

ZBORNIK RADOVA

PETI SARAJEVSKI DANI PSIHOLOGIJE

br. 5 (2019)



FILOZOFSKI FAKULTET UNIVERZITETA U SARAJEVU
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

E-ISSN 2490-2306

SARAJEVSKI DANI PSIHOLOGIJE ZBORNİK RADOVA

PETI SARAJEVSKI DANI PSIHOLOGIJE,
FILOZOFSKI FAKULTET U SARAJEVU, 19–21. 4. 2018. GODINE

Decembar / prosinac 2019.

Filozofski fakultet Univerziteta u Sarajevu
Odsjek za psihologiju
ISSN 2490-2306 (ON-LINE)

SARAJEVSKI DANI PSIHOLOGIJE
ZBORNİK RADOVA God. 5, br. 5 (2019)

PETI SARAJEVSKI DANI PSIHOLOGIJE,
FILOZOFSKI FAKULTET U SARAJEVU, 19–21. 4. 2018. GODINE

Uredništvo:

Nermin Đapo, Sibela Zvizdić, Amela Dautbegović,
Mirna Marković, Josip Burušić

Organizacioni odbor Petih sarajevskih dana psihologije:

Zvizdić Sibela, predsjednica, Dautbegović Amela, Đapo Nermin,
Đokić Ratko, Marković Mirna

Programski odbor Petih sarajevskih dana psihologije:

Koso-Drljević Maida, predsjednica, Alispahić Sabina, Drače Saša,
Fako Indira, Hadžiahmetović Nina, Hasanbegović-Anić Enedina,
Husremović Dženana, Kolenović-Đapo Jadranka, Muheljić Aida, Tuće Đenita

Recenzenti:

Alispahić Sabina, Dautbegović Amela, Drače Saša, Đapo Nermin, Đokić
Ratko, Fako Indira, Hadžiahmetović Nina, Hasanbegović-Anić Enedina,
Husremović Dženana, Koso-Drljević Maida, Marković Mirna,
Kolenović-Đapo Jadranka, Muheljić Aida, Tuće Đenita, Zvizdić Sibela

Lektor:

Mehmed Kardaš

DTP:

PRINT STUDIO, Sarajevo

Izdavač:

Filozofski fakultet Univerziteta u Sarajevu
<http://www.ff-eizdavastvo.ba/SerijskepublikacijePsihologija.aspx>

Decembar/prosinac 2019.
Sarajevo, Bosna i Hercegovina

SADRŽAJ

Keljanović Anđela VREDNOSTI KOD MLADIH SA SEVERA KOSOVA	4
Tomić Dragana, Hasanbegović-Anić Enedina, Tuće Đenita PERFEKCIONIZAM I DEPRESIVNOST: MEDIJACIJSKA ULOGA BEZUVJETNOG SAMOPRIHVAĆANJA	20
Kolenović-Đapo Jadranka, Dujmović Katarina, Spahić Lamija VALIDACIJSKA STUDIJA SKALE ZA PROCJENU SAMOEFIKASNOSTI IGRAČA BADMINTONA	45
Sandić Aneta, Hasanbegović-Anić Enedina PSIHOANALITIČKE REFLEKSIJE O DINAMICI VELIKE GRUPE I NJIHOVIM MEĐUSOBNIM KONFLIKTIMA	61
Aziraj Zana, Aziraj-Smajić Vildana - Werther vs. PAPAGENO EFEKAT: PREGLED DOSADAŠNJIH ISTRAŽIVANJA O UTJECAJU MEDIJSKIH IZVJEŠTAVANJA NA SUICIDALNOST	78
Šijan Bojan, Hasanbegović-Anić Enedina TERAPIJSKI UČINCI U DRAMSKOJ UMJETNOSTI KROZ ISKUSTVA GLUMACA U PROCESU STVARANJA ULOGE ...	90
Imamović-Salčinović Zana KOGNITIVNO-BIHEVIORALNI TRETMAN POSTTRAUMATSKOG STRESNOG POREMEĆAJA - PRIKAZ SLUČAJA	115
REGISTAR AUTORA	125

VREDNOSTI KOD MLADIH SA SEVERA KOSOVA

Anđela Keljanović¹,
Univerzitet u Prištini, Filozofski fakultet, Odsek za psihologiju

SAŽETAK

Ovim radom želimo empirijski da utvrdimo da li se odnos vrednosti i blagostanja zasniva na teoriji samodeterminacije. Prema teoriji samodeterminacije, aktivnosti koje odražavaju unutrašnje potrebe donose više satisfakcije od aktivnosti koje odražavaju spoljašnje. Na osnovu prepostavke o „zdravim“ i „nezdravim“ vrednostima, gde „zdrave“ vrednosti doprinose pozitivnom blagostanju a „nezdrave“ štete, očekujemo da će se i na našem uzorku izdvojiti „zdrave“ i „nezdrave“ vrednosti. Uzorkom je obuhvaćeno 400 studenata sa Filozofskog fakulteta i Tehničkog fakulteta u Kosovskoj Mitrovici, prosečne starosti $M=21,48$, $SD=2,48$. U istraživanju su korišćeni sledeći instrumenti: Skala kontinuum mentalnog zdravlja – duga forma, Švarcova skala univerzalnih vrednosti i sociodemografski upitnik. Na osnovu dobijenih podataka i istaknutih vrednosti na našem celokupnom uzorku mladih, možemo primetiti da vrednosti koje pozitivno doprinose blagostanju pripadaju grupi „zdravih vrednosti“. Izdvojile su se sledeće vrednosne orijentacije: Usmerenost na sebe, Čovekoljublje, Univerzalizam kao zdrave vrednosti, a ako tome pridružimo i vrednost Postignuće, dobijamo skup vrednosti koje se odnose na potrebe rasta prema Schwartzu. Kao „nezdrave“ vrednosti izdvajamo Tradiciju, Sigurnost i Moć. Hipotezu o „zdravim“ i „nezdravim“ vrednostima donekle smo potvrdili, jer ove vrednosti, kao što smo i očekivali, doprinose blagostanju u skladu sa tim da li pripadaju grupi „zdravih“ ili „nezdravih“ vrednosti.

Ključne riječi: vrednosti, teorija samodeterminacije, blagostanje, mladi

¹ andjela.keljanovic@pr.ac.rs

UVOD

Osnovni problem od kojeg polazimo u našem istraživanju je odnos vrednosti i blagostanja. Na osnovu ranijih istraživanja, vezu između vrednosti i blagostanja možemo posmatrati iz više perspektiva (Sagiv, Roccas, Hazan, 2004): perspektive zdravih vrednosti, postizanja cilja i perspektive kongruentnosti. U ovom radu želimo da prikažemo teorijsku perspektivu koja se zasniva na hipotezi zdravih vrednosti, odnosno teoriji samodeterminacije koja preko koncepta bazičnih psiholoških potreba opisuje kakav uticaj socijalna sredina ima na psihološki razvoj čoveka. Kada socijalna sredina omogućava zadovoljenje potreba, ljudi će se razvijati i funkcionisati na zdrav način, a kada su nezadovoljene – funkcionisaće na neoptimalan način (Randelović i Smederevac, 2011). Pomenuta teorija naglašava da je dobrobit direktna funkcija zadovoljenja bazičnih psiholoških potreba (Ryan & Deci, 2000). Svakodnevno osećanje autonomije, kompetencije i povezanosti sa drugim ljudima rezultira na duže staze povećanjem dobrobiti (Sheldon & Elliot, 1999; prema Randelović i Smederevac, 2011). Ukratko, teorija pretpostavlja da je zadovoljenje bazičnih psiholoških potreba prediktor mera dobrobiti, zdravlja i razvoja svakog čoveka (Ryan & Deci, 2000).

Određene vrednosti pozitivno doprinose mentalnom zdravlju, dok neke druge vrednosti štete. Autori (Jensen and Bergin, 1988) izdvajaju Usmerenost na sebe, Čovekoljublje i Univerzalizam kao „zdrave“ vrednosti. Strupp (1980) nalazi iste vrednosti kao „zdrave“. Takođe postoji saglasnost da su vrednosti Čovekoljublje i Stimulacija vrste „zdravih“ vrednosti. S druge strane, vrednosti kao što su Konformizam, Tradicija, Sigurnost i Moć pripadaju „nezdravim vrednostima“ kako navodi Gat (Gat, 1997, prema Sagiv & Schwartz, 2000).

Jedno od objašnjenja moglo bi biti da težnja ka zdravim vrednostima vodi percepciji, stavovima i ponašanju koje utiče na sreću i zadovoljstvo životom, dok nezdrave vrednosti imaju suprotne efekte. Moguća je i povratna reakcija koja polazi od subjektivnog blagostanja ka vrednostima. Ljudi koji su srećni i zadovoljni svojim životom imaju dovoljno resursa za autonomiju, toleranciju i fokusiraju se na dobrobit bliskih drugih, dok ljudima koji su nezadovoljni svojim životom nedostaju sredstva da bi ostvarivali zdrave vrednosti.

Kasser i Ahuvia (2002) su istraživali odnos materijalnih vrednosti i blagostanja među studentima poslovnih studija u Singapuru, gde bi materijalne vrednosti po pravilu trebale biti istaknute. Njihovi nalazi ukazuju na to da neke vrednosti mogu biti zdrave ili nezdrave bez obzira na to koliko

su one usaglašene sa vrednostima koje okolina podržava. Lične vrednosti poput samoprihvatanja i pripadnosti (Kasser & Ahuvia, 2002; Kasser & Ryan, 1996; Vansteenkiste, Lens & Deci, 2006) doprinose blagostanju. S druge strane, vrednosti poput materijalnog uspeha i slave ugrožavaju blagostanje.

U istraživanju odnosa vrednosti i hedonističkih i eudajmonističkih aspekata blagostanja studenata iranskog univerziteta (Joshnloo, Ghaedi, 2008) dobijeno je da Postignuće i Tradicija značajno koreliraju sa svim aspektima blagostanja. Moć, Usmerenost na sebe, Univerzalizam i Čovekoljublje i Konformizam su povezani sa eudajmonističkim aspektima blagostanja. Usmerenost na sebe pozitivno korelira sa psihičkim, a negativno sa socijalnim blagostanjem, dok je Čovekoljublje značajno samo za socijalno blagostanje. Sa socijalnim blagostanjem koreliraju i Moć i Konformizam. Moć negativno korelira sa socijalnim blagostanjem i zbog toga se smatra nezdravom vrednošću.

Prema Schwartzovoj tipologiji, vrednosti koje treba da budu zastupljene među studentima psihologije su Univerzalizam i Čovekoljublje jer su to vrednosti koje treba da izraze u svom radu sa klijentima (Schwartz, 1992). Ove vrednosti su u suprotnosti sa vrednostima poput Snage i Postignuća. Vrednost Moć podrazumeva autoritet i kontrolu nad ljudima i resursima, što je u suprotnosti sa ulogom psihologa koji treba da prihvati klijenta i podrži njegov rast. Postignuće naglašava lični uspeh kroz iskazivanje svojih kompetencija, što je takođe u suprotnosti sa ulogom psihologa koji treba da se fokusira na potrebe drugih ljudi. Međutim, među studentima izraelskog univerziteta ova vrednost je neusaglašena sa ulogom psihologa, jer Postignuće uključuje visoke ocene kojima studenti teže. Dok, kod studenata poslovnih studija Holland (Holland, 1985; prema Sagiv and Schwartz, 2000) ističe da preduzetničko okruženje naglašava manipulaciju drugim ljudima kako bi postigli interese organizacije. Oni teže da kontrolišu ljude i resurse. Prema tome, vrednosti koje odlikuje menadžere su Moć i Postignuće. One su u sukobu sa vrednostima Čovekoljublje i Univerzalizam. Studenti menadžmenta ističu moć kao dominantnu vrednost, dok studenti psihologije naglašavaju Čovekoljublje više od studenata menadžmenta. Dobijeni rezultati pokazuju da su među studentima psihologije vrednosti Čovekoljublje i Univerzalizam u pozitivnoj korelaciji sa blagostanjem, dok Moć korelira negativno. Postignuće ne korelira sa blagostanjem. Među studentima menadžmenta, naglašavanje vrednosti moći i postignuća pozitivno korelira sa subjektivnim blagostanjem, dok Čovekoljublje i Univerzalizam koreliraju negativno. Konformizam i Sigurnost koreliraju negativno sa afektivnim

aspektom subjektivnog blagostanja. Povezanost blagostanja sa vrednostima Moć, Sigurnost i Konformizam bila je slaba. Činjenica da ne koreliraju ukazuje da nisu ni uzrok ni proizvod lošeg blagostanja. Suprotno očekivanjima teorije samodeterminacije, vrednost Moć pozitivno korelira s opštim mentalnim zdravljem. Jedan od zaključaka ove studije je da ljudi koji su dobro prilagođeni u društvu i stoga uživaju pozitivno blagostanje mogu isticati vrednosti koje su im važne. Vrednost Usmerenost na sebe bila je među tri najvažnije vrednosti koje pozitivno koreliraju sa blagostanjem. Stimulacija je bila relativno nevažna vrednost, ali korelira pozitivno sa blagostanjem, Sigurnost je bila među dve najvažnije vrednosti, ali negativno korelira s afektivnom komponentom blagostanja, dok je vrednost Čovekoljublje bila među dve najvažnije vrednosti u svim uzorcima, ali nije u korelaciji sa blagostanjem (Sagiv & Schwartz, 2000).

S obzirom na političke i ekonomske prilike koje se svakodnevno odigravaju na teritoriji Kosova i Metohije, zanimljivo je ispitati koji ciljevi upravljaju motivacijom mladih koji borave na ovoj teritoriji. Da li se lične vrednosti studenata mogu objasniti teorijom samodeterminacije i da li su studenti skloniji zdravijim ili nezdravim vrednostima u ovako nestabilnom okruženju i koje su to vrednosti koje doprinose subjektivnom blagostanju mladih ljudi na teritoriji Kosova i Metohije? Pretpostavljamo da će postojati razlika u istaknutim ličnim vrednostima među studentima različitih profesionalnih usmerenja, te upravo zato uzorak čine studenti Filozofskog i Tehničkog fakulteta Univerziteta u Prištini.

Osnovni cilj našeg istraživanja je da utvrdimo da li su vrednosti studenata povezane sa blagostanjem (psihičkim, socijalnim, emocionalnim) u skladu sa teorijom samodeterminacije. U uvodnom delu rada dali smo prikaz ranijih istraživanja koja su se bavila ispitivanjem ove hipoteze. Ranija istraživanja izdvajaju određene vrednosti koje definišu kao „zdrave“ i vrednosti koje definišu kao „nezdrave“. Stoga nas zanima da li su blagostanje mladih koji studiraju u Kosovskoj Mitrovici i vrednosti u skladu sa teorijom samodeterminacije.

