prilagodi nepristnemu obnašanju. Rezultat je nepristnost interakcije med otrokom in materjo. To je četrti način-bivanja-z-materjo.

Te štiri sheme-bivanja-z so verjetno prisotne v vseh primerih 'kompleksa mrtve matere', vendar ne izčrpajo vseh možnosti načinov bivanja. Interakcija z 'mrtvo materjo' poteka med različnimi shemami, med katerimi ena običajno vodi.

V Greenovem primeru je zanimivo, da rekonstrukcija s strani odraslega pacienta vsebuje večino zgoraj omenjenih elementov, ki nastopijo v poročilu iz opazovalne perspektive. Poročila pa se močno razlikujejo, ko govorimo o začetnih patogeničnih pogojih. Rekonstrukcijsko poročilo postavlja enojen, nenaden travmatičen dogodek, ki

je osredotočen na materin umik (of cathexis?). Ostali elementi so kasneje dodani v teku progresivnih rekonstrukcij in izoblikovanjih obrambe.

Poročilo z vidika opazovalne perspektive pa nasprotno postavlja na začetek štiri ali več različnih med seboj povezanih načinov-bivanja-z, ki so predstavljeni v štirih različnih shemah. Teh ne razumemo kot rekonstrukcije ali izoblikovanja obrambe. So marveč prej štiri vzporedne subjektivne izkušnje, ki tvorijo izvorno patogenični teren. Vse štiri so začetni pogoji, na katerih se gradi kasnejša rekonstrukcija. V tem smislu so začetni pogoji bogatejši in bolj izdelani. Travma je tako nekako demistificirana in prevedena v vsakodnevno življenje. Ta vidik zahteva manj rekonstrukcijskega dela, kajti opravljeno je bilo že na začetku in je mogoče na njem graditi. Ta pogled je pravzaprav enak tistemu, ki so ga nekateri raziskovalci imenovali *nadaljevalni konstrukcijski model*.<sup>537</sup>

Oba modela se dopolnjujeta in skupaj omogočata boljše razumevanje narave rekonstrukcije. V tem smislu so lahko pojmovanje shem-bivanja-z in z njim povezane fantazije v določenem primeru klinično koristne. Predpostavljanje teh subjektivnih enot omogoča identifikacijo in konceptualizacijo zgodnjih izkušenj, kar je lahko izvir kasnejših izdelanih patologij. Tako lahko informirajo rekonstrukcijski proces.

Zadnje, kar bi radi omenili v tem poglavju, je, da so trenutki in sheme-bivanja-z namenjene razmišljanju o enkratnih osebnih svetovih in njihovem oblikovanju. Pri opazovanju interakcije starši-otrok ali pri poslušanju pacientov terapevt ne more spoznavati iz teorij, kje natančno se nahaja dejavnost oz. kje se je nahajala. Za to je potrebno shematiziranje in predstavljanje subjektivne izkušnje, s čimer je mogoče obravnavati dogodke (za katere se zdi, da so oz. so doživeti, kot bi resnično bili). Tako stopimo v stik s konkretno stvarnostjo, ki tvori individualno izkušnjo in ne ostanemo na teoretičnem oz. abstraktnem področju. Navsezadnje terapevti raziskujejo posamezna življenja in ne teorije. V tem smislu najde razumevanje trenutkov- in shem-bivanja-z svoje mesto.

---

<sup>537</sup> Prim. C. H. Zeanah, T. F. Anders, R. Seifer in D. N. Stern, *Implications of research on infant development for psychodynamic theory and practice*, v: *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 2(5) (1989), 657-668.

## 1.7. Terapevt

Navzočnost terapevta je zadnji element, ki ga velja upoštevati v klinični situaciji. Mesto in vloga terapevta imata nekatere enkratne vidike v psihoterapiji starši-otrok. Katero mesto zavzema v našem modelu terapevt? Zaradi jasnejše vizualne predstave smo ostali samo pri treh osebah: mati, otrok in terapevt.

Verbalne in neverbalne izmenjave med terapevtom in materjo predstavljajo očitno obnašanje med njima. To pogovarjanje predstavlja večji del terapije. Terapevt je lahko tudi z otrokom v interakciji verbalno ali še bolj neverbalno. Te izmenjave z materjo in otrokom smo v našem modelu označili s  $T_{dej}$ .

In če se držimo modela, ima terapevt predstave o materi, sebi in o svojih interakcijah z njo. Podobno velja za predstave o otroku in interakcijah z njim. To označujemo s  $T_{pred}$ . Tudi mati predstave o terapevtu in sebi v interakciji s terapevtom, tako tudi otrok. To označujemo z  $M_{pred}^2$  in  $O_{pred}^2$ , kot kaže slika 1.4. Poglejmo od bližje, kako ta sklop predstav deluje v klinični situaciji.

### **Predstave matere o sebi, ko je v interakciji s terapevtom ( $M_{pred}^2$ )**

Materine predstave o sebi v klinični situaciji predstavljajo nov ključni element za uresničevanje sprememb in zahteva nadaljnje razprave. Ko je mati v navzočnosti terapevta, vidi sebe drugače in se drugače počuti kot če je sama z otrokom. Zmožnost terapije, da bi materi pomagala, ji dovolila in omogočila drugačen pogled nase kot na mater, je ključno vprašanje in glavni rezultat terapevtskega odnosa. Prav primerjava med  $M_{pred}^1$  in  $M_{pred}^2$  lahko usmerja mater k terapevtski spremembi.

Zaradi pomembnosti  $M_{pred}^2$  mora terapevt odgovoriti na nekatera vprašanja in sprejeti nekatere odločitve, povezane s tem. Takšna vprašanja so npr.: Katere interakcije z otrokom so primerne in koristne za terapevtsko delo, katere bodo ovirale ustvarjanje novih predstav? Ali je otrok terapevtov sogovornik ali ne? Tudi drža in položaj udeležencev v terapiji (ali sedijo vsi na stolih, so na tleh itd.) sta pomembna in odražata

terapevtovo odločitev kot npr. kdo je zanj pacient ipd. Ali naj igra terapevt vlogo 'strokovnjaka za otroka' in s tem tvega prevzemanje vloge 'boljše matere'?

Običajno prihaja do manjšega upora, če se terapija odvija na ravni starši-kot-starši in ne na ravni starši-kot-osebe. Največ terapevtskih zavezništev je lahko hitro in varno sklenjenih, če je središčna točka pomoč staršem, da bi bili boljši starši. Da bi terapevt prispeval k ustvarjanju takšne situacije, naj bi sebe videl v vlogi starševsko angažiranega spodbujevalca, ki je povezan z glavno nalogo staršev v njihovem življenju.

### **Predstave otroka o sebi in o terapevtu-kot-partnerju ( $B_{pred}^2$ )**

V nekaterih terapijah terapevt stopa direktno in namerno v interakcijo z otrokom. Otrok je potem prisiljen, kot je bila mati, da izoblikuje predstave o načinu interakcije, ki jo ima s terapevtom ( $B_{pred}^2$ ) in jih mora primerjati s predstavami o načinu interakcije, v kateri je običajno z materjo ( $B_{pred}^1$ ). Tudi tu ima primerjava med obema predstavama pomembno terapevtsko vlogo. V glavnem drži, če se je otrok lahko naučil drugačne interakcije z nekom poleg matere, lahko ta način interakcije prenese v nekdanji odnos z materjo in tako spremeni staro mrežo shem-bivanja-z-materjo. Behavioristični terapevti gradijo prav na tej posplošitvi.

### **Predstave terapevta o sebi, o materi in o otroku ( $T_{pred}$ )**

Uvajanje terapevtovih predstav v klinično situacijo omogoča upoštevanje kontratransferja v kliničnem sistemu. Teoretično to pomeni, da spremembe v pogledih terapevta na mater-kot-mater lahko vplivajo na to, kako mati doživlja sebe.

Vloga in položaj terapevta v tej novi klinični situaciji sta v temeljih, četudi so pogledi nanjo različni, podobna v kateri koli klinični situaciji. Ko smo postavili na svoje mesto zadnji element kliničnega sistema starši-otrok, lahko preidemo k aplikaciji tega pristopa na naše vprašanje ljubosumja.

## 2. Razvojno relacijska teorija

Sternov pogled na razvoj otroka nam je osvetlil nekatere vidike človekovega bivanja. V njegovem pristopu vidimo nove možnosti za pristop k vprašanju ljubosumja. Vendar pa se zavedamo, da Stern ne razvija samostojne celostne teorije o delovanju človekove psihe. Ker pa za jasnejši pogled na reakcijo ljubosumja potrebujemo prav to, bomo njegov pogled združili s sistemsko-relacijsko teorijo.<sup>538</sup> Tako razvijamo nov pogled, ki ga bomo imenovali razvojno-relacijska teorija. V njej želimo združiti rezultate raziskav, ki jih prinaša razvojna psihologija, še posebej Stern, in poglede sistemsko relacijske teorije.

Kljub temu, da v imenu novo oblikovane teorije ni pojma sistem, menimo, da že sam izraz relacija poudarja pomen odnosov in povezav med njimi. Še več, s samostojnim pojmom relacija želimo poudariti, da relacija ne pomeni le odnos, ampak tudi povezave med najrazličnejšimi dejavniki (človekove osebne lastnosti, doživetja, družina, družba). Pomen sistemov in podsistemov je pravzaprav samoumeven ter ga odnosi in povezave z dejavniki skozi razvojna obdobja predpostavljajo.

V naslednjih poglavjih torej združujemo Sternov pogled s sistemsko relacijsko teorijo. Pogleda se v marsičem dopolnjujeta, le ponekod vidimo razhajanja. Kljub razhajanjem ohranjamo iste temeljne pojme, ki jih prinaša sistemsko relacijska teorija, dodajamo pa nekatere nove vsebine. Namenoma novi pristop le bežno povežemo z ljubosumjem, ker ga ne želimo omejevati samo na vprašanje ljubosumja. Poleg tega bomo v naslednjem poglavju predstavili celosten pogled na ljubosumje z vidika nove teorije.

### 2.1. Domišljija in fantazija

Sternov pristop demistificira vlogo fantazije in projekcije ter daje interakciji bistveno pomembnejšo vlogo. Mreža shem-bivanja-z je zanj edini naslov, od koder izvirajo

---

<sup>538</sup> Tu se naslanjamo na še neobjavljeno knjigo avtorja Christiana Gostečnika z naslovom Sistemsko relacijska terapija (2003). Ker je delo še v nastajanju, so tudi navedki tujih avtorjev v tem delu nepopolni.



fantazije, spomini, pripovedi in 'pojavnimi trenutki'. Od kod drugod naj bi namreč prišli, če niso prirojeni? Mreža predstavljenih shem je dovolj prilagodljiva, da iz nje lahko nastajajo različni duševni pojavi. Uporabo takšnega sistema omogoča proces, ki smo ga poimenovali preoblikovanje. Ta skrbi za prosto prehajanje od zgodovine k pripovedi, od utrjenega vrstnega reda k urejeni preureditvi, od enega vzorca poudarkov do novega, od objektivnih dogodkov v resničnem času v virtualni čas. Vzorci premikajoče se pozornosti, ki jih proces proizvaja, ustvarjajo virtualne izseke, virtualna prekrivanja oz. virtualne so-pojavnosti oz. različne kombinacije teh. Možnosti za sestavljanje je na ta način ogromno, skoraj brez omejitve. Domišljija, nekateri spomini in avtobiografske pripovedi torej nastajajo na podlagi mrež shem. Naslednji korak je vprašanje prenašanja domišljije in predstavnega sveta na drugo osebo.

Stern meni, da so terapevti iz psihoanalitične tradicije pozabili, da materin **predstavni svet oz. domišljija ne moreta magično vplivati na otroka**. Otrok ne more dojeti vsebine materinega notranjega življenja drugače kot skozi očitno obnašanje. Kljub zadnjim desetletjem raziskav otroštva mistifikacija ostaja. Še vedno je živo prepričanje, da je temeljni gradbeni kamen otrokovega psihičnega razvoja materina domišljija, ki se udejanja preko projekcijske identifikacije.<sup>539</sup> Vendar to ne more biti res. Materina domišljija in predstave morajo najprej preiti v zaznavno, razločljivo obliko, ki ima lahko direkten vpliv in more imeti za otroka neki pomen. Z drugimi besedami, spremenjeni morajo biti najprej v interaktivno obnašanje. Materina domišljija je res temeljna začetna točka za terapevtovo izgradnjo ključnega psihološkega problema določenega primera, ne more pa biti temelj za izgradnjo otrokovega. Otrok namreč interakcijo zazna, jo prevede in odreagira tako, kakor jo je razumel. Otrok ni zrcalo staršev, ampak partner v interakciji z materjo. Ta diferenciacija ne pomeni iskanje dlake v jajcu, ampak predstavlja temelj našega pristopa.

Predstave torej niso oblikovane iz zunanjih dogodkov ali oseb, ki bi bili ponotranjeni. Niso postavljeni v notranjost od zunaj. Zgrajene so od znotraj in iz lastne izkušnje bivanja z drugim. Nič ni »postavljeno v«. Tudi če npr. otrok oponaša drugega, dela in

---

<sup>539</sup> Prim. B. Cramer, *Mother-baby interactions: In reality and in fantasy*, v: Paper presentation at the Third International Psychoanalytic Association Standing Conference on Psychoanalytic Research: The observed child and the reconstructed child, London (1993, March).

čuti kot drugi v tistem trenutku, predstavo o tem, kako čuti, oblikuje v sebi, hkrati pa je z drugim na takšen način, npr. identifikacija.<sup>540</sup>

Pomembno dopolnilo k sistemsko-relacijski teoriji vidimo v Sternovem pogledu glede razumevanja interakcije in odigranja materinih predstav v vedenjski interakciji. Stern ta pogled povzema takole:

7. Interaktivno obnašanje se odigrava pod vplivom aktiviranih shem-bivanja-z, le redko brez tega vpliva.
8. Aktivirane sheme so lahko zavestne ali predzavestne, podobno tudi dogajanje.
9. Nasprotno tudi interaktivno obnašanje aktivira sheme-bivanja-z.
10. Dialog med interaktivnim obnašanjem in shemami-bivanja-z je neprestan.
11. Premiki v položaju izmenjav oz. dialogov med interaktivnim obnašanjem in shemami-bivanja-z se lahko pojavljajo neprestano.
12. Ko je shema-bivanja-z aktivirana, se bo odigrala tako, kot določa sedanji kontekst.

Sorazmerno drugačen je v tem pogledu vpliv trenutnega konteksta na aktiviranje različnih predstav. Prišli smo do premika k pomembnejši vlogi interaktivne stvarnosti glede na povsem intrapsihične dogodke pri regulaciji subjektivne pokrajine. To nam omogoča, da lažje in jasneje vključimo pomen in vlogo najrazličnejših dejavnikov v odnosu npr. mati otrok. Kot bomo videli kasneje, je podporni sistem tisti, ki vpliva predvsem na mater, preko nje pa na otroka. Demistifikacija prenosa predstav na otroka tako demistificira tudi vpliv, ki ga ima nanj okolje. Vpliv okolja moramo v zgodnji dobi iskati pri starših, šele kasneje pri mladoletniku pa razmišljati o neposrednem vplivu.

Koliko dejavnikov vpliva na ljubosumje, smo lahko videli v prvem delu naloge. Ker dosedanji pogled ni bil celosten, je prihajalo tudi do protislovnih rezultatov. Z novim teoretičnim pristopom, ki ga v tem poglavju razvijamo, želimo resno upoštevati vse dosedanje raziskave ljubosumja. Že v teoretični pristop želimo torej umestiti vse pomembne dejavnike. Prvi korak k temu je, da presežemo pretirano poudarjanje podzavesti in damo pravo veljavo interakciji.

---

<sup>540</sup> Prim. J. Sandler, *Projection, identification, projective identification*, International Universities Press, New York 1987.

## 2.2. Od kod identifikacija?

Drugo pomembno dopolnilo k sistemsko-relacijski teoriji vidimo v Sternovem pogledu na identifikacijo. Tudi identifikacija ni vprašanje projekcije, ampak interakcije. Takšen primer nam ponuja interakcija med otrokom in depresivno materjo. Ko otrok ne uspe s poskusi, da bi povabil in zbudil mater v življenje, da bi bila čustveno prisotna in da bi se igrala, se zdi, da otrok poskuša biti z njo s pomočjo identifikacije in s posnemanjem. Vse jasneje postaja, da otrokova mikrodepresija ni le posledica pomanjkanja stimulacij s strani matere, kar ni specifično, ampak je tudi posledica posnemanja oz. kužnih procesov, ki so specifični. Stalnice tega poskusa identifikacije sestavljajo elementi, kot je povečano posnemanje, večja intersubjektivnost in zmanjšana samoaktivnost (self agency). Iz tega sledi, da bo otrok sam, ko je – iz kakršnega koli vzroka – motiviran za iskanje interaktivne ali psihične intimnosti s svojo materjo s pomočjo posnemanja, identifikacije in intersubjektivnosti, občutil padec pozitivnih čustev, vse večje psihomotorično pešanje itd., skratka mikrodepresijo. Dva pojava – poskus 'biti z' s pomočjo identifikacije ter s posnemanjem in občutek depresije – postaneta povezana v en sam trenutek subjektivne izkušnje. Ta kombinacija dveh pojavov je povraten način-bivanja-z-materjo, ki ga je mogoče identificirati in postane predstavljen kot regularni del subjektivne izkušnje, tj. postane del sheme.

## 2.3. Projekcijska in introjekcijska identifikacija

Projekcijska in introjekcijska identifikacija tudi v sistemsko relacijski teoriji že priznava pomembno vlogo interakcije, vendar hkrati še vedno nekako mistificira prenos predstav. McCormack<sup>541</sup> trdi, da se mora drugi, ko naslovnik pripiše odcepljene notranjepsihične dele sebe drugemu, s temi vidiki ali deli poistovetiti. Če se ne poistoveti z njimi, ostane ta psihološki proces zgolj na ravni projekcije z malo vpliva na naslovnika. Bistvo tega procesa je, da pošiljatelj **prek svojega vedenja ali obnašanja pošlje** ali vztrajno pošilja 'povabilo' naslovníku, ki pa se na klic, da bi postal 'odlagališče' za pošiljateljeve

---

<sup>541</sup> Prim. J. McCormack, *Treating Borderline states in Marriage*, Jason Aronson, Northvale 2000.

projekcije, lahko odzove ali pa ne. Tako npr. če ima pošiljatelj zelo skrivljeno samopodobo, potem jo zanika in se začne zanimati za podobo drugega, s tem pa ga začne obravnavati in dojemati s skrivljeno ali grdo podobo. Če ima ta drugi varno samopodobo, potem se bo s projekcijo pošiljatelja malo poistovetil oziroma bo začutil, da je nekaj narobe s pošiljateljevo samopodobo. Če pa je naslovnik zaskrbljen za svojo samopodobo, bo postal ob pošiljateljevi projekciji hitro ranljiv, saj je v njem na temelju mehanizma kompulzivnega ponavljanja že ustaljena podlaga, namreč naslovnikova krhka in negotova samopodoba, v kateri lahko hitro zraste pošiljateljeva skrivljena samopodoba. Naslovnik se bo čutil nelagodnega in neprivlačnega ter njegova anksioznost se bo zvišala. Pošiljatelj lahko nato opazuje naslovnikovo nelagodje, se poistoveti ali identificira z njegovim bojem in se od tega celo lahko nauči, kako se soočiti z lastnim problemom neprivlačnosti.<sup>542</sup>

Mi trdimo, da se prenos vedno dogaja preko interakcije. Projekcija v smislu odcepljenega jaza pa nastopa predvsem takrat – tudi ta se seveda odvija preko interakcije -, ko oseba ni sposobna funkcionalnega zdravega odnosa. Manj ko je človek sposoben razumsko ravnati, močnejša je podzavest. Ta lahko deluje nezavedno v interakciji, kjer posameznik nezavedno projicira določene predstave v naslovnika. Leta je sicer še vedno samostojen in soodgovoren za sprejemanje projekcije, vendar manj ko je zrel (oz. glede na razvoj še ni kos zavestne in razumne presoje) močnejši vpliv imajo projicirane predstave na njegovo življenje.

Izreden pomen projekcijsko introjekcijske identifikacije vidimo torej pri patoloških primerih, medtem ko v zdravem funkcionalnem odnosu podzavesti ne pripisujemo tako pomembne vloge kot sistemsko relacijska teorija. Za nas namreč ni sprejemljivo, da bi bila tudi najbolj plemenita dejanja posameznika predvsem sad podzavesti. Nesprejemljivo je, da bi projekcijsko identifikacijo in kompulzivno ponavljanje razumeli kot »osnovo vsakega razvoja, in da dovolj dobra mati predvsem projicira v otroka ljubeča čustva nežnosti in sprejetosti in jih v njem skuša utrditi. S temi afekti se otrok identificira in se na osnovi tega razvija.«<sup>543</sup> Kot kristjani verujemo, da smo ustvarjeni po božji podobi. Sprejeti projekcijsko introjekcijsko

---

<sup>542</sup> Prim. J. McCormack, *Treating Borderline states in Marriage*, Jason Aronson, Northvale 2000.

<sup>543</sup> C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

identifikacijo kot osnovo razvoja bi pomenilo, da je tudi Boga pri ustvarjanju sveta vodila ta nezavedna sila. Ljubezen je mogoča samo, če smo svobodni. Svobodni pa smo, če nas ne vodi podzavest in nezavedna čustva. Projekcijsko introjekcijsko identifikacijo in kompulzivno ponavljanje lahko razumemo torej le kot dediščino izvirnega greha, ne moremo pa je sprejeti kot osnovo vsakega razvoja.

Nekatere zasnove za naše pojmovanje odkrivamo že v sistemsko relacijski teoriji, ko npr. sprejema razvojni pogled na otroka. Ta trdi, da starši, ki se otroku posvečajo, sodelujejo in spodbujajo njegovo govorico s tem, da so v sozvočju z otrokovo govorico. Ko nanjo odgovarjajo, ne spodbujajo samo razvoja njegovih lingvističnih sposobnosti, ampak predvsem gradijo odnos. Otrok se bo s pomočjo lingvističnih sposobnosti začel učiti, da je govorica tisti instrument, s pomočjo katerega je mogoče razreševati čustvene zaplete, konflikte in kompleksne odnose z okoljem. V nasprotnem primeru pa bo otrokova najmočnejša govorica izražanja konfliktnih čustvenih afektov ostala na ravni vedenjskega odigravanja; namesto da bi zapletene in konfliktno čustvene afekte izgovoril, jih bo vedenjsko uprizarjal z impulzivnim vedenjem, ki se bo izražalo preko jeznih izbruhov razmetavanja igrač ter drugih predmetov, vpitja, joka ali pa se bo z namrščenim obrazom metal ob tla, se zvijal, grizel najrazličnejše predmete, ki mu bodo na voljo, in trmasto sedel v kotu sobe ali pod mizo oziroma brezglavo tekal po stanovanju.

Glede na to, da ljubosumje pogosto spremljajo nefunkcionalni, dostikrat divji izrazi potlačenih čustev, smemo reči, da je projekcijska introjekcijska identifikacija kot nezaveden proces lahko vzrok za takšna čustva. Bolj ko je ljubosumje patološko in nefunkcionalno, bolj nefunkcionalne odnose lahko pričakujemo v izvorni družini.

## 2.4. Kompulzivno ponavljanje

Kompulzivno ponavljanje, ki je pomemben vidik sistemske relacijske teorije, razumemo kot ponavljanje shem. To ponavljanje dojemamo kot moč navade in ne kot moč podzavesti. To razlikovanje uvajamo zaradi demistifikacije 'oblasti' podzavesti. V čem se razlikuje naš pogled od sistemske relacijskega, lahko pogledamo na primeru hranjenja, ki je nedvomno izredno pomemben vidik v določeni dobi otrokovega razvoja.

Relacijski vidik razume odnos do hrane kot projekcijsko introjekcijsko identifikacijo. Zato trdi, da bo otroku, ki je samo preko hranjenja doživljal stik z zunanjim svetom, hrana postala simbol povezanosti.<sup>544</sup> Naš pogled je nekoliko drugačen. Ob hranjenju se je v interakciji z materjo v otroku razvila shema-bivanja-z, ki je ostala v spominu. Na podlagi tega spomina oz. sheme bo otrok stopal v zunanji svet. Ne vodi ga torej projekcijsko introjekcijska identifikacija, ampak shema. Shema ni nujno tako močno v podzavesti, da bi je ne bilo mogoče preprosto spremeniti. Ob različnih okoliščinah se lahko človek spomni, da ga vodi npr. isti strah, kakor ga je doživljal kot otrok. Ker razlogov za strah, ki so bili na začetku ustvarjanja sheme, ni več, se lahko tudi shema spremeni, ker je kot taka sedaj nefunkcionalna.

Na tem preprostem primeru želimo poudariti, da je človek že v samem začetku kot tudi v nadaljevanju svoboden v izbiri shem. Našega delovanja ne vodi predvsem podzavest, ampak naučene sheme. V odnosih z drugimi prihaja lahko do racionalizacije, izbir, odločitev. Vzgoja lahko zelo vpliva na predelovanje shem. Seveda pa je podzavest močnejša tam, kjer ni prave vzgoje oz. kjer je ta toga ali mehka in ne prožna. S poudarjanjem shem v nasprotju s podzavestjo želimo dati večji pomen poleg svobode tudi mnogim dejavnikom, kot so: značaj, okolje, drugi ljudje ...

Na primeru raziskav ljubosumja vidimo, da ni mogoče ljubosumja pripisovati samo enemu ali drugemu dejavniku, ampak da je to sad mnogih dejavnikov in hkrati rezultat svobodnega odločanja. Tudi sheme niso nespremenljive, vse pa vplivajo na naše reakcije.

---

<sup>544</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

Sistemska relacijska teorija trdi, da ljudje vse življenje na osnovi mehanizma projekcijske identifikacije iščemo temeljna razpoloženja, jih skušamo na novo odkriti in predvsem na temelju kompulzivnega ponavljanja na novo ustvariti in konsolidirati.<sup>545</sup> Mi trdimo, da so vodilo ponavljajočih se dogodkov naučene sheme-bivanja-z. Človek ne živi le iz naučenih vzorcev, ampak zavedno ali nezavedno išče boljši način življenja z drugimi. Preverja naučene sheme in išče boljše. Če bi ne bilo tako, bi se ljubosumje iz otroštva nujno ponavljalo v odrasli dobi. Raziskave pa trdijo, da ni jasne vzročne povezave med ljubosumjem v otroštvu in ljubosumjem v odrasli dobi.

Strinjamo se s trditvijo, da posameznika, tudi če se odloči, da bo zapustil svojo izvorno družino in zavestno odide, kljub vsemu spremljajo modeli ali notranjepsihične podobe skupno z afekti, v katerih je bil vzpostavljen primarni stik, le da se jih pogosto ne zaveda. Vedno znova se bodo pojavili oziroma posameznik jih bo poustvaril ali prebudil v intimnih navezavah z drugimi v odrasli dobi. Iz tega torej ne more pobegniti samo na osnovi odločitve, da zavrne svojo družino; potrebna je **globlja psihična prestrukturalizacija**.<sup>546</sup> Odit iz družine za nas pomeni spoznati sheme, ki so v njej delovale, sprejeti svojo zgodovino in preoblikovati nefunkcionalne sheme v bolj funkcionalne. Podobno velja za zapuščanje nefunkcionalnih shem, ki vodijo reakcije ljubosumja.

Temeljni elementi kompulzivnega ponavljanja so procesi percepcije ter interpretacije afektov, s katerimi posameznik vzpostavi zvezo ali vzporednico med preteklimi in sedanjimi situacijami in/ali doživetji. Tako bi lahko rekli, da posameznik sedanje dogodke, ki ga spominjajo na preteklost, interpretira v luči

---

<sup>545</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

<sup>546</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

preteklosti oziroma jim daje pomen, ki so ga imeli v preteklosti in to ne glede na to, da ti dogodki z drugimi ljudmi, se pravi v novem kontekstu, vsebujejo povsem drug pomen.<sup>547</sup> Interpretacije vsaj v celoti ne razumemo kot delo podzavesti – verjetno tako razume tudi avtor, – kar govori v prid našemu pogledu na kompulzivno ponavljanje.

Tudi nekateri psihoanalitiki trdijo, da so lahko pretekle izkušnje, ki so najbolj povezane s kompulzivnim ponavljanjem, enkratne travmatične izkušnje in odnosi ali pa ponotranjeni vzorci ponavljajočih se odnosov in stalnih travmatičnih doživetij, ki se globoko ukoreninijo v posameznikovo psiho.<sup>548</sup> Če je sedanje doživetje dovolj podobno preteklemu doživljanju, bo lahko aktiviralo mehanizem kompulzivnega ponavljanja. Do prepoznavnih analogij lahko pride, če je sedanje doživetje na neki način vzporedno preteklemu doživljanju.<sup>549</sup> To spoznavamo tudi na primerih ljubosumja, kjer ljubosumnega posameznika neka situacija spomni na travmatičen dogodek, ki nato poteka v reakciji ljubosumja.

Casparjeve trditve se torej v veliki meri ujemajo z našim razumevanjem kompulzivnega ponavljanja shem. Podzavest nas vodi, zlasti kadar je v ozadju neka travma. Predvsem takrat, ne pa vedno, kot poudarja sistemsko relacijska teorija, je ponovna identifikacija s starim introjeciranim afektom, fantazijo, z anksioznostjo in s sliko izvirne travme tako močna, da se ji žrtev ne more izogniti. Naloga narave oziroma cilj tega psihološko antropološkega mehanizma je, da dokonča nedokončano, da razreši, obvlada in dobi nadzor **nad travmo**. Predvsem v primerih travm vidimo v kompulzivnem ponavljanju kot podzavestnem procesu s strani sistemsko relacijske teorije pomembno dopolnilo k našemu pristopu.

Kompulzivno ponavljanje razumemo kot proces, v katerem se psihične vsebine, ki so preveč boleče in vzbujajo prehudo anksioznost, da bi lahko ostale v

---

<sup>547</sup> Prim. F. Caspar, *The appeal of connectionism for clinical psychology*, v: *Clinical Psychology Review* 12.

<sup>548</sup> Prim. F. Caspar, *The appeal of connectionism for clinical psychology*.

<sup>549</sup> Prim. F. Caspar, *The appeal of connectionism for clinical psychology*.



zavesti, potlačijo, dokler jih projekcijska in introjekcijska identifikacija ponovno ne sproži in se znova pojavijo. V primeru travmatičnih dogodkov je kompulzivno ponavljanje močan in predvsem podzavesten proces. To plat podrobno razdeljuje sistemsko relacijski pristop. Želimo pa poudariti, da je mnogo odnosov v življenju manj travmatičnih. V njih je več prostora za refleksijo, interpretacijo, svobodno odločanje in ljubezen. Zato se celo marsikakšen travmatičen dogodek razreši. Ljubosumje se ne ponovi več. Osebna izbira lahko (s pomočjo različnih dejavnikov) premaga tako shemo kot travmatičen dogodek.

## 2.5. Izbiranje zakonskega partnerja

V našem pogledu na človeka in na njegov razvoj ne moremo torej dati vodilne vloge podzavesti. Prav tako ne pri izbiri zakonskega partnerja. Sodobna psihoanaliza - čeprav je že čutiti popuščanje razvojnim in behaviorističnim pritiskom - še vedno trdi, da so nezavedne psihične vsebine pri izbiri zakonskega partnerja sicer res najosnovnejše in najvplivnejše, in dodaja, da imajo pa vendar tudi vplivi okolja, situacijske razmere, razpoložljivost, socialne in kulturne okoliščine ter celo genetski faktorji pomembno vlogo tako pri zaljubljenosti in še veliko bolj pri izbiri zakonskega partnerja. Poleg tega so tu še logična razmišljanja, socialni oziri ter pritiski celotnega družinskega sistema, njegovih potreb in načrtovanja prihodnosti, kakor tudi duhovne zahteve in romantični ideali tisti faktorji, ki imajo lahko večkrat kar bistven doprinos pri izbiri partnerja.<sup>550</sup> Tudi pri tej razsežnosti človeškega življenja vidimo večji pomen vzgoje in svobodnih odločitev kot pa podzavesti. Seveda s poudarkom, če ne gre za zelo nefunkcionalne odnose v primarni družini.

S shemami, s katerimi nadomeščamo pojem projekcije, pridobimo večjo preglednost vzrokov za naše obnašanje in delovanje, več prostora dajemo različnim dejavnikom, kot je okolje, družba, posameznikove lastnosti ipd., kar združujemo pod izrazom podporni sistem in samodejno upoštevamo različne vloge članov v družini, ki so sicer s pojmom projekcijsko introjekcijske identifikacije odrinjene na rob.

---

<sup>550</sup> Prim. A. M. Pines, *Falling in love; Why we choose the lovers we chose*, Routledge, New York 1999.

Da na izbiro partnerja vpliva več dejavnikov, zajetih v različne sheme, ki med seboj tekmujejo, opozarja tudi opažanje, da se nekdo lahko zaljubi v več oseb hkrati. Pines ugotavlja, da so naši notranjepsihični romantični modeli kompleksni zato, ker so starši kompleksni ljudje. Njihove značilnosti so pozitivne in negativne. Tako so bili tudi naši otroški odnosi večplastni in kompleksni. Ker naša otroška doživetja vključujejo veliko število občutij - nekatera pozitivna, druga negativna - in ker se naš notranjepsihični romantični model nenehno razvija skozi vse življenje, se je mogoče navezati na več oseb. Ista oseba namreč lahko ustvari z vsakim romantičnim partnerjem enkratne modele medosebnih interakcij. Tako se lahko zgodi, da se bo posameznik zaljubil v eno osebo, ki mu bo zadovoljila temeljno potrebo po varnosti, vendar ko je ta potreba zadovoljena, se bo zaljubil v drugo osebo, ki mu po izpolnila potrebo po dramatičnosti in vznemirjenosti. Včasih pa ljudje sploh ne vidijo ljubljene osebe v sami sebi, ampak se zaljubijo v svojo lastno projekcijo notranjepsihičnega romantičnega modela in to osebo prisilijo, da odgovori ali se odzove na njihove projekcije.<sup>551</sup>

Možnost, da se človek zaljubi v več oseb oz. v različne osebe, v našem pogledu razumemo kot tekmovanje različnih shem. V določenem kontekstu prevladuje ena, v drugem pa druga. Ko je v ospredju shema, ki se nam v tistem trenutku zdi pomembnejša, lahko oseba s podobno shemo bolj ustreza od prejšnje.

Sodobna psihoanaliza trdi, da nas vedno privlačijo ljudje, ki se skladajo z našo romantično podobo v nekem pomembnem pogledu in načinu. Ta skladnost je lahko v osebnostih, v zunanjem videzu, socialnem ozadju ali okolju ter večkrat v mišljenju, čutenju in vedenju. Ko srečamo takšno osebo, vanjo projiciramo lastno romantično podobo, oz. v našem jeziku, v njej najdemo sheme, ki so podobne oz. komplementarne našim. Če tudi ljubljena oseba v nas projicira svojo romantično podobo, ki je sestavljena iz systemske notranjepsihične podobe, jaza, očeta in matere ter njunega odnosa in se oba s temi podobami in afekti identificirata, oz. če se sheme dopolnjujejo, potem govorimo o vzajemni

---

<sup>551</sup> Prim. A. M. Pines, *Falling in love; Why we choose the lovers we chose*, Routledge, New York 1999.

projekciji in identifikaciji, ki jo doživimo kot zaljubljenost. Zato tudi partnerja, ki se zaljubita, začneta doživljati svojo ljubezen in odnos, kakor da sta se poznala že vse življenje.<sup>552</sup>

Mi vidimo v tem procesu skladanje s shemami-bivanja-z. Gre torej za prevladujoče sheme, ki privlačijo. Ker pa jih je več, lahko v neki situaciji stopi v ospredje ena, v drugi druga. To govori v prid nepredvidljivim izidom raziskav ljubosumja. Zaradi množice dejavnikov, ki vplivajo na odnos, ni mogoče predvideti njegovega razvoja. Odnos je mogoče razumeti v retrospektivi, ni pa ga mogoče predvidevati. Tako tudi ljubosumja ni mogoče napovedati, lahko ga le sledimo iz sedanjosti nazaj v preteklost.

## Sklep

Sistemska relacijska teorija, ki izhaja iz psihoanalitične tradicije, še vedno daje prevladujoče mesto podzavesti. Ta poudarek vidimo kot sad tradicije in tudi kot posledico dejstva, da teorija še vedno gradi predvsem na patoloških primerih in ne na opazovanju funkcionalnih odnosov. V tem stališču vidimo nevarnost zmanjševanja posameznikove odgovornosti za njegova dejanja, kar mu jemlje dostojanstvo in odgovornost za izbiro bolj funkcionalnih odnosov. V razvojnem pristopu D. Sterna vidimo pomembno dopolnilo obstoječe sistemske relacijske teorije. Poleg temeljnega poudarka, ki se s podzavesti pomika na interakcijo, je važna dopolnitev v tem, da jasno umesti vlogo podpornega sistema pri razvoju posameznika. Ta premik nujno potrebujemo za celosten pristop k ljubosumju, ki je tako pozitivno kot negativno.

Nov pristop nam omogoča, da lahko ovrednotimo dosedanje behavioristične, sociološke in kulturološke raziskave o ljubosumju. V naslednjem poglavju bomo z novim pristopom predstavili celosten pogled na ljubosumje.

---

<sup>552</sup> Prim. H. Hendrix, *Getting the Love you want*, New York 1990.

Kljub določenim razhajanjem našega pogleda s sistemsko relacijsko teorijo prepoznamo v njenih pogledih mnoge pomembne vidike, ki jih tudi v svojem razvojno relacijskem pristopu ohranjamo. Če torej povzamemo, so naši poudarki naslednji:

- Od sistemsko relacijske teorije sprejemamo projekcijsko introjekcijsko identifikacijo, kompulzivno ponavljanje, vendar dajemo interakciji in svobodi posameznika v odločanju pomembnejše mesto. (To utemeljujemo tudi z raziskavami, ki trdijo, da ni neposredne povezave med ljubosumjem v otroštvu in ljubosumjem v odrasli dobi.)
- Projekcijsko introjekcijsko identifikacijo razumemo kot prenašanje shem preko interakcije. Materino udejanjanje predstav z njenim otrokom ni enostranski dogodek. Da se uresniči, zahteva medsebojno oz. dopolnilno delovanje pri otroku. Otrok ni pasivna žrtev njenih predstav, ampak je na neki način partner. (Temu v prid govori tudi dejstvo, da ljubosumje staršev še ne pomeni nujno, da bodo ljubosumni tudi otroci.)
- Otrok ima mnoge močne, prirojene predpostavke in nagnjenja k delovanju, ki krepko vplivajo na samo naravo izkušnje s svetom kot tudi na to, kateri del objektivnega sveta bo doživljal. (Ni namreč enoumnih vplivov okolja, ker je tudi posameznik pomemben dejavnik.)
- Podporni sistem ima vpliv predvsem na mater in preko nje na otroka. Direktni vpliv podpornega sistema na otroka je minimalen. (Seveda pa vpliv kulture preko matere na otroka ni zanemarljiv. Temu velja dodati še razvoj vrednot v kasnejši dobi odraščanja, ko je neposredni vpliv na mladostnika že pomemben. Na takšen vpliv lahko sklepamo iz raziskav reakcije ljubosumja v različnih kulturah.)
- Projekcijsko introjekcijska identifikacija je le v primerih nefunkcionalnih odnosov in travm prevladujoča sila v človekovih odnosih, sicer je

prevladujoča svoboda odločanja in izbire. (Pomen travmatičnih dogodkov želimo upoštevati tudi v ljubosumju, zato kasneje navajamo nekatere primere travmatičnih dogodkov.)

- Identifikacija je odgovor na interakcijo in ne stvar projekcije.
- Kompulzivno ponavljanje razumemo kot zavedno ali nezavedno ponavljanje naučenih shem.
- Naše razumevanje kompulzivnega ponavljanja daje več prostora vzgoji in svobodnemu odločanju in demistificira vlogo podzavesti.
- Pri izbiri partnerja vodijo posameznika naučene sheme, ki se jih iz družine, kjer prevladujejo funkcionalni odnosi, lahko zaveda in se ob resni pripravi na zakon lahko svobodno odloča, tj. ga ne vodi podzavest.
- Predstavitev vlog otrok, kot jih razume sistemska relacijska teorija, je za naš pogled preveč ozka. Ker gradimo na predpostavki, da na človekov razvoj vpliva mnogo dejavnikov, ne moremo sprejeti tistih predvidevanj o razpletu razvoja, ki so zgrajena le na podlagi enega dejavnika (npr. vrstni red otrok v družini). (Temu v prid govori pogled na celoto raziskav ljubosumja.)