METOD

Uzorak

Istraživanje je obavljeno na prigodnom uzorku studenta Univerziteta u Prištini sa privremenim sedištem u Kosovskoj Mitrovici. Uzorkom je obuhvaćeno 400 studenata, 200 studenta sa Filozofskog fakulteta u Kosovskoj

Mitrovici i 200 studenta sa Tehničkog fakulteta u Kosovskoj Mitrovici, starosti od 18 do 34 godine ($M=21,48$, $SD=2,48$). Ukupan broj studenata muškog pola bio je 139, a ukupan broj ženskih studenata 261.

Instrumenti

Individualne vrednosti, kao predstave poželjnog koje utiču na to kako će ljudi da procenjuju događaje i biraju odgovarajuću akciju za datu situaciju, su merene Švarcovom Skalom univerzalnih vrednosti (Schwartz, 1992).

Švarcova Skala univerzalnih vrednosti

Trenutno predstavlja najšire korišćen instrument za istraživanje individualnih razlika u vrednostima. Skala se sastoji iz 56 stavki koje predstavljaju terminalne (30 ajtema) i instrumentalne (26 ajtema) vrednosti. Ove dve vrste vrednosti nisu odvojene u skali već su izmešane. Pored svake vrednosti u zagradi je navedeno dodatno objašnjenje njenog značenja – 56 stavki meri 11 vrednosnih domena: Čovekoljublje (7), Univerzalnost (7), Usmerenost na sebe (6), Stimulacija (3), Hedonizam (3), Postignuće (6), Moć (4), Sigurnost (7), Tradicija (5), Konformizam (4), Duhovnost (4). Švarc je izbacio Duhovnost jer se nije pokazala stabilnom u kroskulturalnim studijama (Schwartz, 1994). Zadatak ispitanika je da procene koliko su pojedinačne vrednosti važne u njegovom/njenom životu na devetostepenoj skali: 7 (od presudne važnosti), 6, 5 (neobeleženo), 4 (veoma važno), 3 (neobeleženo), 2 (važno), 1 (neobeleženo), 0 (nevažno), -1 (suprotno mojim vrednostima). Krombahova alfa vrednosnih domena varira od .61 za Tradiciju do .75 za Univerzalizam (Schwartz, 1992). Krombahova alfa na našem uzorku za sub-skale je sledeća: Čovekoljublje 0,79; Univerzalizam 0,62; Usmerenost na sebe 0,81; Stimulacija 0,64; Hedonizam 0,59, Postignuće 0,64; Moć 0,39; Sigurnost 0,68; Tradicija 0,66; Konformizam 0,63; Duhovnost 0,33. Krombahova alfa na našem uzorku za celokupnu skalu iznosi 0,89.

Kontinuum mentalnog zdravlja – duga forma

Varijabla mentalno zdravlje operacionalizovana je pomoću skale Kontinuum mentalnog zdravlja (Mental Health Continuum (MHC) – Long form, Keyes, 2002). Skala meri tri komponente pozitivnog mentalnog zdravlja od kojih je svaka predstavljena pomoću posebne subskale: Emocionalno blagostanje, Psihičko blagostanje i Socijalno blagostanje. Krombahova alfa za celu skalu je 0,75.

Emocionalno blagostanje se odnosi na prisustvo/odsustvo pozitivnih emocija u poslednjih 30 dana i stepen zadovoljstva sopstvenim životom. Raspon odgovora je petostepeni i kreće se od „sve vreme“ do „nijednom“. Pouzdanost ove skale na uzorku Amerikanaca (Keyes 2002; prema Stanojević, 2013) bila je 0.91. Raspon skorova kreće se 6–40. Pouzdanost na našem uzorku bila je 0,88.

Psihičko blagostanje se meri pomoću skraćene verzije Rifine (Ryff 1989; prema Stanojević, 2013) skale psihičkog blagostanja kojom se procenjuje koliko su ispitanici napredovali u svom privatnom, ličnom životu. Ova subskala ima relativno malu pouzdanost, oko 0.50 (Ryff & Keyes 1995; prema Stanojević, 2013). Raspon skorova je 18–126. Na našem uzorku pouzdanost ove skale bila je 0,85.

Socijalno blagostanje se procenjuje skraćenom Kizovom Skalom socijalnog blagostanja koja se sastoji od pet dimenzija. Pouzdanost za Skalu socijalnog blagostanja iznosi 0.81 (Keyes 2002; prema Stanojević, 2013). Raspon skorova na ovoj subskali je 15–105. Na našem uzorku pouzdanost ove skale bila je 0,40.

Sociodemografski upitnik konstruisan je za potrebe istraživanja. Prvo pitanje se odnosi na pol ispitanika (2 kategorije), zatim studenti upisuju godine starosti, materijalno stanje (1 – veoma nisko, 2 – nisko, 3 – srednje, 4 – visoko) i naziv fakulteta.

Postupak

Instrumenti kojima je sprovedeno istraživanje su samoopisnog tipa. Svi ispitanici su ispitani grupno. Studenti su ispitani na fakultetima Univerziteta u Prištini (Filozofski fakultet i Tehnički fakultet) sa privremenim sedištem u Kosovskoj Mitrovici. Istraživanje je obavljeno u decembru 2016. godine. U opštem uputstvu, ispitanici su bili zamoljeni da pažljivo pročitaju pitanja, iskreno odgovore na njih i da odgovore na svaku stavku. Učesnici su takođe bili upoznati da će odgovori biti tretirani kao anonimni i da će se podaci koristiti isključivo u naučne svrhe. Od ispitanika se nije tražilo da napišu svoja imena na upitnike da bi se smanjila mogućnost davanja socijalno poželjnih odgovora. Podaci dobijeni u ovom istraživanju su obrađeni u statističkom paketu SPSS 23.

REZULTATI

Razlike u vrednosnim orijentacijama između studenata humanističkih i tehničkih nauka.

Postoje statistički značajne razlike među studentima humanističkih i tehničkih nauka kada su u pitanju sledeće vrednosti: Čovekoljublje, Univerzalizam, Usmerenost na sebe, Sigurnost, Konformizam i Duhovnost. Ne postoje statistički značajne razlike za vrednosti Stimulacija, Hedonizam, Postignuće, Moć i Tradicija. Utvrđene razlike idu u prilog studentima humanističkih nauka. Rezultati t-testa prikazani su u Tabeli 1.

Mogućnost predviđanja blagostanja na osnovu vrednosti studenata

Za predviđanje *socijalnog blagostanja* mladih različitih profesionalnih usmerenja na osnovu vrednosnih orijentacija upotrebljena je linearna regresiona analiza. Preliminarnim analizama je dokazano da pretpostavke linearnosti, normalnosti, multikolinearnosti i homogenosti varijanse nisu bile narušene. Rezultati pokazuju da postoji mogućnost predikcije socijalnog blagostanja studenata različitih profesionalnih usmerenja na osnovu vrednosnih orijentacija. Rezultati su prikazani u Tabeli 2. Preko prediktorskog seta vrednosti možemo objasniti 38,6% varijanse socijalnog blagostanja za studente humanističkih nauka, a vrednost Sigurnost je najsnažniji prediktor, dok za studente tehničkih fakulteta značajne prediktore socijalnog blagostanja predstavljaju vrednosti: Usmerenost na sebe, Univerzalizam, Hedonizam i Tradicija koji objašnjavaju 55,9% varijanse.

Rezultati prikazani u Tabeli 3 pokazuju da postoji mogućnost predikcije emocionalnog blagostanja studenata različitih profesionalnih usmerenja na osnovu vrednosnih orijentacija. Preko modela vrednosnih domena možemo objasniti 8,5% varijanse emocionalnog blagostanja, a najsnažniji prediktor je Postignuće za studente humanističkih nauka, dok je za studente tehničkih fakulteta prediktor emocionalnog blagostanja vrednost Usmerenost na sebe i modelom je objašnjeno 23,6% varijanse.

Rezultati prikazani u Tabeli 4 pokazuju da postoji mogućnost predikcije psihičkog blagostanja studenata različitih profesionalnih usmerenja na osnovu vrednosnih orijentacija. Vrednosti Moć i Tradicija su najsnažniji prediktori i sa setom vrednosti objašnjavaju 19,1% varijanse psihičkog blagostanja za studente humanističkih nauka, dok su za studente tehničkih fakulteta najsnažniji prediktori psihičkog blagostanja Usmerenost na sebe, Čovekoljublje i Tradicija kojima objašnjavamo 42,1% varijanse.

DISKUSIJA

Ukratko, ovim istraživanjem želeli smo da saznamo da li se odnos vrednosti i blagostanja na uzorku studenata humanističkih i tehničkih nauka zasniva na teoriji samodeterminacije. Zanimalo nas je da li se studenti humanističkih i tehničkih nauka razlikuju u vrednosnim orijentacijama? Utvrđeno je da postoje razlike u sledećim vrednostima: Čovekoljublje, Univerzalizam, Usmerenost na sebe, Sigurnost, Konformizam, Duhovnost. Pored toga, želeli smo da saznamo da li određene vrednosti mogu biti prediktori blagostanja (socijalnog, emocionalnog i psihičkog) kod studenata različitih profesionalnih usmerenja? Krenuli smo od pretpostavke o „zdravim“ i „nezdravim“ vrednostima i njihovom doprinosu blagostanju. Pretpostavili smo da će se izdvojiti određene vrednosti koje doprinose blagostanju i da će vrednosti biti različite na poduzorku studenata Filozofskog i Tehničkog fakulteta. Socijalno blagostanje kod studenata humanističkih nauka najviše predviđa vrednost Sigurnost, dok kod studenata tehničkih nauka sledeće vrednosti predviđaju socijalno blagostanje: Usmerenost na sebe, Univerzalizam, Hedonizam i Tradicija. Hedonizam i Tradicija su sa negativnim predznakom. Ranija istraživanja pokazuju da sa socijalnim blagostanjem koreliraju Moć, Konformizam i Čovekoljublje (Joshani, 2008). Prema teoriji samodeterminacije, Univerzalizam treba da bude u pozitivnoj korelaciji sa subjektivnim blagostanjem (Ryan et al., 1996; prema Oishi, Diener, Suh & Lucas, 1999).

Najveći doprinos emocionalnom blagostanju kod studenta humanističkih nauka ostvaruje vrednost Postignuće, a kod studenata tehničkih fakulteta Usmerenost na sebe. Postignuće naglašava lični uspeh kroz iskazivanje svojih kompetencija, što je u suprotnosti sa humanističkim naukama koje treba da se fokusiraju na potrebe drugih ljudi. Ova vrednost je neusaglašena sa humanističkim usmerenjima, mada se Postignuće može opravdati težnjom studenata ka što boljim ocenama, a ne nužno suprotnosti s ulogom budućeg zanimanja.

Kod studenata humanističkih nauka Moć i Tradicija sa negativnim predznakom predviđaju psihičko blagostanje, dok kod studenata tehničkog fakulteta doprinos psihičkom blagostanju imaju vrednosti Čovekoljublje, Usmerenost na sebe, dok Tradicija negativno doprinosi blagostanju.

Vrednost Moć podrazumeva autoritet i kontrolu nad ljudima i resursima, što je u suprotnosti sa humanističkim zanimanjima koja bi trebalo da se baziraju na prihvatanju i podržavanju. Teorija samodeterminacije (Ryan et al., 1996; prema Oishi et al., 1999) predviđa da aktivnosti vezane za Moć

negativno koreliraju s aspektima blagostanja, što je i na našem poduzorku studenata humanističkih nauka slučaj, bar kada je reč o psihičkom blagostanju.

Vrednost Usmerenost na sebe bila je među tri najvažnije vrednosti koje pozitivno koreliraju sa blagostanjem u Hollandovom istraživanju (Holland, 1985; prema Joshanloo, Ghaedi, 2008), a i kod nas se među studentima tehničkih nauka pokazala kao vrednost koja pozitivno doprinosi svim aspektima blagostanja. Usmerenost na sebe pozitivno korelira sa psihičkim, a negativno sa socijalnim blagostanjem (Joshanloo, Ghaedi, 2008). Usmerenost na sebe kao intrinzička vrednost i Tradicija kao ekstrinzična vrednost idu u korist modela kongruentnosti. Prema tome, pojedinci orjentisani na spoljašnje ciljeve verovatno će ignorisati sopstvene potrebe i učestvovati u aktivnostima koje idu na štetu njihovom zdravlju i blagostanju (Kasser et al., 1993; 1996).

Da li odnos vrednosti i blagostanja možemo bolje razumeti preko teorije samodeterminacije? Ako pogledamo dobijene podatke i istaknute vrednosti na našem celokupnom uzorku studenata, možemo primetiti da vrednosti koje pozitivno doprinose blagostanju pripadaju grupi „zdravih vrednosti“. Na našem uzorku izdvojile su se sledeće vrednosne orjentacije: Usmerenost na sebe, Čovekoljublje, Univerzalizam kao zdrave vrednosti, a ako tome pridružimo i vrednost Postignuće, dobijamo skup vrednosti koje se odnose na potrebe rasta prema Švarcu. Kao „nezdrave“ vrednosti na našem uzorku izdvajamo: Tradiciju, Sigurnost i Moć. Hipotezu o „zdravim“ i „nezdravim“ vrednostima donekle smo potvrdili, jer ove vrednosti, kao što smo i očekivali, doprinose blagostanju u skladu sa tim da li pripadaju grupi „zdravih“ ili „nezdravih“ vrednosti. Ni jedan određeni tip vrednosti nije nužno zdrav ili nezdrav, kako se navodi u istraživanjima (Oishi et al., 1999). Umesto toga, određene vrednosti doprinose pozitivnom ili negativnom blagostanju, u zavisnosti od toga da li su u skladu sa vrednostima naglašenim u određenoj sredini (Oishi et al., 1999).

U našem istraživanju učestvovali su studenti sa različitih smerova Filozofskog i Tehničkog fakulteta, a polazimo od toga da studenti biraju odseke u skladu sa svojim interesovanjima, veštinama i motivacijom (Walsh & Holland, 1992). Saglasnost između sopstvenih prioriteta studenata i onih koji su prisutni na njihovim katedrama verovatno će uticati na njihovo blagostanje. Kod studenata humanističkih nauka kao prediktori blagostanja istakle su se sledeće vrednosti: Postignuće i Sigurnost, kao i Moć i Tradicija. Cilj Postignuća je lični uspeh kroz demonstriranje kompetencija i sticanje podrške društva, iako ima sličnosti s Usmerenošću na sebe, kod Usmere-

nosti na sebe, osoba se vodi ličnim, internim standardima, dok je kod Postignuća ona više orjentisana na društvene standarde i odobravanje okruženja (Alargić, 2012). Možemo zaključiti da Postignuće, pošto je reč o studentskoj populaciji, ima veze s učenjem i ocenama, kako bi postigli što bolji uspeh tokom studiranja. Sigurnost podrazumeva stabilnost u međuljudskim odnosima, mada u okviru Švarcove teorije razlikujemo dve vrste sigurnosti: za sebe i za društvo. U ovom slučaju obe sigurnosti su opravdane. Prva zbog društvene situacije i uslova u kojima studiraju mladi u Kosovskoj Mitrovici, a druga se direktno tiče njihovog budućeg zanimanja. Moć je kao i postignuće usmerena na socijalno priznavanje i cilj je sticanje prestiža i postizanje kontrole nad ljudima, dok Tradicija podrazumeva poštovanje običaja i normi ponašanja. Možemo oprezno zaključiti da vrednosti koje predstavljaju prediktore blagostanja za grupu studenata humanističkih nauka nisu u skladu sa njihovim budućim zanimanjem, međutim, ako sagledamo širi kontekst, ne samo fakultet, situacija se menja. Današnji mladi teže vrednostima poput Postignuća ne bi li na taj način uspeali da postignu zacrtane životne ciljeve jer je to možda i jedini način da postignu uspeh u današnjem društvu. Sigurnost je svakako povezana sa nestabilnom društveno-političkom situacijom koja na teritoriji Kosova i Metohije traje već godinama. Moć ocenjuju negativno jer stanje u društvu, nezaposlenost, ljudi bez obrazovanja na visokim pozicijama teraju mlade da osećaju prezir prema takvoj vrsti vrednosti. A iz generacije u generaciju tradicija gubi na značaju, jer mladi sve manje pažnje posvećuju običajima, religiji već se okreću nekim drugim vrednostima. Kod studenata tehničkih fakulteta nalazimo druge vrednosti poput Usmerenosti na sebe, Univerzalizma i Čovekoljublja koje doprinose blagostanju, i Tradiciju i Hedonizam sa negativnim doprinosom. Usmerenost na sebe opisuje osobu koja se oslanja na sopstvene kapacitete prilikom donošenja odluka. Ove osobe cene slobodu i nezavisnost. Univerzalizam ukazuje na prihvatanje realnosti upravo onakve kakva ona zaista i jeste i ovaj domen je sličan Čovekoljublju koje se manifestuje kroz vrednosti altruizma, dobrote i predstavlja brigu za bliske osobe koja je neophodna za napredak društvene grupe od značaja. Usmerenost na sebe i Univerzalizam su vrednosti u skladu s odabranim zanimanjem, jer se studenti tehničkog fakulteta pripremaju za zanimanja gde se uglavnom oslanjaju na sopstvene kapacitete, poput studenata arhitekture, građevine, mašinstva. Za razliku od studenata humanističkih nauka koji se mahom pripremaju za poslove gde će često raditi sa različitim profilima, studenti tehničkih nauka će ubuduće raditi ili samostalno ili u sličnim profilima. Tradicija se može objasniti isto kao i kod studenata humanističkih nauka, dok Hedonizam koji podrazumeva

lično zadovoljenje, a kod studenata tehničkih nauka je negativno povezan sa socijalnim blagostanjem, zapravo može predstavljati odlaganje zadovoljstva zbog brojnih obaveza koje nameću studije. Pretpostavljamo da, ako uzmemo u obzir predispitne obaveze koje se traže od studenata tehničkih nauka, arhitekture i građevine pogotovo, možemo primetiti da odlažu zadovoljstvo ne bi li postigli ciljeve koji se odnose na studije (položili ispit, završili fakultet).

ZAKLJUČAK

Ovim istraživanjem ispitivali smo odnos vrednosti i blagostanja u skladu sa teorijom samodeterminacije. Dosadašnja istraživanja pokazuju da se mogu izdvojiti „zdrave“ i „nezdrave“ vrednosti koje doprinose blagostanju. Naši rezultati su u skladu s očekivanjima i rezultatima ranijih istraživanja. S obzirom na to da je istraživanje sprovedeno na uzorku studenata sa Filozofskog i Tehničkog fakulteta, valjalo bi uzorak proširiti i na ostale fakultete. Fakulteti su korisni za ovakav vid istraživanja upravo zato što različite katedre imaju svoju kulturu vrednosti. Studentske grupe predstavljaju okruženje u kojem studenti provode većinu vremena. Celokupan osećaj blagostanja osobe je proizvod osećaja blagostanja doživljenog u različitim sredinama u kojima osoba provodi vreme. Ako se fokusiramo samo na jedno okruženje, kao što smo mi donekle učinili, možemo objasniti samo deo varijanse blagostanja koje se može pripisati vrednostima. Preporuka za naredna istraživanja je da se proučava uticaj kongruentnosti vrednosti uključivanjem više različitih okruženja.

LITERATURA

- Alargić, D. (2012). Karakteristike pojedinca kao činioca sistema vrednosti pripadnika vojske Srbije. Neobjavljena doktorska disertacija. Filozofski fakultet, Beograd.
- Jensen, J. P. & Bergin, A. E. (1988). Mental health values of professional therapists: A national interdisciplinary survey. *Professional Psychology: Research and Practice*, 19(3), 290–297.
- Joshanloo, M. & Ghaedi, G. (2009). Value priorities as predictors of hedonic and eudaimonic aspects of well-being. *Personality and Individual Differences*, 47, 294–298.
- Kasser, T., Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students. *European Journal of Social Psychology*, 32, 137–146.
- Kasser, T. & Ryan, R. M. (1993). A dark side of the American dream: correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of personality and social psychology*, 65(2), 410–422.
- Kasser, T. & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 280–287.
- Oishi, S., Diener, E., Suh E. & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. *Journal of Personality*, 67, 157–184.
- Ranđelović, K. & Smederevac, S. (2011). Relacije životnih ciljeva, bazičnih psiholoških potreba i dobrobiti. *Primenjena psihologija*, IV/3, 263–278.
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54–67.
- Sagiv, L., Roccas, S. & Hazan, O. (2004). Value pathways to well-being: Healthy values, valued goal attainment, and environmental congruence. In: A. Linley, & J. Stephen (Eds.), *Positive Psychology in Practice*. NJ: John Wiley.
- Sagiv, L. & Schwartz, S. H. (2000). Values and subjective well-being: direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30, 177–198.

- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in experimental social psychology*, 25, 1–65.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the content and structure of values? *Journal of Social Issues*, 50, 19–45.
- Stanojević, D. (2013). Korelati mentalnog zdravlja adolescenata srpske nacionalnosti sa Kosova i Metohije. Neobjavljena doktorska disertacija. Filozofski fakultet, Niš.
- Strupp H. (1980). Success and Failure in Time-Limited Psychotherapy A Systematic Comparison of Two Cases: Comparison 1. *Arch Gen Psychiatry*, 37(5), 595–603.
- Vansteenkiste, M., Lens W. & Deci, E. (2006). Intrinsic Versus Extrinsic Goal Contents in Self-Determination Theory: Another Look at the Quality of Academic Motivation, *Educational Psychologist*, 41(1), 19–31.
- Walsh, B. W. & Holland, J. L. (1992). A theory of personality types and work environments. In W. B. Walsh, K. H. Craik & R. H. Price (Eds.), *Person–environment psychology: Models and perspectives* (pp. 35–69). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

VREDNOSTI KOD MLADIH SA SEVERA KOSOVA

Tabela1. *T-test značajnosti razlika između studenata humanističkih i tehničkih nauka u izraženoj vrednosnoj orijentaciji*

Vrednosti	Profesionalno usmerenje	AS	SD	t	Sig.
Čovekoljublje	Humanističke nauke	39,44	7,06	4,475	,000
	Tehničke nauke	35,67	8,85		
Univerzalizam	Humanističke nauke	36,01	7,54	2,624	,009
	Tehničke nauke	33,40	10,90		
Usmerenost na sebe	Humanističke nauke	33,12	6,76	4,406	,000
	Tehničke nauke	29,68	8,04		
Stimulacija	Humanističke nauke	13,80	4,38	,693	,489
	Tehničke nauke	13,48	4,48		
Hedonizam	Humanističke nauke	15,05	4,33	,696	,487
	Tehničke nauke	14,74	4,10		
Postignuće	Humanističke nauke	28,97	5,96	1,442	,150
	Tehničke nauke	27,98	7,00		
Moć	Humanističke nauke	14,95	4,87	-1,602	,110
	Tehničke nauke	15,89	6,41		
Sigurnost	Humanističke nauke	36,43	7,27	3,856	,000
	Tehničke nauke	33,21	8,49		
Tradicija	Humanističke nauke	21,60	6,57	1,389	,166
	Tehničke nauke	20,60	7,20		
Konformizam	Humanističke nauke	21,10	4,84	4,544	,000
	Tehničke nauke	18,66	5,43		
Duhovnost	Humanističke nauke	19,48	5,76	2,377	,018
	Tehničke nauke	18,16	4,80		

VREDNOSTI KOD MLADIH SA SEVERA KOSOVA

Tabela 2. Rezultati regresione analize za zavisnu varijablu socijalno blagostanje za studente razliĽitih profesionalnih usmerenja

HumanistiĽke nauke				TehniĽke nauke			
	<i>R</i> ²	Beta	Sig		<i>R</i> ²	Beta	Sig
<i>PREDIKTORI</i>	,386		,006	<i>PREDIKTORI</i>	,559		,000
Ĉovekoljublje		,113	,532	Ĉovekoljublje		-,090	,558
Univerzalizam		-,155	,373	Univerzalizam		,349	,007
Usmerenost na sebe		-,007	,973	Usmerenost na sebe		,914	,000
Stimulacija		-,048	,756	Stimulacija		-,165	,157
Hedonizam		,005	,973	Hedonizam		-,223	,057
Postignuće		,322	,064	Postignuće		-,264	,066
Moć		-,051	,719	Moć		,008	,940
Sigurnost		,372	,028	Sigurnost		-,153	,289
Tradicija		-,251	,082	Tradicija		-,264	,037
Konformizam		,126	,474	Konformizam		,224	,111
Duhovnost		,150	,237	Duhovnost		-,163	,206

Tabela 3. Rezultati regresione analiza za emocionalno blagostanje studenata

HumanistiĽke nauke				TehniĽke nauke			
	<i>R</i> ²	Beta	Sig		<i>R</i> ²	Beta	Sig
<i>PREDIKTORI</i>	,085		,161	<i>PREDIKTORI</i>	,236		,000
Ĉovekoljublje		-,006	,964	Ĉovekoljublje		,068	,611
Univerzalizam		-,091	,434	Univerzalizam		-,004	,973
Usmerenost na sebe		,040	,767	Usmerenost na sebe		,305*	,025
Stimulacija		-,159	,123	Stimulacija		-,056	,577
Hedonizam		,005	,955	Hedonizam		,132	,183
Postignuće		,283**	,013	Postignuće		,073	,556
Moć		-,173	,067	Moć		,001	,993
Sigurnost		,052	,640	Sigurnost		-,115	,347
Tradicija		-,011	,905	Tradicija		,060	,577
Konformizam		,146	,221	Konformizam		-,050	,686
Duhovnost		-,003	,973	Duhovnost		,143	,188

Tabela 4. Rezultati regresione analiza za psihiĽko blagostanje studenata

HumanistiĽke nauke				TehniĽke nauke			
	<i>R</i> ²	Beta	Sig		<i>R</i> ²	Beta	Sig
<i>PREDIKTORI</i>	,191		,000	<i>PREDIKTORI</i>	,421		,000
Ĉovekoljublje		,147	,210	Ĉovekoljublje		,253*	,030
Univerzalizam		-,031	,774	Univerzalizam		,130	,174
Usmerenost na sebe		,140	,270	Usmerenost na sebe		,438**	,000
Stimulacija		-,005	,963	Stimulacija		,047	,593
Hedonizam		-,025	,774	Hedonizam		-,073	,394
Postignuće		,107	,316	Postignuće		,154	,148
Moć		-,187*	,036	Moć		-,113	,137
Sigurnost		,166	,113	Sigurnost		-,113	,287
Tradicija		-,239*	,009	Tradicija		-,367*	,000
Konformizam		,095	,398	Konformizam		,059	,571
Duhovnost		,028	,720	Duhovnost		-,069	,464

SYSTEM OF VALUES OF YOUNG PEOPLE FROM NORT KOSOVO

Anđela Keljanović

Univerzitet u Prištini, Filozofski fakultet, Odsek za psihologiju

SUMMARY

By this work, we want to empirically determine whether the relation of value and well-being is based on the theory of self-determination. According to the theory of self-determination, the activities that reflect internal needs bring more satisfaction than the activities that reflect the external ones. Based on the assumption of „healthy“ and „unhealthy“ values where „healthy“ values contribute to positive well-being, and unhealthy values worsen well-being, we expect that our „healthy“ and „unhealthy“ values will also be identified in our sample. The sample included 400 students from the Faculty of Philosophy and Technical Faculty in Kosovska Mitrovica, average age $M=21.48$, $SD=2.48$. The following instruments were used: Scale Continuum of Mental Health-Long Form, Schwarz Scale of Universal Values and Socio-Demographic Questionnaire. Based on the data obtained and the values displayed on our entire sample of young people, we can notice that values that contribute positively to well-being belong to the „healthy values“ group. The following value orientations have been singled out: Self-direction, Humanity, Universalism as healthy values, if we add the value of Achievement to that, we get a set of values that are related to the growth needs of Schwartz. As „unhealthy“ values, we highlight Tradition, Security and Power. The hypothesis of „healthy“ and „unhealthy“ values is somewhat confirmed, as these values, as we expected, contribute to well-being according to whether they belong to a group of „healthy“ or „unhealthy“ values.

Key words: values, SDT, well-being, young people

PERFEKCIONIZAM I DEPRESIVNOST: MEDIJACIJSKA ULOGA BEZUVJETNOG SAMOPRIHVAĆANJA

Dragana Tomić, Enedina Hasanbegović-Anić, Đenita Tuce
Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SAŽETAK

Cilj istraživanja je ispitati medijacijsku ulogu bezuvjetnog samoprihvaćanja na odnos između negativnog perfekcionizma i depresivnosti kod studenata. Oslanjajući se na suvremena istraživanja koja negativni perfekcionizam vide kao faktor ranjivosti za razvoj psiholoških teškoća, ovaj rad utemeljen je na REBT teoriji ego poremećaja, te medijacijskom modelu koji su predložili Flett i suradnici. Istraživanje je provedeno na prigodnom uzorku studenata Univerziteta u Sarajevu (N=394), prosječne dobi $M=21.39$ ($SD=1.56$). Podaci su prikupljeni metodom grupnog rada. Primijenjeni su sljedeći mjerni instrumenti: Upitnik o sociodemografskim obilježjima, Multidimenzionalna skala perfekcionizma (subskala društveno propisani perfekcionizam), Skala bezuvjetnog samoprihvaćanja, Zungova skala depresivnosti i Zungova skala anksioznosti. Rezultati medijacijske analize pokazuju da varijabla negativni perfekcionizam ostvaruje značajan totalni ($c=.08$; 95% CI=.03, .12) i indirektni ($ab=.04$; 95% CI=.02, .06) efekat na depresivnost, dok se direktni efekat nije pokazao značajnim ($c'=.04$; 95% CI=-.01, .09). Ovi nalazi ukazuju na to da bezuvjetno samoprihvaćanje ima ulogu medijatora u odnosu između negativnog perfekcionizma i depresivnosti. Pri tome je utvrđeno da veća razina negativnog perfekcionizma pridonosi manjem bezuvjetnom samoprihvaćanju, što se onda negativno odražava i na razinu depresivnosti. Dobiveni rezultati u skladu su s dosadašnjim teorijskim razmatranjima i mogu poslužiti kao smjernice u dizajniranju efikasnih preventivnih i tretmanskih intervencija u radu sa studentskom populacijom.