## 3. Teoretična razlaga ljubosumja

(Pogled z vidika razvojno relacijske teorije)

Ko smo izoblikovali teoretični pristop z upoštevanjem vseh pomembnih dejavnikov, ki vplivajo na razvoj človekovih odnosov, lahko ta pristop uporabimo pri raziskovanju ljubosumja. Razvoj ljubosumja sledimo razvojno in relacijsko. Zato bomo v splošnem okviru predstavili dva temeljna dejavnika za razvoj ljubosumja, to sta diferenciacija in razvoj temeljnih tem. V drugem delu predstavljamo posamezne dejavnike, ki zaznamujejo razvoj ljubosumja, to so: sheme-bivanja-z, podporni sistem in travmatični dogodki.

### 3.1. Splošni okvir

#### 3.1.1. Diferenciacija

Vzroke za ljubosumje gre nedvomno iskati že v otroštvu. Prvi pomemben korak v razvoju ljubosumja je proces **diferenciacije**. Od njene stopnje so v veliki meri odvisni vsi naslednji odnosi.

Če pogledamo razvoj otroka, vidimo, da je pri 3-4 mesecih starosti, če ne že prej, otrok že sposoben razločevati sebe od drugih. Del tega razlikovanja sestavlja sposobnost prepoznavanja lastnega delovanja in prepoznavanja sebe kot avtorja namernih dejanj. Istočasno začneja ocenjevati osnovne oblike vzročnosti, njegovo obnašanje pa je jasno ciljno usmerjeno.

Če se v družini iz katerega koli vzroka proces diferenciacije, separacije in individuacije zaustavi, se na osnovi mehanizma projekcijske in introjekcijske identifikacije pojavi še močnejše zlivanje, ki povzroči še večjo nejasnost glede razmejitev. Starši in otroci projicirajo svoja čustva v simptomatičnega otroka, ki se skuša osamosvojiti in otresti čustev razvrednotenja, ki so v družini zanikana.<sup>553</sup> V takšnem primeru ima podzavest ogromno moč, da vodi odnose,

---

<sup>553</sup> Prim. J. McCormack, *Treating Borderline states in Marriage*, Jason Aronson, Northvale 2000.

zlasti najbolj intimne. Nefunkcionalnost odnosov v otroštvu se vedno znova ponavlja v vseh intimnih odnosih.

Zanimiva je Sternova ugotovitev interakcijskega vzorca na primeru Freda in Marka, da je sorazmerno močna projekcijsko introjekcijska identifikacija povzročila, da je po dveh letih imel Fred več težav kot Mark tako pri vzpostavljanju kot pri ohranjanju medsebojnega pogleda tako z materjo kot z drugimi. Prav tako je imel več težav pri zapuščanju matere in odhajanju od nje. Na splošno je ostal manj navezan in manj ločen, kar je samo po sebi protislovno.

Prav vprašanje svobode v odnosu, sposobnost svobodnega odhajanja in vračanja, pa je eno temeljnih vprašanj ljubosumja. Običajno je ljubosumje povezano z manjšo sposobnostjo navezovanja drugih odnosov. Reakcija pa je neprestano nadziranje partnerjevega odhajanja. Ta reakcija spominja na shemo, ki jo je ljubosumni prevzel od staršev. Bolj ko so bili nesposobni omogočiti otroku samostojno rast, močnejše so posredovali strah in pretirano kontrolo.

Projekcijsko introjekcijska identifikacija zavira diferenciacijo. Če je premočna, diferenciacija ni mogoča. Kjer ni separacije, individuacije in diferenciacije, lahko pričakujemo prisotnost projekcijske introjekcijske identifikacije in vzporedno tudi pojav ljubosumja.

S tem v zvezi moramo omeniti Mahlerjevo,<sup>554</sup> ki trdi, da samo oseba, ki je uspešno zaključila kritične razvojne faze separacije in individuacije, lahko vzpostavlja ljubezenske odnose. Z drugimi besedami, samo posameznik, ki je zares sposoben prave ljubezni ter intimne z drugimi in ne samo določenega prenosa ali projekcije svojih idej in čustev v drugo osebo, se more razviti v samostojno osebo, ki je v notranjepsihičnem svetu sposobna najti svoj pravi jaz.<sup>555</sup> Vprašanje separacije in individuacije je torej temeljno vprašanje ljubezenskega odnosa in s tem tudi pomembno vprašanje ljubosumja.

---

<sup>554554</sup> Prim. M. Mahler, *Symbiosis and Individuation: The psychological birth of the human infant*, v: *The psychological Study of the Child* (29), 98-106.

<sup>555</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

Če sta oba partnerja diferencirana in integrirana, potem doživljata in dojemata drug drugega kot drug drugemu komplementarna, dragocena in se lahko drug drugega veselita. Tako bo npr. mož, ki je nagnjen k 'okostenelosti' oziroma natančnosti in redu, užival v spontanosti svoje žene, medtem ko bo lahko žena ob tem možu doživljala veselje nad njegovim čutom za organizacijo in njegovo natančnostjo ter nad pozornostjo, ki ju posveča vsaki najmanjši stvari, predvsem pa bo vesela, saj je njej mož skrben in zna skrbno načrtovati.<sup>556</sup>

Če sta romantična partnerja diferencirana, se med njima ustvarja intimnost, ki oba osrečuje, ne da bi pri tem izgubila lastno samostojnost in individualnost. Zakonca se počutita, da sta blizu drug drugemu in drug v drugem spodbujata osebno rast. Kadar pa sta na nizki stopnji diferenciacije, potem je vsak napor, da bi eden od njiju dosegel večjo samostojnost, s strani drugega doživet kot grožnja odnosu in zato le-ta odgovarja na ta napor z občutkom ranjenosti. Ta se zato odzove s tem, da partnerja prizadene in rani - ali pa se umakne. Gre za pogoste napade in izbruhe bolečih čustvenih vsebin, ki se kažejo v obliki jeze in besa, kar še nadalje otežuje vsako zdravo in funkcionalno komunikacijo. Nizka raven diferenciacije obenem povzroča tudi grozljivo čustveno negotovost. To povzroča nezmožnost sprejemanja odgovornosti za občutja nevarnosti in nezavarovanosti. Partnerja tako namesto da bi sprejela odgovornost za svojo ranljivost, povzročeno zaradi negotovosti, strahu in globoke stiske, raje krivita drug drugega, in sicer z globokim prepričanjem, da bi bila odpravljena vsa občutja negotovosti in ranljivosti, bolečine in stiske, če bi se partner spremenil ali postal drugačen.<sup>557</sup>

Nezmožnost diferenciacije ima lahko za posledico tudi nezmožnost ali nesposobnost odcepiti se od lastne izvirne družine, ki lahko povzroči resne

---

<sup>556</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

<sup>557</sup> Prim. W. W. Meissner, *The conceptualization of marriage and family dynamics from a psychoanalytic perspective*, v: *Marriage and marital therapy: Psychoanalytic, behavioral, and systems theory perspectives*, ur. T. J. Paolino – B. X. McCrady, Brunner/Mazel, New York 1978.



posledice in ima izredno globok vpliv pri izbiri in ohranjanju romantične navezanosti.<sup>558</sup>

Če na koncu povzamemo relacijsko teorijo, kot jo predstavlja C. Gostečnik<sup>559</sup> glede na vzpostavitev romantičnih odnosov in jo dopolnimo z razvojnim pristopom, se pri tem osredotočimo na naslednje:

1) Ljudje si aktivno sami ustvarjamo romantične odnose. Doživetja iz mladosti, zlasti nastajanje shem-bivanja-z, predstavljajo največji vpliv pri izbiri romantičnega partnerja. Na funkcionalnost intimnega odnosa močno vplivajo občutja umanjkanja ljubezni, zavrnitve, zavrženosti itd., ki jih je posameznik doživel v otroštvu. Pri tem gre zlasti za predpostavko, da so izkušnje iz mladosti podoživljena oz. na novo ustvarjena v odraslih odnosih in so zato odsev tako intrapsihičnih, interpersonalnih, kakor tudi sistemskih dinamik.

Če sheme, ustvarjene v mladosti, vplivajo na izbiro romantičnega partnerja, moremo predvidevati, da vplivajo tudi na oblikovanje intimnega odnosa. Kombinacija shem in različnih dejavnikov vpliva na razvoj ljubosumja v partnerskem odnosu.

2) Zakonski, partnerski odnos je 'razvojno-relacijski' odnos, ki je najgloblje povezan z dožitji odnosov v najzgodnejšem otroštvu, in sicer odnos, ki sta ga partnerja imela vsak s svojima staršema, z odnosom, ki sta ga imela starša med seboj ter z odnosom s pomembnimi drugimi. Zaljubljenost torej ni nekaj slučajnega oziroma izbira partnerja v nobenem smislu ni zgolj slučaj. Ljudje si namreč izberemo določeno osebo, s katero se povežemo v romantično ljubezen, in sicer na osnovi shem-bivanja-z, ki jih poznamo in skušamo čim boljše uresničiti. Z drugimi besedami, izberemo človeka, ki ustreza ponotranjenim dožitjem in njihovim odnosom oz. človeka, ki govori podoben ali komplementaren jezik, tj. živi podobno oz. komplementarno mrežo shem-bivanja-z. Vzrok za to je, da samo ta oseba lahko spodbudi ali pomaga obnoviti odnose iz mladosti in daje obljubo, da bo zadovoljila potrebe, ki še niso bile

---

<sup>558</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

<sup>559</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

zadovoljene. Ko torej srečamo takšnega človeka, doživimo izredno vzhičenost, vznemirjenost, srečo, ljubezen, upanje in se na osnovi tega zaljubimo. Hkrati pa se obnovijo tudi vsi strahovi, ki so jih prinašali že prvotni odnosi. Strah pred izgubo ljubljene osebe, ki se je izoblikoval v otroštvu, se še silneje razplamti v partnerskem odnosu. Groza pred nezvestobo, ki jo je otrok doživel v odnosu do svojih staršev, lahko otroka spremlja skozi življenje kot temna senca in povzroča najrazličnejše reakcije ljubosumja.

3) Bolj ko so odnosi v družini nefunkcionalni, bolj se v intimnem odnosu partnerjev zrcalijo njune nezavedne potrebe, ki so ponotranjeni introjekti njunih staršev. Ti introjekti se medsebojno dopolnjujejo. Partnerja se srečujeta v zadovoljevanju teh nezavednih potreb, ki ustvarjajo nenapisana pravila, kot so: »Izrazila bom svoje stiske, če me boš ti pomiril« in »Mislil bom nate, če boš ti izrazila moja občutja«.

Ponotranjeni introjekti staršev obnavljajo stare strahove, ki jih partnerja v odnosu ne moreta razumeti. Oba se lahko prizadevata za zvestobo, pa je ljubosumna oseba vedno znova ogrožena. Nobeno prepričevanje ne pomaga, dokler odnos vodi nezavedni spomin na stare rane.

4) Zmožnost ljubiti in delovati funkcionalno v romantično ljubezenski zvezi zrcali posameznikov nivo diferenciacije. Nivo je odvisen od transparentnosti in funkcionalnosti odnosov v primarni družini. Če je bil otrokov odnos s starši doživet v ljubečem in zdravem, sprejemajočem in mirnem okolju ter če sta se starša sorazmerno dobro razumela, bo ta posameznik zmožel postati diferencirana oseba in se uresničevati v ljubezenskem, intimnem odnosu s partnerjem. Če pa je bil otrokov odnos s starši poln bolečine in frustracij, odnos med staršema pa prepleten s konflikti, bo ta posameznik odraščal z nizko stopnjo diferenciacije; zato bo razvil nedozorel odnos s partnerjem. Odnos, v katerem sta oba partnerja nediferencirana, bo zato zbujal izredno močna čustva, tako negativna kot pozitivna, oba pa bosta okušala pravo obsesivno navezanost drug na drugega. Takšno ozračje je najbolj plodno za reakcije ljubosumja.

5) Ljudje se najbrž res najpogosteje nagibajo k navezavi na druge ali se zaljubijo v partnerje, ki so na podobni stopnji diferenciacije kot je njihova lastna, kakor trdi sistemsko relacijska teorija. Z drugimi besedami lahko govorimo, da sta partnerja, ki se zaljubita, na podobni stopnji emocionalne zrelosti, le njihovi obrambni mehanizmi so večkrat povsem drugačni ali celo nasprotni, kot npr. žrtev in zlorabljalci, mazohist in sadist. Vendar pa kadar odkrijemo določeno patologijo ali nefunkcionalnost v enem izmed partnerjev, ni nujno, da je tudi pri drugem, kot trdi Pines.<sup>560</sup> Partner se je namreč lahko svobodno (če je na visoki ravni diferenciacije) odločil za zvezo z drugim, ki je na nižji ravni diferenciacije. Tako more pomagati partnerju do večje emocionalne zrelosti, lahko pa seveda podleže teži pritiskov.

Med vzgojiteljem in gojencem ali pa med terapevtom in pacientom se lahko razvije enosmerna zaljubljenost – npr. s strani pacienta, kar pa ne pomeni enakega nivoja diferenciacije. Prav tako se pogosto razvije med gojenci v odnosu do vzgojitelja močno ljubosumje, ki prav tako ne pomeni enake stopnje diferenciacije, gotovo pa lahko nakazuje nizko raven diferenciacije pri gojencu.

### 3.1.2. Razvoj temeljnih tem

Razvojni vidik nam ponuja še nekatere temeljne vidike, ki so pomembni pri razmišljanju o razvoju ljubosumja. Preden preidemo k shemam, pogledajmo prva otrokova leta, v katerih se oblikuje otrokov način komunikacije.

Stern<sup>561</sup> na osnovi raziskav različnih avtorjev, kakor tudi na temelju lastnih raziskav in kliničnih podatkov, ki jih je iz tega izpeljal, predstavlja izrazito empirično-znanstveni pogled na otrokov razvoj. Ta razvoj bi predvsem z ozirom na naše vprašanje ljubosumja lahko predstavili v naslednjem zaporedju:

***Prva dva meseca in pol:*** V prvih tednih otrokovega življenja sta hranjenje in spanje ter epizode jokanja in tolaženja glavni dogodki, ki konstituirajo to prvo obdobje. Glavna

---

<sup>560</sup> Prim. A. M. Pines, *Falling in love; Why we choose the lovers we chose*, Routledge, New York 1999.

<sup>561</sup> Prim. D. N. Stern, *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985; D. Stern, *The Motherhood Constellation*, Basic Books, New York 1995.

interaktivna naloga v tem obdobju zadeva reguliranje otrokovega hranjenja, spanja oziroma zbujanja. Dejavnostni cikel ter glavna socialna izmenjava se dogaja okrog teh aktivnosti in v njih. Bolj specifične, socialne in afektivne izmenjave, nasmeh staršev in otrokov govor so večinoma instrument za uravnavanje teh dogodkov. Gre za urejanje in popravljanje oz. dopolnjevanje osnovnih aktivnosti. Nadvse pomembno je, ali zna mati pravilno ravnati z otrokom, ko je lačen, ali mu zna s tihim sodelovanjem dopustiti, da z navdušenjem vzame hrano. Ko je otrok v lakoti že delno potešen, ga mora znati navdušiti, da nadaljuje s hranjenjem. Pomembno je, da opazi, kdaj je otrok sit in da zna na to pravilno reagirati. Pri vseh teh dejavnostih je opaziti, kako mati odgovarja na otrokove potrebe: s senzitivnostjo, s preveč ali premalo kontrole, reagira z nezadovoljstvom, neprimernimi čustvi in s čudnimi izrazi.

Ker se regularni proces hranjenja velikokrat prekine in otrok ob tem joka, se od staršev pričakuje veliko poskusov ponovnega vzpostavljanja rutine hranjenja. V tem obdobju je zato pomembno, kako starši tolažijo in umirijo otroka; kako reagirajo na otrokov jok; ali jih vznemirja, razburja, ali postanejo apatični, odgovorijo s pretirano zaskrbljenostjo, ali otroka ignorirajo - ali pa odgovarjajo na otrokove potrebe s senzitivnostjo, spontanostjo, z ustvarjalnostjo in s prilagodljivostjo.

Če otroka prisilijo, da sprejema hrano, bo v odrasli dobi vedno doživel velike nevšečnosti, ko se bodo v njem porajala občutja, da ga hoče nekdo k nečemu prisiliti ali z njim manipulirati.

Zaradi neujemanja med otrokovimi potrebami in materinimi odzivi postane otrok negotov. Strah, da ne bo slišan, groza pred neprimernimi reakcijami sta lahko med osnovnimi elementi razvijajočih se shem. In prav ti elementi v primernih relacijah zbudijo v intimnih odnosih reakcije ljubosumja.

**Od 2. meseca in pol do 5. meseca in pol:** Obrazna, zrcalna socialna interakcija brez igrač oziroma drugih objektov predstavlja naslednjo stopnjo v otrokovem razvoju. Otrok je sedaj po svoji konstituciji povsem sposoben in prilagojen, da pokaže svoje socialne in afektivne zmožnosti ter obenem spodbudi starševski odgovor na igro obraz - obraz.

Otrok je namreč v svojem temelju usmerjen k človeškemu obrazu, glasu in dotiku. Motorično gibanje postane v tem obdobju eden izmed osnovnih elementov otrokove igre. Ničesar na svetu ni, kar bi lahko tekmovalo s temi dražljaji, ki na tako enkratni način privlačijo otrokovo pozornost in zanimanje njegovih staršev. Na tej stopnji je tudi živčni sistem dovolj razvit, da je sposoben igre obraz - obraz. Še več, socialno in afektivno vedenje, ki ureja interakcijo obraz - obraz, to je kontrola gledanja, odgovora z nasmehom in vokaliziranja, postane zrelejše. Ker so otrokovi vedenjski vzorci v tem obdobju še zelo krhki, sta v interakciji obraz-obraz med starši in otrokom v enaki meri prisotna kontrola iniciativnosti, ohranjanja, moduliranja, prekinitve ali izogibanja obrazne igre in spodbuda k tem dejavnostim. Začenja se torej vzajemno reguliranje socialne interakcije.

Otrok je v tej dobi še zelo omejen v svojem gibanju. Njegova koordinacija okoli rok še ni dovolj razvita, da bi se otrok lahko zanimal za nežive predmete ali da bi jih dosegel oz. se z njimi igral. Ne more še vstati, se premikati ali zapustiti prostora; po svoji naravi je ujetnik obrazne komunikacije.

Hranjenje in spanje je do te dobe že urejeno in je postalo del rutine. Aktivnost in želja sta sedaj prenesena na igre obraz-obraz in v tej dobi je spet možno opaziti iste teme interakcije, ki smo jih videli že pred meseci pri hranjenju. Če je bila materina kontrola prestroga ali skrb v času hranjenja prevelika, bo sedaj ta mati pretirano regulirala interakcijo obraz - obraz. Potem bo mati tista, ki bo spodbujala večino dialogov obraz - obraz. Ona bo odločala, ali je interakcije preveč ali premalo. Mati bo določila, kdaj se bo določena igra prekinila. Če se otrok odloči, da bo prekinil vzajemni pogled, se preveč 'skrbna' mati odloči in ponovno poišče otrokove oči ter s tem ignorira otrokovo željo po prekinitvi. Pozneje ona prekine to vzajemno interakcijo pogleda, in sicer v času, ki ga odredi sama.

Oči so eden najbolj občutljivih organov človeškega telesa. V njih je mogoče prepoznati najgloblje vsebine človeškega doživljanja: vse od strahu, groze,

razočaranja, jeze, besa, zavisti, žalosti - pa do veselja, sreče, hrepenenja, zadovoljstva in ljubezni. Pri otroku pa so v tem obdobju tudi izredno pomemben organ njegove razvijajoče se psihe. Oči so v tem obdobju poleg telesnega zaznavanja osnovni instrument dožemanja in organiziranja njegovega okolja. Če so se starši vedli vsiljivo in otroku niso dovolili, da bi na svoj način odražal potrebo po pogledu, se bo ta otrok tudi v odrasli dobi izogibal očesnemu stiku zlasti tedaj, ko bo na osnovi teh doživetij doživel nove življenjske situacije in človeško bližino kot vsiljive in ogrožajoče.

Otrok se bo obenem zgodaj naučil, da so njegove potrebe nepomembne, celo sram ga bo, da potrebe sploh ima, ker bo v tem videl grozečo nevarnost zavrnitve. V svoji notranjosti se bo prepričal, da mora najprej zadovoljiti potrebe drugih in šele potem bo smel upati, da ga bodo morda opazili in uresničili tudi tisto, kar si on želi in pričakuje. Vedno bo s svojimi očmi dobredno premeril in obkrožil svojo okolico ter skušal odkriti, če je za vse poskrbljeno in obenem potihom upal, da ga bodo opazili. In če ga ne bodo, bo ponovno prešel v proces razočaranega samoobtoževanja in podcenjevanja samega sebe.

Iz tega je jasno, kaj pomeni neprekinjeno nadaljevanje oz. ponavljanje tem, kot so materina prevelika skrbnost, kontrola v soočenju s prekinitvijo prejšnjih oblik interakcije, npr. hranjenje ter igra obraz - obraz. Pri tem lahko opazimo, da gre v resnici za ponavljanje iste teme, le da je organizacija ob vsakem kvalitativnem skoku razvoja drugačna in zato se zdi, da nov način interakcije prekrije staro oz. osnovno temo.

Če je v tem obdobju mati pretirano regulirala interakcijo obraz – obraz oz. prekinjala očesne stike, se je v otroku lahko razvijal strah pred stikom s svetom in navezovanjem novih odnosov. Nepredvidljive reakcije prekinjanja zbujejo v otroku občutek negotovosti. Če se je otrok moral naučiti, da so edino potrebe staršev pomembne, njegove pa vredne celo prezira ali še več, vredne kazni, se bosta v njem razvijala negativna samopodoba in občutek manjvrednosti.

Manjša sposobnost za navezovanje stikov z drugimi, občutek negotovosti in strah pred izgubo odnosa z ljubljeno osebo, občutek manjvrednosti, vsi ti

elementi so pogosto povezani z ljubosumjem, zato lahko predvidevamo, da se prav v teh temeljnih temah porajajo pogoji za ljubosumje.

**Od 5. in pol do 9. meseca in pol:** To obdobje je zaznamovano z vzajemno igro: mati in otrok se skupaj igrata s predmeti, kar postane temeljna interakcija te dobe. Otrok si je doslej pridobil dovolj koordinacijskih sposobnosti v smislu obvladovanja aktivnosti oko-roka ter roka-roka in se začne vidno zanimati za svet okrog sebe. Pomembno je, kako starši in otroci uglasijo smer, čas, prostor, fokus, izvedbo, razvoj, spremembe in prekinitve igre. Vse to ponovno prinaša na plan iste teme, ki jih je bilo mogoče opazovati že pred meseci, in sicer v obdobju hranjenja ter igri obraz - obraz.

Vsiljivost, na primer, je sedaj vidna v novi obliki v novem prostoru: mogoče jo je opaziti v materinem omejevanju in prekomerni kontroli otrokovega igranja. Medtem ko je otrok ves prevzet z igro z določeno igračo, se mati odloči, da je neka druga igrača bolj zanimiva. To naj bi bila igrača, ki je bolj spodbujajoča in vzgojna ter materi bolj ugaja, zato mu odvzame prvo igračo in ponudi drugo. Otrok jo sprejme in raziskuje, nato mu postane dolgočasna in se odloči za naslednjo. Mati čuti, da otrok ni porabil dovolj časa s to igračo, zato mu skuša pokazati na igrači nov vidik, ki ga ni opazil. Mati vztraja, da bi na vsak način ponovno vzbudila pri otroku zanimanje, ne opazi pa, da se otrok vidno dolgočasi.

Otrok se tudi v tem obdobju nauči, kakšne so starševske potrebe in na kakšen način se jim mora prilagajati, da bo od staršev dobil osnovno pozornost, ki jo nujno potrebuje. Gre tudi za načrten vpliv na otroka, ki naj bi se že v najzgodnejši dobi igral z igračami, ki nosijo poseben pomen: igrače z bodočo profesionalno usmerjenostjo, igrače, ki vzbujajo strah in grozo ter otroke izpostavljajo nevarnosti.

Primeri, ko starši odprto kaznujejo otroke, ker se po njihovem mnenju predolgo igrajo z določenimi igračami, jim to igračo nasilno odvzamejo in nanje vpijejo, jih zmerjajo in celo pretepajo, imajo lahko katastrofalne posledice na otrokov

razvoj. Otrok bo s strahom ocenjeval okolico in se bal vsake samostojne pobude. V njem se bo porajal občutek negotovosti, prevevalo ga bo občutje, da je vsaka samostojnost staršem neprijetna in ker ni v skladu s starševskimi principi, zanj ogrožajoča.

Ta pretirana regulacija otrokove igre je v bistvu enaka kot pretirana regulacija odnosa obraz-obraz ter interakcije pred nekaj meseci. Gre za vprašanje, kdo spodbudi kaj, kdo prekine kaj in kdaj. Vendar je tokrat odnos med starši in otrokom že veliko bolj ustaljen in živahen in pretirane oblike interakcije veliko bolj opazne. Vsekakor je pri tem treba omeniti tudi druge oblike interakcije med starši in otrokom, kot npr. premajhna skrb za otroka, zanemarjanje, nestrukturirano okolje ali okolje brez pravil in regulacij, kjer je vse dovoljeno.

Prve oblike socializacije utrjujejo že vzpostavljene sheme-bivanja-z. Nepredvidene kazni lahko v otroku zbudijo občutek, da se mu vedno godi krivica, tudi takrat namreč, ko ga ljubljena oseba, ki ni nepredvidljiva in katere odnosi niso labilni, 'kaznuje' utemeljeno in dobronamerno. V odrasli dobi lahko takšna oseba vsako reakcijo partnerja razlaga kot kaznovanje in če se temu pridruži še strah pred izgubo odnosa, je vse lahko razlog za ljubosumje. Vsaka poteza partnerja je tako podvržena sumničenju, nezaupanju in ljubosumnim reakcijam.

**Od 8. - 12. meseca:** V tem obdobju govorimo o dveh glavnih temah, in sicer o navezanosti ter intersubjektivnosti. Proti koncu prvega leta starosti otrok pokaže jasne karakteristike navezanosti in separacije, ki se nanaša na starše. Ta proces se še pospeši z otrokovo rastočo sposobnostjo gibanja, ki pomeni odhajanje od matere in vračanje k njej. Model navezanosti, ki je vzpostavljen med starši in otrokom, je eden izmed najboljših kazalcev kvalitete odnosa med starši in otrokom. Klinični pogled na temo navezanosti kaže na široko aplikativnost potencialnih kliničnih problemov, ki ne zadevajo le teme navezanosti na starše in povezanosti z njimi, ampak imajo lahko globoke in trajne ter mnogovrstne posledice.



Če samo opazujemo, kako tako otrok kot starši organizirajo odhode in prihode, oddaljevanje in približevanje, kar je neizogibno v tem obdobju, lahko odkrijemo osnovni material otrokovega psihičnega življenja. Ta predstavlja temelj njegovim interaktivnim ter interpersonalnim odnosom do staršev in ostale okolice. Če se starši otroku skrijejo, da jih otrok s strahom in jokom išče, jih bo le s težavo zapuščal, ker se bo bal, da jih ne bo več, ko se bo vrnil. V nasprotnem primeru, ko mu ne pustijo, da se svobodno giblje, da odhaja in prihaja, bo čutil, da je njegova samostojnost gibanja prepovedana in bo zato vedno s strahom odhajal, saj se bo bal, da bi s tem prizadel starše. Tudi v odrasli dobi bo čutil, da jim dela krivico, jih zanemarja in zavrača ter jim ne izkazuje dovolj spoštovanja in pozornosti. Že v zgodnji dobi se bo torej naučil, da je njegova prisotnost staršem življenjskega pomena in da so njegove potrebe po samostojnosti nepomembne in za starše ogrožajoče. V doraščajoči dobi se bo na osnovi tega strahu in utesnjenosti odločal za drastične posege, kot so pobeg od doma, in sicer samo zato, da bi se izognil oziroma odrešil starševskega utesnjujočega odnosa.<sup>562</sup>

Poleg tem o separaciji so seveda še druge oblike obnašanja, ki so odločilne pri ocenjevanju navezanosti, npr. manifestacija afekta, iskanje ugodja, odnos do pomoči drugih in sodelovanje, kar pa vsekakor le povečuje pomembnost interakcijskih odnosov med starši in otrokom.

Naslednja tema, ki prevladuje v tem obdobju, je vznik intersubjektivnosti. Na kratko bi temu rekli, da otrok spozna, da ima mati lahko v svojem razumu tudi elemente, misli, vsebine, kot so namen, pozornost do nečesa, afekt in da ima lahko tudi sam določene elemente v svojem razumu ter da je vsebina tistega, kar je v materinem razumu, lahko enaka ali pa drugačna. Če elementi niso enaki, je kljub temu možno, da se povežejo. Znane so številne manifestacije tega procesa, ki kažejo na prisotnost intersubjektivnosti, npr. socialno navezovanje, afektivno sozvočje, vzajemno pridobivanje pozornosti, prepoznavanje namenov drugega in namensko zavzetje določene pozicije.

---

<sup>562</sup> Prim. C. Gostečnik, *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.

Pomembno je, da se v vseh teh oblikah vzpostavi medosebna povezava med starši in otrokom, preko katere se ta vključuje v svet univerzalnih mentalnih fenomenov: kaj je javno in kaj mora ostati v privatnih sferah, kaj se je zgodilo, pa ne sme postati del drugih in kaj se sme deliti z drugimi. Nastanek intersubjektivnosti v odnosu med starši in otrokom nudi opazovanju privlačno in bogato sliko.

Če nadaljujemo z našim primerom o materini pretirani regulaciji, se bo ta v tej dobi odražala na različne načine. Mati lahko na primer otrokovo raziskovanje omeji, se v čustvenem, spoznavnem in intencionalnem oziru oddalji od otroka ter prvenstveno sledi svojim pogledom na zadovoljevanje potreb oz. zadovoljuje lastne potrebe in zanemarija otrokove želje in potrebe po navezanosti nanjo. Glede na intersubjektivno dimenzijo lahko vidimo starše, ki v celoti določajo, na katera emocionalna doživljanja bodo odgovorili, jih imeli za legitimna in vredna deliti in na katera ne bodo odgovorili oziroma jih ne bodo delili z otrokom. Če je otrok na primer premalo navdušen glede določene stvari, mati pa čuti, da bi moral biti otrok nad njo vzhičen, potem mati sozvočje med seboj in otrokom prenese na višjo raven, tako da pokaže vzhičenost, ki jo pričakuje od otroka. Otrok se mora temu prilagoditi in je tako prisiljen v 'lažno reakcijo'. Taka mati ni dovolj občutljiva na otrokovo doživljanje, in tudi ne na to, kaj bi rad delil z njo.

Sem bi lahko šteli tudi starševsko impulzivno prekinjanje otrokovih želja in potreb po določeni igri, ki staršem ne odgovarja, oziroma pretirano navdušenje in siljenje v igro, ki si je otrok ne želi in jo s strahom zavrača. Primeri tega so objemanje in žgečkanje otroka, ko si on tega ne želi in ga to vznemirja. Tudi tokrat so v izrazitem ospredju starševske potrebe in želje, otrok pa se mora prilagoditi, saj ga njihovo razočaranje zastrašuje. V odrasli dobi se bo vedno prilagajal; sprejemal bo na primer oblike zabave, ki ga v resnici ne zabavajo, se prilagajal in hlinil zadovoljstvo, v resnici pa se bo dolgočasil in mu bo neprijetno. Vsekakor pa bo sprejemal želje in okuse drugih, ker se bo bal, da ga bodo sicer zavrnili in pustili samega.

Otrok lahko v tem obdobju ponotranji reakcijo staršev, ki govori o tem, da so njegove potrebe po samostojnosti nepomembne in ogrožajoče. V odnosih, ki jih gradi kasneje, lahko s shemo, ki jo je povzel po starših, sam doživlja potrebe drugega kot nepomembne in ogrožajoče. Če se to dogaja v povezavi z željo po samostojnosti in svobodi partnerja, je rezultat lahko pretirana kontrola in posesivnost. Vse je najbolj podobno ljubosumni reakciji. In če se je v otroštvu naučil hliniti zadovoljstvo, se zbuja zavist, ko vidi, da drugi v npr. drugih odnosih resnično uživa. Iz tega se lahko spet poraja strah pred tekmečem oz. pred izgubo ljubljene osebe, ki se kaže v ljubosumju.

**Od 18. - 24. meseca:** V drugem letu otrokove starosti se pojavijo pomembne razvojne sestavine: jezik in fizične sposobnosti, med katere spada mobilnost. Klinično gledano je učenje jezika podobno učenju igranja z objekti. Oboje se bo zgodilo, četudi bodo starši pri tem le minimalno sodelovali. V normalnih okoliščinah gre za bogato interakcijo, kjer starši sodelujejo in pomagajo, strukturirajo in prilagajajo svoje odgovore otrokovi senzitivnosti, željam in zmožnostim. V nekem smislu je to klinična triada med otrokom, starši in besedo ter njenim pomenom. Kakor lahko klinično opazujemo te vrste triado s stvarnimi objekti pri šestih mesecih otrokove starosti, tako lahko sedaj vidimo triado z 'zvočnimi objekti', to je z besedami. Tudi v tem obdobju nastopajo podobne interpersonalne teme kontrole, približevanja in oddaljevanja, ki so v vsakem obdobju strukturirane na drugačen način.

Starši, ki se otroku posvečajo, sodelujejo in vzpodbujajo njegovo govorico s tem, da so z govorico v sozvočju in nanjo odgovarjajo, ne spodbujajo samo razvoja njegovih lingvističnih sposobnosti, ampak predvsem gradijo odnos. Otrok se bo s pomočjo lingvističnih sposobnosti začel učiti, da je govorica tisti instrument, s pomočjo katerega je mogoče razreševati čustvene zaplete, konflikte in kompleksne odnose z okoljem. V nasprotnem primeru pa bo otrokova najmočnejša govorica izražanja konfliktnih čustvenih afektov ostala na nivoju vedenjskega odigravanja; namesto da bi zapletene, konfliktno čustvene afekte izgovoril, jih bo vedenjsko uprizarjal z impulzivnim vedenjem, ki se bo izražalo preko jeznih izbruhov razmetavanja igrač in drugih predmetov, vpitja,

joka ali pa se bo z namrščenim obrazom metal ob tla, se zvijal, grizel najrazličnejše predmete, ki mu bodo na voljo, in trmasto sedel v kotu sobe, pod mizo, oziroma brezglavo tekal po stanovanju.

Starši, ki so v takih primerih v zadovoljivem čustvenem sozvočju z otrokom, bodo kmalu opazili stisko ter v njegovem vedenju prepoznali čustvena stanja, ki jih otrok ne obvlada, ter mu pomagali, da jih bo izrazil z besedo in jih s tem skušal razrešiti. V otroku se bo s tem počasi utrdil občutek, da ga njegovi starši jemljejo resno, da so njegove težave in problemi staršem pomembni ter da njegove potrebe in želje staršem niso odveč. Povsem drugačna občutja pa bodo navdajala otroka, ki se mu starši ne posvečajo, ga zanemarjajo in odrivajo ter kaznujejo, kadarkoli se ne obnaša v skladu z njihovimi prepričanji oz. čustvenimi stanji. Ta otrok bo kmalu začel doživljati, kot da je staršem odveč in se bo zato zaprl vase oz. s pretiranim in grobim obnašanjem opozarjal nase. Če mu bodo odgovorili z grobostjo, vpitjem in grožnjami, bo v teh oblikah starševskih odzivov iskal navezanost in pozornost; ponavljal bo iste nesprejemljive vedenjske modele, saj se bo naučil, da je to edini način, da pri starših vzbudi pozornost.

Naslednja razvojna sprememba v tej dobi je povečana mobilnost in večje fizično-motorične zmožnosti, ki pa zahtevajo omejitve. Otrok lahko rani sebe in druge, poleg tega pa družba v tem obdobju zahteva od staršev, da otroka začnejo učiti osnovnih socialnih norm. Pri tem nastopijo velikokrat težave, saj ga ni lahko omejevati v njegovih interakcijah in samostojnem obnašanju. Ker mu pravil ne morejo vsiliti, morajo z njim vzpostavljati oblike obnašanja neposredno, ob vsakem primeru posebej. Tako starši kot otroci so v tem oziru na trhlih tleh. Otroci so v tej dobi izredno aktivni, kreativni in spontani, kar vodi starše v vznemirjajoča stanja. Ta doba je zato izreden izziv starševskih vzgojnih sposobnosti ter odkriva temeljno dinamiko odnosa med starši in otrokom ter strukturo njihovega medsebojnega funkcioniranja.

Pri tem velja poudariti, kako pomembna je starševska vztrajnost in kontinuiteta odnosa z otrokom. Otrok se ob jasnih razmejitvah in omejitvah vedenja uči tistih

začetnih struktur obnašanja, ki ne vodijo samo k prepoznavanju, kaj je dovoljeno in kaj ne, kaj je dobro, sprejemljivo, želeno, hoteno in kaj ne, ampak se ob jasno definiranih strukturah obnašanja začne počutiti varnega in zavarovanega. Nepredvidljivi, impulzivni starši, ki pravila obnašanja nenehno spreminjajo, v otroku povzročajo občutek, da ni nič stalnega in da se ne more na nič zanesti, s tem pa ob starših izgublja občutek varnosti in zavarovanosti. Hitre, nepredvidljive in stalne spremembe brez jasnih meril in razlogov bodo v otroku pustile trajne posledice. Tudi v odrasli dobi se bo bal vsake hitre spremembe, ker bo v njem povzročala grozo in strah ter nevarnost in ogroženost.

Kot rečeno, so temeljni klinični elementi razvoja neprekinjene, ponavljajoče se teme, ki so prisotne skozi vse življenje. Njihova oblika se spreminja in ponovno vzpostavlja z vsakim kvalitativnim razvojnim skokom, ki prinaša nov način obnašanja, nov način interakcij z novim načinom ponavljanja starih tem. Ob vsaki razvojni dobi posebej se iste stare teme ponavljajo v novih oblikah.

Postavitev relacije z drugimi kot osnovne enote študija nikakor ne odpravlja narave na račun vzgoje, ampak ravno nasprotno, prav ta relacijska povezava prekine navidezno izključevanje med naravo in vzgojo. Socialne relacije niso razumljene kot dodatek in ne temeljijo samo na osnovnih, primarnih bioloških funkcijah, kot sta seksualnost in agresija. Socialne relacije so vzete kot biološko ukoreninjeno in genetsko zapisano dejstvo, kot temeljni motivacijski proces. Tudi seksualnost in agresija nista več razumljeni kot nagona, ki v sebi že nosita pomen, ki vpliva na razum, ampak kot močna fiziološka odgovora, ki nastopata v biološko posredovanem relacijskem polju in torej tudi pomen dobivata iz globlje relacijske matrice.<sup>563</sup>

---

<sup>563</sup> Prim. S. Mitchell, *The Intrapsychic and the interpersonal: Different theories, different domains, or historical artifacts*, v: *Psychoanal. Inq.* (8), 472-496; S. Mitchell, *Hope and Dread in Psychoanalysis*, Basic Books, New York 1993. S. Mitchell, *Influence and Autonomy in Psychoanalysis*, NJ: The Analytic Press, Hillsdale 1997; S. Mitchell, *Relationality; From Attachment to Intersubjectivity*, The Analytic press, Hillsdale 2000.

Če je otrok doživljal, da so ga starši zanemarjali in jim je bil odveč, bo lahko z grobim obnašanjem opozarjal nase. Cilj takega obnašanja je, biti opažen, biti ljubljen. Ta želja lahko v intimnem odnosu zbuja 'namerne' reakcije ljubosumja samo zato, da bi ljubljena oseba vedno znova potrjevala ljubezen in predanost odnosu. Nevarno pa je, da je rezultat nasproten in lahko izzove nezvestobo in ločitev.

Vsako obdobje posebej na svoj način razvija temeljne teme medčloveških odnosov. Pomen vzgoje je torej izreden. Otrok je po zasnovi bitje odnosov, hkrati pa skozi odnose razvija sheme, s katerimi stopa v vedno nove odnose. Vplivov na razvoj shem je veliko. Prvi in najbolj neposreden vpliv predstavljajo starši. Pomembno vlogo pa imajo tudi drugi člani družine in ne nazadnje podporni sistem. Ob razmišljanju o vzrokih za ljubosumje ne smemo spregledati nobenega izmed njih.