Ključne riječi: negativni perfekcionizam, bezuvjetno samoprihvaćanje, depresivnost

UVOD

Perfekcionizam, pojam koji je poznat već stoljećima te se na prvi pogled svima nama čini kao dobro poznat, psihološki je konstrukt o kojem bi svatko imao šta da kaže. Sukladno tome, rani filozofi i terapeuti gledali su na perfekcionizam kao na važan aspekt ljudskog ponašanja, te prvi koji su pisali o perfekcionizmu, kao što su Janet, Freud, Horney, gledali su na perfekcionizam isključivo kao na negativnu osobinu koja dovodi do nepoželjnih posljedica. Tako je Janet (1898; prema Ellis, 2002) smatrao da perfekcionista imaju rigidne ideje, Freud (1926/1959; prema Blankstein i Dunkley, 2002) je na perfekcionizam gledao kao na simptom neuroze koji proizlazi iz surovog i kaznenog superega koji zahtjeva vrhunsko ponašanje i postignuće u svim područjima života, zatim Horney (1950; prema Ashby i Rice, 2002) je u svojim djelima opisivala perfekcionizam kao „tiraniju moranja“ smatrajući da se perfekcionista svojim težnjama ka dostizanju visokih standarda i ciljeva nastoje uklopiti u neostvarivu i idealiziranu sliku o sebi koju su prethodno stvorili. Suprotno navedenom, Adler (1956; prema Rice i Preusser, 2002) je u svojim radovima isticao važnost perfekcionizma i težnje za savršenstvom kao temeljnim odgovorom na osjećaje neadekvatnosti i inferiornosti, te je smatrao da je to sasvim normalna i urođena ljudska karakteristika (Hall i Lindzey, 1983).

Na osnovu toga, ono što se može ustanoviti da su se laici kao i znanstvenici dugi niz godina suočavali s problemom konceptualizacije same definicije perfekcionizma. Pitanje koje se postavljalo samo po sebi i oko kojeg su se vodile rasprave je da li je to jednodimenzionalni ili višedimenzionalni, adaptivni ili neadaptivni konstrukt (Flett i Hewitt, 2002). Tako je prvi koji je razlikovao dvije vrste perfekcionizma bio Hamachek (1978; prema Flett i Hewitt, 2002), koji je pravio distinkciju između normalnog i neurotičnog perfekcionizma, distinkciju koja je sama prethodila danas poznatijem obliku adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma. U skladu s time, te s obzirom na to da je perfekcionizam tradicionalno u većoj mjeri bio konceptualiziran kao jednodimenzionalni konstrukt, u posljednje vrijeme se ipak smatra multidimenzionalnom osobinom (Frost, Marten, Lahart i Rosenblate, 1990; Hewitt i Flett, 1991; Terry-Short, Owens, Slade i Dewey, 1995) u osnovi koje se nalazi više različitih faktora, od kojih određeni faktori predstavljaju pozitivne, dok drugi predstavljaju negativne aspekte perfekcionizma. Sukladno tome, postoje i brojne definicije perfekcionizma, no najjednostavnija je ona koju su predložili Flett i Hewitt (2002) u kojoj se naglašava da je perfekcionizam težnja za nepogrešivošću, a perfekcionista su osobe koje žele biti

savršene u svakom području svoga života.

Budući da je perfekcionizam područje koje se u posljednje vrijeme sve više istražuje, prvenstveno iz razloga jer kliničare i dalje zanima što je to što se točno nalazi u samoj etiologiji perfekcionizma na osnovu koje bi mogli razviti učinkovite strategije liječenja te na taj način pomoći onim osobama koje negativni perfekcionizam sprečava u radu, interpersonalnim odnosima i životnom zadovoljstvu (Lessin i Pardo, 2017). Stoga, u kliničkoj perspektivi ipak je veća usmjerenost na negativne aspekte perfekcionizma. Razlog tome je taj što kliničari i terapeuti se češće susreću s klijentima kod kojih je izražen upravo negativni perfekcionizam, koji ih je na neki način i doveo na samu terapiju. Odnosno, klijenti koji su perfekcionista ne dolaze na terapiju kako bi se oslobodili perfekcionizma, nego su obično posljedice uzrokovane perfekcionizmom te koje su njih dovele na terapiju (Walen, Di-Giuseppe i Dryden, 2014).

Kao prvi kognitivno-bihevioralni terapeut i teoretičar koji je opisao pa i tretirao perfekcionizam u okviru svoje terapije bio je Albert Ellis. Točnije, u pitanju je godina 1956., godina u kojoj je Ellis na konvenciji Američkog psihološkog udruženja održanoj u Chicagu, predstavljajući dvanaest osnovnih iracionalnih vjerovanja, ukazao na perfekcionizam kao vjerovanje koje je iracionalno i samoporažavajuće (Ellis, 1958; prema Ellis 2002). Kao takvo iracionalno vjerovanje, perfekcionizam je opisan kao sklonost osobe da teži ka tome da bude potpuno kompetentna, adekvatna, inteligentna i produktivna u svim životnim područjima (Ellis, 1958; prema Hill, 2016). Kasnije, kada je proširio broj iracionalnih vjerovanja u okviru REBT teorije, početna ideja o perfekcionizmu kao iracionalnom vjerovanju je razrađena kako bi se napravilo jasnim da perfekcionizam, osim sklonosti osobe ka kompetentnosti, adekvatnosti i uspjehu, uključuje i samovrednovanje osobe (Ellis, 1962; prema Hill, 2016). Na osnovu takve definicije perfekcionizma, glavni cilj i svrha života je postignuće i uspjeh, a doživljavanje neuspjeha u bilo čemu je naznaka da je osoba potpuno neadekvatna i bezvrijedna (Ellis, 2002). Potpuno iracionalno, zar ne? Jer, prekomjerno nastojanje osobe bude savršena u svim mogućim situacijama samo za početak dovest će do razočarenja, mržnje prema sebi, tuge (Ellis, 2002) pa čak i do težih psihičkih posljedica.

Sukladno tome, Ellis (2002) paradoksalno navodi da se važnost perfekcionizma ogleda u tome da on pomaže osobama da postanu tjeskobne, depresivne i na drugi način emocionalno uznemirene, što ukazuje na to da perfekcionista vjerovanja predstavljaju otežavajući faktor u onim aktivnostima u kojima osobe žele postići uspjeh, jer s takvim načinom razmi-

šljanja osobe ne toleriraju svoju pogrešivost (Walen i sur., 2014). Odnosno, one osobe koje žele biti ništa drugo nego li savršene, kao i one koje se već smatraju takvima, zasigurno već imaju velike psihološke probleme (Pacht, 1984; prema Greenspon, 2000) jer savršenstvo je nešto što još nitko nije dostigao niti je to moguće, te prema Horney, težiti za savršenstvom znači biti izgubljeni slučaj od početka (Horney, 1942; prema Hall i Lindzey, 1983).

S obzirom na navedeno, godinama u psihološkoj i psihijatrijskoj literaturi perfekcionizam je bio promatran kao potencijalni predisponirajući faktor za razvoj brojnih poremećaja, no to je posebice bilo izraženo kod depresije (Beck, 1967; Bibring, 1953; oboje prema Enns, Cox i Clara, 2005). Tako da empirijski dokazi o povezanosti negativnog perfekcionizma i depresije su i više nego očiti te brojne studije ukazuju da negativni perfekcionizam, bez obzira na koji način bio mjeran, znatno može da predvidi i da održava simptome depresije (Chang i Rand, 2000; Enns i Cox, 2005; Enns i sur., 2005; Flett, Hewitt, Blankstein i Mosher, 1995; Hewitt i Flett, 1991) te da pruža otpor u samom tretmanu jer uvelike ima neželjene efekte na terapijski proces i na sami ishod liječenja (Blatt i Zuroff, 2005; Kannan i Levitt, 2013; oboje prema Dunkley, Solomon-Krakus i Moroz, 2016). U skladu s time, brojni istraživači su utvrdili da određene treće varijable mogu biti veoma važne u određivanju i usmjeravanju samih učinaka perfekcionizma u odnosu ka depresivnosti. Jedna od tih varijabli, a koja je posebno bitna za ovo istraživanje, je bezuvjetno samoprihvaćanje.

Bezuvtetno samoprihvaćanje znači potpuno prihvaćanje samog sebe, svoje egzistencije, svog prava na život i na stvaranje što sretnijeg života za samog sebe – bez obzira kakve su vam lične karakteristike ili dostignuća (Ellis i Harper, 1996, str. 87). Konkretnije, to je racionalno vjerovanje na osnovu kojega je određena osoba vrijedna isključivo jer je živo biće i samo zato što postoji, pa čak i unatoč svojim greškama i unatoč neuspjesima (Walen i sur., 2014) jer ljudi iz dana u dan rade brojne i dobre i loše stvari te bezuvjetno samoprihvaćanje znači da su takvi događaji dio njihove ličnosti, dio su iskustva iz kojeg su nešto naučili, a ne nešto na osnovu čega će se vrednovati i možda, najjednostavnije rečeno, bezuvjetno prihvatiti znači ljudski oprostiti, s obzirom na to da određeni događaji nemaju nikakve veze sa suštinskom vrijednosti osobe (Ellis, 2005), a prema Ellisovom viđenju, biti sretni i uživati u životu mnogo je važnije od dokazivanja sebe (Bernard, 2011; prema Szentagotai i David, 2013), kako sebi samima pa tako i drugima. Samim time, osoba je u stanju da sebe doživi kao kompetentnu u određenoj oblasti, ali s druge strane i kao nekompetentnu u drugim

oblastima (Krnetić, 2015), te na taj način, odustavši od mjerenja svoga ega, osobe postaju oslobođene od osjećaja neadekvatnosti, oslobođene od brojnih strahova i tjeskobi te praktično tako mogu da uvelike eliminiraju svoje emocionalne probleme (Bernard, 2011; prema Szentagotai i David, 2013). Drugim riječima, razvijanjem i jačanjem bezuvjetnog prihvatanja uklanja se globalna procjena i samoevaluacija sebe, koja je štetna upravo iz razloga jer ovisi o vanjskim uvjetima koji su nepredvidivi.

Također, samoevaluacija je dugi niz godina prisutna u perfekcionističkoj literaturi (Blatt, 1995; Frost i sur., 1990; Hewitt i Flett, 1991; sve prema Molnar, Sirois i Methot-Jones, 2016), te je sam Ellis (1962; prema Molnar i sur., 2016) putem kliničkih opažanja, pa i samom svojom definicijom o perfekcionizmu, istaknuo samoevaluaciju i samoprocjenu kao središnju negativnost perfekcionističkih sustava vjerovanja te je takvo Ellisovo zapažanje imalo jaku empirijsku podršku. Istraživanja su uvelike pokazala da negativni perfekcionista vrednuju sebe na temelju uspjeha, dok pozitivni perfekcionista nisu opterećeni uvjetovanim osjećajem vlastite vrijednosti (Onwuegbuzie i Daley, 1999). Greenspon (2000) u svojoj analizi tvrdi da je osjećaj uvjetovanog prihvatanja kod osobe središnji faktor pomoću kojega se održava perfekcionizam. Slično tome, Campbell i DiPaula (2002) navode da osjećaj uvjetovanog prihvatanja sebe može isključivo biti odgovoran za štetne posljedice koje perfekcionizam ima. Također, DiBartolo, Frost, Chang, LaSota i Grills (2004) u svom istraživanju su ustanovili da težnja za savršenstvom dovodi do nepoželjnih posljedica u situaciji kada osobe teže za postignućem isključivo iz razloga da bi se osjećale vrednije. U nizu od pet studija Flett i sur. (1998; prema Molnar i sur., 2016) su ustanovili da se perfekcionista često samoponižavaju i konstantno ustrajavaju na svojim neuspjesima kada percipiraju da nisu postigli one ciljeve i standarde koji su im bili postavljeni.

Sukladno tome, samoevaluacija, tj. doživljaj sebe i odnos prema sebi, u uskoj vezi je sa psihopatologijom, pa i u samom DSM-IV-R termin self, bez obzira na koji način se vrednovao, spominje se u više od 70 slučajeva (O'Brien, Bartoletti i Leitzel, 2006). Drugim riječima, ono što je uvelike očigledno je to da postoji poveznica selfa određene osobe i psihopatoloških stanja, tj. odnos osobe prema sebi bi mogao biti faktor koji doprinosi tome da su perfekcionista osjetljivi za nastanak depresije, jer se vrijednost njihovog selfa temelji na uvjetu da budu uspješni. Na osnovu toga, Ellisova teorija o ego poremećaju, prema kojem vjerovanje osobe da njena vlastita vrijednost ovisi o određenim zahtjevima te time takvo vjerovanje doprinosi emocionalnoj uznemirenosti, osigurava racionalu za pret-

postavku kako bi bezuvjetno samoprihvaćanje moglo predstavljati medijator varijablu između povezanosti negativnog perfekcionizma i depresivnosti. Kod poremećaja *ega* osoba postavlja apsolutističke zahtjeve prema sebi, drugima i svijetu, te ako ti zahtjevi nisu i ne mogu biti ispunjeni, osoba će postati uznemirena tako što će okrivljavati sebe (Ellis i Dryden, 2002). Odnosno, prema REBT-u, okrivljavanje je srž emocionalnih poremećaja (Corey, 2004) jer takvo samookrivljavanje i samoosuđivanje uključuje proces davanja sebi globalne negativne ocjene i mržnju usmjerenu prema sebi zbog toga što osoba smatra da je manje vrijedna ili nevaljala (Ellis i Dryden, 2002). Ukratko, *ego* poremećaj se sastoji od „morajućeg“ i samoponižavajućeg vjerovanja te se pretpostavlja da depresija, osim aktivirajućeg događaja, uključuje zahtjevnost kao primarno iracionalno vjerovanje i samoosuđivanje kao sekundarno iracionalno vjerovanje (Burgess, 1990; prema Walen i sur., 2014). Znači, prema REBT teoriji, depresivnost proizlazi iz kombinacije iracionalnih vjerovanja koja se tiču zahtjevnosti i samoomalovažavanja, jer u takvoj situaciji osoba vjeruje da, ako nije kompetentna i uspješna sve vrijeme, onda je u potpunosti bezvrijedna (Kendall i sur., 1995; prema Krnetić, 2015). Određenu podršku za ovakvu Ellisovu pretpostavku donekle mogu pružiti Flett, Besser, Davis i Hewitt (2003), koji su prvi putem svoga istraživanja ustanovili da bezuvjetno samoprihvaćanje može posredovati odnosu između negativnog oblika perfekcionizma (društveno propisanog perfekcionizma) i depresije kod studenata.