## 3.2. Posamezni dejavniki

### 3.2.1. Sheme-bivanja-z

Na podlagi splošnega okvira predpostavljamo, da se v prvem najpomembnejšem odnosu med starši in otrokom ter kasneje med otrokom in vrstnikom (bratcem oz. sestrico), izoblikujejo glavne sheme-bivanja-z, ki se v kasnejšem partnerskem odnosu aktivirajo in povzročijo ljubosumje. Nekatere sheme-bivanja-z, ki se razvijejo v prvih odnosih in vplivajo na kasnejše reakcije ljubosumja, so naslednje (seznam ni zaključen):

#### 1. Sheme-bivanja-z-materjo:

##### OTROKOVA IZKUŠNJA NEODZIVNE MATERE

Prvo obdobje, ki še posebej zaznamuje otroka, se vrti okrog hranjenja. Na otroka ima materino odzivanje v tem obdobju izredno močan vpliv. Če otrok doživlja, da se mati na njegovo lakoto ne odzove v primernem času oz. nikoli ni v sebi gotov, ali se bo odzvala ali ne, potem se začne izoblikovati shema, v katero je vnesen stalen strah pred neodzivnostjo in razočaranjem. Ta shema se lahko potrjuje in utrjuje v naslednjih obdobjih, ki jih zaznamuje obrazna igra, potem igra s predmeti in nato besedna igra ter

obdobje fizičnega približevanja in oddaljevanja. V teh obdobjih je ena od tem materina odzivnost na otrokove potrebe. Otrok išče stik z materjo. Če se ta iz različnih razlogov ne odziva, se pri otroku izoblikuje shema strahu in negotovosti. Ker je vedno negotov, ali bo prošnja dobila ustrezen odgovor, je v odnosih s svetom negotov in sumničav.

Hkrati ostaja že v odnosu do matere bolj navezan in odvisen od tega odnosa. Teže vzpostavlja nove odnose, kar mu daje manjšo samozavest o sposobnosti za navezovanje stikov. Ves bo torej v intimnem odnosu, ki ga bo vzpostavil. Težil bo k posedovanju in bo vedno v strahu, da mu kdo ta odnos 'ukrade'.

#### OTROKOVA IZKUŠNJA STROGE OZ. LABILNE MATERE

Otrok doživlja mater skozi obdobja hranjenja, obrazne igre, igre s predmeti ... kot strogo oz. nestabilno. Mati ne zna prisluhniti njegovemu notranjemu doživljanju. Otrok hitro razume, da njegove želje niso upravičene in da je uresničitev njegovih potreb odvisna od materinega razpoloženja. Prilagajati se ji mora, zato pozablja na svoje potrebe in čutenje. Nikoli ni prav v celoti sprejet s svojimi željami in potrebami.

Materine reakcije so pretirano stroge in nepredvidljive ali pa popustljive in nepredvidljive. Njeno ljubezen otrok doživlja kot pogojno. Kazni in nagrade so nepredvidljive. Od matere se čuti sprejet samo, če uresniči njena visoka in nepredvidljiva pričakovanja. Razvije se v perfekcionista, a ostaja nepotrjen v ljubezni.

Otrok se vedno znova prizadeva, da bi bil slišan, a je pogosto neuspešen. Vse naredi, da bi ustrezal materinim predstavam, hkrati pa se čuti nevrednega prave ljubezni. V strahu je, da bo izgubil ljubezen, ki jo je na neki način odkupil z uspehom.

#### OTROKOVA IZKUŠNJA ČUSTVENO ODVISNE MATERE

Mati ne uspe vzpostaviti pristnega odnosa s svojim možem. Med njima se odigrava drama približevanja in umikanja. Kadar mati ne 'doseže' moža, se naslanja na otroka. Otrok v takšnih trenutkih doživlja materino bližino. Mati ga občuduje, v njem vidi tisto, kar bi rada videla v možu, ki pa je v tistem trenutku čustveno nedosegljiv.

Ko pride do ponovnega zblizanja med možem in materjo, otrok doživlja zapostavljenost, nerazumevanje in odtujenost. Mati se ne zmeni za njegovo iskanje

pozornosti. V razmerju do očeta, ki mu je prevzel mater, se razvije (prikrita) tekmovalnost in sovražnost. Bolj ko je mati čustveno nestabilna in nesposobna ostati pri odnosu z možem, bolj učinkovito je otrokovo moledovanje za pozornostjo. Otrok lahko izsili pozornost, mati se ponovno obrne k njemu, vendar otrok doživlja to naklonjenost kot prisiljeno in brez ljubezni.

## 2. Sheme-bivanja-z-očetom

### OTROKOVA IZKUŠNJA OČETA KOT TEKMECA

Otrok potrebuje očeta in v odnosu z njim izgrajuje nove sheme-bivanja-z, ki močno vplivajo na vse kasnejše odnose. Zgodi se, da se oče ni znašel v novonastalem položaju. Njegove predstave o sinu-svojega-očeta se še niso spremenile v predstave o očetu-svojemu-sinu, prav tako ima težave s predstavami o ženi kot materi. Zato doživlja otroka kot tekmeца. Ko otrok stopa med očeta in mater, doživlja, kako ju moti. Čeprav ne razume, za kaj gre, se čuti nezaželenega. Lahko se zgodi, da s pomočjo projekcijske introjekcijske identifikacije očetovo doživljanje njega kot tekmeца postane njegovo doživljanje. Otrok to doživljanje razume tako, da postane oče tekmeц, ki ga boleče doživlja kot tistega, ki ga izriva iz primarnega odnosa otrok-mati.

Ta shema se lahko z rojstvom novega otroka spremeni na boljše ali na slabše, kar je odvisno od številnih dejavnikov (nekatero omenjamo pri naslednji shemi-bivanja-z).

## 3. Sheme-bivanja-z-vrstnikom

### OTROKOVA IZKUŠNJA NOVEGA OTROKA KOT TEKMECA

Še preden oče uspe preiti od predstav o sinu-svojega-očeta do očeta-svojemu-sinu, se lahko pojavi nov tekmeц: novi otrok. Ta lahko prevzame vlogo očeta-tekmeца, ogroženost pa ostane. Otrok si ves čas prizadeva ohraniti vsaj toliko pozornosti in bližine, kot ju je doživljal v primarnem odnosu pred rojstvom bratca oz. sestrice. Pri tem je kljub vedno novim in drugačnim poskusom večkrat razočaran.

Pri izoblikovanju te sheme-bivanja-z močno vplivajo različni dejavniki: manj priljubljen značaj otroka (razlogi so lahko v predstavah staršev, lahko pa dejanski); bolezen otroka, ki ga naredi 'bolj težkega' za starše; slabše otrokove sposobnosti itd.



Med temi shemami-bivanja-z prihaja do interakcij, v katerih običajno ena od shem prevzame vodstvo. Od prevladujoče sheme je tudi najbolj odvisna podoba ljubosumja.

Te sheme-bivanja-z ustvarjajo dobro podlago za odnos, ki po podrobnejših analizah (predstavljenih v nalogi) predstavlja večjo možnost za ljubosumje. Bolj ljubosumen je običajno tisti:

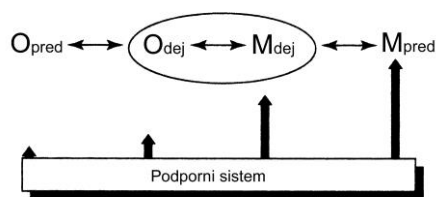
- ki mu odnos več pomeni,
- ki čuti, da v odnos veliko prinaša, pa iz njega manj prejema,
- ki je od odnosa bolj odvisen in manj uspešen v ustvarjanju drugih odnosov oz. v druge odnose manj vlaga,
- v odnosu ne najde pravega zadovoljstva,
- ki je za odnos bolj občutljiv oz. je v njem bolj ranljiv.

Več ljubosumja se rojeva v odnosu, kjer se vloge pokrivajo, namesto da bi se dopolnjevale, kjer se rojeva občutek neustreznosti posameznika za določeno razmerje in kjer ne pride do pravega dogovora o normah v odnosu oz. se te kršijo.

### 3.2.2. Podporni sistem

Med dejavnike, ki pojasnijo nastanek reakcij ljubosumja, nedvomno sodijo tudi drugotni in terciarni vzgojitelji, socialna mreža in drugi dejavniki širše, ki so prav tako prisotni, delujoči in hkrati na voljo kot poti terapevtske intervencije. Te dejavnike združujemo pod pojmom podporni sistem. **Podporni sistem** najmočneje vpliva na prvi odnos, tj. starši-otrok. To je drugi pomembnejši dejavnik, ki smo ga v prvem delu naloge predstavljali pod kulturnimi in družbenimi vplivi na ljubosumje, razložili pa smo ga v teološko filozofskem razmišljanju.

Ne da bi se podrobno ukvarjali z možnimi vplivi vsakega od teh dejavnikov, ki vključujejo predšolsko nego, druge povezave med otroki in starši, zdravstveni sistem, domači obiski, družinske povezave, finančno stanje, celotno družbeno in kulturno življenje, bomo vse to zajeli v podporni sistem, ki lahko deluje kot stalna podpora ali pa kot časovni vpliv na skoraj vsak posamezen element temeljnega modela (ali na več elementov hkrati). Odnos podpornega sistema do temeljnega modela predstavimo takole:



Shema skuša prikazati dejstvo, da ima podporni sistem najmočnejši direktni vpliv na predstave matere (najbolj na njene predstave o sebi-kot-materi in sebi-kot-osebi) in morda podobno močan vpliv na njeno obnašanje v odnosu do otroka. Neposreden vpliv na otrokovo očitno obnašanje je bistveno manjše, na otrokove predstave pa zanemarljiv. Prizadevanja podpornega sistema so usmerjena predvsem na materino materinsko vlogo.

Če hočemo vplivati na vlogo podpornega sistema, moramo imeti pred očmi tudi njegovo strukturo. Pogled na zgradbo in delovanje podpornega sistema si bomo izposodili pri David J. Hesselgrave,<sup>564</sup> avtorju knjige *Communicating Christ Cross-Culturally*. Čemur on pravi kultura, rečemo mi podporni sistem.

1. Podporni sistem je način mišljenja, čustvovanja in verovanja; je skupinsko znanje, shranjeno za prihodnjo uporabo.

2. Podporni sistem je:

- naučen; ni biološko določen ali omejen z raso,
- deleženje sistema, ki je skupen neki družbi,
- celostna vsota; posamezni deli so med seboj povezani in vzajemno vplivajo drug na drugega in na celoto,
- stalno se spreminjajoč zaradi iznajdb, zunanjih pritiskov in medkulturne izmenjave.

3. V osnovi lahko delimo podporni sistem v tri kategorije:

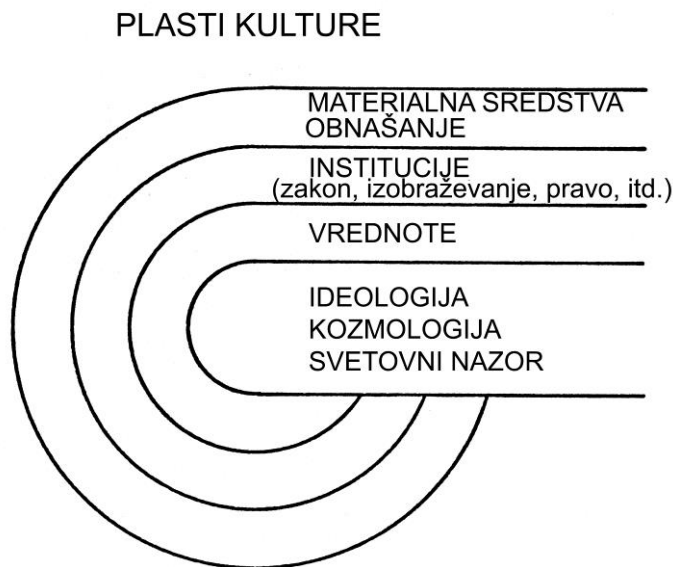
- tehnološki, ki zadeva materialni svet,
- sociološki, ki zadeva vzorce odnosov in obnašanja,
- ideološki, ki vključuje znanje, prepričanje, nazor in vrednote.

4. Katera kategorija je najpomembnejša? Zaradi izredne povezanosti vseh delov je težko odgovoriti. Ureditev znanja in deleženje na njem vpliva na vzorce obnašanja, jezik in

---

<sup>564</sup> Prim. D. J. Hesselgrave, *Communicating Christ Cross-Culturally*, Zondervan Publishing House, Michigan 1991, 95-113.

celo na zunanjo podobo človeka. Kdor deleži pri skupnem znanju, gradi družbo. Družbo pa tvorijo različne plasti oz. sloji. V najglobljem sloju so: ideologija, kozmologija in nazor. Drugi sloj so skupne vrednote. Na obeh sloni tretji sloj, ki ga tvorijo institucije.<sup>565</sup>



Če pravilno razumemo Barneya, so ideološka plat podpornega sistema oz. nazor in spoznavni procesi in motivacijski viri za naše terapevtske namene najpomembnejši vidiki. Hkrati jih je najtežje odkriti, analizirati in spreminjati. Sprememba reakcij pa zahteva prav spremembe na najgloblji stopnji, še posebej na vrednotah.

5. Nihče ni zunaj podpornega sistema oz. akulturen. Njegova oz. njena kultura je pri mišljenju in čustvovanju vedno bolj pomembna kot pa rasa, narodnost in spol. Poznamo pa tudi ljudi, ki so prvi kulturi 'dodali' še eno in so akulturirani, torej bikulturni.

6. Globinska sprememba nastane pri uvajanju nadkulturnega v kulturo prejemnika. S pojmom nadkulturno označujemo tisto, kar ima izvor zunaj kulture. Kultura sama je namreč človeški proizvod. Obstaja pa poseg božjega in satanskega v človeški svet.

Pri razlagi ljubosumja smo ugotavljali, da ima družba s svojimi vrednotami močan vpliv na reakcijo ljubosumja, zato je pri reševanju problema ljubosumja potrebno razmišljati o konkretnih vplivih podpornega sistema na posameznika.

<sup>565</sup> D. J. Hesselgrave, *Communicating Christ Cross-Culturally*, Zondervan Publishing House, Michigan 1991, 103.

Ker ljubosumje v družbi predstavlja način zaščite odnosa, ki je vrednota, se velja vprašati, kakšen in kateri odnos je v posameznem primeru vrednota. Videli smo, da napačno pojmovanje ljubezni povzroča nefunkcionalne oblike ljubosumja. Tu mislimo predvsem na:

- predstave o ljubezni kot posedovanju ljubljene osebe,
- nerealen pogled na odnose,
- nesposobnost oz. nepripravljenost na težo, ki jo življenje nujno prinaša.

Spoznavali naj bi torej vrednote posameznika in njihov vpliv na njegove odnose. Potem pa je potrebno preoblikovati predstave, da bi spremenili vrednote.

### 3.2.3. Travmatični dogodki

Naslednji dejavnik, ki ustvarja pogoje za ljubosumje v nekem intimnem odnosu, so posamezni **travmatični dogodki**, ki se lahko zgodijo še kasneje, ko so osnovne sheme-bivanja-z že izoblikovane. Ti dogodki sami na sebi niso nujno vzrok za ljubosumje, če obstoječe sheme-bivanja-z omogočajo drugačen razvoj domišljije, čustev in razumevanja.

Pomembni so predvsem dogodki, ki jih otrok lahko razume kot grožnjo izgubi temeljnega odnosa. Nekaj primerov:

1. Deklica je večkrat spala v materini postelji. Oče je bil zaradi službe pogosto dalj časa odsoten. Nekega dne je deklica že spala pri materi, ko je oče prišel domov. Mati je navadno objela hčerko, da bi lažje zaspala.

Tokrat sta oče in mati mislila, da otrok spi in sta imela ljubezensko spolni odnos. Hčerka še ni spala in je vse skupaj v temi doživljala. Doživljala je, da materinega objema ni bila več deležna, ker ga je bil deležen oče in da je spolni odnos očetovo nasilje nad materjo.

Ta dogodek se je izoblikoval v:

- odpor pred moškim, a hkrati željo po bližini (odtujenost in hkrati večjo navezanost),
- strah pred tem, da se v odnos vmeša tretji, ki predstavlja grožnjo prvemu odnosu (izgubo ljubljene osebe), kar zbudi reakcijo ljubosumja.

2. Hčerka je večkrat poslušala, kaj se dogaja v spalnici njenih staršev. Enkrat je skozi ključavnico tudi opazovala, kaj se dogaja. Iz tega je sklepala, da je oče nasilen in da

zaradi njega izgublja mater, tj. ljubljeno osebo. Tudi to doživljanje je imelo za posledico reakcijo ljubosumja, ki se odraža v vsakem njenem intimnem odnosu.

## 4. Razvojno relacijska terapija

Na podlagi razvojno relacijske teorije razvijamo tudi terapevtski pristop. Čeprav terapija ne more biti v prvi vrsti izvajanje teorije, ampak življenje, skušamo shematično predstaviti temeljne sestavine razvojno relacijske terapije. Našemu pogledu je najbližji pristop zakoncev Scharff,<sup>566</sup> zato prevzemamo kot osnovo njun pristop in ga dopolnjujemo z razvojnimi vidiki. Skozi celoten proces sledimo razvoj shem in pristopu dodajamo mikroanalitični intervju, ki naj bi spremljal terapevtov pogled skozi celotno terapijo, lahko pa mu namenimo poseben čas. Pri vsebinah, ki so še posebej značilne za ljubosumje, na to sproti opozorimo.

Ker sta vlogi transferja in kontratransferja osnova pristopa, jima namenimo prvi dve poglavji. V naslednjih dveh predstavljamo strukturo in proces terapije ter proces ugotavljanja. Čeprav je slednji v poteku terapije na začetku, ga postavljamo na konec zato, ker se elementi procesa ugotavljanja marsikdaj pokrivajo in dopolnjujejo z osnovnimi procesi terapije.

### 4.1. Transfer in kontratransfer

Danes si analize in transferja ne zamišljamo več kot polja, v katerem nastopata dva prazna zaslona, temveč sta transfer in kontratransfer pojmovana kot obojestranska, vzajemna, interaktivna izkušnja pacienta in terapevta.<sup>567</sup> Na ta način se polje transferja odpre kot polje celotne situacije med analitikom in pacientom ter v analitiku in pacientu. Kar se dogaja v posameznem odnosu analitik-pacient, vključno s terapevtskimi zunajterapevtskimi fantazijami in sanjami o pacientu, je del celotne situacije. Gre za strukturo, kjer vsak najmanjši delec vzorca predstavlja celoten vzorec.

---

<sup>566</sup> Prim. Jill in David Scharff, *Object Relations Individual Therapy*, Northvale, New Jersey, London 2000, 241-334.

<sup>567</sup> Pri tem se naslanjamo na delo avtorja: Jill in David Scharff, n. d., 241-281, in na avtorico: L. K. Kompan Erzar, *Odkritje odnosa*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana 2001, 144-168.

Vsak vzorec vedenja oziroma odnosa, ki se odvija med terapevtom in pacientom, kaže na ustroj notranje psihične strukture odnosov vsakega izmed njiju. Lapsusi, majhni obrati v govorjenju, geste ipd. torej niso nič skrivnostnega v smislu temačnega nezavednega, ki bo na dan prineslo najgrozovitejša spoznanja o človekovi živalski naravi in njegovih nagonih, ampak so le drobni signali in simboli relacijske matrice, v kateri se je izoblikovala pacientova notranja psihična struktura. Vsi drobni pojavi v analizirani situaciji, ki na videz izgledajo povsem arbitrarni in samoumevni, dejansko ustvarijo neko kompleksno podobo ali ozračje odnosa, ki je povsem specifično. Zanj se izkaže, da sledi globlji, sprva neopazni vzajemni dinamiki, ki se je spletla iz najglobljih relacijskih vzorcev obeh udeležencev analitske situacije. In to je približek, ki daje slutiti, kaj bi odnos lahko bil.<sup>568</sup>

»Na neki način je prav analitska situacija nekakšen ekstrakt celotnega življenja pacienta. Vsaka notranja objektna relacija, ki jo določa struktura vlog in meja, odseva in se ponovno izkuša v terapevtskem odnosu.«<sup>569</sup> Vez transfer-kontratransfer pomeni celotno analitsko situacijo, to je odnos, ki vključuje vse izmenjave v procesu projekcijske identifikacije, to je nezavedne čustvene dinamike, ki se ustvari med analitikom in pacientom.

»Transfer zdaj razumemo kot pacientov prispevek k soustvarjanju terapevtskega odnosa, skozi katerega se notranje objektno relacije izkusijo in preoblikujejo.«<sup>570</sup> Kako analitik in pacient vzpostavita stik? Gre za proces, »v katerem se različni zavestni in nezavedni elementi med pacientom in terapevtom srečajo in spojijo tako, da ustvarijo novo zmes misli, občutkov in zaznav, kombinacijo vedenja in vzorcev vzpostavljanja odnosov.«<sup>571</sup>

Vendar terapevtska situacija ni neka dana situacija, ki bi vzbudila vse te misli in občutke, ampak je le prostor, v katerem udeleženca najprej zgradita odnos na podlagi

---

<sup>568</sup> Prim. L. K. Kompan Erzar, *Odkritje odnosa*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana 2001, 146.

<sup>569</sup> Jill in David Scharff, n. d., 15.

<sup>570</sup> Jill in David Scharff, n. d., 24.

<sup>571</sup> Jill in David Scharff, n. d., 16.

svojih običajnih relacijskih vzorcev, šele nato lahko izluščita tiste strukture in procese terapevtskega odnosa, ki so za zdravljenje ključni.

Zato je seveda tudi v transfernem odnosu tako, da temelji na holdingu, temeljni varnosti, tako strukturni (jasen okvir, jasne meje) kot čustveni (preprečitev zlorabe v terapevtskem odnosu). Namen terapije je notranje preoblikovanje notranjih objektnih relacij oz. odprtje prostora za priznavanje drugega zunaj lastnih predstav o njem.

»Terapija je kot potovanje. Na začetku vsakega potovanja z novim pacientom je terapevt opremljen s svojimi lastnimi življenjskimi izkušnjami, terapevtskimi spretnostmi, svojo analizirano osebnostjo in kliničnimi izkušnjami, ki so vse povezane z 'glavnimi junaki' njegove notranje skupine.«<sup>572</sup>

Moderno razumevanje transferja in kontratransferja znotraj razvojno relacijske teorije je razumevanje tega odnosa kot obojestranskega odnosa, ki temelji na procesu projekcijske identifikacije. Projekcijska identifikacija je v prvi vrsti mehanizem prenosa mreže shem na drugega in sprejemanje teh shem nase. Projekcijska identifikacija pa je tudi tisto, kar prvotno razume relacijska teorija, tj. prenos lastnega nesprejemljivega čutenja na drugega in sprejemanje tujega čutenja nase. Je ime za sposobnost, da čustveno preživimo (kar pomeni, da vstopamo v odnose) kljub bolečini in tesnobi, kljub temu, da so naša čustva lahko razdiralna in smo nezavedno prepričani, da z njimi, če bi jih morali nositi sami, ne bi preživeli. Pri tem obojestranskost pomeni prostor, ki nastaja sproti in je za oba presenečenje, nekaj novega, povsem specifičnega za vsak trenutek terapije in vsako terapijo posebej.

V terapiji sprejemamo proces projekcijske identifikacije kot vzajemen in nezaveden proces za oba udeleženca. Scharffova ta proces razdelita na procesa introjekcijske in projekcijske identifikacije, ki kasneje služita kot temelj za opisovanje in razumevanje pojava transferja in kontratransferja.

---

<sup>572</sup> Prim. Jill in David Scharff, n. d., 17.



Kot rečeno, je proces projekcijske in introjekcijske identifikacije med analitikom in pacientom vzajemen. Introjekcijska identifikacija je ponotranjenje projekcije, to ponotranjenje pa je mogoče zaradi valentnosti (notranje psihične naravnosti) sprejemnika, da sprejme projekcijo.<sup>573</sup> Proces ni mogoč, če para med seboj ne veže prav valentnost za določeno čustveno vzajemnost. Naslovnik išče določena čustva, ker jih v sebi pogreša, pošiljatelj pa se hoče znebiti prav teh čustev.

Na podlagi vzajemnega pojmovanja projekcijske-introjekcijske identifikacije je mogoče tudi relacijsko pojmovanje transferja. Kontratransfer postane tako hkrati način odkrivanja transferja in gibalno njegove razrešitve. V terapiji je kontratransfer edini kompas za sledenje transferju. Scharffova sta izdelala 'zemljevid', orientirni model transferja, ki sta mu rekla 'geografija transferja', s katerim si terapevt lahko pomaga v kaosu terapije, ko še ni jasnega transferja, ko še nihče ne razume, za kaj gre, in ko nastopi stanje, ki ne omogoča več nadaljnjega poteka terapije.<sup>574</sup>

V moderni relacijski teoriji je transfer spet postal drugo ime za odnos med analitikom in pacientom, toda tokrat ne označuje odnosa v celoti kot enostranskega odnosa, ampak le prvi korak prepoznavanja vzajemnosti. Sam proces razvijanja transferja znotraj posamezne terapije namreč izgleda, kot da bi bil transfer enostranski in kot da prihajajo čustva iz enega samega vira, medtem ko ob razrešitvi transferja terapevt in pacient ugotovita, da sta ga nezavedno gradila skupaj. Prav zavedanje in izkušnja medsebojne odvisnosti in soodgovornosti za razvoj odnosa je izkušnja, ki ustvarja temelje, na katerih pride do notranjega preoblikovanja psihične strukture.<sup>575</sup>

Edini temelj za razumevanje transferja je kontratransfer, in le v primerih, ko transferja ne povzamemo v kontratransferju, si lahko pomagamo z zemljevidom pojmov, ki opisujejo transferni odnos. To je zadnji in najbolj radikalen domet psihoterapije in psihoanalize.<sup>576</sup>

---

<sup>573</sup> Prim. C. Gostečnik, *Operative mechanism in repetition compulsion*, v: doktorska naloga, Chicago 1995.

<sup>574</sup> Prim. Jill in David Scharff, n. d. 241-281.

<sup>575</sup> Prim. Prim. L. K. Kompan Erzar, n. d., 150.

<sup>576</sup> Prim. Jill in David Scharff, n. d. 265.

Transfer je pravzaprav drugo ime za živ, čustveno poln vzajemni odnos med analitikom in pacientom, predvsem pa za prostor, ki je odprt za presenečenja, v smislu, da nikoli ni mogoče potegniti zadnje ločnice in locirati vira projekcij in identifikacij. Največ, kar se lahko v odnosu zgodi, je, da se oba zavesta valentnosti oziroma vzajemnosti. Vzajemnost lahko vznikne samo takrat, ko je preplet projekcij ter introjekcij tako kompleksen, da iz njunega prepletanja nastane položaj, v katerem se oba, analitik in pacient, naenkrat prepoznata, in to je stanje valentnosti. Terapija tako postane drugo ime za prostor, v katerem se da živeti z intenzivnimi čustvi in se hkrati tudi učiti, čemu služijo in kaj pomenijo. Razkritje vzajemnosti terapevta in pacienta pove, kakšna je vloga njunih prepletenih nezavednih čustev v medsebojnih odnosih in na kakšen način ju ta čustva povezujejo oz. razdvajajo. Ko namreč čustveno ni mogoče več locirati začetka in konca projekcij, identifikacij in introjekcij, ko teorija ne nudi več zadovoljive opore za opis odnosa, se (če seveda vztrajamo v terapevtski situaciji) počasi začne iz te zmede vedno bolj jasno kazati neko stanje, neki temeljni ton, ki nakazuje jasnejše obrise vzajemnosti. Razkritje in ubeseditev vzajemnosti omogoči, da udeleženca sprejmeta odgovornost za svoje čutenje, ko se zavesta skupne ujetosti v čustveno dinamiko.

Transfer je postal večplasten pojem in opisuje vse ravni terapevtskega odnosa, vse dimenzije, ki jih terapevtska situacija kot celotna situacija pokriva.<sup>577</sup> Ko iščemo lokacijo in tip transferja, ugotavljamo, kje se nahajajo nezavedna čustva, o katerih je že bilo rečeno, da vznikajo sproti ob določenem pomenu, ki ga predstavlja neki trenutek v analitski situaciji. V analizi torej iščemo samo to, kje bomo lahko prodrli v globino čustvenega dogajanja med analitikom in pacientom, kje bomo najgloblje videli dinamiko nezavedne igre projekcij in identifikacij. Z drugimi besedami, kje je odnos živ in v čem je valenten oziroma vzajemen.<sup>578</sup>

Najširše rečeno je transfer iskanje stika z lastnimi čustvi in učenje ravnanja ter sprejemanja odgovornosti zanje. Če hočemo pojem transferja bolj sistematično in plastično opisati, so nam lahko, po Scharffovih, v pomoč tele koordinate:

*1. Prva značilnost transferja je držanje čustev drugega (containment)*

---

<sup>577</sup> Prim. Jill in David Scharff, n. d., 242-281.

<sup>578</sup> Prim. L. K. Kompan Erzar, n. d., 151.

Containment je obojestranski: »Lokacija containenta transferja lahko ostane v pacientu, lahko je projiciran v terapevta, lahko ga terapevt projekcijsko identificira ali pa je projiciran v prostor med njima«. <sup>579</sup>

Podobno velja za kontratransfer. Načeloma je lokacija kontratransferja v terapevtu, ko kontratransfer ni prepoznan in ga terapevt lahko projicira v pacienta, ki je prisiljen nositi ta čustva, da obvaruje terapevta pred osebnim vmešavanjem v pacienta. Lahko ga zaznamo kot motnjo terapije, kadar je projiciran v prostor med terapevtom in pacientom.

Prvo vprašanje o transferju je torej: »Kje so čustva in kdo jih nosi?« Ko je pacient čustveno ganjen, nosi čustva on, ko je terapevt čustveno ganjen, pacient pa ne, nosi čustva terapevt, včasih sta oba razburjena in takrat čustva nosi situacija. Tudi komentar oz. interpretacija naj bo usmerjena tja, kjer počiva večina čustev (Tip vprašanja naj se obrača k lokaciji čustev; npr. Tukaj je pa danes zelo tesno? [Prostor med obema.] Kaj čutite? [Pacient je preplavljen s čustvi, terapevt pa ne.]). <sup>580</sup>

## *2. Druga značilnost transferja je konkordantna in komplementarna projekcijska identifikacija*

Par transfer-kontratransfer je nerazdružljiv in vzajemen. Dejansko se v ničemer več ne razlikuje od pojma projekcijske in introjekcijske identifikacije, zato sta tudi transfer in kontratransfer kot opisa učinka projekcijske identifikacije lahko konkordantna (analitik in pacient čutita isto, ker se analitik identificira z delom pacientovega jaza) ali komplementarna (analitik se identificira z delom pacientovega objekta in prevzame pacientov pogled nase). Ta pozicija se lahko v vsaki uri spremeni, vedno pa odnos med analitikom in pacientom poustvari pacientove notranje objektne odnose do tiste mere, kot to dopuščajo terapevtovi notranji objektni odnosi. <sup>581</sup>

## *3. Tretja značilnost transferja je analitski tretji oziroma potencialni prostor*

---

<sup>579</sup> Jill in David Scharff, n. d., 249.

<sup>580</sup> Prim. L. K. Kompan Erzar, n. d., 154-155.

<sup>581</sup> Prim. L. K. Kompan Erzar, n. d., 151.

Gre za prostor med fantazijo in realnostjo. To je prostor, ki je namenjen jeziku, simbolizaciji in igri ter s tem zdravi ustvarjalnosti. Za razumevanje transferja je ta pojem pomemben zato, ker odnos razume ne samo kot vzajemno čustvovanje, ampak tudi kot čustvovanje, ki se ustvarja in nastaja sproti v interakciji med analitikom in pacientom.

Tako je odnos med dvema osebama vedno odnos treh, obeh posameznikov in skupnega polja, kjer sta posameznika eno. Lahko bi tvegali hipotezo, da je tretji pravzaprav tisto, kar ju nezavedno družijo, tisto, čemur smo rekli vzajemnost, valentnost, ki se izrazi tako, da jo oba prepoznata kot tretjega oz. da se kot par prepoznata v tretjem. Tretji vedno izvira iz njune valentnosti.

Analitski tretji je »tretja struktura povezana s subjektivno izkušnjo vsakega posameznika, a dobi svojo obliko v enkratni idiosinkratični združitvi njunih osebnosti«.<sup>582</sup>

#### *4. četrta značilnost izhaja iz opredelitve transferja v prostoru in času*

Transfer lahko prihaja s štirih področij izkustva: »tukaj in zdaj«, »tukaj nekoč«, »tam in zdaj« ter »tam nekoč«, pri čemer »tukaj nekoč« in »tam nekoč« vključujeta tako preteklost kot prihodnost in ju lahko razvežemo v: »tukaj pred tem«, »tukaj potem« in »tukaj, če kdaj«. Samo stanje »tukaj nekoč« vključuje klasično razumljeno zgodovino transferja. Iz te razdelave transferja v prostoru in času izhajajo ta področja izkustva:

- »Tukaj in zdaj« pomeni sam terapevtski odnos; kar je zdaj v nezavedni komunikaciji med analitikom in pacientom.
- »Tukaj nekoč« pomeni klasično definicijo transferja oziroma ponovitev primarnih odnosov, ki jih pacient podoživlja v odnosu s terapevtom. Gre za notranje objektne odnose, ki so nastali v otroštvu, in njihovo izražanje v terapevtskem odnosu vključno s transferjem.
- »Tam zdaj« označuje, kar se zdaj dogaja pacientu zunaj terapevtskega odnosa in kar se težko loči od transferja, saj gre za zgodbe, ki jih pripoveduje pacient. Po

---

<sup>582</sup> Jill in David Scharff, n. d., 248.

strukturni plati so to medosebni izrazi notranjih objektnih odnosov v sedanjosti (na delu, v družini, pri igri ...)

- »Tam nekoč« pomeni vse tisto, kar se je dogajalo v širšem družbenem kontekstu v času, ko je pacient odraščal; sem sodijo tudi vse kulturne značilnosti prostora in časa, v katerem je pacient odraščal in za psihoanalizo nimajo posebnega pomena.

Klasični transfer ni več pojmovan kot dejanski prenos iz preteklosti. Tudi kategorija »tukaj nekoč« (»tukaj od nekoč«) je »iluzija« oziroma pacientova fantazija, da je analitik enak njegovim staršem oz. da je analitik sedaj prisotna verzija matere, očeta, lastnosti očeta in matere, in to na podlagi tistih lastnosti, ki si jih je zapomnil pacient. Tem ponotranjenim podobam in razpoloženjem, ki jih ohranjajo, pravi objekt relacijska teorija notranji objekti, mi pa prisotnost shem.

Situacija »tukaj od nekoč« ni pretekla situacija, ker se vse dogaja med analitikom in pacientom tukaj in zdaj, med pacientovimi sedanjimi notranjimi objekti in komponentami jaza in terapevta, ki so trenutno delujoči, ki pa jih oba izkušata, kot da bi zadevali pretekle objektne odnose.<sup>583</sup> V trenutkih, ko se realnost odmakne in jo preplavijo pretirana čustva, sta oba, pacient in večkrat tudi terapevt, prepričana, da doživljata preteklost. Vseeno pa so edino, kar nam je od preteklosti ostalo, prav sheme, ki se jih sploh ne zavedamo in sploh niso točni, ampak naši posnetki preteklosti.

Kategorija »tukaj od nekoč« pa se lahko nanaša tudi na preteklost terapije, to je na tisto, kar se je dogajalo prejšnjo uro. Predvsem gre pri ugotavljanju časovne in prostorske umestitve transferja za to, da se v dani situaciji, ki je še pregledna (od kod, do kod), začnejo vzbujati čustva, ki tja ne sodijo. Takrat je najlažje reči: »Tako je bilo pri nas doma.« V naslednjem koraku bo terapevt lahko ovrednotil ta čustva in omogočil sprejemanje odgovornosti zanje.

Kategoriji »tam od nekoč« in »tukaj od nekoč« dodajamo kategorijo »če kdaj« (prihodnost) in kategoriji prostor še kategorijo družine. Tako nastanejo tri področja: posameznik, družina in družba.

---

<sup>583</sup> Jill in David Scharff, n. d., 251.

Prihodnost transferja je sestavljena v glavnem iz pričakovanj terapevta in pacienta glede tega, kako bo izpadla terapija. Percepcija preteklosti je vedno povezana z upanjem glede prihodnosti terapevtskega odnosa.

In kakšno vlogo ima družina? Družina je tista mreža odnosov, ki otroku posreduje svet, presejan skozi odnos med partnerjema. »Družina je najpomembnejši nosilec kulture.«<sup>584</sup>

##### *5. Peta značilnost transferja sta njegov kontekst in fokus*

Transfer je lahko varno okolje, kontekstualni holding, ali prostor največjega zaupanja, fokusirani holding.

V terapiji je holding vzajemen. Če pacient ni sposoben nositi terapevta, če ves čas dvomi v njegovo kompetenco, zamuja, ne plačuje, ne more prenesti obravnave. Je ne more »nositi«. Holding je v terapiji vzajemen, terapevt in pacient ga gradita skupaj.

Tudi fokusirani holding daje varnost. Toda ta centrirani odnos se pojavi takrat, ko »materinska oseba« odpre prehodni prostor med sabo in otrokom, se ponudi kot objekt (tarča) neposrednega navezovanja stikov in dopusti »napad nase«.

Centralni holding je povezan s kontekstualnim holdingom. Okvir oziroma spoštovanje zunanje okvira je smiselno samo, če se znotraj tega okvira nekaj centriranega v resnici dogaja, v nasprotnem primeru je zunanji okvir premalo. Če oba tipa odnosov delujeta, potem razlika med njima ni opazna, če pa je eden odsoten ali se celo izključujeta, pride do patologije oziroma do notranjega razkola. Z drugimi besedami bi lahko rekli, da v centriranem odnosu otrok najde objekte, v kontekstualnem pa najde svoj jaz.

V transferju, ki temelji na centriranem odnosu, bo pacientov self našel v terapevtu objekte in bo z njimi poselil svoj notranji svet. V transferju, ki temelji na kontekstualnem holdingu, pa se bo pacient čutil podprtega v iskanju zunanje meje svojega jaza znotraj terapevtskega odnosa. Poselil ga bo s čustvi, ki jih je doživljal ob

---

<sup>584</sup> Jill in David Scharff, n. d., 253.

posameznih podobah iz svojega življenja, o katerih sta govorila s terapevtom in jih je ob terapevtu doživljal v drugačnem kontekstu.<sup>585</sup>

S temi koordinatami lahko torej približno opišemo kompleksnost nezavedne čustvene vzajemnosti, ki se razvija med terapevtom in pacientom. Če samo pomislimo na to, kako bi lahko mislili hkrati vse kategorije, nam postane jasno, da odnosa nikoli ne bo mogoče opisati enoznačno. In prav to je namen modela, ki ga povzemamo po Scharffovih. Ko lahko transfer zakoličimo in enoznačno opredelimo, izgubimo stik s pacientom. Vse te kategorije so namreč namenjene samo temu, da iz drobcev, ki se počasi nabirajo skozi terapevtske ure, s pomočjo čustvenega razpoloženja, ki se ob tem ustvari, verjamemo in sledimo tistemu temeljnemu vzorcu, v katerem lahko sicer ugotovimo, da se vedno odvija znotraj nekih meja, a se nikoli ne ponovi v popolnoma enaki obliki, tako kot se zarisujejo oblike nelinearnih, kaotičnih sistemov, ki pa na veliko presenečenje, počasi začnejo zarisovati prepoznavno obliko. V njej lahko najdemo celo točke, tako imenovane atraktorje, ki delujejo kot mesta, h katerim teži celotni vzorec.<sup>586</sup>

#### 4.1.1. Kako prepoznati transfer?

Temeljno pravilo terapije je, da je kontratransfer edini kompas za odkrivanje transferja. Ker gre v terapiji samo za to, da se sledi močnim čustvom, da se išče, kje se v odnosu nekaj zgodi, je edini način, kako lahko terapevt to odkriva, njegovo lastno čutenje, ko je zanj nekaj zaživel. Ko se začne ob neki temi zares zanimati za pacienta, ko se ob pacientovih zgodbah sprosti in hoče izvedeti še več, lahko to živost ohranja samo na način, ki je notranji njemu samemu. Zato mora dovoliti sam sebi, da ob pacientih začne čustvovati, doživljati, jih čutiti, ker je to edini način, da bo ostal z njimi v stiku. Tako bo lahko sledil razpoloženju, ki ju bo pripeljalo do tistih nekaj točk, na katerih temelji vzajemnost njunega odnosa.

Samo v trenutkih, ko terapevtu intuicija ne da dovolj opore, da bi ohranil terapijo živo, si lahko pomaga z nekim kognitivnim modelom in se nasloni na kategorije, s katerimi si

---

<sup>585</sup> Prim. Jill in David Scharff, n. d., 242-281.

<sup>586</sup> Prim. J. Gleick, *Kaos: Rojstvo nove znanosti*, DZS, Ljubljana 1991.

omogoči zdržati v stiku in predelati tesnobo, v kateri se znajde, ko se v terapevtskem odnosu izgubi.

Scharffova opisujeta, kako poteka tako miselno procesiranje terapije in to storita preko vprašanj, na katera naj si odgovori terapevt takrat, ko se terapija ne premakne naprej.

### **1. Lokacija containmenta**

Prvi korak tega razmisleka je vprašanje o tem, kdo nosi čustva oziroma kdo živo čustvuje. Če drži, da je vpliv tam, kjer so čustva, potem mora terapevt ugotoviti, kje v izmenjavi transferja in kontratransferja je prostor za procesiranje čustev. Od tod bo terapevt dobil smer, v katero naj sprašuje, ali namig, kako se doživlja pacient ali kako pacient doživlja terapevta.

### **2. Kako prepoznati čas in prostor transferja?**

Containment se lahko dogaja v terapevtski situaciji, lahko pa se pojavi zunaj terapije in ga ni moč opazovati. Takrat terapevt sprašuje pacienta, kje misli, da je čutil vpliv nekega zunanjega dogodka. Je ta učinek čutiti zdaj, je bilo tako v preteklosti ali bo tako v prihodnosti? In sprašuje, kje misli, da se je neki dogodek zgodil.

Scharffova sta izdelala tabelo za določanje prostora in časa nekega učinka terapije, da bi lahko locirala čustvo in dogodek ter ju spravila skupaj. Po Scharffovih je namreč cilj transferja, spraviti skupaj čustva in zgodbe, da pacient pride do prave besede ob pravem času. Prava beseda ob pravem času pa pomeni besedo, s pomočjo katere se bo zgodil čustveni preobrat, besedo, s katero bo npr. mogoče izraziti jezo tako, da bo obvladljiva, da se bo lahko iz nje rodila nova razsodnost.

Denimo, da terapevt prepozna transfer v eni omenjenih kategorij. Znotraj te kategorije oz. znotraj terapije, ki poteka tukaj in zdaj, ugotavlja še, kje je containment; kje počivajo čustva, ki so transferna, to pomeni, v katerih imata s pacientom stik; ali so ta čustva v pacientu, v prostoru med njima ali v terapevtu; kdo je izkusil ta transfer, ki lahko pripada kateremukoli prostoru in času. S tem, ko terapevt locira containment čustev, lahko transfer poveže z realnostjo odnosa (Ali je možno, da mene sedaj doživljate tako, kot ste doživljali svojega očeta?).



Na tak način lahko vsaka zgodba iz preteklosti dobi svoj smisel za sedanjost. Tedaj pacientu ni treba pozabljati preteklosti, ampak si z njo pomaga sprejeti odgovornost za sedanja čustva in sedanje življenje.

### **3. Kako prepoznamo kontekstualni in fokusirani transfer?**

Eno nadaljnjih pomembnih vprašanj je, ali transfer sodi h kontekstualnemu holdingu, ki ga predstavlja analitik, ali pa gre za fokusiran, središčni odnos med njima. Kontekstualni holding je dan že na začetku terapije, kar bi pomenilo, da pacient zaupa terapevtu in je ob njem varen, šele kasneje nastopi fokusirani, kar bi pomenilo, da je pacient razumljen kot oseba. Na začetku je transfer vedno kontekstualen (transfer je pojmovan kot pomembnost področja čustvovanja, v smislu, da je na začetku terapije največ čustev investiranih v to, kakšen je okvir terapije, ali je tu varno ali ne), pacient se takrat zateče k fokusiranemu holdingu samo zato, da bi se izognil strahu pred nepravilnim čustvenim holdingom.<sup>587</sup>

### **4. Kje je kontratransfer?**

Področje kontratransferja je ponavadi vedno tukaj in zdaj, če je seveda analitik čustveno prisoten v odnosu s pacientom, saj pomeni analitikovo čustveno angažiranje oziroma to, kam v tistem trenutku analitik usmerja svoja čustva.

Lahko pa je kontratransfer drugje in projiciran v pacienta ali v prostor med njima (ko analitik sanja o pacientu, ko se boji terapije), pri čemer lahko terapevt te podobe, ki se mu utrinjajo ob pacientu, ob misli nanj, ob njegovem čustvovanju do pacienta, uporabi za to, da bi s pacientom vzpostavil stik. Prav te podobe so prvi znanilci globinskega ozračja terapije, prvi kazalci »urejenosti znotraj kaosa« odnosa. In morda bodo prav te podobe lahko nagovorile pacienta v njegovih čustvih oziroma njegovih predstavah. S tem se terapevtski prostor spet vrne v terapijo. To bi bil kontratransfer v »tam zdaj«.

Lahko pa je kontratransfer tudi »tukaj od nekoč«, in sicer takrat, ko se začne sedanja terapija prepletati s preteklimi urami terapije ali pa s preteklimi notranjimi objektnimi

---

<sup>587</sup> Prim. Jill in David Scharff, n. d., 262.

relacijami. Klasični kontratransfer nastopi, ko se analitik zasanja v svoje spomine, se začne ukvarjati s sabo in paziti nase. Lahko je usmerjen tudi v prihodnost, ko si analitik reče, kako želi, da bi v terapiji bilo; kaj želi, da bi pacient naredil; ko bi pacientu najraje kar svetoval, kako naj se reši.

Tudi »tam nekoč« je lahko prostor kontratransferja, to bi bili vplivi šole, učitelja ... Terapevt prav tako lahko čuti kontratransfer v zvezi s kontekstom (ko se ukvarja v glavnem s tem, ali bo pravočasno končal uro) ali s seboj (ko se sprašuje o svoji kompetenci, ko se ukvarja s sabo) in z odnosom. Kontratransfer se lahko ustvari na podlagi projiciranega dela jaza ali objekta. Lahko je konkordanten (povezan s pacientovim jazom) ali komplementaren (povezan z delom pacientovega objekta).

Videli smo, da je terapevtski odnos kot čustvena investicija oz. kot prostor, kjer nastane stik med terapevtom in pacientom, najlepše povzet v geografiji transferja, ki predstavlja terapevtov kompas. »Kontratransfer je po navadi kompas, ki nas vodi k razumevanju transferja, včasih pa lahko močno zamegli naš občutek za položaj v terapevtskem odnosu in s tem blokira naše razmišljanje in intuicijo. Transfer je namreč vedno prisoten, tudi če smo prepričani, da ga ne vidimo. V takih trenutkih si terapevt pomaga z modelom transferja, ki mu služi kot zemljevid.«<sup>588</sup>

Model naj bi terapevtu predvsem omogočil, da vztraja v terapiji, da zdrži soočenje s sabo, ki prihaja od posameznega pacienta, da s tem, ko sam sprejema odgovornost za čustva, ki se jih prej ni zavedal, omogoči tudi pacientu, da bo sprejel odgovornost za lastna čustva v drugih odnosih.

Zdaj se nam terapija torej kaže kot prostor, v katerem nastaja čustveno zahteven odnos. V tem prostoru se analitik in pacient gibljeta na podlagi neubesedenih čustvenih mehanizmov in načinov čustvovanja, ki jih poznata. Terapevt se pri iskanju interpretacije orientira po svojih čustvih, ki se mu vzbujajo ob pacientu (kontratransfer), in ko se znajde v situaciji, ko ne razume več, od kod prihajajo njegovi in pacientovi čustveni odzivi, se lahko opre na nekaj pojmov, ki omogočajo, da razgradi terapevtsko

---

<sup>588</sup> Jill in David Scharff, n. d., 241.

situacijo. Iz tega sledi, da se mora terapevt najprej izgubiti v čustvenem svetu terapevtskega odnosa in pacienta ter šele nato v kaosu poiskati oziroma odkriti osnovne smernice pomena posamezne terapije.<sup>589</sup>

## 4. 2. Struktura in proces terapije

To poglavje predstavlja principe razvojno relacijske terapije in analize.<sup>590</sup> Čeprav podajamo opis različnih tehnik, imamo vedno v mislih, da so zajete v celotnem terapevtskem odnosu. Odnos s terapevtom namreč organizira terapevtski proces in ne katerikoli od elementov, ki ga bomo opisali. Če ni splošnega terapevtskega odnosa, noben dejavnik ne pomaga.<sup>591</sup>

Pomembne vsebine pacientovega življenja v razvojno relacijskem pristopu niso ozko omejene na določen dogodek v zgodnjem otroštvu, ampak so pomembno tkivo celotnega življenja. Različni odnosi ustvarjajo različne sheme-bivanja-z, iz katerih spoznavamo in sestavljamo podobo preteklosti. Terapevt in pacient sta svobodna v sprehajanju skozi čas in interpersonalni prostor. Ne vodijo ju predpostavke, kaj naj bi skupaj našla.

Pomemben je poudarek, da so formativni dogodki v otroštvu le 'prva izdaja' nekega problema. Z nizanjem odnosov se ista tema ponavlja in dopolnjuje skozi zgodovino. Če poznamo shemo-bivanja-z, ki se odigrava danes, bomo s pomočjo pacienta prišli do njenega izvora, ko se je pacient počutil podobno, kot se počuti v odigravanju te sheme danes.

Seznam prikazuje povzetek načel razvojno relacijske terapije:

### Urejanje okvira

---

<sup>589</sup> Prim. L. K. Kompan Erzar, n. d., 165.

<sup>590</sup> Naslanjamo se na poglavje Struktura in proces terapije, Jill in David Scharff, n. d., 284-316.

<sup>591</sup> Prim. W. R. D. Fairbairn, *On the nature and aims of psychoanalytical treatment*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 39 1958, 374-385.

Postavljanje meja

Vodenje terapije

Ustvarjanje psihološkega prostora

Prosto-gibajoča-se pozornost

Nevtralnost in zavzeta nepristranskost

Ogrožajoča upornost

Takt in čas: Česa naj ne rečemo

in Kdaj naj nečesa ne povemo

Negativna sposobnost

Najti svoj način poslušanja

brez spomina in želje

Poslušanje konfliktov, obrambe in strahov

Izvajanje vzorcev skritih shem

Odkrivanje in spoznavanje pomembnih interakcij

Spoznavanje predstav, ki vodijo interakcije

Mikroanalitični intervju

Branje klinično pomembnih dogodkov

Delo s sanjami in fantazijami

Spoznavanje podpornega sistema

Delo s transferjem in kontratransferjem

Transfer kot celotna situacija

Uporaba terapevtovega jaza

Ovrednotenje odnosa transfer/kontratransfer

Toleriranje in razumevanje tišine

Površinsko odzivanje:

Globinsko odzivanje: interpretacija

Interpretacija transfer-kontratransfer in odigravanja

Vedenjska interpretacija

'Zato' stavki

O zmotljivosti, o grožnji s prenehanjem terapije in o dvomu

Dodajanje pomožnih in dopolnilnih metod

Uporaba zdravil

Prilagajanje tehnik

S tistimi, ki so doživeli travmatičen dogodek

Predelovanje

Nadaljevanje ugotavljanja, ko se terapija razvija

Ločevanje in zaključevanje

#### 4.2.1. Urejanje okvira

##### **Postavljanje meja**

Že ob prvem stiku z osebo, ki se prijavlja za terapijo, je terapevtova naloga, da postavi pogoje, znotraj katerih se bosta srečevala in delala. Pogoji za delo vključujejo čas in prostor srečevanja, pogostnost srečanj, način odpovedi srečanja, višino in način plačila, uporabo telefona oz. druge načine stikov s terapevtom, če je potrebno. Ti pogoji sestavljajo na eni strani poslovno ureditev in na drugi strani psihološko pogodbo. Skupaj tvorijo osnovne okvire terapije. Pacientovo strinjanje z njimi in preskušanje kot podobe terapevtskega odnosa razkrivajo pacientov splošen način obnašanja.

Raziskave obnašanja otrok ugotavljajo, da prav pogajanja o pravilih odkrivajo strukturo in delovanje odnosa. Način, kako se vzpostavljajo meje, pove več kot sam položaj meja.<sup>592</sup>

Seveda je strinjanje ali nestrinjanje s pogoji, ki jih predlaga terapevt, njegova pravica. Večina terapevtovih prijemov bo prišlo do izraza v pogovorih med obdobjem postavljanja diagnoze, vendar bodo res očitni šele, ko se terapija začne. Ni dobro, če terapevt predpostavlja, da je kateri koli od pogojev, ki ustreza njemu, avtomatsko sprejemljiv tudi za pacienta. Prav tako pa ni dobro, če dopuščamo, da pacient svobodno, brez soočenja in pogovora ne upošteva okvira. Če pacient ne upošteva elementov okvira ali jih prehitro sprejme, je verjetno, da se je odigrala ena od shem, na kar naj bomo takoj pozorni.

##### **Vodenje terapije**

V razvojno relacijski terapiji in psihoanalizi ne predpisujemo nalog ali načinov soočanja s situacijami, niti ne poučujemo pacientov, kako naj spremenijo način razmišljanja o

---

<sup>592</sup> Prim. D. Stern, *The Motherhood Constellation*, Basic Books, New York 1995, 75.

življenju in njihovih izzivih, kakor ravnaajo kognitivno-behavioristične terapije. Vodenje je naša stvar in naša naloga v terapiji. Mi upravljamo z mejami terapije in proces kontratransferja, ko usmerjamo svojo pozornost na vedno globlje razumevanje pacientove situacije. Obvezujoče je za nas, da smo na razpolago v času, ko obljubimo, da bomo dosegljivi. Ko slišimo težke stvari ali se v nas zbudijo naši občutki, ne obsojamo in ostanemo nevtralni. Ko bi radi bili zopni ali prijazni do naših pacientov, ostanemo zvesti nalogi razumevanja. Naša naloga je, da omogočamo psihološki prostor za pacienta.

Ostati nevtralen zahteva izogibanje družabnih stikov s pacienti zunaj terapije, ne glede na to, kako dolgo bo ta trajala. Samo takšne trdne meje lahko omogočajo analitiku oz. terapevtu prost dostop do izkušnje in uglašenost s pacientovo domišljijo, brez tveganja, da bi sami delovali pod vplivom takšne domišljije.

V globini ni mogoče začeti delati, dokler pacient ne sprejme meja in jih skuša na najrazličnejše načine rušiti.

#### 4.2.2. Ustvarjanje psihološkega prostora

Glavna naloga vsakega terapevtskega odnosa je ustvarjanje in ohranjanje psihološkega prostora, v katerem lahko pacienti pregledajo svoje življenje, preverijo svoje sheme in raziščejo naravo njihovih učinkov v osebnih odnosih in na delovnem mestu. Terapevti ustvarjajo prostor z aktivnim (a ne zvedavim) poslušanjem, ki povabi paciente, da povedo svoje zgodbe, da povedo terapevtu o sebi na najrazličnejše načine, besedno ali nebesedno, medtem ko terapevti izkušnjo ponotranijo in ji dopustijo, da dobi odmev v njihovem notranjem svetu. Zunanja razsežnost prostora je vezana na usklajenost tedenskega urnika in primerno urejenost pisarne. Glavna postavka za prostor pa je notranja razsežnost dobro-analiziranega in veččega duha terapevta. Dobro je mogoče delovati tudi v prostoru – če je tako dogovorjeno – video studia ali ob prisotnosti študentov ali kolegov. Terapija in analiza se lahko izvaja tudi po telefonu, če je pacientovo zaupanje dovolj močno in če je terapevt sposoben koncentracije na pacienta, kar ohranja psihološki prostor.<sup>593</sup>

---

<sup>593</sup> Prim. S. Zalusky, *Telephone analysis: out of sight, but not out of mind*, v: *Paper presented at workshop »Telephone Analysis«*, American Psychoanalytic Association Annual Meeting, New York

Psihološki prostor ustvari terapevtova sposobnost za kontekstualno ohranjanje (holding) in vzdrževanje (containment). V ta prostor stopa deljeno psihološko življenje dvojice: pacient-terapevt, ki to življenje hranita ali pa napadata. To dopolnilno konstrukcijo imenujemo tretji v analizi (*the analytic third*).<sup>594</sup> Tu so neskončne možnosti in skrbi pacienta in terapevta, da se svobodno igrata z idejami, s stanji duha in strahovi, z upi in grozo. S časom postajata sposobna za igro z domišljijami, odigravanjem in načini njunega odnosa. Tako se lahko oba zavesta, kako se odražajo pacientove moči in šibkosti ter poskusita nov način obvladovanja konfliktov in odnosov. Psihološki prostor ustreza potencialnemu oz. tranzicijskemu prostoru, ki ga opisuje Winnicott.<sup>595</sup>

### **Prosto-gibajoča-se pozornost**

Terapevt ni pozoren samo na besede, ki jih izgovarja pacient, ampak želi dojeti celotno sporočilo, ki se odraža tudi v nezavednih pomenih in jih sporočajo misli, čustvena stanja ter različne vloge v odzivih na odigravanja. Vse to daje novo razumevanje pacientovega notranjega sveta.<sup>596</sup> S to široko definicijo dajemo nov pogled na koncept terapevtove abstinence in nevtralnosti, kot ga je razumelo klasično učenje, ki je bilo na osredotočeno na nagone, in kot ga podaja psihologija jaza.

### **Nevtralnost in zavzeta nepristranskost**

Z nevtralnostjo razumemo, da smo nevtralni glede pacientove pravice, da sam izbere smer, ki ji želi slediti, čeprav priznavamo, da smo na strani življenja, rasti in razvoja. To pomeni, da ne sprejemamo samodestruktivnosti ali zavračanja rasti kot enakovrednega rezultata našega dela. Vendar ne želimo svojim pacientom vsiljevati lastnih idej o razvoju in zdravju. Nismo starši, ki bi vzgajali otroke po svojih standardih.

Namesto nevtralnosti težimo k uporabi izraza zavzeta nepristranskost. Veliko nam je za pacienta in sprejemamo, če je pacientu mar za nas, če nas sovraži ali se nas boji. Vendar

---

1996.

<sup>594</sup> Prim. T. Ogden, *Subjects of Analysis*, NJ: Jason Aronson, Northvale 1994.

<sup>595</sup> Prim. D. W. Winnicott, *Playing and Reality*, Basic Books, New York 1971.

<sup>596</sup> Prim. J. Sandler, *Actualization and object relationships*, v: *Journal of the Philadelphia Association for Psychoanalysis* 3 (1976), 59-70.

razumemo, da je njegov svet zaznamovan z mnogimi delnimi odnosi, ki ga vlečejo v različne smeri. Enkrat ga usmerja ena shema, drugič druga. Nimamo predsodkov o tem, da bi bila ena shema on, druga pa njegov sovražnik. Raje kot to, sprejemamo in raziskujemo delovanje vseh shem, tako da postanejo domače pacientu, ki lahko potem izbere, kako bo integriral v svojo osebnost odrinjene ali potlačene sheme, kar mu bo omogočilo polno uživanje njegovih sposobnosti za odnose in za življenje.

### **Ogrožajoča upornost**

Med terapijo pacient pogosto prinaša opravičila, kot npr. zakaj ni mogel priti na srečanja, zakaj občasno ali običajno zamuja srečanja, zakaj o nekaterih stvareh ne želi govoriti, zakaj želi preprosto ostati tiho, zadržati informacijo, ohraniti prosto asociacijo in pozabiti sanje. To so izrazi upornosti.

Objekt relacijska terapija razume upornost in obrambo kot izraz potrebe po ohranjanju ločenih ali potlačenih notranjih objektnih relacij v okvirih zaprtega sistema, ki je varen pred grožnjami terapije, analize in osebe analitika, ki skuša prelomiti pacientov notranji sistem.<sup>597</sup>

Mi razumemo upornost kot izraz nemoči, da bi pacient premagal sheme, v katere je ujet največkrat v zabrisanem spominu. Posledice takšnih shem pozna in se jih je že privadil, medtem ko so nove preveč tvegane.

### **Takt in čas: Česa naj ne rečemo**

#### **in Kdaj naj nečesa ne povemo**

Winnicott<sup>598</sup> je pisal o pomembnosti tega, da pacienti vodijo pogovor in je svaril pred terapevtovo interpretacijo, ki jo vodi iskanje samopotrditve, da ima nekaj povedati. Pogosto se zgodi, če terapevti počakajo, da pacienti sami najdejo ustvarjalno dejavnost o resničnem jazu v tranzicijskem prostoru, ki bi jo uničili, če bi prehitro spregovorili. Abstinenca pomeni, da ne govorimo ali delamo zato, da bi ugajali sami sebi ali sproščali svoje strahove, ampak da govorimo zato, da spodbujamo k pacientovemu napredku.

---

<sup>597</sup> Prim. W. R. D. Fairbarin, *On the nature and aims of psychoanalytic treatment*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 39 (1958), 374-385.

<sup>598</sup> Prim. D. W. Winnicott, *Playing and Reality*, Basic Books, New York 1971.



Najtežji del kliničnega učenje je v tem, kdaj naj ne povemo stvari, ki nas predstavljajo in se zdijo očarljive. Ključ je v prepoznavanju rahlega občutka dvoma ali negotovosti. Casement<sup>599</sup> govori o notranjem supervizorju in predstavlja način 'stopanja' v pacientove 'čevlje'. Zbujanje notranjega supervizorja nam pomaga pretehtati, ali bi izrečeno pacientu koristilo ali škodilo. Največkrat se situacija sama razjasni, pacient pa pogosto spozna tisto, ne da bi mu mi povedali. Drugi takten način pa je, da spregovorimo o analitikovem obnašanju oz. njegovih značilnostih, namesto da bi govorili o pacientovih.

Steiner<sup>600</sup> razlikuje med 'na analitika osredotočeno' in 'na pacienta osredotočeno' interpretacijo, ter priporoča interpretacijo, ki je usmerjena na analitika. Tako izboljšujemo ohranjanje, brez katerega bi se nekateri pacienti z večjimi strahovi težje soočili s svojimi strahovi. Takšen pristop prenese strahove s pacienta na terapevta in ustvarja boljši psihološki prostor.

### **Negativna sposobnost**

Negativna sposobnost je izraz, ki si ga je Bion<sup>601</sup> sposodil pri Johnu Keatsu, predstavlja pa terapevtovo stanje duha, ki pomeni neobremenjenost s spominom in z željami. Terapevt in pacient sta lahko odprta za neznanost samo, če čimbolj zapustita tisto, kar že veda.

V praksi ni mogoče, niti ne svetujemo, pozabiti vse o pacientovi preteklosti oz. pretekli uri terapije. Niti ni mogoče biti brez želja za pacienta – kot npr. želje po njegovi rasti oz. zmanjšanju njegove samodestruktivnosti. Pomembno je, da smo svobodni za učenje novega v vsakem trenutku in da smo sposobni razumeti stvari, ki jih še nismo doživeli ali razumeli.

---

<sup>599</sup> Prim. P. J. Casement, *Learning from the Patient*, Guilford, New York 1991.

<sup>600</sup> Prim. J. Steiner, *Patient-centered and analyst-centered interpretations: some implications of containment and countertransference*, v: *Psychoanalytic Inquiry* 14 (3) (1994), 406-422.

<sup>601</sup> Prim. W. Bion, *Attention and Interpretation*, Tavistock, London 1970.

## **Najti svoj način poslušanja**

### **brez spomina in želje**

Nismo popolnoma brez spominov iz preteklih izkušenj s pacientom ali iz našega življenja. Pomembno pa je, da smo odprti toku naše domišljije, naših misli, občutkov in spominov o tem, kar je pacient ali terapevt prej rekel. Imamo prosto gibajočo se pozornost in odprto sposobnost, da na pacientovo vsebino odgovarjamo s svojimi svobodnimi asociacijami. Želimo biti sposobni izgubiti se v pacientovem materialu, v nas samih in v med-prostoru, ki je naše deljeno področje za delo. Ni treba pričakovati, da bomo poslušali popolno, se svobodno sprehajali in hkrati vse ujeli. Od tega se velja posloviti, če hočemo delovati v globini.

Pri vsem moramo najti svoj način in ne iskati, kako bi na izreden način gledali na stvari. Ostati moramo svoji in avtentični.

### **4.2.3. Poslušanje konfliktov, obrambe in strahov**

Od nas se ne zahteva oz. pričakuje izrecno, da bi poslušali o katerikoli stvari. Vendar nas na splošno zanima poslušanje področij notranjega konflikta, ponavljajočih se vzorcev zunanjega prizadevanja, neskladij v pripovedih pacientov, v slikah, ki jih rišejo, ranljivosti, ki jih vedno znova premagujejo. Zanimajo nas moči, ki se pojavljajo brez opozorila, pa želijo pomagati njim in drugim kljub njihovim pričakovanjem in samodestruktivnostim. Zanimajo nas asociacije pacienta ob tem, kar so povedali, ob slikah ali sanjah itd. Želimo jim pomagati, da bi razširili svoj način razmišljanja. Zanimajo nas hkrati notranji konflikti sami in obrambe proti strahovom ter način, kako pacienti v svojem življenju običajno in ob stresnih situacijah ohranjajo bolečino v mejah.

### **4.2.4. Spoznavanje interakcij in vzorcev skritih shem**

Interakciji pripisujemo središčno vlogo tudi v terapiji, in sicer zato, ker igra ključno vlogo pri določanju simptoma oz. problema. Deluje kot most med drugimi elementi in je glavna arena, v kateri se oblikujejo simptomi in problemi, zaradi katerih pacient pride po pomoč. Interakcija dokončno določa cilj terapevtskega pristopa. V tem smislu nas zanimajo interakcijske izkušnje z drugimi.

Zanima nas tudi zgodovina odnosov v najrazličnejših dogodkih. Iščemo vzorce shem, po katerih delujejo odnosi, spremljajo pa jih fantazije in sanje. Pacientu sporočamo, da pozdravljamo razmišljanje o povezavah s preteklimi odnosi in ga včasih o njih posebej vprašamo, ker nam omogočajo razumevanje razvoja stvari. Pacientovo pripovedovanje o preteklosti nam ne nudi le zgodovine, ampak tudi prototip vztrajnih shem odnosov. Ne glede na točnost pripovedovanja nam pove tudi o trenutni organiziranosti pacientovih odnosov znotraj njega.

V našem primeru nas še posebej zanima izkušnja ljubosumja. Glede na to, da se po ponavljajočih se izkušnjah mnogih trenutkov splošne vrste bivanja-z-drugimi-na-določen-način oblikuje mreža shem, ki predstavlja različne vidike ponavljajoče se interpersonalne izkušnje, skušamo v terapiji odkriti te sheme.

#### 4.2.5. Spoznavanje predstav, ki vodijo interakcije

Predstave vsebujejo mnogo različnih elementov: čutenja, zaznave, čustva, dejanja, misli, motivacije, kontekstualne elemente itd., skratka vse, kar tvori del spomina bivanja-z-drugim.

Ko v terapiji spoznavamo pacientove predstave, jih gledamo tudi v zgodovinski perspektivi. Pomembne so predstave, od katerih se je moral pacient v določenih obdobjih življenja posloviti. V slovesu od predstav je pogosto globok občutek izgube, ki se skriva v ozadju občutka o pridobljenem svetu.

Mnoge predstave, ki jih je mati razvila o otroku, vsebujejo komplementarne predstave o njenem možu, tako so na svoj način zasidrane v pacientu. Pozorni smo na to, kakšne bi lahko bile te komplementarne predstave.

Oblike predstav o otroku so pogosto podobne obstoječim napakam v paru. Zanimajo nas torej tudi možne 'napake v paru'.

Mati, ki si predstavlja prihodnji tek življenja za svojega otroka, še posebej za sina, bo lahko moža, svojega očeta, morda svojega brata uporabila kot glavno usmeritev, proti

kateri se bo približevala oz. od katere se bo oddaljevala. Klinično koristen bo torej pogled na vloge članov v družini, iz katere izhaja pacient.

Eno ključnih vprašanj in rezultatov terapevtskega odnosa je, ali bo terapija pacientu pomagala, mu dovolila in omogočila drugačen pogled nase. Prav primerjava med  $P_{pred}^1$  in  $P_{pred}^2$  lahko usmerja pacienta k terapevtski spremembi.

#### 4.2.6. Mikroanalitični intervju

Mikroanalitični intervju se zdi koristen pri raziskovanju subjektivno doživetih vidikov izkušnje. To je za klinično prakso tudi najbolj aktualno. Psihoanaliza se je namreč s svobodnimi asociacijami oddaljila od samega pacientovega doživljanja, kar je v marsičem koristno, a ne zadošča.

Mikrointervju predstavlja poskus, da bi pretrgali verigo asociacij. Z njim bomo bolje razumeli nekatere duševne procese, kot je npr. identifikacija. Primerno je ostati dalj časa v sami doživetih izkušnji pacienta, preden se od nje oddaljimo z vstopom v verigo asociacij.

Potrebno je narediti vedenjsko analizo interaktivnega obnašanja pacienta do terapevta. Analiza je sestavljena iz približevanja, telesne usmerjenosti, gest, pogleda in vokalizacije.

Cilj je, bolj podrobno ugotoviti, kaj je mogoče povedati glede dogajanja v 'trenutku' takega dogodka. Izbran trenutek je zelo kratek (pri otrocih je običajno nekaj sekund, le redko več kot 20 sekund, pri odraslih so potrebni daljši trenutki). Jasno določimo začetek in konec. Takšen trenutek je edini subjekt intervjuja, ki traja uro ali uro in pol.

Izbira je narejena z enim samim vprašanjem: »Ali je kakšen trenutek bolj izstopal?«  
Pacienta prosimo, naj pripovedujejo o vsem, kar se lahko spomnijo, da so v tistem trenutku videli, slišali, čutili, mislili ali delali. Trenutek naj intuitivno razdelijo na več trenutkov glede na premike v sceni, času, dejanju, spoznanju, drži ali občutkih. V pomoč ponudimo pacientom različne tehnike. Med najbolj koristnimi je postavljanje v vloge snemalca, ki sestavlja film iz krajših delov. Druga koristna tehnika je vprašanje

glede spremembe hitrosti minevanja časa. Spet druga je vprašanje glede časa menjave drže ali položaja akterja.

V tem skušamo spoznati pacientovo gibanje med dvema sferama: med vedenjsko interakcijo in njenim predstavnim življenjem. Prožen dialog med njima predstavlja tisto, kar v glavnem imenujemo izkušnja.

Ta prožen dialog je tako bogat, raznolik, dinamičen in premičen, pa čeprav se odvija v nekaj sekundah ali mikrosekundah, da se zdi, da je nemogoče ustrezno proučiti interakcijo med aktivno shemo in dejanji, ki kažejo na njeno odigravanje. Tako predstave kot dejanja je težko med seboj ločiti.

### **Branje klinično pomembnih dogodkov**

Terapijo gradi najprej prvo branje klinične zgodbe na podlagi neverbalne dejavnosti in interakcij, ki sestavljajo mikrodogodke.

Za **prvo klinično branje interakcije**, ki nastopi na tej ravni, so pomembna vprašanja kot npr.: Kakšna je telesna razdalja pacientom in terapevtom? Ali se približujeta ali umikata in s kakšno hitrostjo? Kakšna je njuna naravnost oz. premiki v naravnosti njihovih bokov in ramen? Kakšna je drža ramen in obraza? Kako je nagnjena glava? Ali obstaja medsebojen pogled ali se mu izmikata ipd.?

**Drugo branje je individualno psihološko**, pri katerem postane branje na etološki ravni individualizirano. Zakaj ta pacient? Zakaj ta terapevt? Zakaj te vrste regulacija dejavnosti? Zakaj sedaj? Polno klinično branje zahteva etološko razlago na notranje specifični stopnji in psihološko razlago posameznika in njegove pretekle izkušnje. Ena ali druga razlaga nista klinično (ali kako drugače) boljša oz. globlja od druge. Obstajata na različnih ravneh opisa in se dopolnjujeta. Etološka raven pove, kaj se je zgodilo, kakšna dejanja in motivi so bili v igri. Psihološka raven pa odkrije v luči posameznikove pretekle zgodovine, zakaj so bila v igri v tem trenutku prav ta posamična dejanja in motivi. Zadeva osebni pomen teh dejanj in motivov, ki so onstran bolj splošnih notranje specifičnih pomenov. Kulturna raven posreduje med obema.

Etološka raven zadeva vpliv evolucijske preteklosti na sedanost. Psihološka raven zadeva vpliv osebno doživete preteklosti na sedanost.

#### 4.2.7. Delo s sanjami in fantazijami

Sanje in fantazije predstavljajo notranji svet, ki je odsev, reakcija in preobrazba pacientovih zunanjih interakcij. Cenimo vse oblike fantazij in sanj ter jih skušamo razumeti v okviru celote naših odnosov s pacientom.

#### 4.2.8. Spoznavanje podpornega sistema

Končno moramo biti pozorni tudi na vlogo podpornega sistema kot pomembni poti terapevtske intervencije.

Danes predstavljajo **mediji** vedno več predstav o tem, kdo naj bi bili idealen otrok, odrasel, moški ali ženska ... V terapiji spoznavamo moči teh virov na predstave pacienta.

V družini je lahko vloga **otroka, da vzdržuje družinsko kontinuiteto** (tj. da bi ohranjal družinsko ime, nadaljeval družinski posel idr.). Moč teh predstav na otrokov razvoj je lahko neverjetna.

V posamezni družini obstajajo tudi določene **vrste značajev**, ki jih družina prizna. Ti ustvarjajo okvir, v katere umeščajo otroka in ga razvrščajo znotraj te tipologije družine. **Družinski tipi** lahko prenašajo za otroka veliko posebne (dostikrat skrite) prtljage, ki ima neizogibne posledice na odnose.

Predstave izvorne družine igrajo pomembno vlogo tudi na to, kakšno vlogo bo novi starš igral v novi jedrni trojici.

Številne medsebojno povezane in kompleksne družinske interakcije so preoblikovane v enote, kot so **družinski zapisi, miti, legende, zgodbe, paradigme in skrivnosti**. Družinski zapisi **oz. mreža shem-bivanja-z, ki jo vsi sprejemajo**, določajo delavne modele tega, kdo, kaj, kje, kdaj in kako v določenih okvirih deluje. Če temu dodamo teorijo navezanosti, na mesto 'družinskega zapisa' oz. mreže postavimo **'sprejemanje**

**vloge navezanosti'**. Navade nadomeščajo predstave kot ključ, ki omogoča nadaljevanje delovanja družine.

#### 4.2.9. Delo s transferjem in kontratransferjem

##### **Transfer kot celotna situacija**

Sposobnost dela s transferjem sovпада s sposobnostjo poslušanja. Transfer razumemo kot ključni dejavnik, vendar v kontekstu situacije, ki označuje celoten pacientov odnos do nas, do zdravljenja in do življenja na splošno.<sup>602</sup> Zato želimo prisluhniti skozi naš kontratransfer, zaznati celoto naših odgovorov pacientu z izmenjavo izkušnje, z vključevanjem naših asociacij, s poslušanjem naše notranjosti in pacienta. Zavedno in nezavedno poslušanje in izvajanje je srce relacijske psihoterapije in psihoanalize.

##### **Uporaba terapevtovega jaza**

Odgovori se nahajajo v prostoru med pacientovo in našo mrežo shem. Zato ju ne skušamo ločiti, dokler ne uspemo vsega razvozlati. Ne želimo takoj odgovoriti na naše občutke ali misli, kot da bi avtomatsko predstavljali resnice o pacientu ali o našem odnosu. Razumemo jih kot izhodišče za razmišljanje in notranjo analizo. Ko smo iz njih nekaj naredili, jih tako ali drugače izgovorimo. To storimo šele, ko vemo, da lahko pacient to razume kot sporočanje našega razumevanja njegove dileme in ne kot izjave, ki bi vsebovale sovražnost ali želele opravičevati naše ravnanje. O transferju in kontratransferju govorimo neposredno samo takrat, ko so pacienti že sposobni na tej podlagi delati na svojih življenjskih situacijah.

##### **Ovrednotenje odnosa transfer/kontratransfer**

Pri delu s transferjem in kontratransferjem želimo pri vsakem srečanju opazovati njuno vrednotenje skozi čas. Če smo z enim očesom in ušesom pozorni na ta proces, nam nudi merilo za rast in spremembe v pacientovih sposobnostih za odnos in rast ter za spremembo njih samih.

---

<sup>602</sup> Prim. B. Joseph, *Transference: the total situation*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 66 (1985), 447-454; M. Klein, *The origins of transference*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 33 (1952), 433-438.

## **Toleriranje in razumevanje tišine**

Razvojno relacijska terapija in analiza pogosto poziva terapevta k toleriranju tišine za krajši ali daljši čas. Nekateri pacienti so redko tiho za nekaj sekund, drugi so občasno tiho nekaj minut, spet drugi umolknejo za dalj časa, celo vse srečanje v tedenskih ali mesečnih razdobjih. Ni enotnega merila za soočanje s tišino. Vendar ni potrebe, da bi storili karkoli, razen da tišino obravnavamo kot katero koli komunikacijo oz. blokado komunikacije. Naše misli potujejo preko izkušnje s pacientom in celotne terapije. Lahko prekinemo tišino, da vprašamo, kaj naj bi ta pomenila, vendar nismo odgovorni za to, da pacient spregovori. Nekateri pacienti so celo hvaležni, da so mogli biti dalj časa tiho, ker so odkrili novo sposobnost v sebi – da lahko prenesejo tišino v prisotnosti drugega.

Če tišina traja že dolgo časa, se lahko 'zamotimo' in osvobodimo pacienta občutka, da mora govoriti. Včasih nas pacienti potrebujejo, da izpraznimo svoje misli o terapiji, da nismo z njo zaskrbljeni. V tem primeru je dobra zaposlitev s tem, da rišemo ali beremo. Pacienta lahko opozorimo, da smo mu na razpolago za pogovor, čeprav ne govorimo. Ko redno s pacientom pregledujemo potek naše terapije, se od časa do časa dotaknemo tudi vprašanja tišine.

### **4.2.10. Površinsko odzivanje:**

#### **pojasnjevanje, povezovanje, podpora in nasvet**

Naše besede imajo širši vpliv kot samo besedno sporočilo. Kako stvari povemo, katere zadeve komentiramo, ali govorimo s trditvami ali z vprašanji, naša tišina, geste, ton glasu, obrazni izrazi ob prihodu, vse daje pacientu izkušnjo našega notranjega odnosa. Jezik in proces govorjenja sta prenos našega razmišljanja o dogodkih in silah v njegovem življenju in terapevtskem odnosu. S pacientom govorimo na mnogih ravneh, od splošnega izgovarjanja 'hmm' do razlage razmerja med transferjem in kotnratransferjem. Vse ima svoj pomen, zato moramo biti pozorni na vse ravni odzivanja.

Včasih je koristno, da terapevt ponovi, kar je slišal in vpraša, če je prav razumel. Terapevt mu lahko pomaga s tem, da poskuša stvari, ki jih pacient pripoveduje, povezovati in ga na te povezave spomni oz. o njih povpraša. Povezovalne pripombe so



izredno pomembne, ker sporočajo vrednost povezanosti pri prihajanju do razumevanja celotne situacije.

Podpora in nasvet sta manj pomembna in nista priznana kot sestavni del psihoanalitičnega pristopa, vendar ga tudi ne rušita nujno.

#### 4.2.11. Globinsko odzivanje: interpretacija

Globinsko odzivanje vključuje interpretacijo obrambe, strahov, nezavedne fantazije, dinamike notranjih relacij in transferja.

##### **Interpretacija transfer-kontrtransfer in odigravanja**

Odigravanje transfer-kontrtransfer se zgodi, ko pacient in terapevt padeta v doživljanje vzorca notranje relacije. Spomini se ponavljajo, namesto da bi se jih zavedno spomnili.<sup>603</sup> Spomine razumemo kot psihično strukturo, ki je hkrati vsakdanji način bivanja in shema za prihodnjo izkušnjo. Kadar se pacientove sheme na kakršen koli način v terapevtski situaciji prebudijo, pride do transferja in kontrtransferja. Terapevt vstopi v pacientovo shemo in se mora nanjo odzvati. Šele kot se vrne v nevtralni položaj in jasno premisli, kaj se je zgodilo, se lahko nekaj nauči iz doživete izkušnje transfer-kontrtransfer.

Najboljše so kratke in lahko razumljive razlage.

##### **Vedenjska interpretacija**

Nekatere najpomembnejše interpretacije niso izgovorjene, ampak odigrane. Če npr. pacient izsiljuje podaljševanje ure, razlage ne zadoščajo. Potrebno je preprosto končati uro ob dogovorjenem času, pri tem pa biti pozoren na reakcije. Navadno vedenjska interpretacija nastopi, ko so bile besede brez uspeha in je potreben bolj dramatičen učinek.

---

<sup>603</sup> Prim. S. Freud, *Mourning and melancholia*, v: *Standard Edition 14* (1917), 243-258.

### **'Zato' stavki**

Pacientu pomagamo do razumevanja njegovih dejanj tudi z 'zato' stavki. Pri interpretaciji njegovega obnašanja npr. rečemo: »S tem, kar počnete, varate sebe in se izčrpavate **zato, da** bi se zaščitili pred nečem, kar je še bolj boleče.« Ko odkrijemo, kaj je ta večja bolečina, jo skušamo skupaj razkriti. Pogosto se pacienti ne upajo delovati drugače kot samodestruktivno, ker se bojijo, da sicer ne bodo sprejeti. Če nam uspe pokazati na boljši in bolj funkcionalen način obnašanja, ga bodo pacienti v prihodnje sposobni tudi uresničiti.