Cilj istraživanja

Budući da je studij jedan od najčešćih aspekata koji se povezuje s perfekcionističkim težnjama i zahtjevima (Stoeber i Stoeber, 2009), a osobe koje sebi postavljaju takve perfekcionističke i krute ciljeve su češće sklonije depresiji (Corey, 2004), čini se opravdano koristiti populaciju studenata u ovom istraživanju. Studenti se često suočavaju s povećanim kriterijima za uspješnost, samim time zahtjevi koji se postavljaju pred njih su sve veći te su na taj način konstantno izloženi brojnim pritiscima, što u konačnici može dovesti do toga da o uspjehu ili neuspjehu može da ovisi sama njihova budućnost (Erceg Jugović i Lauri Korajlija, 2012), a s druge strane, to je populacija s kronološkom dobi u kojoj je najveća prevalencija psihičkih poremećaja koji se javljaju prvi put (Kessler i sur., 2005; prema Hunt i Eisenberg, 2010). U skladu s time, glavni cilj ovoga istraživanja je ispitati odnos između negativnog perfekcionizma, depresivnosti i bezuvjetnog sa-

moprihvatanja, te utvrditi potencijalnu medijacijsku ulogu bezuvjetnog samoprihvatanja u odnosu između negativnog perfekcionizma i depresivnosti kod studenata, testirajući REBT model emocionalnih poremećaja, kako bismo uvidjeli da li bezuvjetno samoprihvatanje može predstavljati zaštitni faktor u tom odnosu.

Drugim riječima, ovo istraživanje predstavlja određenu replikaciju ranijih studija o odnosu perfekcionizma, depresivnosti i bezuvjetnog samoprihvatanja, s određenim izmjenama jer činilo se potrebnim u testirani model uključiti kontrolu onih varijabli koje znatno mogu da doprinesu samoj kriterijskoj varijabli i koje bi nam mogle dati dodatno pojašnjenje u objašnjenju tih odnosa, a te varijable su anksioznost i spol. Osim toga, u ovome radu ćemo se isključivo usmjeriti na negativni oblik perfekcionizma, s obzirom na to da kao takav povezan je s nepoželjnim posljedicama te dobiveni rezultati nam mogu pružiti uvid u to da li krajnji cilj REBT-a, odnosno bezuvjetno samoprihvatanje kao jedan od oblika racionalnog vjerovanja, ima efekta na mentalno zdravlje kod studenata. Odnosno, kao posrednik između perfekcionizma i depresije, bezuvjetno samoprihvatanje bi trebalo imati praktičnu vrijednost za mentalno zdravlje u samoj psihoterapiji pa i u svakodnevnom životu studenata, što u konačnici može da pridonese osmišljavanju preventivnih i kurativnih programa.

Metod istraživanja

Sudionici

U istraživanju su sudjelovali studenti svih pet studijskih godina različitih fakulteta Univerziteta u Sarajevu te određenih privatnih fakulteta u Sarajevu. Ukupno je sudjelovalo 394 studenta, pri čemu je 223 sudionika bilo ženskog spola, a 171 sudionik je bio muškog spola. Raspon dobi sudionika se kretao od 18 do 33 godine, s prosječnom dobi od 21 godinu ($SD=1.56$).

Instrumenti

Upitnik o sociodemografskim podacima konstruiran je za potrebe ovog istraživanja i sastoji se od pitanja koja se odnose na informacije o dobi, spolu, fakultetu na kojem studenti studiraju te godini studiranja.

Multidimenzionalna skala perfekcionizma (Hewitt i Flett, 1991) u originalnom obliku sastoji se od 45 čestica na kojima se razlikuju tri subskale koje mjere sljedeće dimenzije perfekcionizma: sebi – usmjereni perfekcionizam,

drugima – usmjereni perfekcionizam i društveno propisani perfekcionizam. Unatoč postojanju tri subskale, u ovom istraživanju je korištena subskala negativnog oblika perfekcionizma, točnije dimenzija društveno propisanog perfekcionizma (engl. *socially prescribed perfectionism*, *SPP*), koja se odnosi na uvjerenje u kojem osoba percipira da joj drugi nameću nerealno visoke ciljeve i standarde uspjeha (Hewitt i Flett, 1989, 1991; prema Flett i Hewitt, 2002). Drugim riječima, ova dimenzija perfekcionizma je usmjerena prema sebi, ali na temelju percipiranih ideala koje druge osobe zahtijevaju. S obzirom na to, u većini dosadašnjih istraživanja dimenzija društveno propisanog perfekcionizma isključivo predstavlja negativnu komponentu (Klibert, Langhinrichsen-Rohling i Saito, 2005) te je ključna u objašnjenju tzv. „kliničkog“ perfekcionizma (Shafran i sur., 2002; prema Hewitt, Flett, Besser, Sherry i McGee, 2003). Zadatak ispitanika je da za svaku navedenu česticu na Likertovoj skali od 1 („u potpunosti se ne slažem“) do 7 („u potpunosti se slažem“) procijene koliko se svaka tvrdnja odnosi na njih. Veći rezultat ukazuje na viši nivo izraženosti perfekcionizma, te Cronbach alfa za subskalu negativnog oblika perfekcionizma (društveno propisanog perfekcionizma) iznosi $\alpha=.76$.

Skala bezuvjetnog samoprihvaćanja (Chamberlain i Haaga, 2001) proizlazi iz REBT teorije i mjeri izraženost vjerovanja koja odražavaju filozofiju bezuvjetnog prihvaćanja sebe. Sastoji od 20 čestica na kojima ispitanici na Likertovoj skali od 1 („u potpunosti se ne slažem“) do 7 („u potpunosti se slažem“) trebaju procijeniti koliko se svaka tvrdnja odnosi na njih. Veći rezultat na skali ukazuje na viši stupanj bezuvjetnog samoprihvaćanja. Pouzdanost skale na sličnim istraživanjima kreće se u rasponu od .72 do .75 (Chamberlain i Haaga, 2001; Stanković i Vukosavljević-Gvozden, 2011), te u ovom istraživanju Cronbach alfa iznosi .71.

Zungova skala samoprocjene depresivnosti (Zung, 1965) mjeri izraženost kognitivnih, emocionalnih, fizioloških i bihevioralnih simptoma depresivnosti. Čestice za originalnu skalu su prikupljene na temelju dijagnostičkih kriterija depresije, te iako su neki autori prilikom faktorskih analiza utvrdili višedimenzionalnost ove skale (Bolton i Barling, 1980; Kitamura i sur., 2004; sve prema Jandrić, 2009), ona se ipak u većini istraživanja uglavnom koristi kao jednodimenzionalna mjera depresivnosti (Jandrić, 2009). Skala se sastoji od 20 čestica, polovina tvrdnji usmjerena je negativno, a polovina pozitivno. Zadatak ispitanika je da pomoću Likertove skale od 1 („nikada ili vrlo rijetko“) do 4 („većinom ili uvijek“) odgovore kako su se osjećali u prethodnih sedam dana. Na taj način se izbjegava tendencija davanja srednjih odgovora (Mavar, 1991; prema Lučev, 2006). Uku-

pan rezultat dobiva se zbrajanjem odgovora na svakoj od čestica, tako da veći rezultat ukazuje na višu izraženost depresivnih simptoma. Unutarnja pouzdanost skale u istraživanju koje je provela Jandrić (2009) iznosila je $\alpha=.85$, te slično u ovom istraživanju dobiveni Cronbach alfa iznosi .84.

Zungova skala samoprocjene anksioznosti (Zung, 1971) sastoji se od 20 čestica, od čega je 5 čestica usmjereno pozitivno, a 15 negativno, te uključuje simptome iz područja afektivnih, fizioloških, psihomotornih te psihičkih poremećaja (Mavar, 1991; prema Lučev, 2006). Slično kao i Zungova skala depresivnosti, zadatak ispitanika je da procijene svoje smetnje u posljednjih tjedan dana na Likertovoj skali od 1 („nikada ili vrlo rijetko“) do 4 („većinom ili uvijek“). Ukupan rezultat dobiva se zbrajanjem odgovora na svakoj od čestica, tako da veći rezultat ukazuje na višu izraženost anksioznih simptoma. Unutarnja pouzdanost skale u ovom istraživanju iznosi .88.

Postupak

Prikupljanje podataka od studenata provedeno je klasičnom metodom tipa papir-olovka, te je većina prikupljenih podataka dobivena grupno tijekom redovite nastave u prostorijama fakulteta. No, zbog dobivanja ujednačenog uzorka s obzirom na spol ispitanika, određeni dio ispitanika je prikupljen metodom snježne grude. Sudjelovanje u istraživanju je bilo dobrovoljno i anonimno te prije ispunjavanja upitnika sudionici su bili upoznati sa samom strukturom i svrhom istraživanja. Ispitivanje je bilo bez vremenskog ograničenja i u prosjeku je trajalo oko 30 minuta.

Rezultati

S obzirom na postavljeni cilj istraživanja, te nakon provođenja preliminarnih analiza vezanih uz utvrđivanje normalnosti i simetričnosti distribucija ispitivanih varijabli (vidjeti Tablicu 1.), može se uvidjeti da distribucije svih navedenih varijabli statistički značajno odstupaju od normalne distribucije ($p<.01$), dok su kriterij simetričnosti zadovoljile varijable negativni perfekcionizam i bezuvjetno samoprihvatanje.

Tablica 1. Prikaz rezultata deskriptivne statistike varijabli korištenih u istraživanju

Varijabla	N	M	SD	Min.	Max.	K-S	Indeks asimetričnosti	Indeks spljoštenosti
Negativni perfekcionizam	394	52.48	11.59	17	90	0.07**	-1.59	-0.20
Bezuovjetno samoprihvatanje	394	87.59	12.98	51	122	0.06**	1.62	-0.67
Depresivnost	394	39.31	8.94	22	73	0.08**	4.68	1.21
Anksioznost	394	37.05	9.59	21	70	0.11**	6.15	0.32

Napomena: K-S test (z vrijednost normaliteta distribucije dobivena putem Kolmogorov-Smirnova testa)

** $p < .01$

Također, ono što se može uočiti je da varijable depresivnost i anksioznost nisu zadovoljile nijedan od navedenih kriterija, što je sasvim i očekivano s obzirom na to da se radi o nekliničkoj populaciji. Prema tome, uzimajući u obzir kao jedan od preduvjeta veličinu samoga uzorka te pregledom histograma i Q-Q dijagrama navedenih varijabli, i vodeći se činjenicom da se postupak transformacije varijabli preporučuje isključivo u onim slučajevima kada su odstupanja od normalnosti varijabli vrlo velika (Tabachnik i Fidell, 2013), ustanovljeno je da dobivena odstupanja ipak nisu tako velika i da neće narušiti točnost dobivenih rezultata tako da je opravdano bilo pristupiti parametrijskoj statistici.

Sukladno tome, u Tablici 2. su prikazani Pearsonovi koeficijenti korelacije. Ono što se može primjetiti je to da su uz glavne varijable ovoga istraživanja, poput negativnog perfekcionizma, depresivnosti i bezuvjetnog samoprihvatanja, uključene i varijable anksioznost i spol, kako bi se vidjela njihova povezanost s ostalim varijablama koje su korištene u istraživanju, te na osnovu toga kako bismo ih mogli uvesti kao kovarijate u medijacijski model.

PERFEKCIONIZAM I DEPRESIVNOST: MEDIJACIJSKA ULOGA BEZUVJETNOG SAMOPRIHVAĆANJA

Tablica 2. Pearsonovi koeficijenti korelacije za sve varijable korištene u istraživanju
 Napomena: $N=394$; $**p<.01$

Varijabla	Negativni perfekcionizam	Bezuvjetno samoprihvaćanje	Depresivnost	Anksioznost	Spol
Negativni perfekcionizam	1	-.38**	.29**	.25**	-.03
Bezuvjetno samoprihvaćanje		1	-.34**	-.25**	.05
Depresivnost			1	.78**	.16**
Anksioznost				1	.15**
Spol					1

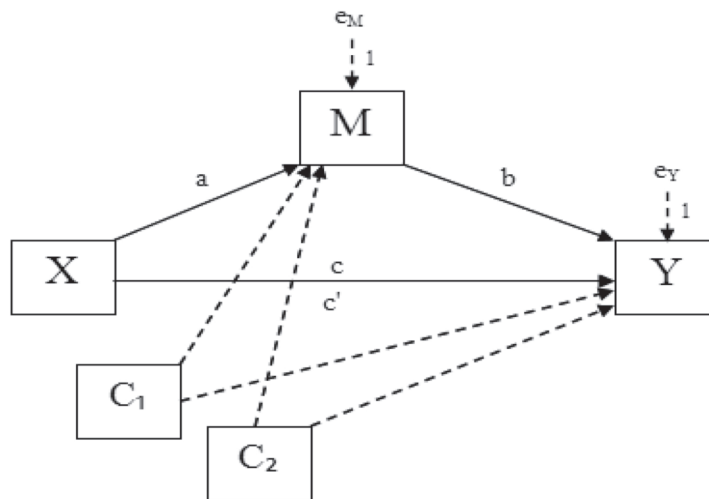
Kao što se može vidjeti u Tablici 2., anksioznost je statistički značajno povezana i s depresivnosti ($r=.78$; $p<.01$) i s bezuvjetnim samoprihvaćanjem ($r=-.25$; $p<.01$), što ukazuje na to da one osobe koje su anksioznije, izvještavat će o većem stupnju izraženosti depresivnih simptoma i manjem stupnju bezuvjetnog samoprihvaćanja, tako da će anksioznost biti uvedena kao kovarijat u medijacijski model. S druge strane, što se tiče spola, ono što se može vidjeti je da ne postoji značajna povezanost bezuvjetnog samoprihvaćanja i spola ($r=.05$; $p>.05$), ali je dobivena statistički značajna i niska povezanost između depresivnosti i spola (koeficijent point-biserijalne korelacije), koja iznosi $r=.16$; ($p<.01$). Na osnovu ovakve dobivene povezanosti može se ustanoviti da su žene te koje su izvještavale o većim samoprocjenama depresivnosti u odnosu na muškarce, što je i očekivano. Iako poprilično mala, ova povezanost je značajna te, samim time, varijabla spol će također biti kontrolirana prilikom testiranja medijacije.