#### 4.2.12. O zmotljivosti, o grožnji s prenehanjem terapije in o dvomu

##### **O zmotljivosti**

Neki učitelj je izjavil, da je eden glavnih razlogov za interpretacije v tem, da dokažemo, da se analitik lahko moti. Ni se nam treba bati, če se motimo in delamo napake pri razumevanju in načrtovanju. Odprti naj bi bili za spoznanje, da vemo manj kot naši pacienti. Ne sme nam biti nerodno, če nas popravljajo: če to dovolimo, jim dajemo lep zgled. V razumevanju skupaj rastemo.

##### **O grožnji s prenehanjem terapije**

Nekateri pacienti prekinejo terapijo, čeprav čutimo, da bi bilo zanje dobro, da nadaljujejo. Drugi s pričakovanjem konca terapije sporočajo drugačne potrebe, na katere moramo biti bolj pozorni kot na besedno sporočilo samo.

Ne moremo zahtevati od naših pacientov da ostanejo, lahko pa jih prosimo, naj odhod preložijo, da proučimo pomen njihovega namena.

Želja po prekinitvi terapije ima več možnih pomenov tako kot drugi dogodki transferja v terapiji. Zahteva isti stalen in preišljen pristop k razumevanju kot ostali dogodki.

Prav pri ljubosumju je grožnja z odhodom verjetno najbolj zgovorna. Odraža strah pred izgubo in izsiljevanje, ki izvirata iz naučene ponavljajoče se sheme.

## **O dvomih**

Psihoterapija ni za tistega, ki hoče v vsakem trenutku biti gotov glede tega, kaj naj stori. Ko je pacient naveličan, se tudi terapevt tako počuti, in se pogosto boji, da ni kos problemom, ki bi jih pametnejši lahko rešil. V takih trenutkih se počuti nemočnega ne le teoretično, ampak preprosto popolnoma izgubljenega.

Pričakovati moramo osamljenost in ranljivost v privatni praksi. Vzponi in padci so pri takšnem delu običajni, zato potrebuje terapevt podporo, čeprav kritično, pri kolegih ter veselje v drugih neprofesionalnih odnosih. Priporočljivo je dobro razporejeno čustveno vlaganje v širok spekter odnosov, tako da nobeno področje - tudi profesionalno - nima premočnega vpliva na terapevta. V tem okviru vidimo možnost prenašanja stalnega dvoma.

### **4.2.13. Dodajanje pomožnih in dopolnilnih metod**

Terapijo lahko dopolnujemo z igro, risanjem. Pacienti na srečanje prinašajo fotografije svoje družine, ob katerih lažje spregovorijo o odnosih iz zgodnjih obdobj svojega življenja. Nekateri želijo brati iz časopisov ali literarnih del. Pri tem terapevt ne daje kritične ocene glede vsebine, ampak skuša povezovati pomen dela na pacienta in z njegovim sodelovanjem išče dinamičen pomen pisanja ali slikanja ter njuno vlogo v terapevtskem procesu.

V primeru ljubosumja je potrebno imeti pred seboj teoretično podlago glede vzrokov in razlikovanja, ki smo jih opisali v 5. in 6. poglavju. Razlikovanje prilagodimo razvojno relacijskemu pristopu, pri zdravljenju pa po presoji dodamo še pristope, ki so opisani v 7. poglavju.

### **4.2.14. Uporaba zdravil**

O uporabi zdravil bomo spregovorili v poglavju o postavljanju diagnoze. Tu naj samo omenimo, da smo ob terapiji ves čas pozorni tudi na ponovno ovrednotenje potrebnosti zdravil, ki jih pacient morda potrebuje zaradi hudega strahu ali depresije oz. če smo pri njem odkrili možnost psihoze. Prav tako smo pozorni na možnost prenehanja jemanja zdravil, če se je pacientovo stanje izboljšalo. Za večino terapevtov, ki niso zdravniki, je pomembno sodelovanje s psihiatrom, ki podpira psihoterapevtsko delo. Pacienti imajo

korist od izkušnje skupnega prizadevanja terapevta in zdravnika za njihovo rast. Pomembno je, da terapevt ne izgubi izpred oči psihodinamičnega pomena zdravlil in vpliva na transfer.

#### 4.2.15. Prilagajanje tehnik

##### **S tistimi, ki so doživeli travmatičen dogodek**

Zdravljenje tistih, ki so preživeli telesne ali spolne travme, zahteva razumevanje posebne skrbi za lastno varnost, celo takrat, ko bi bilo sicer podporno okolje ustrezno. Ker so se zaradi travm navadili stalne budnosti, predstavljajo zunanega opazovalca v terapiji. Zaradi neprestane budnosti, ki je posledica njihove travme, ostajajo na splošni ravni. Prehod na globljo raven je včasih mogoč šele po nekaj letih. Terapevt, ki to opazuje, vrednoti vsakdanje življenje in upočasni delo zato, da pacientu omogoči večjo varnost, ohranjanje podpornega okolja in toleranco večjega strahu.

V primeru ljubosumja so lahko navzoči travmatični dogodki, zato namenjamo posebno pozornost na strahove, ki jih pacient prinaša v terapevtski prostor.

#### 4.2.16. Predelovanje

Dolgoročne terapije omogočajo pristop k problemom z več perspektiv. Težavni simptomi in osebne značilnosti se ne razrešijo ali spremenijo zaradi enega samega novega načina razumevanja, do katerega smo prišli pri enem srečanju. To se dogaja le v primerih, ko je kriza nastopila zaradi zunanjega dejavnika.

Večina pacientov potrebuje čas za predelovanje iste vsebine s ponovnim pristopanjem k njej z nekoliko drugačne strani. Začnemo s problemi, ki se ne zdijo med seboj povezani, a lahko z njimi ponovno pridemo do iste točke.

Ko pacienti izkusijo svoj obrambni način življenja in odpor proti spremembi v terapiji, končno pridejo do zavesti o nekoristnosti njihovih vzorcev in izčrpavajočih posledicah. To je trenutek, ki ga terapevt dolgo pričakuje, ko sprememba ni več tako presenetljiva kot neizogibna, saj ne predstavlja več poraza ob starem načinu, ampak dobrodošlo olajšanje.

#### 4.2.17. Nadaljevanje ugotavljanja, ko se terapija razvija

Postavljanje diagnoze je stalni spremljevalec pri vodenju terapije, ko opazujemo pojavljajoče se potrebe, napredek in spremenjene cilje. O stalnem ugotavljanju smo govorili že, ko smo opisovali opazovanje razvoja transfer/kontratransfer v terapiji. Naši vtisi se spreminjajo s pridobivanjem novega znanja o pacientu, ko se le-ta spreminja in sprosti v pogovoru ter prvič zaupa travmatičen dogodek ipd. Napredek terapije spreminja pacientovo ranljivost in obrambne strukture.

Modro je, da se občasno umaknemo od terapije in ugotovimo spremembe v pacientovem razvoju.

#### 4.2.18. Ločevanje in zaključevanje

Med terapijo obstaja veliko ločitev: ločitve med enim in drugim srečanjem, odpovedana srečanja, počitnice in bolezni. Vsaka ločitev pomeni izziv za pacientove strahove, ker zbuja izgubo kontekstualne podpore in kliče v spomin prejšnje izgube in ločitve. Te ločitve predstavljajo temelj za pripravo na ločitev in izgubo, ki jo predstavlja konec terapije.

Podporo v žalovanju predstavlja vsa terapija. Pomemben je celoten odnos. Proces zaključevanja je lepa priložnost za pregled prejšnjih povezav in žalovanja ter priložnost za utrjevanje pridobitev terapije.

Pri ljubosumju je prav ločevanje največja težava, zato lahko pričakujemo odpor in žalost.

### 4.3. Teorija in tehnika ugotavljanja<sup>604</sup>

Ponuditi ugotavljanje je koristen način pristopa k možnostim terapije. Pacienti potrebujejo nekaj zavzetosti, da pregledajo svoje potrebe in preučijo možnosti za terapijo. Ugotavljanje je lahko končano v enem srečanju, vendar pogosteje zahteva

---

<sup>604</sup> Naslanjamo se na poglavje Teorija in tehnika ugotavljanja avtorjev Jill in David Scharff, n. d., 317-334.

razširjen obseg kakih štirih intervjujev. To terapevtu omogoča, da ovrednoti pacientove potrebe in verjetnost koristi terapije ali psihoanalize, da priporoči ustrezno zdravljenje ali kombinacijo terapij. Pacientu nudi možnost razmišljanja brez občutka prisile.

Ugotavljanje deluje kot poskus terapije. Cilj je usposobiti pacienta s psihološkimi težavami, da se angažira in potem preide v terapijo ali psihoanalizo. Večina od že predstavljenih principov uporablja tudi proces ugotavljanja, tudi če jih uporabljamo v skrajšani obliki. Vendar ima proces ugotavljanja tudi svoje oblike, ki pomagajo terapevtu in pacientu do praktičnih odločitev glede začetka terapije, ugotavljanja stopnje predanosti zdravljenju, razumevanja, kaj pacient pričakuje in kaj lahko terapevt ponudi. V tem procesu se oba odločita, kateri način in kakšna intenzivnost zdravljenja je najprimernejša. Cilj intervjujev je, priti do odločitve glede terapije, in ustvarja pritisk, ki običajno v terapiji ni prisoten.

Na seznamu vidimo okvirna načela ugotavljanja:

- Vzpostavljanje podpornega okolja
- Postavljanje okvira
- Ustvarjanje psihološkega prostora
- Neobsojajoče poslušanje
- Ohranjanje (containment)
  - Ugotavljanje stopnje razvoja in sposobnosti
  - Ugotavljanje obnašanj in spominov navezanosti
  - Podajanje standardizirane diagnoze
  - Raziskovanje področij notranjega konflikta in zunanja soočenja
  - Sposobnost za delo v terapiji
- Imenovati vzorce obrambe
- Relacijska zgodovina
- Slediti čustvom
- Delo s sanjami in fantazijami
  - Odziv
- Površinski odziv:
  - pojasnjevanje, podpora, nasvet
- Globinski odziv: Interpretacija

Transfer-kontratransfer  
Preverjanje odgovora na interpretacijo in njegove oblike  
Zdravila in dodatne terapije  
Ponujanje formulacije in priporočila  
Strinjanje glede načrta zdravljenja

#### 4.3.1. Vzpostavljanje podpornega okolja

##### **Postavljanje okvira**

Ustvarjanje psihološkega prostora se začne s prvim stikom s pacientom. Navadno je ta stik preko telefona. Pomembno je prisluhniti vsem vprašanjem, ki jih ima pacient, in nanje odgovoriti, če zadevajo praktične stvari glede splošne usmeritve, stroškov, časovnega usklajevanja, uradne lokacije, navodil in terapevtove usposobljenosti. Dogovoriti se je potrebno za kraj, čas in strošek prvega posvetovanja.

Približa se dogovorjena ura prvega obiska. Pacientu lahko pomagamo, da se sprosti, tako da preverimo pravilnost informacij, ki smo jih že zbrali. Podamo splošen pregled procesa ugotavljanja, ki bo lahko trajal od ene ure do šestih ur. Običajno potrebujemo uro ali uro in pol za prvo srečanje, potem pa srečanja trajajo 45 minut. Opišemo delovanje procesa ugotavljanja kot priložnost, da raziščemo problem in njegov pomen ter ugotovimo, ali smo prišli do dobrega soglasja. Glede postavljenih okvirov pojasnimo, da se jih bomo zagotovo držali. Meje so potrebne zato, da se pacient počuti varnega in svobodnega v pogovoru, raziskovanju in izkušnji.

Odgovorimo na začetna praktična vprašanja. Čeprav pacienti pogosto želijo takoj slišati dokončen odgovor na svoj problem, jim pojasnimo, da ne dajemo lahkih odgovorov, ampak da sta za to potreben čas in delo.

Vedno pa odgovorimo na vprašanje glede usposobljenosti za vodenje terapije ali analize ter jim z občutkom pojasnimo, da ne bomo odgovarjali na druga osebna vprašanja. Predstavimo naš pristop in ga tudi utemeljimo.

### **Ustvarjanje psihološkega prostora**

Po dogovoru o obliki in namenu ugotavljanja preidemo k pogovoru o problemu. Čeprav je pacient po telefonu dal dovolj informacij, da lahko razumemo razlog za posvetovanje, raje v prvem intervjuju začnemo od začetka. Ponovimo vprašanje o razlogih za iskanje pomoči in tam nadaljujemo. Pri ugotavljanju se priporoča preudarnost. Čas nam dopušča ustvarjanje psihološkega prostora.

Ustvarjanje prostora in časa sta temeljna vidika podpornega okolje, ki ga ustvarjamo. V njem lahko razmišljamo, medtem ko se pacient počuti sproščenega, deli z nami svoje bolečine, dela in se igra z idejami.

### **Neobsojajoče poslušanje**

Ko poslušamo, smo odprti in brez obsojanja, sprašujemo ali nudimo pojasnila, včasih se povrnemo k temu, kako smo razumeli pacienta. Usmerjeni smo na razumevanja jedra problema in na to, kaj je pacienta pripeljalo do tega, da je prišel po pomoč.

Želimo razumeti pacientovo zgodbo in težave, kot jih razume sam. Pozorno poslušamo okoliščine zgodbe, nezavedno podobo, ki prihaja iz tišine, gest, poteka asociacij, sanj in fantazij. Da bi to čim bolj sprejeli, zbiramo dejstva in jih urejamo v zavedno pripoved. Delno je naša drža sproščena, neusmerjajoče nezavedno obarvana, kar omogoča odmev naše notranje nezavedne organizacije.

### **Ohranjanje (containment)**

Uporabljamo sposobnost toleriranja strahov, skrbi in žalosti, ki smo jo zgradili s klinično prakso in z osebno terapijo ali s psihoanalizo. Želimo ustvariti prostor, kjer je lahko izgovorjeno karkoli in so vsi občutki legitimni, tudi če so brez smisla. V njem bomo iskali povezave z zgodnejšimi izkušnjami, vendar ne bomo delali nasilja nad 'materialom'. Uporabljamo *negativno sposobnost*, ki nam omogoča mirno sprejemanje dejstev in razlogov.

Zadržimo strahove. Tega ne razumemo, kot da jih preprosto prenašamo. Hočemo reči le, da stopamo v izkušnjo pacienta in ga začutimo, o občutkih razmislimo in najdemo besede ter mu vsebino sporočimo. To je podobno materini vlogi, ki sprejme otrokov



strah in žalost in jima da znosno obliko.<sup>605</sup> Otrok ne sprejme nazaj le predelanega strahu, ampak sprejme tudi podobo svoje matere kot osebe, ki mu lahko pomaga, podobo o sebi, ki jo je mogoče razumeti. Iz tega ohranjanja se uči živeti.

Pri ljubosumju, ki je polno razbolene negotovosti, je ta vidik še posebej pomemben.

#### 4.3.2. Ugotavljanje stopnje razvoja in sposobnosti

Ugotoviti skušamo, katere teme prevladujejo v zavesti, da bi lahko razumeli, kje je v razvoju nastal največji primanjkljaj oz. od kod izvira travma.

Pozorni smo tudi na sindrome, ki nakazujejo možnost organskega izvora. Tak primer sta shizofrenija in avtizem. S prvim je lahko povezano tudi ljubosumje.

#### 4.3.3. Ugotavljanje obnašanj in spominov navezanosti

Novi vidiki, ki jih ponujajo sodobne raziskave navezanosti pri otroku, nam pomagajo pri ugotavljanju različne navezanosti pri odraslih. Glede na to, da ugotavljajo, da je narava materinih sedanjih **predstav o lastni materi-kot-materi lahko edini najboljši napovednik o vzorcu navezanosti**, ki ga bo mati vzpostavila s svojim otrokom pri 12 mesecih starosti (varen, ambivalenten, izogibajoč ali dezorganiziran) (Stern 1998), lahko sklepamo, da je predstava o starših kot partnerjih eden najpomembnejših kazalcev navezanosti v intimnem odnosu. Pomembnejši je način, kako pacient sedaj razmišlja in govori o starših, kot pa kakšno je dejansko njihovo razmerje.

Za ugotavljanje **narave navezanosti** poleg obnašanj, povezanih z oddaljevanjem/približevanjem lahko uporabimo še druga obnašanja, kot so: izražanje čustev, iskanje tolažbe, navezanost na pomoč in sodelovanje.<sup>606</sup> Pomembno je tudi, katera čustvena doživetja so bila v družini ustrezna in jih je bilo mogoče deliti z drugimi in katera ne.

Podajamo nekaj preprostih opisov delovanja osebnosti glede na kategorije, ki so povzete iz literature o razvrščanju navezanosti. To nam ponuja drugi vidik ugotavljanja razvoja prevladujočih shem, ki živijo v spominih in se odražajo v obnašanju.

---

<sup>605</sup> Prim. W. Bion, *Second Thoughts*, Heinemann, London 1967.

### **Avtonomen/varen način**

Odrasli z varno navezanostjo cenijo svoje odnose, vendar ne obupujejo ob ločitvi ali izgubi. Odnosi, ki so običajno visoko na seznamu prioritet, jim predstavljajo podlago za vzdrževanje sproščenega veselja in skrbi ali pa njihov temelj.

### **Uporen/preobremenjen način**

Ljudje z anksiozno navezanostjo vrste uporen/preobremenjen so povsod v odvisnih razmerjih in so preplašeni v mnogih okoliščinah. Pogosto se obesijo na 'žrtev' in iščejo promiskuitetno bližino. Bojijo se izgub in ločitev, zato se jim na vsak način želijo izogniti. Izražajo čustva, ki v terapevtu zbujejo obnašanje navezanosti. Če se ne morejo izogniti ločitvi, potem skušajo bolečini, ki jo čutijo, odvzeti ostrino in kaznovati pomembnega drugega z umikom. Kljub temu so pogosto lojalni svojim likom navezanosti in cenijo bližino, ki so jo dosegli.

Menimo, da so žene bile pogosto s kulturo prisiljene k takšnemu obnašanju, ko so bile 'namenjene' domu in vzdrževanju družine. Patologijo pa smo poimenovali šele nedavno.

### **Izogibajoč/opuščajoč način**

Ljudje z izogibajočim in opuščajočim načinom obvladujejo svoje strahove s prekinitvijo odnosov. Pogosto odnose podcenjujejo in ohranjajo razdaljo ter živijo za okopi. Lahko se zdijo shizoidni ali zaprti v svoj notranji svet, ki jim omogoča kontrolo nad vstopanjem ljubljene osebe v ta svet. Bojijo se, da bi drugi prevzel kontrolo nad njihovim blagostanjem, lahko pa ohranjajo mnoga površinska razmerja, tako da nihče nima oblasti nad njimi. Nekateri se zdijo izolirani, drugi promiskuitetni in nepredani v odnosu. Lažno neodvisno obnašanje je bilo značilno za takšno skupino, ki smo jo lahko srečali med 'potepuhi', ki so bili visoko cenjeni med nekaterimi v naši družbi. Zdi se, da je bila ta oblika v preteklosti kulturno bolj spodbujena pri moških kot pri ženskah.

### **Neorganiziran/nerešen način**

Ljudje z neorganiziranim vzorcem navezanosti hitro nihajo med različnimi vzorci navezanosti. Nihajoč način vzpostavljanja odnosov se bo poustvaril v terapiji, vendar

---

<sup>606</sup> Prim. C. H. Zeanah, (Ed.), *Handbook of infant mental health*, Guilford Press, New York 1993.

lahko zahteva več srečanj, preden postane očiten. Pogosto dajejo občutek veselega nereda in zaskrbljenosti ali fleksibilnosti in psevdo-prilagodljivosti, ki se zruši ob najmanjšem stresu. Ta skupina odraslih z neorganizirano navezanostjo vključuje velik delež tistih, ki so preživeli travmo, ali pa so njihovi starši zaradi travme nosilci takšne navezanosti. V obeh primerih se je pacient naučil pričakovati nepričakovano, biti zaskrbljen zaradi najrazličnejših strahov v odnosih in se varovati pred nenapovedanimi spremembami.

Med temi širokimi kategorijami so številne rahle nianse v posameznikovi sposobnosti za odnos. Do našega kliničnega ugotavljanja načina navezanosti prihajamo delno preko zgodnjega življenjskega obdobja, delno skozi sedanje načine spominjanja in razmišljanja o navezanosti in delno po občutku na srečanjih, pri katerih se pacient do nas obnaša na svojski način. Vključujemo tudi kontratransfer, da bi dopolnili naše razumevanje transferja. Tako prihajamo do podobe pacientovih shem obnašanja.

Ob tem moramo biti zagotovo pri vprašanju ljubosumja še posebej pozorni. Pri ljubosumnih osebah je mogoče pričakovati predvsem uporen in neorganiziran način navezanosti.

#### 4.3.4. Podajanje standardizirane diagnoze

Terapevt je pogosto prisiljen narediti uradno diagnostično oceno splošnega delovanja vzdolž različnih osi, glede na kategorije trenutne izdaje Diagnostic and statistic Manual. Pričakuje se napoved in približna dolžina zdravljenja. Terapevt, ki se zaveda dinamike terapevtskega odnosa, je prisiljen v kompromis. Izpolnjevanje obrazca je drugačne narave kot terapija sama. Vendar je predvidevanje, kaj je mogoče v terapiji narediti, pač nujnost današnje družbe. Omenjena ocena pride v poštev predvsem pri glavnih skupinah večjih duševnih boleznih in pri boleznih, ki potrebujejo zdravljenje z zdravili.

#### 4.3.5. Raziskovanje področij notranjega konflikta in zunanja soočenja

Glavno razlikovanje je v tem, ali je konflikt notranjega ali zunanjega izvora. Skušamo ugotoviti razmerje med zunanjimi in notranjimi silami ter priznati, da se bo naše zaznavanje tega ravnovesja s časom lahko spremenilo glede na pacientovo delo s konfliktom in raziskovanjem odnosov z drugimi.

Ljubosumna oseba običajno krivi partnerja in tekmeca, za ljubosumje največkrat vsaj v začetku v sebi ne vidi vzrokov.

#### 4.3.6. Sposobnost za delo v terapiji

Ugotavljanje deluje kot poskus terapije in tako uporablja večino temeljnih načinov dela v kratkih terapijah. Zato smo o večini nalog več spregovorili v prejšnjih poglavjih. Tu predvsem povzemamo pregled načina dela v procesu ugotavljanja. V pacientovem odgovoru na te tehnike si lahko ustvarimo predstavo o tem, ali je pacient sposoben sprejeti terapevtski odnos in sodelovati v psihodinamičnem delu.

##### **Imenovati vzorce obrambe**

Najprej želimo videti, kako pacient izraža obrambno delovanje. Ko nam spregovori o sebi, smo pozorni na to, ali brani in če, kako brani nekatera področja: z nevezanimi občutki iz vsebine, z ignoriranjem očitnih povezav ali z valjenjem krivde za svoje probleme na druge. Ali tako ravna vede ali nevede? Skratka, ugotoviti želimo, kako se sooča z različnimi vrstami strahov in izgubami. Ponavljajoče se vzorce obrambe komentiramo in jih imenujemo ter povabimo pacienta, da se nam pridrži v razmišljanju o funkcionalnosti takšnega angažiranja.

##### **Relacijska zgodovina**

Na poti do boljšega razumevanja problema želimo, s pripovedovanjem o življenju s pomembnimi drugimi skozi razvoj, zbrati nekaj zgodovine o odnosih z njimi in o shemah, ki so se izoblikovale. Še posebej nas zanimajo izkušnje izgub in ran iz otroštva. Teh podatkov ne zberemo s spraševanjem po formalni preteklosti, ampak s poizvedovanjem o starših ali prejšnjih pomembnih odnosih in to v trenutkih, ko se zdi takšno vprašanje v povezavi s tem, o čemer pacient na srečanju ravno pripoveduje. V obdobju ugotavljanja ne moremo izvedeti vseh stvari, ki se zdijo pomembne, lahko pa dobimo predstavo o preteklih vplivih na sedanje odnose in na način, kako si pacient ureja življenje danes.

### **Slediti čustvom**

Ko se pokažejo čustva v povezavi s trenutno izkušnjo, vprašamo po asociacijah z izkušnjami iz (prejšnje) družine. Tako v trenutku, ko pacient govori o tem, kako je nerazumljen v zakonu in joka kot otrok, ali kaže, da ga to boli, ker je podobno odnosu med njegovimi starši pred ločitvijo, lahko prosimo, naj nam pod tem vidikom podrobneje opiše svoje starše. Sheme, o katerih želimo izvedeti več, so tiste, ki so dejansko žive na srečanju, tiste, ki sporočajo bolečino, ločitev, izgubo in smo jih opazili na srečanju zaradi čustvenih premikov, obrambnega delovanja in nepovezanosti v spominu in obnašanju.

Včasih se zdi, da ni nobenih čustev. V teh neorganiziranih/nerešenih pacientih, ki so bili pogosto travmatizirani, obstaja prepad v njihovih spominih na stare odnose in temu ustrezna območja razdalje med njimi in drugimi – vključno s terapevtom – sedaj. Ko vidimo pacienta, ki nam ljubeznivo pove, da je bilo otroštvo lepo, njegova žena pa se pritožuje zaradi občutka razdalje ali občasne odsotnosti, in s katerim imamo obdobja prekinitve, lahko domnevamo, da je šlo za pomembno področje neznosne bolečine, ki je v tako kratkem času ne moremo spoznati. Travma je preveč boleča, da bi jo lahko zavestno povezal s sedanjo izkušnjo, zato jo je mogoče povezati samo s pomočjo terapije.

### **Delo s sanjami in fantazijami**

Že v fazi ugotavljanja želimo pristopiti k sanjam in fantazijam, kar povemo pacientom pri prvem srečanju, ko opišemo naš način dela. Če ne pridejo v ospredje same, o njih neposredno vprašamo. Tako kot pri zgodovini odnosov, tudi tu želimo, da pridejo na dan spontano. Če pa so iz pripovedovanja izpadle oz. je bilo o njih povedano le posredno, vprašamo neposredno o razlogih za pomanjkanje osredotočenja nanje. Fantazije lahko spontano vodijo do vzrokov za zadovoljstvo ali težav v spolnosti oz. se pojavijo v pogovoru o njih. Druge fantazije so povezane z bolj splošnimi stvarmi, ko si pacient predstavlja situacijo, ki je drugačna od tiste, v kateri živi: npr. oseba 'sanj', ki si želi postati oz. kariera, ki jo v fantaziji želi uresničiti. Nezavedne fantazije se razkrivajo v sanjah in v načinu, kako stopa jaz v odnos z drugimi in s terapevtom.

Zanimajo nas te neizrečene vodeče fantazije, ki delujejo kot nezavedni pojavi, ki strukturirajo strahove. V njih lahko odkrivamo travme, ki delujejo preko pozabljenega spomina.

#### 4.3.7. Odziv

Odziv, ki ga v času ugotavljanja vračamo, prikazuje pacientu, kako bomo delali. Predstavljamo svoj način dela za pacienta, da pride iz težav, hkrati pa želimo videti, kako bo reagiral na naše površinsko in globinsko odzivanje.

##### **Površinski odziv:**

##### **pojasnjevanje, podpora, nasvet**

Na površju komentiramo povedano toliko, da pokažemo pacientu, da smo razumeli, kar je povedal, prosimo za pojasnilo nejasnih mest in povezujemo eno vrsto skrbi z drugimi, ki nam jih je tudi povedal. Nasvetov ne dajemo prav pogosto, ampak ga na vprašanje raje spodbudimo, da razmisli o pomenu vprašanja, ki nam ga je zastavil, in o občutkih, ko od nas ni dobil odgovora.

##### **Globinski odziv: Interpretacija**

Pri vsakem ugotavljanju bi želeli imeti priložnost, da ponudimo poskusno razlago globinskega odziva. Tu lahko razlagamo, kako in zakaj se pacient brani pred bolečino in strahom, vlogo njegovih fantazij, interpersonalne konflikte, ki se odražajo v sanjah ali strukturo notranjih shem in boj med njimi.

#### 4.3.8. Transfer-kontrtransfer

Interpretacija je najbolj učinkovita, kadar izvira iz naše izkušnje transferja in kontrtransferja. Oba delujeta že pri prvem intervjuju, ko posameznik stopi v naš prostor s svojimi pričakovanji o naši terapevtski sposobnosti in ko reagiramo nanj kot na možnega pacienta. Opazujemo, kje deluje transfer: v terapiji, v življenju, v odnosu s pomembnimi drugimi, v pacientu ali terapevtu ali v prostoru med njima. Pozorni smo na to, v kakšno vlogo nas pacient postavlja: v vlogo njegovega objekta ali del njegovega jaza.

Lahko smo pozorni na posamezne kontekstualne ali osredotočene elemente transferja, ki jih želimo komentirati. Včasih se pre zgodaj razvije poseben negativen transfer kot obramba proti soočenju bolj amorfne oblike glede konteksta, ali pa se pojavi kot rezultat izredne stopnje terapevtove sposobnosti za sprejemanje takšnih projekcij. Če moremo interpretirati strah terapevtskega odnosa tako, da se pacienti čutijo razumljeni, bo razmišljanje o vrednosti terapevtskega odnosa služilo kot temelj za laboratorijsko raziskovanje njihovih težav.

#### 4.3.9. Preverjanje odgovora na interpretacijo in njegove oblike

Pacientom ne moremo povedati vsega, kar mislimo o svoji izkušnji z njimi, poskusimo pa z eno ali dvema interpretacijama, da vidimo, kako se na to odzivajo. Ali se branijo in zanikajo, kar rečemo? Ali reagirajo preišljeno, tudi če se ne strinjajo? Ali ustvarjajo več materiala, ki širi, pojasnjuje in izboljšuje naše razumevanje? To naj bi naredili, če je mogoče, že pri prvem srečanju, ko se pacientov zavemo in jih razumemo. V tem je najboljši način, da utrdimo sposobnost podpore za terapijo, ki sledi.

#### 4.3.10. Zdravila in dodatne terapije

Priporočamo obdobje ugotavljanja, preden zdravnik predpiše zdravila. V večini primerov imamo rajši poskus terapije, preden se odločimo za kombiniran farmakološki pristop. Relacijska terapija oz. analiza nudi trajnejše lajšanje trpljenja in lahko zniža ali odpravi potrebo po zdravilih.

Naš cilj ni tekmovati z zdravili, ampak se prizadevamo proti pre nagljeni uporabi. Relacijska terapija in analiza sta učinkoviti zdravljenji same na sebi ali v povezavi z zdravili ali v prednosti pred njimi.

#### 4.3.11. Ponujanje formulacije in priporočila

Ko smo od pacienta dobili dovolj odzivov, mu skušamo povedati toliko, da vidi, kako razumemo njegov položaj, vendar ne toliko, da bi izgledalo, kot da smo prišli do zaključka. Če vidimo več možnih poti za zdravljenje, jih predstavimo in povabimo k izbiri. Pojasnimo svoja stališča do zdravljenja. Naše priporočilo je kombinacija tega, kar menimo, da pacient potrebuje in predstavitev možnosti za zdravljenje.

#### 4.3.12. Strinjanje glede načrta zdravljenja

S pacientom se dogovorimo o okvirih za terapijo. Okvir, za katerega sta se odločila oba, lahko zdrži poskuse, da bi ga podrli zaradi bega pred strahom. Seveda pa ni nespremenljiv za vsako ceno. Če kasneje ugotovimo, da je primerneje pogostejše srečevanje ali da je potrebna vzporedna terapija, se o tem ponovno dogovorimo.

Ob koncu ugotavljanja in pred terapijo se dogovorimo še o vsem potrebnem glede podrobnih tehničnih in praktičnih pogojev zdravljenja.

Predstavili smo preprost vzorec ugotavljanja, ki je tesno povezan z našim teoretičnim konceptom. V klinični praksi ni mogoče vedno razmišljati tako sistematično kot tu. Ne želimo, da bi klinični material prilagajali teoriji. Teorijo je potrebno pustiti ob strani in slediti materialu. Teorija postane v terapiji nezavedni vodilni sistem.



## 5. Jezus Kristus - ikona psihoterapevta

(osvetlitev in dopolnitev razvojno relacijske terapije s kristološkim vidikom)

Lik Jezusa Kristusa kot človeka in terapevta nas spremlja pri vsakem razmišljanju o človeku. Tako kot je v prvem delu naloge svetopisemski vidik osvetlil pogled na ljubosumje in opozoril na sicer pozabljene vsebine, tako tudi v tem delu osvetljuje nekatere razsežnosti terapije, nekoliko zapostavljene ali pozabljene.

Najprej predstavljamo Jezusov celosten pristop, ki presenetljivo vključuje vse tisto, na kar opozarjamo v našem terapevtskem pristopu in dodaja nekatere neizrečena, a slutene razsežnosti terapevtskega dela. Pomembno dopolnitev vidimo tudi v tem, da za hip odmaknemo pogled od terapevta k pacientu in poudarimo nekatere nujne elemente uspešnega zdravljenja. Prav na koncu sledi kratka aplikacija Jezusovega pristopa na našo strukturo in proces terapije. Ker je terapija odvisna predvsem od polnosti življenja, ki je prisotno v terapevtu, je Jezus Kristus, ki svoje besede: »Jaz sem pot, resnica in življenje« (Jn 14,6), potrdi s smrtjo na križu, resnično ikona pravega terapevta.

### 5.1. Jezusov celosten pristop

Jezus sam se nima za terapevta, ampak za zdravnika. O sebi pravi: »Ne potrebujejo zdravnika zdravi, ampak bolni. Nisem prišel klicat pravičnih, ampak grešnike« (Mr 2,17). Njegov pristop govori, kako globoko razume človeka in kako k njemu pristopa. Človeka vidi kot celoto in ne le njegovo zunanost. Ob telesnih znakih bolezni pogosto sam spregovori o notranjosti, ki je še bolj kot telo potrebna ozdravljenja. Ko k njemu prinesejo hromega, ki je ležal na postelji, vidi njihovo vero, zato reče hromemu: »Bodi pogumen, otrok, odpuščeni so ti grehi!« (prim. Mt 9,2).

Njegov pogled je bil prodoren. »Ni bilo treba, da bi mu kdo pričeval o človeku; sam je namreč vedel, kaj je v človeku« (Jn 2,25). Jezus je 'videl' misli ljudi, preden so spregovorili. Zato jim je lahko z gotovostjo dejal: »Zakaj v svojih srcih hudobno

mislite?» (Mt 9,4). Videl je njihovo vero, zaupanje ali nezaupanje.<sup>607</sup> Vedel je za njihovo hinavščino in jim je rekel: »Kaj me preizkušate? Prinesite mi denarij, da ga pogledam!« (Mr 12,15). Ljudje okrog njega so bili kot odprte knjige. Pogledal je vanje, spoznal njihovo bolečino in takoj položil prst na bolečo rano. Ni se dal zavesti. V srečanju z bogatim mladeničem lahko slutimo njegove misli: Vse lepo in prav, celo simpatičen si mi, vendar »eno ti manjka: prodaj vse, kar imaš, razdaj ubogim in imel boš zaklad v nebesih; nato pridi in hodi za menoj!« (Lk 18,22). Njegov pristop je dovršen mikroanalitični intervju, proces ugotavljanja, ki se zaključi v hipu. »Obdarjen je z izredno pretanjeno, skoraj jasnovidno intuicijo, zato lahko postavi anamnezo in diagnozo iz nič.«<sup>608</sup>

Ta nenavaden pristop so ljudje njegovega časa hitro opazili. Začutili so se nagovorjene, ne v sentimentalnem smislu, ampak v bistvu njihovega bivanja. Zato Simon Peter v občudovanju in strahu pravi: »Pojdi od mene, Gospod, ker sem grešen človek!« (prim. Lk 5,8). Sveto pismo pravi, da so kar vsi od kraja govorili: »Kaj takega še nikoli nismo videli« (Mt 2,12); ali pa: »Še nikoli ni nihče tako govoril« (Jn 7,46). Zakaj? Nova zaveza vedno znova poudarja: »Strmeli so nad njegovim naukom, kajti učil jih je kakor nekdo, ki ima oblast, in ne kakor pismouki« (Mr 1,22). Brez prepričevanja je bil prepričljiv, njegove besede so imele drugačno moč. Ljudi niso prepričale le besede, ampak dejanja: »Iz njega je izhajala moč in ozdravljala vse« (prim. Lk 6,19). »On sam je bil terapija, ki jo je delil.«<sup>609</sup>

To slednje je temeljno dejstvo za vsakega terapevta. Terapija je lahko le tako kvalitetna, kot je kvaliteten terapevt. Terapevt lahko pacienta pripelje le tako daleč, kolikor daleč je prišel on sam v individuaciji, diferenciaciji in integraciji. Nihče ne more analizirati mimo samega sebe.<sup>610</sup> »V kolikor smo sebi prozorni, toliko smo sposobni jasnega pogleda v bistvo drugega.«<sup>611</sup> To brez Svetega pisma ugotavlja tudi C. G. Jung. Psihoterapevt je sam svoja metoda ali terapija, se glasi njegovo temeljno načelo.<sup>612</sup>

---

<sup>607</sup> Prim. Mt 9,2

<sup>608</sup> H. Wolff, *Jesus als Psychotherapeut*, Stuttgart 2001, 11.

<sup>609</sup> H. Wolff, n. d., 12.

<sup>610</sup> Prim. H. Wolff, n. d., 13.

<sup>611</sup> K. Niederwimmer, *Tiefenpsychologie und Exegese*, v: *Perspektiven der Pstoraltheologie*, Hrg. R.

Jezus kot pravi terapevt nas spominja, da se vsaka analiza začneja in končuje z lastno analizo. Kot terapevti smo v stalnem procesu, ki ni nikoli končan.

## 5.2. Vloga pacienta

### 5.2.1. Volja

»Bi rad ozdravel?« je Jezus vprašal hromeža,<sup>613</sup> ki je bil bolan 38 let in je čakal pri kopeli Betesda. Vprašanje se ne zdi prav nič sočutno, pravzaprav je slišati celo netaktno ali vsaj nelogično. Vendar je v luči Jezusovega razumevanja dogodka potrebno poročilo o bolnem razumeti in brati drugače. *Hočeš ozdraveti*, je pravzaprav ključno vprašanje vsakega ozdravljenja, tako tudi vsake terapije.

Pripoved iz evangelija po Janezu je lažje razumeti v luči celotne Nove zaveze. Kanaanska žena, ki je prišla prosit za svojo bolno hčer in je vztrajala kljub zavrnitvi, je končno slišala besede: »O žena, velika je tvoja vera! Zgodi naj se ti, kakor *želiš!*« In njena hči je ozdravela tisto uro (prim. Mt 15,28). Ker je z vztrajanjem potrdila svoje hotenje, je bila uslišana. Podobno v priliki o vdovi in sodniku<sup>614</sup> Jezus spodbuja k vztrajanju. Jezus je žalosten, ko vidi, da ni prave volje. Tako pri bogatem mladeniču kot ob pogledu na Jeruzalem, ki ga je »hotel zbrati, kakor zbira koklja svoja piščeta pod peruti, pa niso hoteli« (prim. Mt 23,37). Odločilna je volja. »Biti v besedah hitro pripravljen, nima nobene vrednosti; odločilna je volja.«<sup>615</sup>

V analizi je prav tako, vendar ni samo po sebi umevno, da je tako. V današnji medicini namreč pacient pogosto nima želje ozdraveti, ampak hoče, biti ozdravljen. V tem je velika težava današnjega zdravljenja z zdravili.<sup>616</sup>

---

Riess, Goettingen 1974, S. 63 ff; bes. S. 69.

<sup>612</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 13.

<sup>613</sup> Prim. Jn 5,1-17

<sup>614</sup> Prim. Mt 18,1-8

<sup>615</sup> R. Bultmann, *Jesus*, Tübingen 1964, 32

<sup>616</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 18-19.

Poleg vprašanja želje je v terapiji tudi vprašanje prelaganja odgovornosti na druge. V primeru hrome ga slišimo takšen izgovor: »Gospod, nimam človeka, ki bi me dal v kopel« (Jn 5,7). Da pravzaprav ni prišlo do celostnega ozdravljenja, pripoveduje nadaljevanje zgodbe. Ozdravljeni niti ne ve, kdo ga je ozdravil, krivdo za svojo napako – da v soboto nosi posteljo - pa zvali nanj: »Tisti, ki me je ozdravil, mi je rekel: ›Vzemi svojo posteljo in hodi!« (Jn 5,11). Jezus torej ni nikakršen čarovnik. Če ni pravega hotenja, tudi ni pravega ozdravljenja.<sup>617</sup> Klic k lastnemu angažiranju preveva celotno Novo zavezo. Lahko bi ga povzeli v Jezusove besede: »Prosíte in vam bo dano! Iščite in boste našli! Trkajte in se vam bo odprlo!« (Mt 7,7).