Također, u Tablici 2. može se uočiti da je negativni perfekcionizam statistički značajno i negativno povezan s bezuvjetnim samoprihvaćanjem ($r=-.38$; $p<.01$), što znači da veća izraženost ovog oblika perfekcionizma će biti povezana s manjim stupnjem prihvaćanja sebe kao osobe. S obzirom na povezanost perfekcionizma i depresivnosti, ono što se može ustanoviti je da je negativni perfekcionizam značajno i pozitivno povezan s depresivnosti ($r=.29$; $p<.01$), odnosno, viša izraženost negativnog oblika perfekcionizma je povezana s višom izraženosti depresivnih simptoma. Povezanost depresivnosti i bezuvjetnog samoprihvaćanja je statistički značajna i negativna ($r=-.34$; $p<.01$), tj. manji stupanj bezuvjetnog samoprihvaćanja povezan je s većom razinom depresivnosti kod studenata, i obrnuto.

Medijacijska analiza

Kako bismo testirali hipotezu o potencijalnoj medijatorskoj ulozi bezuvjetnog samoprihvaćanja na odnos između negativnog perfekcionizma i depresivnosti kod studenata, koncipiran je jednostavni medijacijski model koji uključuje jedan medijator i dvije kovarijate. Model je zasnovan na integraciji dosadašnjih teorijskih spoznaja i empirijskih nalaza u ovom području istraživanja, dok su postavke samog modela provjerene pomoću programa Process macro za SPSS upotrebom postupaka koje preporučuje Hayes (2013), te u skladu s time statistički model je prikazan na Slici 1.

Slika 1. Statistički dijagram jednostavnog medijacijskog modela s dvije kovarijate (prilagođeno prema Hayes, 2013)



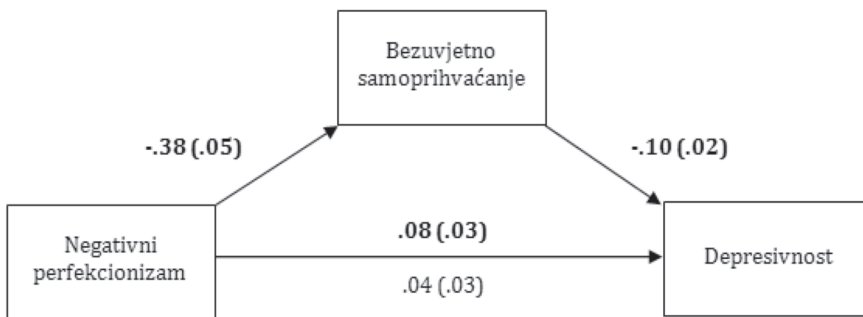
Napomena:

- a* – direktni efekat X na M kada se kovarijate statistički kontroliraju (jedinствeni doprinos)
- b* – direktni efekat M na Y kada se X i kovarijate statistički kontroliraju (jedinствeni doprinos)
- c* – direktni efekat X na Y kada se kovarijate statistički kontroliraju (jedinствeni doprinos)
- c'* – direktni efekat X na Y kada se kovarijate i medijator statistički kontroliraju (jedinствeni doprinos)
- a x b* – indirektni efekat X na Y preko M

Ono što se može ustanoviti na osnovu Slike 1. je da medijacijska analiza koja je koncipirana u navedenom obliku omogućuje ispitivanje totalnog efekta (*c*) prediktorske varijable na kriterijsku varijablu (u situaciji kada se kovarijate statistički kontroliraju), omogućuje ispitivanje direktnog efekta (*c'*) prediktorske varijable na kriterijsku varijablu u situaciji kada se pretpostavljeni medijator (uz kovarijate) drži pod kontrolom te naposljetku

omogućuje ispitivanje indirektnog medijatorskog efekta (ab), odnosno onog efekta koji prediktorska varijabla ima na kriterij preko medijatora. No, po-najprije glavna prednost ovakve analize ogleda se u tome što je o medijaciji moguće razmišljati i izvještavati i u kvantitativnim terminima, a ne samo u kvalitativnim terminima koji nam ukazuju da li je medijacija potpuna, da li je djelomična ili je uopće nema. Drugim riječima, ova analiza pruža uvid u kvantificiranje indirektnog efekta, te njegovu procjenu značajnosti preko intervala pouzdanosti zasnovanih na *bootstrap* metodi, što do sada nije bio slučaj u tradicionalnim postupcima ispitivanja medijacijskih efekata (Hayes, 2013). U navedenom modelu, značajnost regresijskih koeficijenata svih efekata procijenjena je korištenjem *bootstrap* metode (s 5.000 ponovljenih uzoraka) uz intervale pouzdanosti od 95%, pri čemu se značajnim efektom smatra onaj čiji interval pouzdanosti ne sadrži nulu (donja granica predstavlja najnižu vrijednost efekta, a gornja granica predstavlja najvišu vrijednost efekta, gdje u 95% slučajeva slučajnog uzorkovanja te vrijednosti su istog predznaka). Stoga, dobiveni rezultati su prikazani na Slici 2.

Slika 2. Jednostavni medijacijski model s negativnim perfekcionizmom (društveno propisanim perfekcionizmom) kao prediktorskom i depresivnosti kao kriterijskom varijablom



Napomena: $N=394$; svi koeficijenti predstavljaju nestandardizirane regresijske koeficijente; svi efekti (totalni i direktni) procijenjeni su uz statističku kontrolu spola i anksioznosti; (značajnost naglašena boldom)

Na osnovu Slike 2. može se uočiti da, u situaciji kada se kovarijati statistički kontroliraju, postoji značajan efekt negativnog perfekcionizma na bezuvjetno samoprihvatanje ($a=-.38$; 95% CI=-.48, -.27), postoji značajan efekt bezuvjetnog samoprihvatanja na depresivnost ($b=-.10$; 95% CI=-.15, -.06) te značajan direktni efekt negativnog perfekcionizma na depresivnost ($c=.08$; 95% CI=.03, .12). No u situaciji kada je uz kovarijate

kontroliran i medijator, odnosno kada naše ispitanike izjednačimo po medijacijskoj varijabli, direktni efekt negativnog perfekcionizma na depresivnost više nije značajan ($c'=.04$; 95% CI=-.01, .09). S druge strane, u Tablici 3. može se vidjeti da je interval dobivenog indirektnog efekta statistički značajno različit od nule ($ab=.04$; 95% CI=.02, .06), što upućuje na to da je medijacija potpuna.

Tablica 3. *Indirektni efekt negativnog perfekcionizma (društveno propisanog perfekcionizma) na depresivnost preko pretpostavljenog medijatora*

	B	SE	95% CI	
			Niži	Viši
Bezuvjetno samoprihvatanje	.04	.01	.02	.06

Napomena: N=394; 95% korigirani intervali pouzdanosti s 5.000 bootstrap uzoraka; koeficijent je predstavljen kao nestandardizirani regresijski koeficijent; indirektni efekt je procijenjen uz statističku kontrolu spola i anksioznosti; (značajnost naglašena boldom)

Prema tome, negativni perfekcionizam povezan je s depresivnosti isključivo putem bezuvjetnog samoprihvatanja, jer osobe koje imaju izražen negativni perfekcionizam imaju i manji stupanj bezuvjetnog samoprihvatanja, što će se negativno odraziti na razvoj depresivne simptomatologije.

Diskusija i zaključci

Uz ispitivanje i utvrđivanje povezanosti negativnog perfekcionizma s bezuvjetnim samoprihvatanjem i depresivnosti kod studenata, cilj ovog istraživanja je bio ispitati posreduje li bezuvjetno samoprihvatanje odnosu između negativnog perfekcionizma i depresivnosti u situaciji kada kontroliramo dvije varijable (anksioznost i spol) za koje su dosadašnja istraživanja potvrdila da predstavljaju faktore koji imaju važnu ulogu u nastanku i održavanju depresivnosti.

Dobiveni rezultati su potvrdili očekivane povezanosti, te s obzirom na to ustanovljeno je da je kod društveno propisanog perfekcionizma u velikoj mjeri prisutan uvjetovani osjećaj vrednovanja. Također, ova dimenzija perfekcionizma u nizu istraživanja najviše je bila povezana s negativnom samoevaluacijom i bezuvjetnim samoprihvatanjem (Flett i sur., 2003; Hewitt i Flett, 1991; Scott, 2007). Drugim riječima, osobe koje imaju izraženiji negativni oblik perfekcionizma imat će izraženo vjerovanje da njihov osjećaj vlastite vrijednosti ovisi o potrebi da budu konstantno uspješni i da teže

ka ostvarenju ciljeva, bilo da su ti ciljevi nametnuti od njih samih ili od drugih osoba. Njihova vrijednost je često definirana ekstrinzično, jer takva osobna vrijednost isključivo ovisi o rezultatima njihova rada koji bi trebali da zadovoljavaju visoke standarde i na osnovu kojih oni mogu da dobiju odobrenje i prihvatanje od drugih osoba koje su im važne (Shafran i Mansell, 2001; Stoeber, Kempe i Keogh, 2008; Tangney, 2002). Sukladno tome, osobe koje teže nereálnim ciljevima zbog uvjerenja da drugi (roditelji, prijatelji, partneri, profesori) imaju nedostižna i nereálna perfekcionistačka očekivanja prema njima češće će izvještavati o prisutnosti depresivnih simptoma, što je uvelike izraženo kod društveno propisanog perfekcionizma, nego što je slučaj s osobama koje ne osjećaju pritisak da drugi od njih zahtijevaju savršene rezultate.

S obzirom na rezultate same medijacije, ustanovljeno je da one osobe koje izvještavaju o većem stupnju negativnog perfekcionizma (društveno propisanog perfekcionizma) izvještavaju i o manjem stupnju bezuvjetnog samoprihvatanja, što se odražava na veći stupanj izraženosti depresivnih simptoma. Takav podatak je još važniji jer je ustanovljeno da nakon kontrole kovarijata povezanost između negativnog perfekcionizma i depresivnosti je i dalje bila značajna, što ukazuje na to da, neovisno o anksioznosti i spolu, negativni perfekcionizam ima izraženo svoje djelovanje na depresivnost. Odnosno, iako su perfekcionista opisan kao osobe koje imaju anksiozni temperament (Flett, Hewitt, Oliver i Macdonald, 2002) te, prema tome, njihova izražena anksioznost bi mogla da ima ulogu u održavanju same depresivnosti, ono što dobiveni podaci ukazuju je da bezuvjetno samoprihvatanje općenito ima važnu ulogu u odnosu sa psihološkim distresom, jer nakon uvođenja bezuvjetnog samoprihvatanja kao medijatora, povezanost negativnog perfekcionizma s depresivnosti postaje neznčajna jer bezuvjetno samoprihvatanje u potpunosti posreduje tu povezanost.

Dobiveni rezultati se mogu tumačiti u okviru REBT teorije jer osobe koje imaju izražene perfekcionistačke apsolutističke zahtjeve, u određenoj situaciji kada ti zahtjevi ne mogu biti ispunjeni, u većoj mjeri će same sebe osuđivati i okrivljavati. Samoosuđivanje, koje podrazumjeva davanje globalne negativne ocjene sebi i mržnju usmjerenu ka sebi iz razloga jer se osoba tako smatra manje vrijednom (Ellis i Dryden, 2002), je srž samog emocionalnog poremećaja (Corey, 2004) i samim time ima jako veliku ulogu u nastanku psihološkog distresa. Drugim riječima, REBT vidi depresiju kao prirodnu posljedicu globalne samoprocjene s obzirom na to da samoprocjena potiče nisko vrednovanje sebe i osjećaj neprikladnosti i neadekvatnosti kao odgovor na doživljeni neuspjeh ili odbijanje (Ellis,

1973; prema Chamberlain i Haaga, 2001). Znači, bez obzira na to zbog kojeg je razloga kod osobe izražen negativni oblik perfekcionizma, i bez obzira na koji način je osoba stekla perfekcionistačka vjerovanja, ona je jedina koja ima ulogu u tome da razvijanjem racionalnih oblika vjerovanja, poput bezuvjetnog prihvaćanja, umanjuje negativne posljedice izazvane iracionalnim razmišljanjem.

Ovi rezultati impliciraju da bi bezuvjetno samoprihvaćanje moglo biti mehanizam kroz koji negativni perfekcionizam predviđa depresivne simptome. Dakle, osobe s visokom razinom negativnog perfekcionizma (društveno propisanog perfekcionizma) imaju visoke osobne standarde, prekomjerno su samokritični, nezadovoljni su sobom, brinu o percipiranim pogreškama, brinu o tome šta će drugi reći i imaju opći osjećaj da su bezvrijedni. Samim time, takav njihov osjećaj bezvrijednosti može da rezultira lošijim psihološkim zdravljem, uključujući i samu depresiju. Sukladno tome, Slaney, Rice i Ashby (2002; prema Flett i Hewitt, 2002) navode da samo postavljanje visokih ciljeva nije ono što dovodi do teškoća vezanih uz perfekcionizam, uključujući i depresivnost. Nego, doživljeni osjećaj neuspjeha koji može da rezultira samokritičnosti i negativnom mišljenju o sebi je taj koji isključivo dovodi do poremećaja. Konkretnije, iako je težnja za visokim standardima i uspjehom prisutna i kod adaptivnih i kod neadaptivnih dimenzija perfekcionizma, možda upravo ono što društveno propisan perfekcionizam čini disfunkcionalnim je nedostatak samoprihvaćanja koji je znatno izraženiji kod ovog oblika perfekcionizma. U skladu s time Campbell i Di Paula (2002; prema Lundth, 2004) navode da, iako društveno propisan, perfekcionizam sadrži dva podfaktora od kojih prvi uključuje visoke standarde koje osoba mora ispuniti a koji su nametnuti od drugih osoba, drugi podfaktor, koji isključivo pridonosi samoj maladaptivnosti, je upravo razina uvjetovanog prihvaćanja. Takve osobe sebe prihvaćaju isključivo uvjetno, jer osim što je taj zahtjev nametnut od drugih, oni su neispunjavanjem takvog zahtjeva razočarali ne samo sebe nego i druge osobe koje su im bitne. Drugim riječima, bezuvjetno samoprihvaćanje može „štititi“ osobu od negativnih efekata perfekcionizma na mentalno zdravlje, pa tako visoka razina bezuvjetnog samoprihvaćanja smanjuje depresivnost unatoč izraženom negativnom perfekcionizmu, i obrnuto. Dakle, uvjerenja osobe o njenoj vlastitoj vrijednosti imaju veliku ulogu u tome kakvo će biti njeno mentalno zdravlje, jer osobe koje sebe bezuvjetno prihvaćaju i vide svoju vrijednost unatoč svojim neuspjesima i nedostacima mogu da umanje rizik za razvoj depresivnosti (Dryden i Neenan, 2004; Ellis, 1994). Odnosno, čini se mogućim imati visoke perfekcionistačke tendencije i zahtjeve te izbjeći nega-

tivne posljedice, ako je bezuvjetno prihvaćanje visoko.