### 5.2.2. Odpor

Odpor je lahko zaveden ali nezaveden, posameznikov ali kolektivni. Jezus se srečuje z vsemi vrstami odpora. Na vse načine ga skušajo farizeji ujeti, da bi mu sodili, zato ga skušajo: »Učitelj, vemo, da si resnicoljuben in v resnici učiš Božjo pot ter se ne oziraš na nikogar, ker ne gledaš na osebo. Povej nam torej, kaj se ti zdi: 'Ali smemo dajati cesarju davek ali ne?'« (Mt 22,16-17). Jezusov odgovor je zelo jasen. Spoznal je njihovo hudobijo in rekel: »Kaj me preizkušate, hinavci? Pokažite mi davčni novc!« ... Reče jim: »Dajte torej cesarju, kar je cesarjevega, in Bogu, kar je Božjega« (prim. Mt 22,18-22).

Zaradi resnice, ki jo govori o človeku, pa se ne upira samo množica. Tudi v posameznikih se poraja odpor. Tako se oddalji bogati mladenič, Marta se umika v delo,<sup>618</sup> od desetih ozdravljenih se vrne samo eden<sup>619</sup> itd. Jezus vidi v srce in takoj opazi odpor, ki zavira resnično hotenje po ozdravljenju. V takšnih reakcijah je sam zelo odločen. Ko nekdo pravi, da želi iti za njim, a bi se rad poslovil od svojih domačih, ga zavrne in pravi: »Nihče, kdor položi roko na plug in se ozira nazaj, ni primeren za Božje kraljestvo« (Lk 9,62). Spet drugi se izgovarja, da mora pokopati svojega očeta. Jezus ve, kaj to pomeni (Na Vzhodu vlogo očeta zamenja starejši brat itd.; torej ne bo nikoli

---

<sup>617</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 30.

<sup>618</sup> Prim. Lk 10,38-42.

<sup>619</sup> Prim. Lk 17,11-19.

prost.), zato mu ostro odvrne: »Pústi, naj mrtvi pokopljejo svoje mrtve, ti pa pojdi in oznanjaj Božje kraljestvo!« (Lk 9,60).

Jezus odkrije podzavestne strahove, ki vodijo besede bližnjega ali skupnosti. Razkrije njihov pomen in spodbuja k resnicoljubnosti, ki edina vodi do spoznanja sebe in ozdravljenja. Nekateri sogovorniki ga celo rotijo: »Če kaj moreš, se nas usmili in nam pomagaj!« Jezus je dejal: »Glede tega 'če moreš' pa - vse je mogoče tistemu, ki veruje« (Mr 9,22-23). Jezus ne ostane na površju pri znakih, ampak teži k samemu problemu. V svojem ravnanju se obnaša prav tako, kot naj bi danes ravnal pravi terapevt.

Pozivi k čudežem in znamenjem Jezusa ne prepričajo. »Tedaj so prišli farizeji in začeli razpravljati z njim; preizkušali so ga s tem, da so od njega zahtevali znamenje z neba. On pa je v duhu zavzdihnil in rekel: 'Kaj, ta rod zahteva znamenje? Resnično, povem vam: Temu rodu znamenje ne bo dano.' In pustil jih je, spet stopil v čoln in odplul na drugo stran jezera« (Mr 8,11-13). Tudi danes mnogi prihajajo k terapevtu, da bi naredil čudež brez njihovega prizadevanja, vendar je potreben globok uvid, ki ga srečamo pri Jezusu. S površinskim pristopom, s senzacionalnostjo ni mogoče zdraviti.

Jezusova zavrnitev tistih, ki nimajo prave želje in volje do ozdravljenja, zbudi v ljudeh hud odpor vse do ‚brezumnosti‘.<sup>620</sup> Vendar to ne more spremeniti njegovih besed in dejanj. Jezus ostaja kljub temu odprt za vsak odnos, spontan v besedah in dejanju, resnicoljuben in do konca zavzet za dobro. Vse, kar govori, tudi živi. In temu se večina ne more upreti. Zato kljub nasprotovanjem ugotavljajo, da ima vendarle prav.<sup>621</sup> Njegovo načelo je jasno: »Vsi vas bodo sovražili zaradi mojega imena; toda kdor bo vztrajal do konca, bo rešen« (Mt 10,22). Zaveda se, da ima vsako delovanje, čeprav je usmerjeno na posameznika, vedno tudi družben značaj. Vendar se na ustraši nasprotovanja množice.

Kljub pogosto ostri, vedno odločni besedi, Jezus v svojem ravnanju ni tog. Zna se prilagoditi, ko uvidi, da je drugačen pristop primernejši. Ko ga npr. stotnik prosi, naj ozdravi njegovega služabnika, mu reče: »Pridem in ga ozdravim« (Mt 8,7). Ker pa mu

---

<sup>620</sup> Prim. Lk 6,11

<sup>621</sup> Prim. H. Braun, *Jesus*, Stuttgart 1969, 147.

stotnik odgovori: »Gospod, nisem vreden, da prideš pod mojo streho, ampak samo reci besedo in moj služabnik bo ozdravljen« (Mt 8,8), odstopi od svoje namere, da ga obišče. Jezus je odprt, prožen in prilagodljiv. Ko vidi vero Sirofeničanke, ne vztraja pri tem, da ni poslan k tujcem, ampak ozdravi njeno hčer.<sup>622</sup> V vsakem srečanju se je pripravljeno tudi učiti. To je zgled za vsako psihoterapijo in slehernega psihoterapevta.<sup>623</sup>

### 5.2.3. Pogum za srečanje s samim seboj

Nekaterim, ki so zaupali vase, da so pravični, in so zaničevali druge, je povedal priliko o farizeju in cestninarju (prim. Lk 18,9-14). V njej govori o tem, da je med največjimi ovirami na poti k srečanju s seboj napuh in domišljavost. Ti dve lastnosti onemogočata srečanje s seboj in tako zapirata pot do spoznanja in ozdravljenja. Jezus je v tem nemočen. Zaradi nevarnosti, ki jo predstavlja napuh, svari: »Ne sodite, da ne boste sojeni!« (Mt 7,1). Tudi terapevt je v terapiji nemočen, če si pacient domišlja, da je z njim vse v redu, da vse zmore, da so krivi drugi ipd. Kjer je prisotna skromnost oz. realizem, ima Jezus uspeh,<sup>624</sup> kjer sta doma napuh in domišljavost, je tudi on brez moči.

### 5.2.4. Predpostavke

V terapiji se vedno znova sprašujemo, koliko bomo lahko dosegli, do kam bomo z nekom prišli, koliko zmoremo ipd. Za zdrav realizem poskrbi Jezus s priliko o sejalcu. Sejalec je šel sejati, pravi, in nekaj semena je padlo ob pot, nekaj na kamnita tla, nekaj med trnje, drugo pa na dobro zemljo. In temu primerno prinaša tudi sad.<sup>625</sup> Jezus nazorno pove, da rezultat setve ni odvisen le od sejalcu in semena, ampak tudi od podlage, na katero seme pade. Ne gre se uravnilovke. Ljudje smo si različni. Vsako ideološko poenotenje je Jezusu tuje. Jezus priznava različnost in jo sprejema kot življenjsko danost. To je realizem, ki ga potrebuje vsak terapevt in v tem nam je Jezus s svojimi besedami in zgledom krepka opora.

Prilika o sejalcu nam govori tudi o radodarnosti in vztrajnosti. Kljub temu, da mnogo semena ne bo ozelenelo in dalo sad, sejalec vztraja. Tudi terapevt potrebuje dobršno

---

<sup>622</sup> Prim. Mr 7,24-30

<sup>623</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 55.

<sup>624</sup> Prim. Mt 8,5-13; Lk 19,1-11; Lk 7,36-50; Mt 26,75;

<sup>625</sup> Prim. Mr 4,1-8

mero optimizma in vztrajnosti. Pri Jezusu zagotovo lahko zatrdimo, da zavzetost prehiteva preračunljivost.

Uspeh terapije ni odvisen predvsem od tega, iz katere šole ali skupine in iz katerih krogov prihaja terapevt. Ni odločilno, katere metode uporablja. Na koncu odločajo predpostavke, ki jih pacient prinese v terapevtski prostor. To dejstvo, na katerega Jezus jasno opozarja, je trd oreh za vsak psihoterapevtski napuh.<sup>626</sup>

### 5.2.5. Prizadevanje

Spregovorili smo že o volji do ozdravljenja, o pogumu za srečanje s seboj in o predpostavkah, ki omogočajo proces zdravljenja. Sedaj prehajamo k vprašanju prizadevanja za uresničenje spoznanega. Jezus združuje učenje in dejanja, poslušanje in dela, vero in delovanje. Ne verjame v življenje, ki bi brez prizadevanja kaj prineslo. Dobro drevo daje dober sad in slabo slabega. Farizeje graja prav zato, ker »govorijo, pa ne delajo« (prim. Mt 23,3).

Kako pomembna sta osebna zavzetost in prizadevanja, nam lepo spregovori prilika o talentih.<sup>627</sup> Služabnika, ki ni prinesel nobenega talenta, v priliki Jezus imenuje malopridni in leni! Njemu se bo vzelo vse in bo vržen v temo.

Zgrešen je tako služabnikov pogled nase kot na gospodarja. Ne opazi lastne lenobe in krivdo vali na gospodarja. »Glej, tu imaš, kar je tvojega!« (Mt 25,25) pravi in ne prevzame odgovornosti za svoja dejanja, zato tudi plačila ne more prejeti. Njegova nemoč je v napuhu in manjvrednostnem kompleksu. Ker ni sposoben sprejeti malega (enega talenta), si raje domišlja, kako pomemben je. Ker pa je dejansko manj sposoben, v domišljavosti, da zmore več, obupa in ne naredi ničesar. Vrti se v začaranem krogu med kompleksom manjvrednosti in napuhom.<sup>628</sup>

Jezus daje prav zato, da bi malega človeka lahko dvignil, malemu velik pomen. Tako govori o enem talentu, o eni ovci, o eni izgubljeni drahmi, o enem sinu. V majhnem se

---

<sup>626</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 98.

<sup>627</sup> Prim. Mt 25,14-30

<sup>628</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 102.

namreč prepoznavajo velike stvari. Kdor je zvest malemu, bo deležen velikega. To velja tako za pacienta kot za terapevta. Pacientu ta pogled pomaga sprejeti svojo nemoč, terapevtu pa, da ne spregleda drobnih, navidez nepomembnih znakov, v katerih pogosto leži skrivnost celotne bolezni.

Spoznanje mora vedno spremljati tudi prizadevanje za uresničenje. Prilika o talentih nazorno pove, da vsak v življenju prejema po svojih zmožnostih. Sleherni mora prevzeti odgovornost za svoje življenje in iz njega narediti kar največ. Brez osebne zavzetosti in prizadevanja pa sta nemočna tako Bog kot terapevt.

### 5.3. Humana predstava o človeku

Počlovečenje človeka je rdeča nit vsake terapije, ki se prizadeva, da bi psihično ohromljenemu in nevrotičnemu človeku v kar največji meri pomagala do polnega in normalnega človeškega življenja. Ob Jezusovi zamisli (ikoni) človeka se vedno znova učimo, kako naj uresničujemo ta proces počlovečenja, da bo pravilen.<sup>629</sup> Ta predstava človeka nas varuje, da ne bi nasedli mehanicistični, biologistični ali psihologistični predstavi o človeku. Jezus nam kaže, da ukalupljanje človeku ne koristi in ga ne osvobaja. Zato sta njegov pristop in pogled vedno odprta.

Pri Jezusu ni nobene metode, nobene sheme, nobenega trdnega vzorca obnašanja, nobene monotone enotnosti v reagiranju. Z vsakim se sreča na njemu primeren način.<sup>630</sup> Jezusa ne ovira nobena predstava o človeku. V noben okvir ga ne želi stlačiti. Prav to pa se dogaja ljudem okrog njega. Jezus s svojo širino človeka osvobaja nepotrebnih spon, ko pravi: »Nič ni zunaj človeka, kar bi ga moglo omadeževati, če pride vanj, ampak ga omadežuje to, kar pride iz človeka« (Mr 7,15). S tem premaga vse projekcije, ki človeka zavajajo, utesnjujejo in ogrožajo. Zunanji svet ni kriv za njegovo nesrečo. Pogled usmerja v bistvo, v človeka samega, ki lahko premaga svoje travme samo, če se z njimi sooči in prevzame zanje odgovornost. Pot do ozdravljenja je vedno

---

<sup>629</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 124.

<sup>630</sup> Prim. H.Wolff, n. d., 146.



od znotraj navzven in ne obratno. Slednje se dogaja farizejem, zato ostajajo pri čiščenju posod: »Gorje vam, pismouki in farizeji, hinavci, ker kozarec in skledo čistite od zunaj, znotraj pa sta polna ropa in nezmernosti« (Mt 23,25). Počlovečenje človeka in družbe je mogoče le, če oba živita iz notranjosti in ne iz projekcij. Projekcije, ki jih je ustvaril oz. živel Jezusov sodobnik, so dodobra zaznamovale žensko in 'male ljudi'. Jezusov pogled, ki obrača pogled od projekcije k samokritičnosti, daje možnost novega začetka obojim.

Kako prazno in razčlovečujoče je iskanje sebe zunaj sebe, nam Jezus spregovori v priliki o izgubljenem sinu.<sup>631</sup> Ker mlajši sin upa, da bo svoje življenje našel v svetu, nazadnje pristane med svinjami. Šele ko *gre vase*, najde svoje življenje. Seveda pa lahko človek tudi 'pri sebi', tj. v očetovi hiši, ne živi svobodno. Za svobodo se je potrebno potruditi. »Kako tesna je pot, ki vodi v življenje« (Mt 7,14), pravi Jezus. Ta tesna pot je gotovo pot v notranjost brez projekcij.

Poskušali smo prikazati Jezusa kot psihoterapevta in raziskati njegovo človeško delovanje, ki priča o tem. Pokazali smo, da je terapija odvisna od hotenja in poguma za soočenje s seboj, od upoštevanja predpostavk in prizadevanja. Šele skupno delovanje teh dejavnikov omogoča uresničevanje prave človeške podobe človeka, kar smo skušali v glavnih obrisih prikazati.<sup>632</sup>

Jezus pokaže, da človek veliko zmore, če le hoče. Nikogar pa ni mogoče prisiliti, niti k ozdravljenju ne. To je temeljno načelo Jezusovega pristopa in tudi načelo našega pogleda na terapijo.

## 5.4. Kdo je pravi psihoterapevt?

---

<sup>631</sup> Prim. Lk 15,11-32

<sup>632</sup> H. Wolff, n. d., 168.

Ali lahko ob Jezusu potegnemo osnovni odgovor na to vprašanje? Iz Jezusovega odnosa do bližnjega lahko razberemo, da je zanj bistvena prožnost v pristopu. Zato menimo, da je temeljna lastnost pravega terapevta prožnost. Terapevt mora biti tako prožen, kot je prožna samoregulirajoča psiha njegovega bližnjega.<sup>633</sup> Poglejmo to podrobneje.

Prožnost pri Jezusu najlepše opišemo, če ga motrimo v dvojnosti na polju psihične napetosti.

Prvo polje takšne psihične napetosti bomo poimenovali z dvojico: *brezkompromisna gotovost – sprejemljiva odprtost*. Jezus zavzema različna stališča, a od človeka zahteva isto. Zahteva: pojdi in prodaj, kar imaš;<sup>634</sup> pojdi in ti delaj prav tako;<sup>635</sup> eno je potrebno; vaš govor naj bo ›da«, ›da«, ›ne«, ›ne«; kar je več kot to, je od hudega.<sup>636</sup> Vendar ta odločnost ni ozka in toga. Naslanja se na nasprotni pol: »Kdor ni proti nam, je za nas« (Mr 9,40), ali pa: »Bog je duh, in kateri ga častijo, ga morajo častiti v duhu in resnici (Jn 4,24)«.

Brezkompromisna gotovost in sprejemljiva odprtost je dvojnost, med katero se mora gibati vsak pravi terapevt. Umetnosti te napetosti se učimo v Jezusovem zgledu.

Naslednja napetost v dvojnosti je: *sposobnost za čakanje – spontanost v prijemu*. Jezus ve, da se psiha razvija in organsko raste, zato je potrpežljivo čakanje zanj eden pomembnejših zakonov. O tem spregovori v priliki o rastočem žitu: »Človek spi in vstaja, ponoči in podnevi, seme pa klije in raste, da sam ne ve kako« (Mr 4,27), ali pa v priliki o nerodovitni smokvi, kjer neučakanega miri in ga prosi, naj je ne poseka: »Gospod, pústi jo še letos, da jo okopljem in pognojim« (Lk 13,8).

Na drugi strani spet vidimo odločen prijem, ko pravi: »Nihče, kdor položi roko na plug in se ozira nazaj, ni primeren za Božje kraljestvo« (Lk 9,62), drugje pa: »Pusti, da mrtvi pokopljejo svoje mrtve« (Lk 9,60). Oba pristopa sta za učinkovito terapijo nujno potrebna.

---

<sup>633</sup> H. Wolff, n. d., 170.

<sup>634</sup> Prim. Lk 18,22

<sup>635</sup> Prim. Lk 10,37

<sup>636</sup> Prim. Mt 5,37

Naslednja dvojica psihične napetosti je: *zavzetost – odmik*. Jezusovo čutenje je še posebej, kot smo pokazali, zavzeto čutenje. Ob pogledu na slepe se v njem prebudi *sočutje*. *Razjezi se* nad prodajalci, ki iz templja naredijo tržnico. *Graja* neverna mesta. *V srce se mu zasmilijo* trpeči. Na svatbi *praznuje*. *Veseli se* in vabi druge, naj se vesele. *Veseli se* izgubljene ovce. *Joka* nad Jeruzalemom.

Hkrati pa poznamo tudi njegovo odmaknjeno držo, ko so postavljene pod vprašaj temeljne vrednote človeškega bivanja. Gost, ki v znamenju svoje samozadostnosti pride na gostijo brez svatovskega oblačila, mora slišati: »Vrzite ga ven v najzunanjšo temo!« (Mt 22,13). Trdosrčni služabnik, ki mu je bilo veliko odpuščeno, sam pa ni odpustil, je vržen v ječo, dokler ne poplača do zadnjega.<sup>637</sup> Lenemu služabniku, ki ne naredi ničesar, da bi pomnožil talente, vzamejo še tisti edini talent<sup>638</sup> itd.

V terapiji enako škodi neprimerna zavzetost kot odmik ob nepravem času. Prave napetosti med enim in drugim se spet učimo ob Jezusovem zgledu.<sup>639</sup>

K tem dvojnostim bi lahko dodali še kakšno, vendar bo zadoščalo, če navedemo še temeljno dvojnost: *največja subjektivnost – največja objektivnost*. Jezusova podoba se kaže kot zadnja skrivnost njegovega delovanja: On sam, njegova osebnost, je njegova metoda. Ljudi je spodbujal k svobodni odločitvi in osebni odgovornosti.

Največja subjektivnost pomeni v terapiji prav to, da je terapevt sam zadnja metoda. Njegov uspeh v zdravljenju ni odvisen od učenja, ampak od tega, kako daleč je sam prišel v uresničevanju humane podobe človeka v sebi. Samo tako daleč lahko pripelje svojega pacienta. Nihče ne more izvajati terapije mimo sebe.

Največji subjektivnosti stoji nasproti največja objektivnost. Največja objektivnost temelji na priznavanju avtonomne samoregulirajoče psihe pri pacientu, ki ji mora psihoterapevt omogočati samostojno, njej lastno dinamiko. Samo če terapevt nedvoumno dopušča to samostojnost, lahko psiha postane voljan in razumevajoč

---

<sup>637</sup> Prim. Mt 18,21-35

<sup>638</sup> Prim. Mt 25,14-30

<sup>639</sup> Prim. H. Wolff, n. d., 173.

sodelavec in partner. Tako postane terapija tisto, kar mora biti, namreč skupno prizadevanje psihoterapevta in pacienta za visoki cilj bolj humane človečnosti.<sup>640</sup>

## 5.5. Nekaj aplikacij Jezusovega obnašanja na naš terapevtski model

### 5. 5.1. Ustvarjanje psihološkega prostora

#### **Takt in čas**

Jezus je pozoren na to, kdaj in kaj lahko sporoči svojim učencem. »Še veliko vam imam povedati, a zdaj ne morete nositi« (Jn 16,12), pravi svojim učencem pred odhodom k Očetu. Niso še prejeli Duha, da bi lahko vse razumeli.

Tudi s pacientom je potrebno potrpljenje, da pride do tistega spoznanja, do tistega Duha, v katerem je sposoben sprejeti povedano.

#### **Negativna sposobnost**

Jezus je bil svoboden vseh želja, razen ene, da bi izpolnil Očetovo voljo. Jezus jim je rekel: »Moja hrana je, da uresničim voljo tistega, ki me je poslal, in dokončam njegovo delo« (Jn 4,34). To ni bila njegova želja, ampak stalna odprtost za Očetovo voljo. Ta mu je omogočala neposredno stopanje v svet ljudi, ki jih je srečeval. Razlaščen svojih želja, je lahko odkrival hrepenenje v slehernem človeku in mu pomagal najti ključ do svobodne uresničitve. Nikoli ni pristopil s predpostavkami, najprej je vedno prisluhnil.

#### **Neobsojajoče poslušanje**

Jezus sprašuje in ne obsoja: »Kje so, žena? Te ni nihče obsodil?« Rekla je: »Nihče, Gospod.« In Jezus ji je dejal: »Tudi jaz te ne obsojam. Pojdi in odslej ne gréši več!« (Jn 8,10-11).

---

<sup>640</sup> H. Wolff, n. d., 174.

## **Ohranjanje (containment)**

Jezus sprejme revščino in jo vrne v znosni obliki. Grešnika ne obsoja, ampak mu pokaže možnost novega življenja. Zaradi krhkosti, s katero se približa ubogemu in zaradi moči, s katero ga sprejme v naročje, je pri zdravljenju tako uspešen.

### **5.5.2. Mikroanalitični intervju**

Jezusovi intervjuji so vsi po vrsti odlični primeri mikroanalitičnega intervjuja. Jezus pogleda, opazi in spozna v trenutku vso zgodovino, ki jo posameznik nosi s seboj in odraža v mikrointerakciji. Ob vsakdanjem dogodku, ko žena zajema vodo.<sup>641</sup> opazi v ženi vso njeno zgodovino: »Vse mi je povedal, kar sem storila« (Jn 4,39).

Na drugem mestu<sup>642</sup> razloči celo dotik sredi množice, zato vpraša: »Kdo je tisti, ki se me je dotaknil?« Ker so vsi zanikali, je Peter, *ki Jezusa še ni razumel*, dejal: »Učenik, množice se gnetejo ob tebi in te stiskajo.« Jezus pa je rekel: »Nekdo se me je dotaknil. Opazil sem namreč, da je šla moč od mene.«

Gotovo lahko to pripisujemo predvsem njegovi božanski naravi, hkrati pa nas opominja, naj ne otopimo v svojem čutenju. Prav tega nas spominja tudi mikroanalitični intervju.

### **5.5.3. Delo s transferjem in kontratransferjem**

#### **Uporaba terapevtovega jaza**

Primer čudovite interakcije in uporabe terapevtovega jaza je Jezusov pogovor s Samarijanko.<sup>643</sup> Jezus najprej prosi za vodo. Sebe uporabi za sredstvo interakcije. Pozoren je na dogajanje med njima in ugotavlja zgodovino sogovornice. O njej spregovori šele, ko jo je sposobna sprejeti kot odrešenje in ne kot obsodbo.

### **5.5.4. Toleriranje in razumevanje tišine**

Jezus sam spodbudi k tišini, da se v njej sogovorniki najdejo. Zlasti v težkih trenutkih je tišina močno sredstvo. Ko ga Pilat sprašuje, molči<sup>644</sup> in mu s tem odpira pot do njega

---

<sup>641</sup> Prim. Jn 4,1-42

<sup>642</sup> Prim. Lk 8,43-46

<sup>643</sup> Prim. Jn 4,1-42

<sup>644</sup> Prim. Jn 19,9

samega. Ko k njemu pripeljejo ženo, zasačeno pri prešuštvovanju, se dvakrat skloni in piše po tleh.<sup>645</sup> V tišini spoznajo tožniki svojo krivdo.

#### 5.5.5. Površinsko odzivanje:

##### **Pojasnjevanje, povezovanje, podpora in nasvet**

Jezus najpogosteje govori v prilikah, da razširi pogled sogovornikom. Prav to je eden od ciljev terapije. Isti namen dosega tudi z vprašanji. Jezus raje sprašuje, kot zatrjuje. Z vprašanjem ne da priložnosti, da bi krivdo naprtili njemu.<sup>646</sup> Na vprašanje pogosto odgovarja z vprašanjem: »Tudi jaz vas bom vprašal neko stvar« (Mt 21,24).

#### 5.5.6. Globinsko odzivanje:

##### **Interpretacija transfer-kontratransfer in odigravanje**

Jezusov način je kratek, jedrnat in preprost. Pusti se potegniti v situacijo, ne pristopa iz razdalje, vendar je sposoben umika, analize in jasnega odgovora. Z učenci je v čolnu, v viharju, ob ognju, ipd., vedno pa ohranja razdaljo, iz katere vidi tako sebe kot nje. V situaciji je učencem blizu, v odmiku pa je sposoben uvideti, kaj se dogaja, in to pojasniti učencem.

##### **Vedenjska interpretacija**

»Jezus je stopil v tempelj in izgnal vse, ki so v templju prodajali in kupovali. Menjalcem denarja je prevrnil mize, prodajalcem golobov pa stole« (Mt 21,12). Zavedal se je namreč, da besede ne bodo imele nobenega učinka.

##### **'Zato' stavki**

Jezus jim je odgovoril in rekel: »Resnično, resnično, povem vam: Ne iščete me zato, ker ste videli znamenja, ampak ker ste jedli kruh in se nasitili.<sup>647</sup> Opozarja jih na globljo lakoto, ki se skriva za tem iskanjem in jih vabi, naj se ne ustavijo na površju: »Ne delajte za jed, ki mine, temveč za jed, ki ostane za večno življenje in vam jo bo dal Sin človekov; nanj je namreč vtisnil pečat Oče, Bog« (Jn 6,27).

---

<sup>645</sup> Prim. Jn 8,1-11

<sup>646</sup> Prim. Lk 6,6-11

<sup>647</sup> Prim. Jn 6,26

### 5.5.7. O zmotljivosti, o grožnji s prenehanjem terapije in o dvomu

#### **O zmotljivosti**

Jezus opozarja pred vzvišenostjo: »Vi pa si ne pravite 'rabi', kajti eden je vaš Učitelj, vi vsi pa ste bratje. Največji med vami bodi vaš strežnik« (Mt 23,8.11).

#### **O grožnji s prenehanjem terapije**

Ko so stvari najbolj zapletene, se Jezusovi učenci začenjajo obračati od njega. A Jezus ostaja pogumen in pravi tistim, ki še vztrajajo: »Ali hočete tudi vi oditi?« Simon Peter mu je odvrnil: »Gospod, h komu naj gremo? Besede večnega življenja imaš« (Jn 6,67-68). Odločitev učencev mora biti svobodna, če hoče sporočilo učitelja doseči svoj cilj.

#### **O dvomih**

Tudi Jezus nosi v sebi stalen dvom: »O neverni in pokvarjeni rod! Do kdaj bom pri vas in vas prenašal?« (Lk 9,41).

Kljub temu, da ima dvanajst apostolov, prijatelje (Lazarja, žene, ki ga spremljajo), mu je prava opora predvsem Oče, h kateremu se redno umika v samoto.

### 5.5.8. Prilagajanje tehnik

#### **S tistimi, ki so doživeli travmatičen dogodek**

Jezus je še poseben rahločuten s tistimi, ki so zaznamovani kot največji grešniki. Pri ženi, ki so jo zasačili pri prešuštvovanju, zato molči.<sup>648</sup> Z vsem spoštovanjem sprejema ženo, »ki je vsa objokana od zadaj stopila k njegovim nogam ter mu jih začela močiti s solzami. Brisala mu je noge z lasmi svoje glave, jih poljubljala in mazilila z oljem« (Lk 7,38).

### 5.5.9. Predelovanje

Učenci večkrat niso dojeli sporočila prilik, ki jim jih je Jezus pripovedoval. Zato jim prilike večkrat posebej razlaga. »Brez prilike pa jim ni govoril; a svojim učencem je posebej vse razlagal« (Mr 4,34). Njegovi učenci so pristopili k njemu in rekli: »Razlôži nam priliko o ljujki na njivi« (Mt 13,36). »Ko je bil na samem, so ga tisti, ki so bili skupaj z dvanajsterimi okrog njega, vprašali, kaj pomenijo prilike« (Mr 4,10).

---

<sup>648</sup> Prim. Jn 8,1-11

#### 5.5.10. Ločevanje in zaključevanje

O teži ločitve govori tudi Jezus: »Žalost vam je napolnila srce, ker sem vam to povedal. Toda govorim vam resnico: za vas je bolje, da grem; kajti če ne grem, Tolažnik ne bo prišel k vam; če pa odidem, vam ga bom poslal« (Jn 16,6-7). Svobode ni brez ločitve.



## Razprava

Če smo na začetku naloge napisali: *Nisem vedel, da lahko kdo tako močno rani in živi naprej*, pa ob sklepu lahko rečemo, da nismo vedeli, da lahko ta isti - tj. LJUBOSUMJE - ne le tako močno rani, ampak tudi neverjetno globoko in temeljito spregovori o človeku in pogledih nanj. Očitno je namreč, da je ljubosumje mnogo več kot vedenjski ali etični problem. Ljubosumje je ontološki pojem, kar potrjujeta tudi teološki in filozofski pogled na človek in Boga. Ljubosumje je v samem bistvu človeka, ki je prvinsko naravnan na drugega in hoče ljubiti.

K temu spoznanju nas je najprej pripeljal pregled raziskav ljubosumja. Ko pregledujemo vso množico podatkov in pristopov, ugotavljamo, zakaj so nekateri pristopi zapeljali v slepo ulico, drugi pa s sicer pomembnimi ugotovitvami ostali nemočni. Večina dosedanjih raziskav se je namreč ukvarjala predvsem s tistim, kar je pri ljubosumju mogoče opazovati in meriti, niso se pa zazrle v globino, kjer ljubosumje nastaja. Zato so ugotovitve teh raziskav včasih celo protislovne.

Ob koncu našega dela ugotavljamo, da so se pristopi, ki so vodili dosedanje raziskave, izčrpali. Ne nazadnje tudi delovna definicija ni vzdržala niti teže vseh behaviorističnih in socioloških raziskav. Mislimo na trditev, da je negativna samopodoba vzrok za ljubosumje. Ljubosumje se kaže kot globlje utemeljen pojem od samopodobe, zato ta ne more biti merilo za odgovore na vprašanja, ki so globlja od nje same. Tako se je 'površinski' pristop k ljubosumju tudi v razpravi, kaj je bilo prej negativna samopodoba ali ljubosumje, izkazal za neustreznega.

Razmišljanje nas je v nadaljevanju privedlo do spoznanja, da je ljubosumje v samem jedru človekovega stopanja v odnose. Zato v definicijo ne moremo postavljati pojmov, ki nastopajo za odnosom. Ljubosumje je reakcija strahu zaradi grožnje pred izgubo ali zaradi izgube formativne pozornosti. To je pozornost, ki človeka ustvarja in ohranja v bivanju. Formativna pozornost zajema tisto, kar prinaša odnos, v katerem drugi šele postaja to, kar je. Če je postavljen pod vprašaj odnos, ki osebo ustvarja in ohranja v bivanju, potem se ljubosumnemu z vdorom tekmeča v ta odnos podira svet. Ljubosumje je reakcija strahu pred izgubo. Gre za strah pred izgubo sebe. V družbenem smislu je

tudi strah pred izgubo odnosa ali reakcija zaradi izgube odnosa, ki osebi pomeni vrednoto. Kateri odnos naj ljubosumje štiti, je v veliki meri stvar kulture v najširšem smislu.

Poleg tega spoznanja nam dosedanje raziskave omogočajo nov pogled na človeka in različne terapevtske pristope. Iz dosedanjih raziskav ljubosumja je mogoče videti, kaj tovrstne raziskave o človeku lahko rečejo in kje ostanejo brez moči. Raziskave, ki proučujejo predvsem reakcije in obnašanje (osebno in družbeno), so učinkovite na teh ravneh. Zato so tudi glede ljubosumja lahko zadovoljivo odgovorile na vprašanja, ki so vezana na njim skladno raven.

Dosedanje raziskave so uspele privedi do dokaj jasne razdelitve ljubosumja, ki ga delimo na normalno in patološko. Normalno delimo na funkcionalno in nefunkcionalno, patološko pa na reakcijsko in simptomatično. Behavioristični pristop nam daje tudi zadovoljive opise poteka reakcije ljubosumja.

Ko smo govorili o vzrokih ljubosumja, so se dosednji pristopi izkazali za najbolj učinkovite pri družbenih in kulturoloških raziskavah. Tam je mogoče jasno povedati, da so reakcije ljubosumja v veliki meri pogojene s kulturo, ki določa, kateri odnos želi zaščititi in katerega tako ali drugače sankcionira. Seveda se pri tem pristopu ustavi, ko pridejo na dan globlje sestavine ljubosumja oz. njena ontološka razsežnost. Tudi če so si nekatere skupine ali posamezniki predstavljali, da bo ljubosumje z liberalnim pogledom na ljubezen izginilo, je ostalo. To nas potrjuje v spoznanju, da je ljubosumje bistveno globlje od kulture. Zapisano je v samo bistvo človekovih odnosov, zato ostanejo pristopi, ki ne upoštevajo te razsežnosti, nemočni.

Behavioristične raziskave so dobro označile značilnosti odnosa, ki povzročajo reakcije ljubosumja. Če povzamemo, bi lahko rekli, da je šibkejši, bolj ranjen in bolj navezan posameznik v odnosu vedno bolj ogrožen in zato je reakcija ljubosumja logična posledica. Te raziskave pa se ne vprašajo, kaj stoji za to šibkostjo, ranjenostjo in navezanostjo. Zato tudi pomoč s takšno teoretično podlago ne daje najboljših rezultatov. Če hočemo raztopiti vrh ledene gore, se moramo zavedati, da jo bomo stopili šele, ko se

bo stopil zadnji košček ledu, ki se dvigne iz globine na površje. K ljubosumju je potrebno pristopiti globlje!

Nemoč dosedanjih raziskav se kaže tudi v pogledu na povezanost med ljubosumjem in osebnostnimi lastnostmi. Lastnosti osebnosti ni mogoče učinkovito ocenjevati in povezovati, če ne pogledamo v temelj, iz katerega rastejo. Ponovno smo pri isti prisposodbi. Ledene gore ni mogoče oceniti, če ne poznamo dela, ki je pod vodo. Če je temelje ledene gore mogoče predvidevati in ocenjevati na podlagi tistega, kar vidimo, je pri človeku, ki je bistveno bolj zapleten, to mnogo zahtevnejše. A s to zapletenostjo se dosedanje raziskave v glavnem niso ukvarjale, zato na tem področju ni jasnih ugotovitev. O povezavah med lastnostmi posameznika in ljubosumjem ni pravih rezultatov.

Glede na vodilne pristope pri raziskovanju je bilo pričakovati podobne rezultate tudi pri zdravljenju. Pristopi k ugotavljanju vrste ljubosumja so dokaj dobro razdelani in sorazmerno neproblematični, terapevtski pristopi pa govorijo o precejšnji nemoči. Ugotavljanje ljubosumja in razvrstitev ne predstavljata večje težave. Zaplete pa se pri pomoči pacientu, da bi nefunkcionalen odnos spremenil v funkcionalnega. Dosedanji pristopi so ostali pri nepreverjenih poizkusih, sklep pa je običajno podoben: potrebno je izboljšati komunikacijo med parom. Brez odgovora ostaja vprašanje, kako pomagati pacientu, da bi to, kar spozna za boljše funkcioniranje odnosa kot nujno, prenesel v življenje.

Izziv našemu nadaljnjemu delu je bil dvojen: kako pristopiti k reševanju problema ljubosumja bolj celostno in kako zasnovati terapijo, ki bo omogočila soočenje z bistvom problema ljubosumja. K celostnemu pristopu in pomembni poglobitvi sta - kot smo že omenili - pomemben delež prispevala teološki in filozofski pogled na človeka, ki sta nas vodila pri iskanju primerne teorije o človeku in ustrezne terapije.

Če nas je strokovnost pripeljala do izbire sodobne psihoanalize, ki upošteva človeka kot bitje odnosov v vsej relacijski in časovni zapletenosti, pa nas je k izbiri najustreznejših avtorjev vodila predvsem teološka intuicija, ki ima pred seboj vedno enkratni lik – vzor Jezusa Kristusa kot človeka v polnosti in enkratnega terapevta.

V sodobni psihoanalizi smo videli možnost pristopa k vprašanju ljubosumja, ki bi odgovoril na pomanjkljivosti dosedanjih raziskav. Ker sodobna psihoanaliza ni bila vključena v dosedanje raziskave in razprave o ljubosumju, smo upali, da bo s svojim pristopom, ki upošteva celoto intrapsihičnih in interpersonalnih, nezavednih in zavednih odnosov v celotnem kontekstu preteklosti in sedanjosti, primerna za nadaljevanje našega raziskovanja.

Kljub temu, da sodobna psihoanaliza s svojim relacijskim modelom želi ponuditi celosten pristop k človeku, smo v pristopu naleteli na nekatere pomanjkljivosti. Prvi je gotovo problem preverljivosti njene teorije in terapije. Še vedno se izogiba empiričnim preverjanjem tako teorije kot terapije. Drugo pomanjkljivost opazamo v nesistematičnem pristopu, ki je verjetno glavni razlog, da včasih ne upošteva pomembnih dejavnikov, ki vplivajo na odnose.

Pri iskanju dopolnitev temu pristopu smo našli svojski pristop Daniela Sterna, ki ne ostaja pri kritiki obstoječih pristopov, ampak ponuja nove rešitve. Z opazovanjem otrok je zgradil sistem, ki po našem mnenju odpravlja zgoraj omenjene pomanjkljivosti. S svojo shemo omogoča jasno sledenje vseh vplivov na posamezen odnos. Primarnemu odnosu dodaja vpliv podpornega sistema, ki v prvih letih na otroka vpliva predvsem preko matere, z odraščanjem pa vedno bolj direktno nanj. Tako smo lahko v to shemo vnesli rezultate že obstoječih raziskav in jih ponovno ovrednotili. S tem je v veliki meri podan odgovor na vprašanje, kako se razvijajo osebne vrednote, za katere smo v sklepu prvega dela ugotavljali, da so pomemben dejavnik pri razvoju ljubosumja.

K boljši preglednosti prispeva tudi Sternov pogled na izoblikovanje shem-bivanja-z, ki vodijo človeka v nadaljnjih odnosih. Sheme-bivanja-z, ki med seboj tekmujejo za obstoj, govorijo o zapletenem sovplivanju številnih dejavnikov na izid. Izid je odvisen od predpostavk, ki so vrojene v posameznika, od vrednostnega sistema matere, od vseh relacij v družinskem sistemu itd. S tem pojasnimo, da ni mogoče direktno sklepati, da bodo ljubosumni starši 'proizvedli' ljubosumne otroke. Preprosta vzročnost, ki se zdi, da včasih še vedno usužnjuje sodobno psihoanalizo, je s tem pristopom presežena.

Sternov pogled dopolni relacijski model s svojo ukoreninjenostjo v opazovanju. Teorija pri njem nastaja iz opazovanja in jo je mogoče preverjati v praksi. Tudi ni obremenjen z opazovanjem le patoloških primerov, kar povečuje možnost ustrezne aplikacije njegovih dognanj na zdravo populacijo.

Z novim pogledom na prvo obdobje človekovega razvoja demistificira doslej splošno sprejeto razumevanje projekcijske introjekcijske identifikacije. Glede na to, da raziskave kažejo, da otrok tudi najgloblje vsebine sprejema preko interakcije z materjo, postaja zapleten pojem projekcijske introjekcijske identifikacije bolj sprejemljiv. Podzavest s tem ni več gonilna sila vseh človekovih odnosov, ampak le prevladujoča sila tam, kjer so odnosi od samega začetka tako nefunkcionalni, da se nista mogla razviti prava svobodna volja in sposobnost za ljubezen. S tem smo uspeli ločiti tudi vzroke za različne vrste ljubosumja. Bolj ko je ljubosumje patološko, bolj verjetno so v ozadju nefunkcionalni odnosi v otroštvu ali travmatični dogodki.

Zaradi omenjenih pomembnih dopolnitev razvojnega pristopa Daniela Sterna smo naše delo nadaljevali z oblikovanjem nove teorije, ki smo jo poimenovali *razvojno relacijska teorija*. V njej smo združili vse pomembne elemente sistemsko relacijske teorije, nadgradili pa smo jih z razvojnim vidikom D. Sterna. Ohranjamo tudi pojem kompulzivnega ponavljanja, ki se odraža tudi v reakcijah ljubosumja, vendar kompulzivno ponavljanje razumemo nekoliko drugače. Kot smo že omenili, ga ne vodi vedno podzavest (ta je vodilna le v nefunkcionalnih odnosih in zaradi travmatičnih dogodkov), ampak ga običajno vodijo sheme-bivanja-z.

Na podlagi novega teoretičnega pristopa smo podali novo razlago ljubosumja. Ker je človek v svojem bistvu bitje odnosov in ker ga prvi odnosi za vedno zaznamujejo, smo prepričani, da je potrebno temelje za ljubosumje iskati v prvih odnosih, ki predstavljajo formativno pozornost v najžlahtnejšem pomenu.

Splošni okvir za razvoj ljubosumja zato predstavljata predvsem dva pojma, in sicer diferenciacija in razvoj temeljnih tem. Med posamezne dejavnike, ki vplivajo na razvoj ljubosumja, smo razvrstili sheme-bivanja-z, podporni sistem in travmatične dogodke.

Splošni okvir predstavlja najgloblje sestavine, ki spodbujajo reakcije ljubosumja. Diferenciacija predstavlja temelj vsake sposobnosti za ustvarjanje odnosov. Če se v družini iz kateregakoli vzroka proces diferenciacije, separacije in individuacije zaustavi, se pojavi še močnejše zlivanje, ki povzroči še večjo nejasnost glede razmejitev. Otrok ostane suženj primarnega odnosa in nesposoben svobodnih relacij z drugimi. Tako kot je sposobnost za ljubezen vezana na uspešno zaključeno diferenciacijo, separacijo in individuacijo, tako je od njih odvisna tudi nagnjenost k ljubosumju. Svoboda, ki izvira iz uspešno zaključenih temeljnih procesov v primarnem odnosu, je ključno vprašanje ljubečih ali odvisnih odnosov. Kjer ni svobode, ni prave ljubezni, zato je mogoče pričakovati nefunkcionalno ljubosumje.

V naslednjih fazah razvoja se vse bolj izoblikujejo temeljne teme, na njih pa rastejo sheme-bivanja-z, ki v naslednjih letih vodijo način vzpostavljanja odnosov. Prvi vzgojitelj, ki pomaga otroku v razvojnih korakih, odločilno vpliva na to, kako bo otrok stopal v odnose z drugimi. Če otrok v tem obdobju začuti varnost in sprejetost, bo verjel v možnost takšnega intimnega odnosa tudi kasneje. Njegovo ljubosumje bo le zdravo ščitilo odnos, ki mu pomeni vrednoto, ne bodo pa ga spremljali nefunkcionalni odnosi in še manj patološke reakcije. Temeljne teme so priložnost za vzgojitelja, da v otroku zgradi zdravo samozavest, samostojnost in samospoštovanje. Če bo otrok deležen občutka ljubljenosti in sprejetosti, je malo verjetno, da bo v odrasli dobi v intimnem odnosu doživljal vso bolečino ljubosumja.

S posameznimi dejavniki smo se iz preteklosti, o kateri govorita diferenciacija in razvoj temeljnih tem, premaknili v sedanjost, v čas, ko se ljubosumje kaže v vsej zapletenosti in ko je odgovore nanj zaradi oddaljenosti od izvirov še težje iskati. Primerno sredstvo za spoznavanje vzrokov trenutnega ljubosumja vidimo v shemah-bivanja-z. Ljubosumni posameznik je v svoji zgodovini sprejel za svoje sheme, s katerimi je edino lahko preživel v odnosu s svojo materjo, z očetom in drugimi bližnjimi. Ker so to najbolj intimni odnosi, ki jih pozna, tudi v nove intimne odnose stopa na podoben način. Zaznamovan z negotovostjo, nesprejetostjo, pogojno ljubeznijo idr. je v vsakem odnosu v strahu pred izgubo ljubljene osebe. Iz tega strahu in ogroženosti, ki nima nujno stvarne podlage v sedanjem odnosu, se rojeva ljubosumje.

Poleg intimnih odnosov vpliva na ljubosumje tudi podporni sistem. Njegov vpliv lahko sledimo najprej na starših in njihovih predstavah in vrednotah, kasneje pa na vrednotah ljubosumnega posameznika. Poleg kulturnih vplivov so pomembne zlasti predstave o ljubezni in realen pogled na življenje, ki vključuje tudi sposobnost za odpoved in spoprijem s težavami.

Predvsem v primeru nefunkcionalnega in še posebej patološkega ljubosumja so v ozadju lahko travmatični dogodki. Ti najgloblje zaznamujejo posameznika, če so se zgodili v zgodnjem otroštvu in če ni bilo uspeha pri sprejemanju in preraščanju travme. Na travmo kot vzrok največkrat opozarjajo izrazito nesorazmerne reakcije ljubosumnega na partnerjeva dejanja.

Povedano nam nudi novo celostno podobo ljubosumja in hkrati omogoča prav takšen pristop k reševanju problema. Razvili smo razvojno relacijsko terapijo, ki predstavlja možnost takšnega pristopa.

Razvojno relacijski pristop gradi na odnosu terapevt pacient. Odgovore je mogoče najti le, če se terapevt in pacient ujameta. Najbolj plodno je poslušanje transferja in kontratransferja. Tu se odvijajo tako zavedne kot nezavedne interakcije, iz katerih terapevt sestavlja zgodbo ljubosumja. Terapija mora imeti jasno zarisane smernice, vendar se vedno podreja živemu odnosu.

Ves čas nas pri terapiji spremlja opazovanje shem in odkrivanje njihovega nastanka. Ljubosumna oseba mora spoznati sheme, po katerih se ravna. Samo če spoznanje tudi sprejme, lahko pričakuje razreševanje problema. Ker je spoznavanje lastnih šibkosti težko - in prav ljubosumna oseba je običajno ranjena in negotova - je kvaliteten odnos, ki ustvarja ustrezen psihološki prostor, temelj terapije.

V primeru ljubosumja je v večini primerov, kjer pride do dobrega sodelovanja med terapevtom in pacientom, mogoče pričakovati močno navezanost. V takšni navezanosti so še toliko pomembnejša v naprej jasno zastavljena pravila 'igre'. Prav v najbolj zahtevnih poglavjih terapije se nam predstavlja Kristus - resnična ikona psihoterapevta - kot pomembno dopolnilo našega znanja. Enkratno je njegov pristop. Človeka vedno

sreča v vsej njegovi razsežnosti: telesni in duhovni, sedanji in pretekli. V terapiji so izrednega pomena napetosti v drži, ki jih srečamo prav pri Kristusu, in sicer razpetost med brezkompromisno gotovostjo in sprejemljivo odprtostjo, sposobnostjo za čakanje in spontanostjo v nastopu, zavzetostjo in odmikom.

Vendar se moramo kljub dobri strokovni podlagi in temeljitemu poznanju problemov zavedati, da ni vse odvisno od nas. Tudi tu nam prihaja naproti Jezus Kristus s svojim pogledom na človeka. Vse predpostavke, ki jih nakazuje v svojih prilikah, še kako veljajo tudi za zdravljenje problema ljubosumja. Brez pacientovega hotenja, da se reši določenega problema, je vsaka terapija vnaprej obsojena na propad. Sheme, ki jih vztrajno ponavlja, so mu tako domače, da kljub nefunkcionalnosti vztraja pri njih. Pogosto pacient nima pravega izkustva drugačnega odnosa, zato mu začenjanje nečesa novega pomeni negotovost in strah. In ker je ljubosumen človek že po naravi negotov in ogrožen, bo volja pogosto nihala in se izmikala novim možnim shemam.

Zaradi bolečine, ki nastaja v 'neznani deželi', se rojeva tudi odpor. Pacient bo lahko za vse vedno znova krivil terapevta in to samo zato, da bi lahko ostal na varnem. Če smo rekli, da je v temelju ljubosumja pogosto tudi šibka diferenciacija, je pričakovati težave pri pacientovem srečevanju s samim seboj. Meje so pogosto slabo začrtane, strahovi veliki. V takšni situaciji se kažete pacientu umik ali napad kot najboljša možnost. Terapija je mogoča, če terapevt uspe usmeriti pacienta vanj in če se le-ta vztrajno prizadeva za srečanje s seboj.

Pri vsem je potrebna velika mera realizma. Jezus ugotavlja, da še tako dobro seme vedno znova pada na različna tla, od katerih je odvisna tudi žetev. Tako so različni tudi pacienti v svojih zmožnostih. Če hočemo ohraniti pravi realizem in v neuspehih optimizem, moramo to predpostavko vzeti zares.

Razvojno relacijska terapija je torej bolj odnos kot struktura in znanje. Navsezadnje je odgovor sam po sebi umeven – ranjen odnos lahko zdravi le zdrav odnos. Vendar - naj se sliši še tako preprosto - ljubosumje ostaja izredno zahtevno. Ves čas nas mora spremljati misel, ki smo jo napisali na začetku: *Nisem vedel, da lahko kdo tako močno rani in živi naprej*. Odnos terapevta do pacienta mora biti temeljito opremljen z znanjem



in zasidran v živih in zdravih prijateljskih odnosih z najbližjimi, če hoče biti kos bolečini ljubosumja, ki se bo v transferju prenašala nanj.

V razvojno relacijsko terapijo uvajamo tudi mikroanalitični intervju. Z njim želimo spoznati sheme-bivanja-z, ki spremljajo pacienta pri najpreprostejših vsakdanjih dogodkih. To ni le metoda, je poskus senzibilizacije pacienta za lastno delovanje in čutenje. Hkrati predstavlja izziv tudi terapevtu, da se uči opazovati tisto, kar se skriva za besedami in za transferjem. Je spoznavanje razmerja med vidnim in nevidnim, ki vodi delovanje. Če se vrnemo k prisposodbi o ledeni gori, je mikroanalitični intervju poskus 'hipnega' ugotavljanja, kako globoko so zasidrana dejanja, s katerimi se srečujemo, ko smo s pacientom. Ne nazadnje je mikroanalitični intervju poskus ponovne humanizacije naših odnosov, ki postajajo vse bolj rutinski in poplitveni.

Strokovnost je nujna, vendar takšna strokovnost, ki raste iz samega humanizma. Zato se je naše razmišljanje in raziskovanje vedno znova vračalo k pra-vzoru človeka, Kristusu. Naloga nas je prepričala, da je prav on merilo prave učinkovitosti tako pri razumevanju ljubosumja kot pri terapiji. Ob njem se lahko učimo odnosov in stika s samim seboj. Nepogrešljiv ostaja za nas tudi kot lik terapevta.

Končno moramo priznati, da nismo stvaritelji človekove narave in da odkrivamo tisto, kar Nekdo od nekdanj pozna. Bolj ko bomo v stiku z njim, bolj bomo sposobni za zdrav odnos in za odnos, ki zdravi. A tudi to nas ne sme zavesti v misel, da vemo, kaj je v človeku. Kljub spoznanjem, ki nam jih ponuja ta naloga, moramo priznati, da razrešitev človekovih vozlov na koncu ni odvisna le od nas in pacienta. Trpljenje kot stalni človekov spremljevalec ostaja skrivnost, ki ji tu ne bomo prišli do konca.

Radi ali ne radi moramo priznati, da je Odrešenik le eden. Tisti, ki more rešiti ali pogubiti. V nalogi smo želeli ostati zvesti Resnici, ki edina osvobaja. Resnico o ljubezni in ljubosumju v polnosti razodeva Kristus. Iskanje bogopodobnosti v sebi in v odnosu pomeni pot iz destruktivnega v konstruktivno obvladovanje ljubosumja. Ker kristjani verujemo Jezusovim besedam, da brez njega ne moremo ničesar storiti, je pot preko križa do odrešenosti nujno povezana z edinim Odrešenikom.

## Povzetek

Pregled literature in rezultatov raziskav ljubosumja kaže, da ga je mogoče razumeti samo v celotnem kontekstu preteklih in sedanjih, intrapsihičnih in interpersonalnih, zavednih in nezavednih odnosov. Ugotavljamo, da dosedanje teoretične podlage niso bile kos tako celostnemu vprašanju. Tudi v pristopih sodobne psihoanalize, ki pa doslej ni bila vodilna sila pri raziskovanju ljubosumja, vidimo nekatere pomanjkljivosti.

Ljubosumje je celota misli, čustev in dejanj, ki sledijo izgubi ali grožnji obstoju ali kakovosti pomembnega razmerja. Ljubosumje nastaja vedno v odnosu, ki prinaša t.im. formativno pozornost. To je odnos, ki osebo gradi in potrjuje. Ljubosumje je torej posledica strahu pred izgubo odnosa in ne odraz posedovalne ljubezni. Raziskave potrjujejo, da so predstave o ljubosumju kot posledici negativne samopodobe vprašljive. Naloga jasno pokaže na družbeno-kulturološke vzroke za ljubosumje in dopolni sodobno psihoanalizo z razvojno relacijskim pristopom. Z novo teorijo smo prikazali tudi vzroke za razvoj ljubosumja v primarnih odnosih.

Ljubosumje delimo na normalno in patološko. Patološko ljubosumje dodatno delimo na reakcijsko in simptomatično. Pri normalnem ljubosumju razlikujemo še funkcionalno in nefunkcionalno. Samo funkcionalno ljubosumje ne potrebuje zdravljenja. Biblično-teološki pogled opozarja na pozitivno plat ljubosumja, ki je bistveni sestavni del ljubezni. Ljubosumje ni le psihološki in etični, ampak ontološki pojem. Najlepši primer takšnega ljubosumja sta svetopisemski podobi ljubosumnega Bog in Jezusa dobrega pastirja.

Nove možnosti za reševanje tega tako življenjsko pomembnega in zahtevnega vprašanja se nam odpirajo ob spoznanjih razvojne in sistemsko relacijske teorije, ki smo jih združili v razvojno relacijsko teorijo. Ta pogled nam omogoča celosten pristop k ugotavljanju vzrokov za ljubosumje in ustrezne metode zdravljenja. Kot ikona pravega psihoterapevta se izkaže Jezus Kristus, ki je v našem razmišljanju nepogrešljiva oseba v procesu iskanja odrešenja tako za pacienta kot terapevta.

## **Abstract**

A survey of the literature and the results of research on jealousy show that it can be understood only in the context of past and present, intrapsychical and interpersonal, conscious and subconscious relationships. Theoretical studies so far have not been a match for such a multi-layered question. There are also some deficiencies in the approaches of contemporary psychoanalysis, although it has not been a leading force in researching jealousy.

Jealousy is a range of thoughts, emotions and actions in response to the loss or threat of loss or quality of an important relationship. Jealousy always develops in a relationship which involves the so-called formative attention. This is a relationship through which a person can evolve and affirm him/herself. Jealousy is thus the result of a fear of losing the relationship and not a reflection of possessive love. Studies show that the ideas about jealousy being a consequence of low self-esteem are doubtful. The dissertation clearly points at socio-cultural causes of jealousy and complements contemporary psychoanalysis with a developmental relational approach. With this new theory we show the causes for jealousy in primary relationships.

Jealousy can be normal or pathological. Pathological jealousy is further divided into reactive and symptomatic, whereas normal jealousy can be divided into functional and non-functional jealousy. Only functional jealousy does not require treatment. The theological viewpoint claims the positive side of jealousy, which is the essential constituent part of love. Jealousy is not only a psychological and ethical, but also an ontological phenomenon. The best example of this is the jealous God in the Old Testament and Jesus, the Good Shepherd, in the New Testament.

New opportunities for treating such an important and demanding problem are opening up with new findings of two theories, developmental and systemic relational theory, which merge into a developmental relational theory. This theory enables us to ascertain causes for jealousy system-wide and offers appropriate methods of treatment. Jesus Christ, who is seen as an icon of a real psychotherapist, is an indispensable person in the process of searching for salvation of the patient as well as the therapist.

## Ključne besede

Božje ljubosumje, dobitek, duševna motnja, formativna pozornost, Jezus Kristus ikona psihoterapevta, ljubosumje (funkcionalno in nefunkcionalno, normalno, patološko, reakcijsko, romantično, simptomatično, kot ontološki pojem), podporni sistem, razvojno-relacijska teorija in terapija, samopodoba, sestavljeno čustvo, sheme-bivanja-z, sodobna psihoanaliza, sistemsko-relacijska teorija in terapija, strategije obvladovanja, vlaganje, zavist, zdravljenje.

## Key words

God's jealousy, reward, mental disorder, formative attention, Jesus Christ icon of psychotherapist, jealousy (functional and nonfunctional, normal, pathological, reactive, romantic, symptomatic, as ontological concept), supportive system, developmental-relational theory and therapy, self-esteem, compound emotion, schemas-of-being-with, contemporary psychoanalysis, system-relational theory and therapy, coping strategies, investment, envy, treatment.

## Viri in literatura

- Adler A., *Characteristics of the 1st, 2nd and 3rd child*, v: *Children 3* (Whole No. 5) (1928).
- Ainsworth M. D. S., Blehard M. C., Waters E. in Wall S., *Patterns of attachment*, N. J. : Erlbaum, Hillsdale 1978.
- Ames A.Jr., *Reconstruction of the origin and nature of perception*, v: *Vision and action*, ur. S. Ratner, NJ: Rutgers University Press, New Brunswick 1953.
- Ammaniti M. - Stern D. N. (Eds), *Psychoanalysis and development: Representations and narrations*, New York 1991.
- Ammaniti M., Baumgartner E., Candelori C., Perucchini P., Pola M., Tambelli R. in Zampino F., *Representations and narratives during pregnancy*, v: *Infant Mental Health Journal 13* (2) (1992), 167-182.
- Ammaniti M., *Maternal representations during pregnancy and early infant-mother interactions*, v: *Infant Mental Health Journal 12* (3) (1991), 246-255.
- Amstutz D., *Androgyny and jealousy*, v: *Unpublished doctoral dissertation*, Northern Illinois University 1982.
- Ard B. N., *Avoiding destructive jealousy*, v: *Jealousy*, ur. Clanton, G. & Smith, L. G, University Press of America, New York 1977, 166-169.
- Argyle M. - Little B. R., *Do personality traits apply to social behavior?* v: *Interactional psychology and personality*, ur. N. S. Endler & D. Magnusson, DC: Hemisphere, Washington 1976, 30-57.
- Aristotle, *Nicomachean Ethics*, Acad. Borussica, Vol. 2.
- Arnold M. B., *Emotion and personality* (Vols. 1 & 2), Columbia University Press, New York 1960.
- Ashmore R. D. - Del Boca F. K., *The social psychology of female-male relations*, Academic Press, New York 1986.
- Astington J. W., Harris P. L. in Olsen D. R. (Eds.), *Developing theories of mind*, Cambridge University Press, New York 1988.
- Averill J. R. - Nunley E. P., *Grief as an emotion and as a disease: A social-constructionist perspective*, v: *Journal of Social Issues*, 44(3) (1988), 79-95.
- Baddeley A. D., *Working memory*, Oxford University Press, Oxford 1986.

- Bandura A., *Social foundations of thought and action*, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1986.
- Barag G., *A case of pathological jealousy*, v: *Psychoanalytic Quarterly* 18 (1949), 1-18.
- Bateson G., *Mind and nature*, Dutton, New York 1979.
- Baute P., *The love is war: Anything goes ploy in triangles*, v: *Psychotherapy Bulletin* 13 (1978), 13-24.
- Beck A. T., *Cognitive therapy and the emotional disorders*, International Universities Press, New York 1976.
- Beebe B. - Stern D. N., *Engagement-disengagement and early object experiences*, v: *Communicative structures and psychic structures*, ur. M. Freedman and S. Grand, Plenum Press, New York 1977.
- Beecher M. - Beecher W., *An anatomy of jealousy*, Harper & Row, New York 1971.
- Bennett S., Sackler-Lefcourt I., Haft W., Nachman P. in Stern D. N., *The activation of maternal representations*, (1995).
- Berg W., *Die Eifersucht Gottes – ein problematischer Zug des alttestamentlichen Gottesbildes?* v: *Biblische Zeitschrift, Paderborn*, 23 (1979), 197-211.
- Bernhard K. F., *Jealousy: Its nature and treatment*, Springfield 1986.
- Bers S. A. - Rodin J., *Social comparison jealousy: A developmental and motivational study*, v: *Journal on Personality and Social Psychology*, 47 (1984), 766-769.
- Berscheid E., *Emotion*, v: *Close relationships*, W. H. Freeman, San Francisco 1983, 110-168.
- Bertalanffy L. von, *General systems theory*, Braziller, New York 1968.
- Berthoud-Papandropoulou I. - Veneziano E., *La signification énonciative dans les débuts du langage*, v: *Archives de Psychologie* 57 (1989), 271-281.
- Bion W. R., *Eléments de psychanalyse*, Presses Universitaires de France, Paris 1963.
- Bion W. R., *Notes of infant observation in psycho-analytic training*, v: *International Journal of Psychoanalysis* 49 (1964), 484-486.
- Bion W., *Attention and Interpretation*, Tavistock, London 1970.
- Bion W., *Second Thoughts*, Heinemann, London 1967.
- Blood R. - Blood M., *Jealousy workshops*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton, & L. G. Smith, University Press of America, New York 1977, 199-207.
- Bloom L., *One word at a time: The use of single word utterances before syntax*, Mouton, The Hague 1973.

- Bohm E., *Jealousy*, v: *The encyclopedia of sexual behavior 1*, ur. A. Ellis & A. Abarbanel, Hawthorn Books, New York 1961, 567-574.
- Bossard J. - Boll E., *The sociology of child development*, Harper & Row, New York 1966.
- Bovati Pietro, *Jalousie Divine*, v: *Dictionnaire critique de Théologie*, Puf, Paris 1998, 589-590.
- Bowlby J., *Loss: Sadness and depression*, v: *Attachment and loss: Vol. 3*, Basic Books, New York 1980.
- Braun H., *Jesus*, Stuttgart 1969.
- Brazelton T. B., *Touchpoints: Opportunities for preventing problems in the parent-child relationship*, v: *Ada Paediatrica*, suppl., 394 (1994), 35-39.
- Bretherton I. - Waters E., (Eds.), *Growing points of attachment theory and research*, v: *Monographs of the Society for Research in Child Development 209 (50)* (1985).
- Bretherton I., *Representing the social world in symbolic play: Reality and fantasy*, v: *Symbolic play: The development of social understanding*, Academic Press, New York (1984), 1-41.
- Bringle R. G. - Williams L. J., *Parental-offspring similarity on jealousy and related personality dimensions*, v: *Motivation and Motion 3* (1979), 265-286.
- Bringle R. G., *Conceptualizing jealousy as a disposition*, v: *Alternative Lifestyles 4* (1981), 274-290.
- Bringle R. G., - Buunk B., *Jealousy and social behavior: a review of personal, relationship and situational determinants*, v: *Review on Personality and Social Psychology*, 6, Beverly Hills 1985, 241-264.
- Bringle R. G. - Buunk B., *Examining the causes and consequences of jealousy: Some recent findings and issues*. v: *The emerging field of personal relationships*, Ur. R. Gilmour & S. Duck. Hillsdale 1986, 225-240.
- Bringle R. G., *Some thoughts on critical issues in jealousy*, v: *Themes for progress in jealousy research*, ur. G. L. White (Chair), *Symposium conducted at the Second Iowa Conference on Personal Relationships*, Iowa City 1989.
- Bringle R. G., *Psychosocial Aspects of Jealousy: A Transactional Model*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.

- Brongers H. A., *Der Eifer des Herrn Zebaoth*, v: *Vetus testamentum* 13 (1963), 269-284.
- Brown R., *A first language: The early stages*, Harvard University Press, Cambridge 1973.
- Bruner J., *Acts of meaning*, Harvard University Press, Cambridge 1990.
- Brunswick E., *Systematic and representative design of psychological experiments*, University of California Press, Berkeley 1947.
- Bryson J. B., Alcini P., Buunk B., Maryuez L., Ribely F., Rosch M., Strack F. in van den Hove D., *A cross-cultural survey of jealousy behaviors in France, Germany, Italy, the Netherlands, and the United States*, v: *Paper presented at the International Congress of Psychology*, Acapulco, Mexico 1984.
- Bryson J. B., *Modes of Response to Jealousy-Evoking Situations*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.
- Bryson J. B., *Situational determinants of the expression of the jealous*, v: *Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association*, San Francisco 1977.
- Bultmann R., *Jesus*, Tübingen 1964.
- Burke K., *Grammar of motives*, Prentice-Hall, New York 1945.
- Bush C. R., Bush J. P. in Jennings J., *Effects of jealousy threat on relationship perception and emotions*, v: *Journal of Social and Personal Relationships* 5 (1988), 285-303.
- Buss A. H., *Self-consciousness*, W. H. Freeman, San Francisco 1980.
- Buunk B., *Sexually open marriages*, v: *Ground rules for countering potential threats to marriage*, *Alternative Lifestyles* 3 (1980), 312-328.
- Buunk B., *Jealousy in sexual open marriages*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 357-372.
- Buunk B., *Anticipated sexual jealousy: Its relationship to self-esteem, dependence and reciprocity*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 8 (1982), 310-316.
- Buunk B., *Strategies of jealousy: Styles of coping with extramarital involvement involvement of the spouse*, v: *Family Relations* 31 (1982), 13-18.
- Buunk B., *Jealousy as related to attributions for the partner's behavior*, v: *Social Psychology quarterly* 47 (1984), 107-112.



- Buunk, B. *Husband's jealousy*, v: *Men in families*, ur. R. A. Lewis & R. E. Salt, CA: Sage, Beverly Hills 1986, 97-114.
- Buunk B. - Hupka R. G., *Cross-cultural differences in the elicitation of sexual jealousy*, v: *Journal of Sex Research* 23 (1987), 12-22.
- Buunk B., *Jealousy in close relationships: An Exchange-Theoretical Perspective*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, New York 1991, 148-177.
- Buunk B., Schaap C. in Prevoo N., *Gender specific styles of conflict resolution in premarital relationships*, v: *Journal of Social Psychology* (1991).
- Byng-Hall J. *Family scripts*, Guilford Press, New York 1995.
- Byng-Hall J. - Stevenson-Hinde J., *Attachment relationships within a family system*, v: *Infant Mental Health Journal*, 12 (3) (1991), 187-200.
- Byng-Hall J., *Family scripts: A concept which can bridge child psychotherapy and family therapy thinking*, v: *Journal of Child Psychotherapy*, 12 (2) (1986), 3-13.
- Call J. D., Galenson F. - Tyson R. L. (Eds), *Frontiers of infant psychiatry Vol.1*, Basic Books, New York 1983.
- Case R., Marini Z., McKeough A., Dennis S. in Goldberg J., *Horizontal structure in middle childhood: Cross domain parallels in the course of cognitive growth*, v: *Stage and structure: Reopening the debate*, ur. I. Levin, N.J.: Oblex, Norwood 1986, 1-39.
- Casement P. J., *Learning from the Patient*, Guilford, New York 1991.
- Caspar F., *The appeal of connectionism for clinical psychology*, v: *Clinical Psychology Review* 12.
- Céllierier G., *La g n se historique de la cybern tique ou la t l onomie, est-elle une categorie de l'entendement?* v: *Revue europ enne des sciences sodales*, 14(38/39) (1976), 273-290.
- C llierier G., *Le constructivisme g n tique aujourd'hui*, v: *Le cheminement des decouvertes de l'enfant*, ur. B. Inhelder & G. C lerier, Delachaux et Niestl , Lausanne 1992.
- Chaplain J. P., *Dictionary of psychology (rev. ed.)*, Dell, New York 1975.
- Churchland P. M., *Matter and consciousness*, MIT Press, Cambridge 1984.
- Clanton G. - Kosins D. J., *Developmental Correlates of Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.
- Clanton G. - Smith L. G., *Jealousy*, University Press of America, New York 1998.

- Clanton G. - Smith L. G., *Teaching sociology of Emotions*, v: *Sociology of Emotions Newsletter 1*(1986).
- Clanton G., *Frontiers of jealousy research*, v: *Alternative Lifestyles 4* (1981), 259-273.
- Cobb J. P. - Marks I. M., *Morbid jealousy featuring as obsessive compulsive neurosis: Treatment by behavioural psychotherapy*, v: *British Journal of Psychiatry 134* (1979), 301-305.
- Cohen B., *The Snow White syndrome: All about envy*, New York 1986.
- Constantine L. L. - Constantine J. M., *Sexual aspects of multilateral relations*, v: *Beyond monogamy*, ur. J. R. Smith & L. G. Smith, Johns Hopkins University Press, Baltimore 1974, 268-290.
- Constantine L. L., *Jealousy and extramarital sexual relations*, v: *Clinical handbook of marital therapy*, ur. N. S. Jacobson & A. S. Gurman, Guilford Press, New York 1986, 407-427.
- Constantine L. L., *Jealousy: From theory to intervention*, v: *Treating relationships*. ur. D. H. Olson, IA: Graphic, Lake Mills 1976, 383-398.
- Coopersmith S., *The antecedents of self-esteem*, W. H. Freeman, San Francisco 1967.
- Corboz-Warnery A., Fivaz-Depeursinge E., Gertsch-Bettens C. in Favez N., *Systemic analysis of triadic father-mother-baby interactions*, v: *Infant Mental Health Journal 14* (1993), 298-316.
- Corboz-Warnery A., Forni P. in Fivaz E., *Le jeu à trois entre père, mère et bébé: Une méthode d'analyse des interactions visuelles triadiques*, v: *Neuro-psychiatrie de l'Enfance 37* (1) (1989), 23-33.
- Cramer B. - Stern D. N., *Evaluation of changes in mother-infant brief psychotherapy: A single case study*, v: *Infant Mental Health Journal, 9* (1) (1988), 20-45.
- Cramer B. - Palacio-Espasa F., *La pratique des psychothérapies mères-bébés: Études clinique et technique*, Presses Universitaires de France, Paris 1993.
- Cramer B., *Mother-baby interactions: In reality and in fantasy*, v: Paper presentation at the Third International Psychoanalytic Association Standing Conference on Psychoanalytic Research: The observed child and the reconstructed child, London (1993, March).
- Cranach M. von, Kalbermatten U., Indermuhle K. in Gugler B., *Goal-direction action*, v: *European Monographs in Social Psychology*, Academic Press, New York 1982.

- Cummings J. L., *Organic delusions: Phenomenology, anatomical correlations and review*, v: *British Journal of Psychiatry* 146 (1985), 184-197.
- Davis K., *Jealousy and Sexual Property*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton - L. G. Smith, New York 1998, 103-131.
- Davis K., *Jealousy and sexual property*, v: *Social Forces* 14 (1936), 395-405.
- De Moja C. A., *Anxiety, self-confidence, jealousy, and romantic attitudes toward love in Italian undergraduates*, v: *Psychological Reports* 58 (1986).
- Dell F., *Love in Greenwich Village*, New York 1926.
- Dennett D. C., *Consciousness explained*, Little, Brown.
- Dennett D. C., *The intentional stance*, MIT Press, Cambridge 1987.
- Derryberry D., - Rothbart M. K., *Arousal, affect and attention as components of temperament*, v: *Journal of Social and Personality Psychology* 55 (1998), 958-966.
- Dion K. L. - Dion K. K., *Correlates of romantic love*, v: *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 41 (1973), 51-56.
- Dion K. L. - Dion K. K., *Self-esteem and romantic love*, v: *Journal of Personality* 43 (1975), 39-57.
- Docherty J. P. - Ellis J., *A new concept and finding in morbid jealousy*, v: *American Journal of Psychiatry* 133 (1976), 679-683.
- Dohmen C., *Eifersüchtiger ist sein Name (Ex 34, 14), Ursprung und Bedeutung der alttestamentlichen Rede von Gottes Eifersucht*, v: *Theologische Zeitschrift* 46, Bale 1945, 289-304.
- Dolto F., *Psychanalyse et pediatrie*, Editions du Seuil, Paris 1971.
- Downing C., *Jealousy: A depth-psychological perspective*, v: *Jealousy*, ur. Clanton, G. & Smith, New York 1998.
- Duck S. - Sants H., *On the origin of the specious: Are personal relationships really interpersonal states?* v: *Journal of Social and Clinical Psychology* 1 (1983), 27-41.
- Duhl F. I., Kantor D. in Duhl B. S., *Learning, Space, and Action in Family Therapy: A Primer of Sculpture*, v: *Techniques of Family Psychotherapy: A Primer*, ur. D. A. Bloch, Grune & Stratton, New York 1974.
- Dunn J. - Kendrick C., *Siblings: Love, envy and understanding*, MA: Harvard University Press, Cambridge 1982.

- Dunn J., Kendrick C. in MacNamee R., *The reactions of first-born children to the birth of a sibling: Mother's reports*, v: *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 22 (1981), 1-18.
- Dunn J., *Sisters and brothers*, Fontana, London 1984.
- Durbin K., *On sexual Jealousy*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton, & L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 36-46.
- Durham W. H., *Toward a coevolutionary theory of human biology and culture*, v: *Evolutionary biology and human social behavior*, ur. N. A. Chagnon & W. Irons, MA: Duxbury Press, North Scituate 1979, 39-58.
- Edelman G. M., *Neural Darwinism*, Basic Books, New York 1987.
- Edelman G. M., *The remembered present: A biological theory of consciousness*, Basic Books, New York 1989.
- Ekman P., Friesen W. V., O'Sullivan M., Diacoyanni-Tarlatzis I., Karause R., Pitcairn T., Scherer K., Chan A., Heider K., LeCompte W. A., Ricci-Bitti P. E., Tomita M., in Tzavaras A., *Universals and cultural differences in the judgments of facial expressions of emotion*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 53 (1987), 712-717.
- Ellis A., *Rational and irrational jealousy*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton, & L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 170-179.
- Ellis C. - Weinstein E., *Jealousy and the social psychology of emotional experience*, v: *Journal of Social and Personal Relationships*, 3(1986), 337-357.
- Emde R. N., (Ed.), *Rene A. Spitz: Dialogics from infancy: Selected paper*, International Universities Press, New York 1983.
- Emde R. N., Biringen Z., Clyman R. B. in Oppenheim D., *The moral self of infancy: Affective core and procedural knowledge*, v: *Developmental Review* 11 (1991), 251-270.
- Emde R. N., *Development terminable and interminable: 1. Innate and motivational factors from infancy*, v: *International Journal of Psychoanalysis* 69 (1988), 23-42.
- Emde R. N., *The pre-representational self and its affective core*, v: *The Psychoanalytic Study of the Child* 38 (1983), 165-192.
- Emde R. N., *Toward a psychoanalytic theory of affect: I. The organizational model and its propositions*, v: *The course of life: Psychoanalytic contributions toward*

- understanding personality development: Vol. 1. Infancy and childhood*, ur. S. Greenspan & G. Pollock, D.C.: U.S. Government Printing Office, Washington 1980.
- Fairbarin W. R. D., *On the nature and aims of psychoanalytic treatment*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 39 (1958), 374-385.
- Farber L. H., *On jealousy*, v: *Commentary*, 55 (1973), 180-202.
- Fava Vizziello G. M., Antonioli M., Cocci V. in Invernizzi R., *Dal mito al bambino reale*, v: *Gravidanza e maternità tra rappresentazioni e narrazioni*, II Pensiero Scientifico, Roma 1992.
- Fava Vizziello G. M., Antonioli M., Cocci V., Invernizzi R. in Cristante F., *From pregnancy to motherhood: The structure of representative and narrative change*, v: *Infant Mental Health Journal* 14(1) (1993), 4-16.
- Fenichel O., *Psychoanalytic Theory of Neurosis*, London 1955.
- Fenichel S., *The psychoanalytic theory of neurosis*, Norton, New York 1945.
- Ferenczi S., *On the part played by homosexuality in the pathogenesis of paranoia*, v: *First contributions to psychoanalysis*, Hogarth Press, London 1952.
- Field T. - Reite M., *Childrens responses to separation from mother during the birth of another child*, v: *Child Development* 55 (1984), 1308-1316.
- Field T., *Affective and interactive disturbances in infants*, v: *Handbook of Infant Development*, ur. J. D. Osofsky, Wiley, New York 1987, 972-1005.
- Fivaz-Depeursinge E., Corboz-Warnery A. in Frenck N., *Modèles et techniques d'intervention thérapeutique pendant les premières années de vie*, v: *L'Approche Systémique* 10 (1990), 1-49.
- Fivaz-Depeursinge E., Stern D. N., Burgin D., Byng-Hall J., Corboz-Warnery A., Lamour M. in Lebovici S., with Emde R., discussant, *The dynamics of interface: Seven authors in search of encounters across levels of description of an event involving a mother, father and baby*, v: *Infant Mental Health Journal* 15 (1994), 69-89.
- Florensky P., *Letter Twelve: Jealousy*, v: *The Pillar and Ground of the Truth*, Princeton University Press, Princeton 1997, 331-341.
- Folta J. R. - Deck E. S., *The impact of children's death on Shona mother and families*, v: *Journal of Comparative Family Studies* 19 (1988), 433-541.

- Fonagy P., Steele M., Moran G. S., Steele H. in Higgitt A. C., *Measuring the ghost in the nursery: A summary of the main findings of the Anna Freud Centre-University College London parent-child study*, v: *Bull. Anna Freud Centre* 14 (1991), 115-131.
- Foster S., *A study of the personality make-up and social settings of fifty jealous children*, v: *Mental Hygiene* 11 (1927), 53-77.
- Foucault M., *Nietzsche, genealogy, history*, v: *Language, counter-memory, practice: Selected essays*, ur. D. F. Bouchard, N.Y.: Cornell University Press, Ithaca 1977.
- Fraiberg S. (Ed.), *Clinical studies in infant mental health*, Basic Books, New York 1980.
- Fraiberg S., Adelson E. in Shapiro V., *Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problems of impaired infant-mother relationships*, v: *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 14 (1975), 387-421.
- Francis J. L., *Toward the management of heterosexual jealousy*, v: *Journal of Marriage and Family Counseling* 10 (1977), 61-69.
- Freud S., *An outline of psycho-analysis*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 23), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1938.
- Freud S., *Mourning and melancholia*, v: *Standard Edition* 14 (1917), 243-258.
- Freud S., *New introductory lectures on psychoanalysis*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, (Vol. 22), ur. J. Strachey (Ed. and Trans.), Hogarth Press, London 1964, (Original work published 1933), 3-158.
- Freud S., *Observations on transference-love*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1915.
- Freud S., *On the history of the psycho-analytic movement*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1914.
- Freud S., *Project for a scientific psychology*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 1), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1985.

- Freud S., *Psychoanalytic notes on an autobiographical account of a case of paranoia*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12), ur. J. Strachey (Ed. and Trans.), Hogarth Press, London 1955, (Original work published 1911), 9-82.
- Freud S., *Recommendations to physicians practicing psycho-analysis*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 12), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1912.
- Freud S., *Remembering, repeating and working-through*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1914.
- Freud S., *Repression*, v: *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14), ur. J. Strachey, Hogarth Press, London 1915.
- Freud S., *Über einige Neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität*. v: *Ges. Werke*, (Bd. 13). London 1940. (Original work published 1922).
- Friday N., *Jealousy*, London 1985.
- Frijda N. H., Mesquita B., Sonnemans J. in Goozen S. Van, *The duration of affective phenomena or emotions, sentiments and passions*, v: *International review of studies on emotion* (Vol. 1), ur. K. T. Strongman, Wiley, New York 1991, 187-225.
- Gautier Y., Lebovici S., Mazet P. in Visier J. P. (Eds.), *Tragédie à l'aube de la vie*, Paidos/Recherch, Bayard Editions, INSERM, Paris 1993.
- Gendlin E. T., *The primacy of the body, not the primacy of perception*, v: *Man and World 01* (1992), Kluwer Academic Publishers, Netherlands 1992, 341-342.
- Gergely G., Nadasdy-Gergely C. in Biro S., *Taking the intentional stance at 12 months of age*, v: *Cognition* (1995).
- Gertsch-Bettens C., Corboz-Warnery A., Favez N. in Fivaz-Depeursinge E., *Les debuts de la communication à trois: Interactions visuelles triadique entre père, mère et bébé*, v: *Enfance* 46 (1992), 323-348.
- Gilmartin B. G., *Jealousy among the swingers*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton & L. G. Smith, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1977, 152-158.
- Glatt M. M., *Drinking habits of English (middle class) alcoholics*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 37 (1961), 88-113.