Da, čini se mogućim te, prema tome, prvo ćemo se osvrnuti na određene nedostatke provedenog istraživanja. Kao prvo, s obzirom na to da je ovo korelacijsko istraživanje te iako dobiveni rezultati u određenoj mjeri rasvjetljaju odnos perfekcionizma, bezuvjetnog samoprihvaćanja i depresivnosti, možemo samo pretpostavljati o uzročno-posljedičnom odnosu između varijabli. Stoga, buduća istraživanja bi imala velike koristi od provođenja longitudinalnih studija, jer bi to omogućilo mjerenje kako se ispitivane varijable mijenjaju tijekom različitih životnih perioda i kako utječu jedna na drugu tijekom dužeg vremena, što bi moglo pružiti valjanije zaključke.

Također, iako je uzorak bio poprilično veliki, dobiveni rezultati ne mogu se generalizirati na cjelokupnu populaciju studenata s obzirom na to da je uzorak bio prigodan te su sudjelovali studenti samo određenih fakulteta te na osnovu toga brojčana zastupljenost ne odražava stvarno stanje. Za buduća istraživanja ovoga tipa bilo bi poželjno uključiti studente više različitih fakulteta. S druge strane, iako je opravdano proučavati perfekcionizam na populaciji studenata s obzirom na to da ima važnu ulogu u samom akademskom postignuću, za buduća istraživanja bi bilo poželjno imati i opću populaciju, te zbog usporedbe dobivenih rezultata i zbog određene mjere kontrole također je poželjno uključiti i kliničku populaciju. Drugim riječima, s obzirom na to da je u ovome istraživanju korišten dimenzionalni pristup depresivnosti, pa i samog negativnog perfekcionizma, bilo bi dobro za daljnja istraživanja koristiti kategorijalni pristup objema varijablama kako bismo već u početku mogli selektirati depresivne osobe u odnosu na manje depresivne osobe iz opće populacije, kao i perfekcionista od neperfekcionista te samim time bi bili dobiveni valjaniji zaključci.

Nedostatak provedenog istraživanja je i korištenje upitnika samoprocjene. Odnosno, iako navedena primjena omogućuje prikupljanje velikog broja podataka u kratkom periodu, ne možemo biti sigurni da su osobe bile iskrene, niti u kojoj su mjeri mogle ispravno procijeniti svoja ponašanja, misli i osjećaje. S druge strane, s obzirom na to da je tematika na određenim upitnicima bila prilično osjetljiva, postoji mogućnost da zbog prisustva drugih studenata u neposrednoj blizini njihovi odgovori ne odražavaju njihovo stvarno stanje.

Sljedeći nedostatak je što postoji utjecaj drugih varijabli koje nisu bile kontrolirane, a koje su mogle utjecati na dobivene rezultate. Stoga, daljnja istraživanja bi trebala ispitati odnos perfekcionizma i depresivnosti s konstruktima sličnim bezuvjetnom prihvaćanju, kao što je samopoštovanje,

samoefikasnost, no prije svega s obzirom na teoriju REBT-a, s niskom tolerancijom na frustraciju jer su istraživanja pokazala da, osim što je perfekcionizam povezan s ego poremećajem, očigledna je njegova poveznica i s poremećajima nelagode (Stanković, Matić, Vukosavljević-Gvozden i Opačić, 2015). Također, ovu problematiku istraživanja bi trebalo proširiti tako što bi se uključile određene karakteristike ličnosti koje mogu biti značajne u proučavanju odnosa navedenih varijabli.

Jedno od metodoloških ograničenja ovog istraživanja je i sama skala kojom se mjerilo bezuvjetno prihvaćanje. Odnosno, dok u većini istraživanja, pa i u ovome postoje prihvatljive pouzdanosti unutarnje konzistencije, test-retest pouzdanosti te konvergentne i diskriminativne valjanosti na našem području još nisu testirane direktno, tako da rezultate treba interpretirati s određenom mjerom opreza. Također, za buduća istraživanja bi bilo poželjno uvrstiti kako pozitivne dimenzije perfekcionizma, tako i više različitih mjera perfekcionizma.

Unatoč navedenim nedostacima, dobiveni rezultati u ovome istraživanju prvenstveno imaju praktične implikacije za kliničke psihologe i savjetovatelje pri radu sa studentima. Prvo, savjetovatelji procjenom izraženosti perfekcionizma, bilo putem intervjua ili testova, mogu u određenoj mjeri imati uvid u to koliko je to utjecalo na klijentovo trenutno stanje koje ih je i dovelo na samu terapiju. Drugo, osobe s visokom razinom maladaptivnog perfekcionizma mogu imati koristi od terapijskih intervencija usmjerenih na povećanje prihvaćanja sebe. Takvim tretmanom bi se osobama moglo pomoći da razumiju da se ne moraju odreći nužno težnje za postignućem jer mogu izvući više zadovoljstva od adaptivnog perfekcionizma. Ellis smatra da je povećavanje samoprihvaćanja korisnije od pokušaja povećanja samopoštovanja, jer pokušaj povećanja samopoštovanja u određenoj mjeri može voditi ka još većim perfekcionistačkim tendencijama i pridonijeti tome da se osoba samo trenutno osjeća bolje, ali ne i da dugoročno bude bolje. Stoga, usmjeravanje kliničara na razvijanje bezuvjetnog prihvaćanja kod osobe moglo bi potencijalno smanjiti depresiju kod klijenta te imati dugoročnije efekte na mentalno zdravlje pojedinca, s obzirom na to da će se takva osoba znati nositi sa doživljenim neuspjesima i prihvatiti ih kao dio ličnosti.

Znači, dobiveni rezultati se mogu koristiti kao polazište za određene terapijske programe koji za cilj imaju primarnu i sekundarnu prevenciju negativnih oblika perfekcionizma, kako bi se općenito poboljšalo funkcioniranje studenata. Također, više kliničke pažnje trebalo bi biti usmjereno na samoosušivanje i samokritičke evaluacije klijenata, nego na visoke osobne

standarde klijenata, budući da se te osobine na neki način mogu smatrati osobito prilagodljivim, te se čini nelogičnim da intervencija bude usmjerena isključivo na smanjenje tih svojstava.

Zatim, s obzirom na to da se pretpostavlja da je za razvoj perfekcionizma najznačajnije razdoblje djetinjstva i adolescencije, prije svega zbog odnosa s roditeljima, te kasnije u školi s vršnjacima i nastavnicima (Flett i sur., 2002), implikacija dobivenih rezultata odnosi se na to da se još u dječjoj dobi treba raditi na razvijanju prihvaćanja sebe koje nije uvjetovano ničim, a ponajmanje uspjehom ili neuspjehom.

Također, rezultati ovoga istraživanja imaju i teorijske implikacije iz razloga što pružaju određenu podršku teoriji REBT-a u tome što racionalna i samopomažuća vjerovanja poput bezuvjetnog samoprihvaćanja mogu služiti kao zaštitni faktor u odnosu sa psihološkim distresom. Odnosno, bezuvjetno prihvaćanje ima veoma važnu ulogu u mentalnom zdravlju osobe, onako kako je Ellis u svome radu i pretpostavljao. Također, ovo je određena potvrda i za teorijske modele perfekcionizma koji ističu važnost selfa i njegovog vrednovanja u objašnjenju povezanosti sa psihološkim distresom.

Zaključno, potvrđeni su dosadašnji empirijski nalazi da negativni perfekcionizam može imati nepovoljne posljedice na studente, što će se odraziti na manji stupanj bezuvjetnog samoprihvaćanja i veću izraženost depresivnosti. Odnosno, negativni perfekcionista procjenjuju se u smislu uvjetovanog osjećaja vrednovanja i isključivo kao takvi su podložni psihičkim teškoćama. Stoga, studenti trebaju težiti razvijanju većeg stupnja bezuvjetnog samoprihvaćanja koji, ako je izražen u većoj mjeri, može da predstavlja zaštitni faktor u odnosu ka depresivnosti. Znači, logično rješenje za izbjegavanje negativnih posljedica perfekcionizma je znati prihvatiti sebe zajedno sa svojim pogreškama i neuspjesima.

LITERATURA

- Ashby, J. S. i Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling & Development, 80*(2), 197–203.
- Blankstein, K. R. i Dunkley, D. M. (2002). Evaluative concerns, self-critical, and personal standards perfectionism: A structural equation modeling strategy. In G. L. Flett i P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 285–315). Washington, DC: American Psychological Association.
- Campbell, J. D. i DiPaula, A. (2002). Perfectionistic self-beliefs: Their relation to personality and goal pursuit. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 181–198). Washington, DC: American Psychological Association.
- Chamberlain, J. M. i Haaga, D. A. F. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 19*, 163–176.
- Chang, E. C. i Rand, K. L. (2000). Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of Counseling Psychology, 47*, 129–137.
- Corey, G. (2004). *Teorija i praksa psihološkog savjetovanja i psihoterapije*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- DiBartolo, P. M., Frost, R. O., Chang, P., LaSota, M. i Grills, A. E. (2004). Shedding light on the relationship between personal standards and psychopathology: The case for contingent self-worth. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 22*, 241–254.
- Dryden, W. i Neenan, M. (2004). *Counselling individuals: A rational emotive behavioural handbook* (4th ed.). Philadelphia, PA: Whurr Publishers.
- Dunkley, D. M., Solomon-Krakus, S. i Moroz, M. (2016). Personal standards and self-critical perfectionism and distress: Stress, coping, and perceived social support as mediators and moderators. In *Perfectionism, health, and well-being* (pp. 157–176). Springer International Publishing.

- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy: revised and updated*. New York: Birch Lane.
- Ellis, A. (2002). The role of irrational beliefs in perfectionism. In G. L. Flett i P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 217–229). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ellis, A. (2005). *Svladavanje otpora u psihoterapiji*. Jastrebarsko: Naklada slap.
- Ellis, A. i Dryden, W. (2002). *Primjena Racionalno-emocionalne bihevioralne terapije*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Ellis, A. i Harper, R. A. (1996). *Vodič u razuman život*. Beograd: RET Centar.
- Enns, M. W. i Cox, B. J. (2005). Perfectionism, stressful life events, and the 1-year outcome of depression. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 541–553.
- Enns, M. W., Cox, B. J. i Clara, I. P. (2005). Perfectionism and neuroticism: A longitudinal study of specific vulnerability and diathesis-stress models. *Cognitive Therapy and Research*, 29(4), 463–478.
- Erceg Jugović, I. i Lauri Korajlija, A. (2012). Povezanost ispitne anksioznosti s perfekcionizmom. *Psihologijske teme*, 21(2), 299–316.
- Flett, G. L. i Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L., Besser, A., Davis, R. A. i Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 21(2), 119–138.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R. i Mosher, S. W. (1995). Perfectionism, life events and depressive symptoms: A test of a diathesis-stress model. *Current Psychology*, 14, 112–137.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M. i Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G. L. Flett i P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 89–132). Washington, DC: American Psychological Association.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. M. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–469.

- Greenspon, T. S. (2000). „Healthy perfectionism“ is an oxymoron! Reflections on the psychology of perfectionism and the sociology of science. *Journal of Secondary Gifted Education, 11*, 197–208.
- Hall, C. S. i Lindzey, G. (1983). *Teorije ličnosti*. Beograd: Nolit.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hewitt, P. L. i Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456–470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Besser, A., Sherry, S. B. i McGee, B. (2003). Perfectionism Is Multidimensional: a reply to Shafran, Cooper and Fairburn (2002). *Behaviour Research and Therapy, 41*, 1221–1236.
- Hill, A. (2016). *The psychology of perfectionism in sport, dance and exercise*. Routledge.
- Hunt, J. i Eisenberg, D. (2010). Mental health and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health, 46*(1), 3–10.
- Jandrić, D. (2009). *Spolne razlike u odnosu između agresivnosti i depresije*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Hrvatski studiji.
- Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J. i Saito, M. (2005). Adaptive and maladaptive aspects of self-oriented versus socially prescribed perfectionism. *Journal of College Student Development, 46*, 141–157.
- Krnetić, I. (2015). *Kružna razmišljanja i uopštena uvjerenja koja vode u depresiju*. Banja Luka: Akademac BL.
- Lessin, D. S. i Pardo, N. T. (2017). The impact of perfectionism on anxiety and depression. *Journal of Psychology and Cognition, 2*(1).
- Lučev, E. (2006). *Anksioznost i depresivnost kod cerebrovaskularne bolesti*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Filozofski fakultet.
- Lundh, L. G. (2004). Perfectionism and acceptance. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 22*(4), 251–265.
- Molnar, D. S., Sirois, F. M. i Methot-Jones, T. (2016). Trying to be perfect in an imperfect world: Examining the role of perfectionism in the context of chronic illness. In *Perfectionism, Health, and Well-Being* (pp. 69–99). Springer International Publishing.

- O'Brien, E. J., Bartoletti, M. i Leitzel, J. D. (2006). Self-esteem, psychopathology, and psychotherapy. In H. M. Kernis (2006). *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*, 306–315.
- Onwuegbuzie, A. J. i Dayley, C. E. (1999). *Perfectionism and statistics anxiety*. *Personality and Individual Differences*, 26(6), 1089–1102.
- Rice, K. G. i Preusser, K. J. (2002). The Adaptive/Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 210–222.
- Scott, J. (2007). The effect of perfectionism and unconditional self-acceptance on depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 25(1), 35–64.
- Shafran, R. i Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, 21, 876–906.
- Stanković, S. i Vukosavljević-Gvozden, T. (2011). The relationship of a measure of frustration intolerance with emotional dysfunction in a student sample. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 29(1), 17–34.
- Stanković, S., Matić, M., Vukosavljević-Gvozden, T. i Opačić, G. (2015). Frustration intolerance and unconditional self-acceptance as mediators of the relationship between perfectionism and depression. *Psihologija*, 48(2), 101–117.
- Stoeber, J. i Stoeber, F. S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, 46, 530–535.
- Stoeber, J., Kempe, T. i Keogh, E. (2008). Facets of self-oriented and socially prescribed perfectionism and feeling of pride, shame, and guilt following success and failure. *Personality and Individual Differences*, 44(7), 1506–1516.
- Szentagotai, A. i David, D. (2013). Self-acceptance and happiness. In *The Strength of Self-Acceptance* (pp. 121–137). Springer New York.
- Tabachnick, B. i Fidell, L. (2001). *Using Multivariate Statistics – Fourth Edition*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Tangney, J. P. (2002). Perfectionism and the self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment, and pride. In G. L. Flett, P. L. Hewitt

(Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 199–215). Washington, DC: American Psychological Association.

Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D. i Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663–668.

Walén, DiGiuseppe i Dryden (2014). *REBT: Terapijski vodič za racionalno-emotivno bihevioralnu terapiju*. Novi Sad: Psihopolis.