- Gleick J., *Kaos: Rojstvo nove znanosti*, DZS, Ljubljana 1991.
- Goodwin G., *The social organization of the Western Apache*, University of Chicago Press, Chicago 1942.
- Gostečnik C., *Človek v začaranem krogu*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski center, Ljubljana 1997.
- Gostečnik C., *Operative mechanism in repetition compulsion*, doktorska naloga, Chicago 1995.
- Gostečnik C., *Poskusiva znova*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski center, Ljubljana 2001.
- Gostečnik C., *Sodobna psihoanaliza*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski center, Ljubljana 2002.
- Gostečnik C., *Sistemska relacijska terapija*, rokopis 2003.
- Gould S. J. - Eldredge N., *Punctuated equilibria: The tempo and mode of evolution reconsidered*, v: *Paleobiology* 3 (1977), 115-151.
- Gould S. J., *Biological potential vs. biological determinism*, v: *The sociobiology debate*, ur. A. L. Caplan, Harper & Row, New York 1978, 343-351.
- Gould S. J., *Sociobiology and natural selection*, v: *Sociobiology: Beyond nature/nurture?* ur. G. W. Barlow & J. Silverberg, CO: Westview Press, Boulder 1980, 257-269.
- Gouldsbury C. - Sheane H., *The Great Plateau of Northern Rhodesia*, Edward Arnold, London 1911.
- Green A., *On private madness*, The Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis, London 1986.
- Griffin E. W. - De La Torre C., *Sibling jealousy: The family with a new baby*, v: *American Family Practice* 28 (1983), 143-146.
- Griffiths J. G., *Plutarch's de Iside et Osiride*, Cambridge 1970.
- Grold L. J., *Patterns of jealousy*, v: *Medical Aspects of Human Sexuality* 6 (1972), 118-126.
- Grossmann K. E. - Grossmann K., *Attachment quality as an organizer of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective*, ur. C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & Marris P., v: *Attachment across the life cycle*, Tavistock/Routledge, London 1991, 93-114.
- Groves E. R., *The American family*, Philadelphia 1934.



- Haan N., *Coping and defending: Processes of self-environment organization*. Academic Press, New York 1977.
- Hagestad G. O. –Smyer M. A., *Dissolving long-term relationships: Patterns of divorcing in middle age*, v: *Personal relationships*, 4, ur. S. W. Duck, Academic Press, New York 1982, 155-188.
- Hahn B., *Eifersucht als neurose*, v: *Fortschritte der Medizin* 51 (1933), 336-344.
- Hansen G. L., *Cognitive reasoning and reactions to jealousy-producing events*, v: *Paper presented at the annual meeting of the National Council on Family Relations*, Detroit 1986.
- Hansen G. L., *Dating jealousy among college students*, v: *Sex Roles* 12 (1985), 713-721.
- Hansen G. L., *Jealousy: Its conceptualization, Measurement, and Integration with Family Stress Theory*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, New York & London 1991.
- Hansen G. L., *Marital satisfaction and jealousy among men*, v: *Psychological Reports* 52 (1983), 363-366.
- Hansen G. L., *Perceived threats on marital jealousy*, v: *Social Psychology Quarterly* 48 (1985), 262-268.
- Hansen G. L., *Reactions to hypothetical jealousy producing events*, v: *Family Relations* 31 (1982), 513-518.
- Harris M., *Cars, pigs, wars and wishes*, Random House, New York 1974.
- Hawkins R. O., *Jealousy: A solvable problem*, v: *Journal of Education and Therapy* 1 (1976), 39-42.
- Heider F., *The psychology of interpersonal relations*, Wiley, New York 1958.
- Hendrix H., *Getting the Love you want*, New York 1990.
- Hesselgrave D. J., *Communicating Christ Cross-Culturally*, Zondervan Publishing House, Michigan 1991.
- Hibbard R. W., *A rational approach to treating jealousy*, v: *Rational Living* 10 (1975), 25-27.
- Hill C. T., Rubin Z. in Peplau L. A., *Breakups before marriage: The end of 103 affairs*, v: *Journal of Social Issues* 32 (1976), 147-168.
- Hinde R. A. - Stevenson-Hinde J., (Eds.), *Relationships within families: Mutual influences*, Clarendon Press, Oxford 1988.

- Hinde R. A., *Ethology, its nature and relations with other sciences*, Oxford University Press, New York 1982.
- Hinde R. A., *Towards understanding relationships*, Academic Press, London 1979.
- Hindy C. G. - Schwarz J. C., *Lovesickness in dating relationships: An attachment perspective*, v: *Unpublished manuscript*, University of North Florida, 1986.
- Hindy C. G., Schwarz J. C. - Brodsky A., *If this is love, why do I feel so insecure?* Atlantic Monthly Press, New York 1989.
- Hoaken P. C. A., *Jealousy as a symptom of psychiatric disorder*, v: *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 10 (1976), 47-51.
- Hoffman L., *Foundations of family therapy*, Basic Books, New York 1981.
- Hole R. W., Rush A. J. in Beck A. T., *A cognitive investigation of schizophrenic delusions*, v: *Psychiatry* 42 (1979), 312-319.
- Horney K., *The neurotic personality of our time*, Norton, New York 1937.
- Horowitz M. J., *States of mind: configurational analysis of individual psychology*, Plenum Medical Book, New York 1987.
- Hupka R. B. - Bachelor B., *Validation of a scale to measure romantic jealousy*, v: *Paper presented at the annual meeting of the Western Psychological Association*, California, San Diego 1979.
- Hupka R. B., *Cultural determinants of jealousy*, v: *Alternative Lifestyles*, 4 (1981), 310-356.
- Hupka R. B., *Jealousy: Compound emotion or label for a particular situation?* v: *Motivation and Emotion* 8 1989, 141-155.
- Hupka R. B., *The Motive for the Arousal of Romantic Jealousy: Its Cultural Origin*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.
- Ickes W., *Sex-role influences on compatibility in relationships*, v: *Compatible and incompatible relationships*, ur. W. Ickes, Springer, New York 1985, 187-208.
- Im W., Wilner R. S. in Breit M., *Jealousy: Interventions in couples therapy*, v: *Family Process* 22 (1983), 211-219.
- Isaac the Syrian, Russ. trans.: *Works, 3rd ed.*, Sergiev Posad 1911.
- Isaacs S., *The nature and function of phantasy*, v: *Developments in psychoanalysis*, ur. J. Riviere, Karnac Books, London 1989, (Original work published 1952.)

- Jaremko M. E. - Lindsey R., *Stress coping abilities of individuals high and low in jealousy*, v: *Psychological Reports* 44 (1979), 547-553.
- Johnson J., *Organic psychosyndromes due to boxing*, v: *British Journal of Psychiatry* 175 (1969), 45-53.
- Jones E., *Jealousy*, v: *Papers on psychoanalysis*, ur. E. Jones, Balliere, Tindall, London 1937, 469-485.
- Jones S. C., *Self- and interpersonal evaluations: Esteem theories versus consistency theories*, v: *Psychological Bulletin* 79 (1973), 185-199.
- Joseph B., *Transference: the total situation*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 66 (1985), 447-454.
- Jung C. G., *Memories, dreams, and reflections*, Random House, New York 1961.
- Kahlil G., *Prerok*, Maribor 1988.
- Kanin E. J., Davidson K. D. in Scheck S. R., *A research note on male-female differentials in the experience of heterosexual love*, v: *The Journal of Sex Research* 6 (1970), 64-72.
- Kanter R. M., *Commitment and community: Communes and utopias in sociological perspective*, MA: Harvard University Press, Cambridge 1972.
- Kelley H. H., *Affect in interpersonal relations*, v: *Review of personality and social psychology* 5, CA: Sage. Beverly Hills 1984, 89-115.
- Kelley H. H., *Love and commitment*, v: *Close relationships*, H. Freeman, San Francisco 1983, 265-314.
- Kelley H. H., *Personal relationships: Their structure and processes*, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1979.
- Kelley H. H., *What do we know about interpersonal relations? An interdependency theory perspective*, v: *Paper presented at the Fourth International Conference on Personal Relationships*, British Columbia, Vancouver 1988 July 3.
- Kemper T. D., *A social interactional theory of emotions*, Wiley, New York 1978.
- Kernberg O., *Borderline conditions of pathological narcissism*, Jason Aronson, New York 1975.
- Klein M., - Riviere J., *Love, hate, and reparation*, Norton, New York 1964.
- Klein M., *The origins of transference*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 33 (1952), 433-438.

- Knudson R. M., *Marital incompatibility and mutual identity confirmation*, v: *Compatible and incompatible relationships*, ur. W. Ickes, Springer, New York 1985, 233-252.
- Koch H. L., *The relation of certain formal attributes of siblings to attitudes held toward each other and toward their parents*, v: *Monographs of the Society for Research in Child Development* 25 (Whole No. 4) (1960).
- Kochlberg L., *The philosophy of moral development*, Harper & Row, New York 1981.
- Kompan Erzar L. K., *Odkritje odnosa*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana 2001.
- Kraepelin E., *Manic depressive insanity and paranoia* (R. M. Barclay & G. M. Robertson, Trans.), (Original work published 1915), Livingston, Edinburgh 1921.
- Krafft-Ebing A. von, *Textbook of insanity*, C. G. Chaddock, Trans. S. A. Davis, Philadelphia 1905.
- Kuhn A., *The logic of social system*, Jossey-Bass, San Francisco 1974.
- Kuiper N. A. - Derry P. A., *The self as a cognitive prototype: An application to person perception and depression*, v: *Personality, cognition, and social interaction*. ur. N. Cantor & J. F. Kihlstrom, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1981, 215-232.
- La Rochefoucauld F., *Maximes*, 1665.
- Labov W., *Language in the inner city*, University of Pennsylvania Press, Philadelphia 1972.
- Lamour M., *Quand la relation est en danger*, v: *Le Groups familial* 118 (1988), 61-67.
- Langer S. K., *Mind: An essay on human feeling, Vol. 1*, Md.: Johns Hopkins University Press, Baltimore 1967.
- Langfeldt G., *The erotic jealousy syndrome: A clinical study*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 36 (Suppl. 151) (1961), 7-68.
- Larsen R. J., Diener E. - Cropanzano R. S., *Cognitive operations associated with individual differences in affect intensity*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 5 (1987), 767-774.
- Lazarus R. S. - Folkman S., *Stress, appraisal and coping*, Springer, New York 1984.
- Lebovici S., *Fantasmatic interactions and intergenerational transmission*, v: *Infant Mental Health Journal* 9 (1988), 10-19.

- Lebovici S., *On intergenerational transmission: From filiation to affiliation*, v: *Infant Mental Health Journal* 14 (1993), 260-272.
- Lee J. A., *A typology of styles of loving*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 3 (1977), 173-182.
- Leslie A. M. - Happe F., *Autism and ostensive communication: The relevance of metarepresentation*, v: *Development and Psychopathology* 1(3) (1989), 205-212.
- Leslie A. M., *Pretense and representation: The origins of "theory of mind"*, v: *Psychological Review* 94 4 (1987), 2-426.
- Leslie A. M., *Some implications of pretense for mechanisms underlying the child's theory of mind*, v: *Developing theories of mind*, ur. J. W. Astington, P. L. Harris, & D. R. Olsen, Cambridge University Press, New York 1988, 19-46.
- Leventhal H., *Toward a comprehensive theory of emotion*, v: *Advances in experimental social psychology* 13, ur. L. Berkowitz, Academic Press, New York 1980, 139-207.
- Levinger G., *A social exchange view on the dissolution of pair relationships*, v: *Social exchange in developing relationships*, ur. R. L. Burgess & T. L. Huston, Academic Press, New York 1979, 169-196.
- Levy D. M., *Jealousy*, v: *Journal of Pediatrics* 16 (1940), 515-518.
- Lewis M. - Miller S. M., (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology*, Plenum Press, New York 1990.
- Lewontin R. C., Rose S. in Kamin L. J., *Not in our genes*, Pantheon, New York 1984.
- Lichtenberg J., *Psychoanalysis and motivation*, N.J.: The Analytic Press, Hillsdale 1989.
- Loevinger J., *Ego development*, Jossey-Bass, San Francisco 1976.
- Lovejoy C. O., *The origin of man*, v: *Science* 211 (1981), 341-350.
- Luborsky L. in Crits-Christoph P., *Understanding transference: The core conflictual relationship theme model*, Basic Books, New York 1990.
- Luborsky L., *Measuring a pervasive psychic structure in psychotherapy. The core conflictual relationships theme*, v: *Communicative structures and psychic structures*, ur. N. Freedman & S. Grand, Plenum, New York 1977.
- Lukas E., *Družina in smisel*, Celje 1993.
- Lutz C. - White G. M., *The anthropology of emotions*, v: *Annual Review of Anthropology* 15 (1986), 405-436.

- Maccoby E. E. - Jacklin C. N., *The psychology of sex differences*, CA: Stanford University Press, Stanford 1974.
- Mahler M., *Symbiosis and Individuation: The psychological birth of the human infant*, v: *The psychological Study of the Child* (29), 98-106.
- Main M. –Goldwyn R., *Adult attachment classification and rating system*, v: *Unpublished manuscript*, University of California, Berkeley 1985.
- Main M., Kaplan N. in Cassidy J., *Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation*, v: *Monographs of the Society for Research in Child Development* 50 (1989), 66-106.
- Maire L. P., *African marriage and social change*, v: *Survey of African marriage and family life*, ur. A. Phillips, Oxford University Press, New York 1953.
- Mairet A., *La jalousie: Étude psycho-physiologique, clinique et medico-legale*, Montpellier, Paris 1908.
- Mandler G., *Mind and body*, Norton, New York 1984.
- Mandler J. M., *Categorical and schematic organization in memory*, v: *Memory organization and structur*, ur. C. R. Puff, Academic Press, New York 1979, 259-299.
- Mandler J. M., *How to build a baby: On the development of an accessible representational system*, v: *Cognitive Development* 3 (1988).
- Mandler J. M., *Representation*, v: *Cognitive development* Vol. 3 of P. Mussen (Ed.), *Handbook of Child Psychology*, 4th ed. Wiley, New York 1983, 420-494.
- Manges K. –Evenbeck S., *Social power, jealousy, and dependency in the intimate dyade*, v: Paper presented at the meeting of the Midwestern Psychological Association, St. Louis 1980.
- Manzano J. - Palacio-Espasa F., *Concepts théoriques fondamentaux à propos des psychothérapies mère-bébé*, v: Paper presented at the Symposium de Psychiatrie Infantile de Geneve, Switzerland, Geneva 1990, November.
- Margolin G., *A Behavioral-Systems Approach to the Treatment of Jealousy*, v: *Clinical Psychology Review* 1 (1981), 469-487.
- Markus H. - Zajonc R. B., *The cognitive perspective in social psychology*, v: *The handbook of social psychology* (3rd ed., Vol. 1.), ur. G. Lindzey & E. Aronson, Random House, New York 1985, 137-230.

- Markus H., *Self-schemata and processing information about the self*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 35 (1977), 63-78.
- Maruyama M., *The second cybernetics: Deviation-amplifying mutual causal processes*, v: *Modern systems research for the behavioral scientist*, ur. W. Buckley, Aldine, Chicago 1968.
- Maslow A. H., *Toward a Psychology of Being*, 2<sup>nd</sup> ed, Van Nostrand Reinhold, New York 1968.
- Mathes E. W. - Severa N., *Jealousy, romantic love, and liking: Theoretical considerations and preliminary scale development*, v: *Psychological Reports* 49 (1981), 23-31.
- Mathes E. W., *A Cognitive Theory of Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.
- Mathes E. W., Adams H. E. in Davies R. M., *Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (1985), 1552-1561.
- Mathes E. W., Roter P. M. in Joerger S. M., *A convergent validity study of six jealousy scales*, v: *Psychological Reports*, 1982, 50, 1143-1147.
- Maturana H. R. - Varela F. J., *Autopoiesis and cognition: The realization of the living*, D. Reidel, Dordrecht, Boston, London 1979.
- Mazur R., *Beyond jealousy and possessiveness*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton & L. G. Smith, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1977, 181-187.
- McCormack J., *Treating Borderline states in Marriage*, Jason Aronson, Northvale 2000.
- McDonald G. W., *Marital jealousy: A structural exchange perspective*, v: Paper presented at the National Council on Family Relations Preconference Theory Construction and Research Methodology Workshop, DC, Washington 1982.
- McFarland M. B., *Relationships between young sisters as revealed in their overt responses*, v: *Journal of Experimental Education* 6 (1937-1938), 173-179.
- McGuire W. J. - McGuire C. V., *Significant others on self-space: Sex differences and developmental trends in the social self*, v: *Psychological perspectives on the self (Vol. 1)*, ur. J. Suls, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1982, 211-237.
- Mead M., *Jealousy: Primitive and civilized*, v: *Woman's coming of age*, ur. S. D. Schmalhauser & V. F. Calverton, Horace Liveright, New York 1931, 35-48.

- Meissner W. W., *The conceptualization of marriage and family dynamics from a psychoanalytic perspective*, v: *Marriage and marital therapy: Psychoanalytic, behavioral, and systems theory perspectives*, ur. T. J. Paolino - B. X. McCrady, Brunner/Mazel, New York 1978.
- Miller J. G., *Living systems*, McGraw-Hill, New York 1978.
- Mirsky J., *The Dakota*, v: *Cooperation and competition among primitive peoples*, ur. M. Mead, McGraw-Hill, New York 1937.
- Mirsky J., *The Eskimo of Greenland*, v: *Cooperation and competition among primitive peoples*, ur. M. Mead, McGraw-Hill, New York 1937.
- Mitchell S., *Hope and Dread in Psychoanalysis*, Basic Books, New York 1993.
- S. Mitchell, *Influence and Autonomy in Psychoanalysis*, NJ: The Analytic Press, Hillsdale 1997.
- Mitchell S. A., *Relationality*, NJ: The Analytic Press, Hillsdale 2000.
- Mitchell S., *The Intrapsychic and the interpersonal: Different theories, different domains, or historical artifacts*, v: *Psychoanal. Inq.* (8), 472-496.
- Moos R. H. - Billings A. G., *Conceptualizing and measuring coping resources and processes*, v: *Handbook of stress*, ur. L. Goldberger & S. Breznitz, Free Press, New York 1982, 212-230.
- Morgan D. H., *The psychotherapy of jealousy*, v: *Psychotherapy and Psychosomatics* 25 (1975), 43-47.
- Mullen P. E. - Maack L. H., *Jealousy, pathological jealousy, and aggression*, v: *Aggression and dangerousness*, D. P. Farrington & J. Gunn (Eds.), Wiley, New York 1985, 103-126.
- Mullen P. E., *The mental state and states of mind*, v: *Essentials of Postgraduate psychiatry* (2nd ed), ur. P. Hill, R. Murray, & A. Thorley, Grune & Stratton, London 1985, 3-35.
- Murray L., *Effects of post-natal depression on infant development: Direct studies of early mother-infant interaction*, v: *Motherhood and mental illness, Vol. 2*, ur. I. Brockington and R. Kumer, John Wright, Bristol 1988.
- Murray L., *Impact of post-natal depression on infant development*, v: *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 33(3) (1992), 543-561.



- Nachman P., Sackler-Lefcourt L., Haft W., Bennett S., in Stern D. N., *Maternal identification: A description of the process in real time*, v: Unpublished manuscript.
- Nadelman L. - Begun A., *The effect of the newborn on the older sibling: Mother's questionnaires*, v: *Sibling relationships: Their nature and significance across the lifespan*, ur. Lamb M. & Sutton-Smith B., NJ: Erlbaum, Hillsdale 1982, 13-38.
- Nelson K. - Greundel J. M., *Generalized event representation: Basic building blocks of cognitive development*, v: *Advances in developmental psychology Vol. 1*, ur. M. E. Lamb & A. L. Brown, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1981.
- Nelson K., (Ed.), *Event knowledge: Structure and function in development*, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1986.
- Nelson K., *The ontogeny of memory for real events*, v: *Remembering reconsidered: Ecological and traditional approaches to the study of memory*, ur. M. Neisser & W. Winograd, Cambridge University Press, New York 1988.
- Neu J., *Jealous thoughts*, v: *Explaining emotions*, ur. A. O. Rorty, University of California Press Berkeley 1980.
- Neubeck G., *Other societies: An anthropological review of extramarital relations*, v: *Extramarital relations*, ur. G. Neubeck, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1969, 27-69.
- Niederwimmer K., *Tiefenpsychologie und Exegese*, v: *Perspektiven der Pstoraltheologie*, Hrg. R. Riess, Goettingen 1974.
- Ogden T., *Subjects of Analysis*, NJ: Jason Aronson, Northvale 1994.
- O'Neill N. - O'Neill G., *Open marriage*, Avon, New York 1972.
- Osofsky J. D., Harm D., Biringen Z., Emde R. N., Robinson J. in Little C., *Emotional availability: Strengths and vulnerabilities in development*, v: *Abstracts of papers presented at the Seventh International Conference on Infant Studies*, ur. C. Rovee-Collier, N.J.: Ablex, Norwood, Montreal 1990.
- Parks C. M., Stevenson-Hinde J., Marris P., *Attachment across the life cycle*, Routledge, London 1991.
- Parrott G. W., *The Emotional Experiences of Envy and Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York (1991).

- Pascual - Leone J., *Organismic processes for new-Piagetian theories: A dialectical causal account of cognitive development*, v: *International Journal of Psychology* 22 (1987), 531-570.
- Pearlin L. I. - Schooler C., *The structure of coping*, v: *Journal of Health and Social Behavior* 19 (1978), 2-21.
- Peter, Prince of Greece and Denmark, *A study of polyandry*, Mouton, The Hague 1963.
- Pfeiffer S. M. - Wong P. T. P., *Multidimensional jealousy*, v: *Journal of Social and Personal Relationships* 6 (1989), 1552 –1561.
- Pines A. - Aronson E., *Polyfidelity: An alternative lifestyle without jealousy?* v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 373-392.
- Pitt-Rivers J., *Honour and social status*, v: *Honour and shame: The values of Mediterranean society*, ur. J. G. Peristiany, University of Chicago Press, Chicago 1966, 19-77.
- Pleban R. - Tesser A., *The effects of relevance and quality of another's performance of interpersonal closeness*, v: *Social Psychology Quarterly* 44 (1981), 278-285.
- Plutchik R., *Emotion*, Harper & Row, New York 1980.
- Premack D. - Woodruff G., *Does a chimpanzee have a theory of mind?* v: *Behavioral and Brain Sciences* 1 (1978), 515-526.
- Premack D., *The infant's theory of self-propelled objects*, v: *Cognition* 36 (1990), 1-16.
- Ramey I. W., *Communes, group marriage, and the upper middle class*.
- Rawls J., *A theory of justice*, MA: Harvard University Press, Cambridge 1971.
- Read S. J., *Constructing causal scenarios: A knowledge structure approach to causal reasoning*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 52 (1987), 288-302.
- Reis H. T., *The role of the self in the initiation and course of social interaction*, v: *Compatible and incompatible relationships*. ur. W. Ickes, Springer, New York 1985, 209-232.
- Reiss D., *The represented and practicing family: Contrasting visions of family continuity*, ur. Sameroff A. - Emde R. N., *Relationship disturbances*, Basic Books, New York 1989, 191-214.
- Reiss I. L., *Journey into sexuality: An exploratory voyage*, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1986.
- Renaud B., *Je suis un Dieu Jaloux, Évolution sémantique et signification théologique de qin'ah*, v: *Lectio Divina* 36 (1963).

- Retterstol N., *Jealousy-paranoic psychosis: A personal follow-up study*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 43 (1967), 75-107.
- Reuter E., „qn’“, v: *Theologisches Wörterbuch zum Alten testament*, Stuttgart 1973, 51-62.
- Revitch E., *The problem of conjugal paranoia*, v: *Diseases of the Nervous System* 15 (1954), 271-277.
- Rexford E. N., Sander L. W. in Shapiro T., *Infant psychiatry: A new synthesis*, Yale University Press, New Haven 1976.
- Reyburn W., *Kaka kinship, sex and adultery*, v: *Practical Anthropology* 9 (1962), 223-234.
- Ricoeur P., *Temps et récit* (Vols. 1-3), Editions du Seuil, Paris 1983-1985.
- Ricoeur P., *The question of proof in Freud's psychoanalytical writings*, v: *Journal of American Psychoanalytic Association* 25 (1977), 835-871.
- Rivers W. H. R., *The Melanesians of British New Guinea*, Cambridge University Press, Cambridge 1906.
- Riviere J., *Jealousy as a mechanism of defence*, v: *International journal of Psycho-Analysis* 13 (1932), 414-424.
- Rosch E., *Cognitive representations of semantic categories*, v: *Journal of Experimental Psychology: general*, 104. 192-233.
- Rosch E., *On the internal structure of perceptual and semantic categories*, v: *Cognitive development and the acquisition of language*, ur. T. Moore, Academic Press, New York 1973.
- Rose S., *Against biological determinism*, Schocken, New York 1982.
- Rosenberg M., *Conceiving the self*, Basic Books, New York 1979.
- Rosmarin D. M., Chambless D. L. in Lapointe K., *The Survey of Interpersonal Reactions: An inventory for the measurement of jealousy*, v: *Unpublished manuscript*, University of Georgia 1979.
- Ross B. M., *Some traits associated with sibling jealousy in problem children*, v: *Smith College Studies in Social Work* 1 (1931), 364-376.
- Rovee-Collier L. - Fagen J. W., *The retrieval of memory in early infancy*, v: *Advances in infancy research Vol. 1*, ur. L. P. Lipsitt, N.J.: Ablex, Norwood 1981.

- Roy M., *A current survey of 150 cases, v: Battered women: A psychological study of domestic violence*, ur. M. Roy, Van Nostrand Reinhold, New York 1977, 98-109.
- Rudden M., Gilmore M. in Frances A., *Delusions: When to confront the facts of life, v: American Journal of Psychiatry* 139 (1982), 929-932.
- Rumelhart D. D., McClelland J. L. in the PDF Research Group, *Parallel distributed processing: Explorations in the microstructure of cognition*, Bradford/MIT Press, Cambridge 1986.
- Sahlins M. D., *The use and abuse of biology*, University of Michigan Press, Ann Arbor 1976.
- Salovey P. - Rodin J., *Envy and jealousy in close relationships, v: Review of personality and social psychology*, ur. C. Hendrick. Newbury Par 1989, 10, 221-246.
- Salovey P. - Rodin J., *Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy, v: Journal of Personality and Social Psychology* 47, (1984), 780-792.
- Salovey P. - Rodin J., *The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy, v: Journal of Personality and Social Psychology* 50 (1986), 1100-1112.
- Salovey P. - Rothman Alexander J., *Envy and Jealousy: Self and Society, v: The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.
- Salovey P. - Rodin J., *Coping with envy and jealousy, v: Journal of Social and Clinical Psychology*, 7 (1988), 15-33.
- Salovey P., *The psychology of jealousy and envy*, New York 1991.
- Sandler J. - Sandler A. M., *Internal objects revisited*, (in press).
- Sandler J., *Actualization and object relationships, v: Journal of the Philadelphia Association for Psychoanalysis* 3 (1976), 59-70.
- Sandler J., *Projection, identification, projective identification*, International Universities Press, New York 1987.
- Sandler J., *Towards a reconsideration of the psychoanalytic theory of motivation, v: Bulletin of the Anna Freud Center* 8 (1985), 223-243.
- Schaap C., Buunk B. in Kerkstra A., *Marital conflict resolution, v: Perspectives on marital interaction (Monographs in Social Psychology of Language, Vol. 1.)*, ur.

- P. Noller & M. A. Fitzpatrick, *Multilingual Matters*, Philadelphia 1988, 203-244.
- Schafer R., *Narration in the psychoanalytic dialogue*, ur. W. J. T. Mitchell, v: *On narration*, University of Chicago Press, Chicago 1981.
- Schank R. C. - Abelson R. P., *Scripts, plans, goals and understanding*, NJ: Erlbaum, Hillsdale 1977.
- Scharff Jill in David, *Object Relations Individual Therapy*, Northvale, New Jersey, London 2000.
- Scherer K. R., *Vocal affect expression*, v: *Psychological Bulletin*, 99 (2) (1986), 143-165.
- Schmiedeberg M., *Some aspects of jealousy and of feeling hurt*, v: *Psychoanalytic Review* 15 (1953), 1-16.
- Schmitt B. H., *Social comparison in romantic jealousy*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14 (1988), 374-387.
- Schoeck H., *Envy: A theory of social behaviour* (M. Glenny & B. Ross, Trans.), IN: Liberty Press, Indianapolis 1969, (Original work published 1966).
- Sears R., Maccoby E. - Levine H., *Patterns of child rearing*, IL: Row & Peterson, Evanston 1957.
- Seidenberg R., *Fidelity and jealousy: Socio-cultural considerations*, v: *Psychoanalytic Review* 54 (1967), 27-52.
- Selye H., *The stress of life*, McGraw-Hill, New York 1976.
- Serafim Sirski, *Arhimandrite Seraphim, Letopis' Serafimo-Diveevskogo monastiria*, (1903) S.P.
- Sewall M., *Some causes of jealousy in young children*, v: *Smith College Studies in Social Work* 1 (1930), 6-22.
- Sharpsteen D. J. - Schmalz C. M., *Romantic jealousy as a blended emotion*, v: *Unpublished manuscript*, University of Denver 1988.
- Sharpsteen D. J., *The Organisation of Jealousy Knowledge: Romantic Jealousy as a Blended Emotion*. v: *The Psychology of jealousy and envy*. ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991.
- Shaver P., Schwartz J., Kirson D., in O'Connor C., *Emotion knowledge: Further exploration of a prototype approach*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 52 (1987), 1061-1086.

- Shepherd M., *Morbid jealousy: Some clinical and social aspects of a psychiatric symptom*, v: *Journal of Mental Science* 107 (1961), 607-753.
- Shettel-Neuber J., Bryson J. B., in Young C. E., *Physical attractiveness of the "other person" and jealousy*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 4 (1978), 612-615.
- Shrestha K., Rees D. W., Ris K. J. B., Hor B. D. in Faragjer E. B., *Sexual jealousy in alcoholics*, v: *Acta Psychiatrica Scandinavica* 72 (1985), 283-290.
- Silverberg J., *Sociobiology, the new synthesis? An anthropologist's perspective*, v: *Sociobiology: Beyond nature/nurture?* ur. G. W. Barlow & J. Silverberg, CO: Westview Press, Boulder 1980, 25-74.
- Smith R. H., Kim S. H. in Parrott W. G., *Envy and jealousy: Semantic problems and experiential distinctions*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 74 (1988), 401-409.
- Smith R. H., Parrot W. G. in Diener E., *The development and validation of scale for measuring enviousness*, Unpublished manuscript (1990).
- Sokoloff B., *Jealousy: A psychiatric study*, Howell, Soskin, New York 1947.
- Sommers S., *Adults evaluating their emotions: A cross-cultural perspective*, v: *Emotion in adult development*, ur. C. Malatesta & C. Izard, CA: Sage, Beverly Hills 1984, 161-185.
- Spinoza B., *Ethics*, ur. J. Gutman, Hafner, New York 1949. (Original work published 1677).
- Steimer-Krause E., *Transference and non-verbal behaviors*, v: *Paper presented at the meetings of the International Psychoanalytic Association, Standing Committee on Psychoanalytic Research*, London 1992.
- Steiner J., *Patient-centered and analyst-centered interpretations: some implications of containment and countertransference*, v: *Psychoanalytic Inquiry* 14 (3) (1994), 406-422.
- Stern-Bruschweiler N. - D. N. Stern, *A model for conceptualizing the role of the mother's representational world in various mother-infant therapies*, v: *Infant Mental Health Journal* 10(3) (1989), 142-156.
- Stern D. N., *A micro-analysis of mother-infant interaction: Behavior regulating social contact between a mother and her 3<sup>1/2</sup>-month-old twins*, v: *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 10 (1971), 501-517.

- Stern D. N., *The first relationship: Infant and mother*, Harvard University Press, Cambridge 1977.
- Stern D. N., *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, Basic Books, New York 1985.
- Stern D. N., *The representation of relational patterns: Some developmental considerations*, v: *Relationship disorders*, ur. A. Sameroff & R. N. Emde, Basic Books, New York 1989.
- Stern D. N., *Motherhood Constellation*, New York, Basic Books, 1995.
- Stern D. N.. - osebni pogovori z Osofskym I. 1993.
- Stewart R. B. - Beatty M. J., *Jealousy and self-esteem*, v: *Perceptual and Motor Skills* 60 (1985), 153-154.
- Stoleru S. - Morales-Huet M., *Psychothérapies mère-nourrisson dans les familles à problèmes multiples*, Presses Universitaires de France, Paris 1989.
- Straus E. W., *Shame as a historiological problem*, v: *Phenomenological psychology: Selected papers of Erwin W. Straus*, ur. E. W. Straus, Tavistock, London 1966.
- Sullivan H. S., *The interpersonal theory of psychiatry*, Norton, New York 1953.
- Suls J. M. - Miller R. L., *Ability comparison and its effect on affiliation preferences*, v: *Human Relations* 31 (1978), 267-282.
- Suzki C. E. - Beavin J., *Symmetry and complementarity: An operational definition and a typology of dyads*, v: *The interactional view*, ur. P. Watzlawick & J. H. Weakland, W. W. Norton, New York 1977, 71-87.
- Swann W. B., *Identity negotiations: Where Two roads meet*, v: *Journal of Personality and Social Psychology* 53 (1987), 1038-1051.
- Taplin G., *The folklore, manners, customs, and language of the South Australian Aborigines*, Spiller, Adelaide 1879.
- Taylor G., *Envy and jealousy: Emotions and vices*, v: *Midwest Studies in Philosophy*, 13 (1988), 233-249.
- Teismann M. W., *Jealousy: Systematic, problem-solving therapy with couples*, 151-160.
- Teismann M. W., *Persistent jealousy following the termination of an affair: A strategic approach*, v: *Questions and answers in the practice of family therapy (Vol. 2)*, ur. A. S. Gurman, Brunner/Mazel, New York 1982.
- Tesser A. - Campbell J., *Self-evaluation maintenance and the perception of friends and strangers*, v: *Journal of Personality* 50 (1982), 261-279.

- Tesser A. - Paulus D., *The definition of self: Private and public self-evaluation management strategies*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (1983), 672-682.
- Tesser A. - Smith J., *Some effects of task relevance and friendship on helping: You don't always help the one you like*, v: *Journal of Experimental Social Psychology*, 16 (1980). 482-590.
- Tesser A., Campbell J. in Smith J., *Friendship choice and performance: Self-evaluation maintenance in children*, v: *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (1984), 561-574.
- Tetlock P. E. - Manstead A. S. R., *Impression management versus intrapsychic explorations in social psychology: A useful dichotomy?* v: *Psychological Review* 92 (1985), 59-77.
- Thelen E., *Dynamical systems and the generation of individual differences*, v: *Individual differences in infancy: Reliability, stability and prediction*, ur. J. Colombo & J. W. Fagen, N.J.: Erlbaum, Hillsdale 1990.
- Thibaut J. W. - Kelley H. H., *The social psychology of groups*, Wiley, New York 1959.
- Tiggelaar J., *Pathological jealousy and jealousy delusions*, v: *Folia Psychiatrica, Neurologica et Neurochirurgica Netherlandia* 59 (1956), 522-541.
- Todd J. - Dewhurst K., *The Othello syndrome: A study of the psychopathology of sexual jealousy*, v: *Journal of Nervous and Mental Disease* 122 (1955), 367-374.
- Todd J., *The jealous patient*, v: *The Practitioner* 220 (1978), 229-233.
- Tomkins S. S., *Affect, imagery, consciousness: Vol. I*, v: *The positive affects*, Springer, New York 1962.
- Tov-Rouch L., *Jealousy, attention, and loss*, v: *Explaining emotions*. ur. A. O. Rorty, University of California Press, Berkeley 1980, 465-488.
- Trevarthen C., *The foundations of intersubjectivity: Development of interpersonal and cooperative understanding in infants*, v: *The social foundations of language and thought: Essays in honor of J. S. Bruner*, ur. D. Olsen, W. W. Norton, New York 1980, 316-342.
- Trevarthen C., *The primary motives for cooperative understanding*, v: *Social cognition: Studies on the development of understanding*, ur. G. Butterworth & P. Light, Harvester Press, England - Brighton 1982, 77-109.



- Tronick E. Z. - Cohn J., *Infant-mother face-to-face interaction: Age and gender differences in coordination and the occurrence of miscoordinations*, v: *Child Development* 60 (1989), 85-91.
- Vaillant G. E., *Adaptation to life*, Little Brown, Boston 1977.
- Van Lawick-Goodall J., *Mother-offspring relationships in free-ranging chimpanzees*, v: *Primate ethology*, ur. D. Morris, Aldine, Chicago 1967, 287-346.
- Vollmer H., *Jealousy in children*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton - L. G. Smith, University Press of America, New York 1998, 53-65.
- Vygotsky L. S., *Thought and language*, ur. in prev. E. Haufmann & G. Vakar, MIT Press, Cambridge 1962.
- Waelder R., *The structure of paranoid ideas: A critical survey of various theories*, v: *International Journal of Psycho-Analysis* 32 (1951), 167-177.
- Walster E. - Walster G. W., *Sexual jealousy*, v: *Jealousy*, ur. G. Clanton & L. G. Smith, NJ: Prentice-Hall, Englewood Cliffs 1977.
- Walster E., Walster G. W. in Berscheid E., *Equity: Theory and research*, Allyn & Bacon, Boston 1978.
- Watson J. W., Switzer R. E. - Hirschberg J. C., *Sometimes I'm jealous*, Golden Press, New York 1972.
- Watzlawick P., Beavin J. - Jackson D., *Pragmatics of human communication*, Norton, New York 1967.
- Weeks J. H., *Among the primitive Bakango*, Seeley Service, London 1914.
- Weinberg M. K.- Tronick E. Z., *Beyond the face: An empirical study of infant affective configurations of facial, vocal, gestural and regulatory behaviors*, v: *Child Development* 65 (1994), 1495-1507.
- Whitaker C. A., *Psychotherapy of the absurd: With a special emphasis on the psychotherapy of aggression*, v: *Family Process* 74 (1975), 1-16.
- White G. - Helbick T. M., *Understanding and treating jealousy*, v: *Treatment of sexual problems in individual and couples therapy*, ur. R. A. Brown & J. R. Field, PMA Publishing, Boston 1988.
- White G. - Mullen P. E., *Jealousy: Theory, Research, and Clinical Strategies*, New York 1989.
- White G. L., *Jealousy and attitudes toward love*, v: *Unpublished manuscript* 1977.

- White G. L., *Inducing jealousy: A power perspective*, v: *Personality and Social Psychology Bulletin* 6 (1980), 222-227.
- White G. L., *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, v: *Social Psychology Quarterly*, 44 (1981), 24-30.
- White G. L., *A model of romantic jealousy*, v: *Motivation and Emotion*, 5 (1981), 295-310.
- White G. L., *Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival*, v: *Social Psychology Quarterly* 44 (1981), 24-30.
- White G. L., *Relative involvement, inadequacy, and jealousy: A test of a causal model*, v: *Alternative Lifestyles* 4 (1981), 291-309.
- White G. L., *Some correlates of romantic jealousy*, v: *Journal of Personality* 49 (1981), 129-147.
- White G. L., *Comparison of four jealousy scales*, v: *Journal of Research in Personality*, 1984, 18, 115-130.
- White G. L., *Gender, power, and romantic jealousy*, v: *Unpublished manuscript*, University of Auckland, New Zealand, Auckland 1985.
- White G. L., *Romantic jealousy: Secondary appraisal and coping processes*, Manuscript submitted for publication, 1986.
- White G. L., *Self, Relationship, Friends, and Family: Some Applications of Systems Theory to Romantic Jealousy*, v: *The Psychology of jealousy and envy*, ur. P. Salovey, The Guilford Press, New York 1991, 233-234.
- Whitehurst P. N., *Violence potential in extramarital sexual spouses*, v: *Journal of Marriage and the Family* 33 (1971), 683-691.
- Wicklund R. A., *Group contact and self-focused attention*, v: *Psychology of group influence*, ur. P. B. Paulus, NJ: Erlbau, Hillsdale 1980, 189-208.
- Winnicott D. W., *Mother and Child: A primer of first relationship*, Basic Books, New York 1957.
- Winnicott D. W., *Playing and reality*, Basic Books, New York 1971.
- Winnicott D. W., *The maturational process and the facilitating environment*, International Universities Press, New York 1965.
- Winter S., *Fighting Jealousy*, v: *Issues in Radical Therapy* 3 (1975).
- Wolff H., *Jesus als Psychotherapeut*, Stuttgart 2001.
- Wollheim R., *Freud*, Fontana, London 1971.

- Wylie R. C., *The self-concept: A review of methodological consideration and measuring instruments*, University of Nebraska Press, Lincoln 1974.
- Zalusky S., *Telephone analysis: out of sight, but not out of mind*, v: *Paper presented at workshop »Telephone Analysis«*, American Psychoanalytic Association Annual Meeting, New York 1996.
- Zeanah C. H. - Barton M. L., *Introduction: Internal representations and parent-infant relationships*, v: *Infant Mental Health Journal* 10 (1989), 135-141.
- Zeanah C. H., (Ed.), *Handbook of infant mental health*, Guilford Press, New York 1993.
- Zeanah C. H., Anders T. F., Seifer R. in Stern D. N., *Implications of research on infant development for psychodynamic theory and practice*, v: *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 2(5) (1989), 657-668.
- Zeanah C. H., Keener M. A., Stewart L. in Anders T. F., *Prenatal perception of infant personality: A preliminary investigation*, v: *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 24 (1985), 204-210.