PERFECTIONISM AND DEPRESSION: MEDIATING ROLE OF UNCONDITIONAL SELF-ACCEPTANCE

Dragana Tomić, Enedina Hasanbegović-Anić, Đenita Tuče
Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SUMMARY

The goal of the research is to question the mediating role of unconditional self-acceptance on the relation between the negative perfectionism and depression in students. Relying on contemporary research which sees negative perfectionism as a vulnerability factor for developing psychological difficulties, this paper is based upon the REBT theory of ego disturbance, and mediating model suggested by Flett and associates. The research was done on the appropriate sample of students from the University of Sarajevo ($N=394$), of average age $M=21.39$ ($SD=1.56$). Data was collected by group work method. The following psychological instruments were used: Socio-demographic characteristics questionnaire, Multidimensional perfectionism scale (socially prescribed perfectionism subscale), Unconditional self-acceptance scale, Zung self-rating depression scale, and Zung self-rating anxiety scale. The results of the mediating analysis show that negative perfectionism variable achieved a significant total ($c=.08$; 95% $CI=.03, .12$) and indirect ($ab=.04$; 95% $CI=.02, .06$) effect on depression, while the direct effect did not prove to be significant ($c'=.04$; 95% $CI=-.01, .09$). These results demonstrate that unconditional self-acceptance has the mediating role in relation between negative perfectionism and depression. Additionally, it has been confirmed that higher level of negative perfectionism contributes to lower unconditional self-acceptance, which then negatively reflects upon the level of depression. These results are in accordance with previous theoretical analyses and may serve as guidelines in creating efficient preventive and treatment interventions in working with students.

Key words: negative perfectionism, unconditional self-acceptance, depression

VALIDACIJSKA STUDIJA SKALE ZA PROCJENU SAMOEFIKASNOSTI IGRAČA BADMINTONA

Jadranka Kolenović-Đapo², Katarina Dujmović, Lamija Spahić
Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SAŽETAK

Cilj ovog rada je provjera valjanosti i pouzdanosti Skale za procjenu samoefikasnosti kod igrača badmintonu (SSE). Podaci su prikupljeni od 77 igrača badmintonu koji su učestvovali na 5. međunarodnom turniru „Sarajevo Open 2017“. Prosječna dob sudionika je $M=33.69$ ($SD=10.67$). Analiza glavnih komponenti ukazuje na to da je skala jednodimenzionalna. Glavnom komponentom objašnjeno je 45.03% varijance samoefikasnosti kod igrača badmintonu. Pouzdanost instrumenta je utvrđena koeficijentom unutarnje pouzdanosti ($\alpha=0.92$), dok prosječna korelacija između čestica s ukupnim rezultatima iznosi $r=0.40$. Kriterijska valjanost provjerena je na temelju korelacija sa mjerom motivacije za bavljenje sportom i mjerom lokusa kontrole. Na temelju rezultata možemo zaključiti da skala ima zadovoljavajuću faktorsku strukturu i visoku pouzdanost.

Ključne riječi: badminton, samoefikasnost, motivacija, lokus kontrole

² jadranka.kolenovic-djapo@ff.unsa.ba

1. UVOD

Badminton ima svoju dugu sportsku povijest, međutim, tek je 1992. godine službeno dobio status olimpijskog sporta. Trenutačno je na olimpijskom programu uvršteno pet kategorija natjecanja: pojedinačno za žene i muškarce, ženski i muški parovi i mješoviti parovi. Badminton zahtijeva kombinaciju tehničkih i taktičkih vještina, psihološke pripreme, te fiziološke spremne, pri čemu igrači tokom igre demonstriraju set intenzivnih pokreta poput skakanja, uvijanja, istezanja, naprezanja, brzine kretanja i udaranja loptice (Ooi i sur., 2009). Dok laici poimaju badminton laganim „neozbiljnim“ sportom, koji je zasnovan na tzv. „igri sa reketama“, badminton je kompleksan sport sa strogim pravilima koji se isključivo igra u zatvorenom prostoru. Osnovni cilj igre je jednim udarcem reketa udariti lopticu tako da pređe preko mreže i padne u polje protivnika. Protivničke strane tako naimjence izmjenjuju udarce. Jedna strana osvaja gem ako je loptica pala u označeni dio protivnikovog terena, dotakla bilo koji dio protivnikova tijela ili opreme, ili ako protivnik uputi lopticu u aut. Set je završen kada je igrač ili igrači (u ovisnosti da li se igra pojedinačno ili u parovima) osvojio 21 bod. S obzirom na elemente badminton igre, rezultati istraživanja pokazuju da igranje badminton doprinosi općem psihofizičkom stanju. Tako je pokazano da igranje badminton ima pozitivne učinke u reguliranju hipertenzije, razine šećera u krvi, ima ljekoviti učinak na vid kod djece te povećava koncentraciju.

U Rusiji je provedena studija „*Liječenje bolesti oka kroz badminton*“. Rezultati istraživanja su pokazali da su mnoga djeca prestala nositi naočale u dva mjeseca nakon što su pohađala tečaj iz badminton tri puta sedmično (www.bwfbadminton.org). S obzirom na psihološke efekte, Duncanm, Chan, Clarhe, Cox & Smith (2017) provedli su istraživanje kako bi utvrdili razlike u kognitivnoj i somatskoj anksioznosti na skupini od 20 elitnih badminton igrača/igračica u dva uvjeta: natjecateljskom i u vrijeme treninga. Mjerenje fiziološkog uzbuđenja i psihološkog uzbuđenja, kako izvještavaju Duncanm i sur. (2017), vršeno je u tri vremenske tačke: prije igranja, u sredini meča i po završetku meča. Glavni nalazi do koji su došli autori sugeriraju da kognitivna anksioznost slabi u uvjetu natjecanja u odnosu na uvjet treninga a somatska anksioznost se povećava tijekom igre bez obzira na uvjet. Međutim, interakcija visoke kognitivne anksioznosti i somatskog uzbuđenja doprinose gubljenju pozitivnih efekata badminton.

Ooi i suradnici (2009) izvještavaju o fizičkim i fiziološkim karakteristikama elitnih i subelitnih igrača. U njihovoj studiji sudjelovala su 24 ma-

lezijska igrača (12 elitnih i 12 subelitnih). Istraživački postupak je uključivao procjenu tjelesnih karakteristika poput visine, raspona ruku, indeksa tjelesne i mišićne mase, postotka tjelesne masnoće, te bateriju testova fizičkih i fizioloških performansi: vertikalne testova skoka (skok iz čučnja, skok u suprotnom smjeru i 'pad s visine'), testove određivanja maksimalne tjelesne snage (*bench press* i čučnjevi), testove agilnosti pokreta (bočni test agilnosti, test agilnosti s četiri ugla uz nagle promjene smjera) i snage skoka, aerobni i anaerobni kapacitet (neprekidno kretanje između dvije linije udaljenje 20m), procjenu kardiorespiratorne izdržljivosti procijenjene višefaznim testovima vožnje stacionarnog bicikla. Dobiveni rezultati su pokazali da su elitni igrači viši i da imaju veću tjelesnu masu u odnosu na subelitne igrače. Nasuprot tome, nije utvrđena statistički značajna razlika između elitnih i subelitnih igrača s obzirom na raspon ruku, postotak tjelesnih masti i kardiorespiratornu izdržljivost.

Na testovima performanse snage tijela skupina elitnih igrača je postigla veću apsolutnu snagu gornjeg dijela tijela u odnosu na subelitne igrače, što može biti produkt razlika s obzirom na tjelesnu masu, dok između grupa nije utvrđena statistički značajna razlika s obzirom na apsolutnu snagu tokom izvedbe čučnjeva. Međutim, kada su podaci o maksimalnoj snazi normalizirani za tjelesnu masu, relativne mjere snage tijela su bile slične između elitne i subelitne skupine igrača. Također, između badminton igrača nije utvrđena statistički značajna razlika s obzirom na visinu vertikalnog skoka. Međutim, skupina elitnih igrača je postigla bolje rezultate na mjerama snage potrebne za izvođenje vertikalnih skokova. S obzirom na to da nije utvrđena značajna statistička razlika između grupa u visini skoka i da je relativna snaga slična, autori pretpostavljaju da je kontraktilna brzina aktivnih mišića slična kod obje skupine badminton igrača. Također sugeriraju da bi se u okviru budućih istraživanja trebala ispitati kinematika balističkih pokreta kako bi se uvidjelo koje su optimalne mišićne snage karakteristične za visokorangirane igrače badminton. Nadalje, nije utvrđena statistički značajna razlika između igrača s obzirom na aerobni i anaerobni kapacitet iako su subelitni igrači pokazivali tendenciju bolje izvedbe manse na testu brzine kretanja, što može biti produkt manje tjelesne mase koja subelitnim igračima omogućava bržu promjenu smjera. Također, nije utvrđena statistički značajna razlika između skupina igrača s obzirom na vrijeme potrebno za izvođenje badminton specifičnih testova pokretljivosti, što se može pripisati sličnoj relativnoj snazi tijela. Međutim, subelitni igrači su pokazivali sklonost bržim lateralnim pokretima po širini terena, dok su elitni igrači bili bolji u kretanju po kutovima terena. Utvrđeno je i da su rezultati na testo-

vima agilnosti pokreta značajno povezani s performansama na testovima skokova.

Navedeni rezultati studije Ooi i suradnika (2009) pružaju nam osnovu za razumijevanje tehničkih i funkcionalnih sposobnosti kod badminton igrača, te nam daju uvid u elemente koji su neophodni prilikom koncipiranja skale za procjenu kompetencijskih vještina i samoefikasnosti kod igrača ciljne skupine.

Samoefikasnost predstavlja središnji konstrukt u okviru Bandurine socijalno-kognitivne teorije, pri čemu se percipirana samoefikasnost definira kao uvjerenje osobe o vlastitim sposobnostima potrebnim za ostvarenje određenih ciljeva (Bandura, 2006). Shodno tome, ova teorija se ne referira na objektivno prisutne sposobnosti, već na subjektivnu procjenu pojedinca šta može učiniti sa sposobnostima i vještinama kojima raspolaže (Bandura, 1986, prema Makuš, 2005). Teorija samoefikasnosti pretpostavlja postojanje dva tipa očekivanja: očekivanje efikasnosti i očekivanje ishoda. Samoefikasnost podrazumijeva uvjerenje osobe da ima sposobnosti i kapacitete potrebne za ostvarenje željenih ciljeva. Ukoliko je percepcija samoefikasnosti visoka, osoba će biti sklona involviranju u izvođenje različitih zadataka koji posljedično unapređuju razvoj njenih sposobnosti i vještina. Nasuprot tome, ukoliko je percepcija samoefikasnosti niska, osobe će izbjegavati uključenost u raznolike aktivnosti, što u konačnici limitira učenje novih vještina. Sukladno tome, izbjegavajući takve zadatke, pojedinac neće dobiti povratnu informaciju koja bi potencijalno mogla osporiti negativnu percepciju samoefikasnosti (Juretić, 2008). S druge strane, očekivanje ishoda odnosi se na uvjerenje osobe da će neko ponašanje rezultirati željenim ishodom. Osoba može smatrati da će određeno ponašanje rezultirati uspjehom, a istovremeno smatrati da ne raspolaže kapacitetima potrebnim za ostvarenje cilja. Stoga je očekivanje efikasnosti ključno za pokretanje ponašanja neophodnih za ostvarenje željenih ishoda (Makuš, 2005). Možemo zaključiti da percipirana samoefikasnost uključuje ulaganje kognitivnog napora koji u velikoj mjeri određuje odabir aktivnosti i izazova, te količinu napora koju je osoba spremna uložiti za njihovu realizaciju (Bandura i Cervone, 1986). Nadalje, Bandura (2006) navodi da mjere samoefikasnosti usko specifičnije na određeno područje psihičkog funkcioniranja nude bolju predikciju ljudskog ponašanja u odnosu na mjere globalne samoefikasnosti. Slično, Harter (1978, prema Felitz, 2007) u okviru teorije percipirane kompetentnosti naglašava da percipirana kompetentnost nije unitaran konstrukt već multidimenzionalni motiv koji se reflektira u kognitivnoj, socijalnoj i fizičkoj domeni funkcioniranja pojedinca. Percipirana kognitivna kompetent-

nost odražava percepciju sposobnosti u akademskom području, socijalna kompetentnost definira se u terminima popularnosti među vršnjacima, dok sportska kompetentnost označava percepciju sposobnosti u sportu.

Prema postavkama Nichollsove (1984, prema Šaban, 2017) teorije motivacije za postignućem, čovjek je cilju usmjereno biće koje želi izraziti svoje sposobnosti i kompetencije. Stoga, pojedinac će u situacijama postignuća iskazat tendenciju demonstriranja visokih i izbjegavanja slabijih sposobnosti. Odnosno, osoba je sklona selekcioniranju zadataka koje joj omogućavaju iskazivanje superiornosti. Primjerice, u domeni sportskog angažmana, osoba će preferirati one sportove koji joj omogućavaju izražavanje sposobnosti i kompetencija. Također, Vealey (1986) je razvila model samopouzdanja i kompetitivne orijentacije u sportu. U okviru ovog modela naglašena je distinkcija između samopouzdanja u sportu kao dispozicijskog konstrukta koji se definira kao uvjerenje pojedinca da posjeduje sposobnost da bude uspješan u sportu i samopouzdanja u sportu kao stanja koje predstavlja uvjerenje pojedinca o posjedovanju sposobnosti da bude uspješan u sportu u određenom trenutku. Model se zasniva na interakcionističkom djelovanju pomenutih konstrukata, pri čemu je pretpostavljeno da kompetitivna orijentacija i individualne razlike u samopouzdanju u sportu kao dispozicije određuju percepciju objektivne sportske situacije, što rezultira odgovoru sportiste na sportsku situaciju s određenom razinom samopouzdanja kao stanja. Generalna uvjerenja o sebi predstavljaju snažan motivator ponašanja, međutim, opće skale percepcije samoefikasnosti dekontekstualiziraju odnos između samoefikasnosti i ponašanja (Frlec i Vidmar, 2001). Nasuprot tome, navedeni modeli naglašavaju veću prediktibilnost percepcije vlastitih sposobnosti na ponašanje u jasno definiranom području djelovanja.

S tim ciljem do sada je konstruirano nekoliko skala za mjerenje sportske samoefikasnosti i sportskog samopouzdanja. Testirajući hipoteze proizašle iz modela specifičnog sportskog pouzdanja, Vealey (1986) je razvila Inventar obilježja sportskog samopouzdanja, Inventar za procjenu sportskog samopouzdanja kao stanja i Skalu za procjenu natjecateljske orijentacije. Na našem govornom području autori Šamija i Bosnar (2011) su konstruirali Skalu za mjerenje samoefikasnosti kod nogometaša, Šamija, I., Sporiš, G., Šamija, K. (2016), Skalu za mjerenje samoefikasnosti kod plivača, Šetić, Kolenović-Đapo i Talović (2017) su konstruirali Skalu za procjenu taktičko-tehničkih i socijalnih kompetencija kod nogometaša. Autori izvještavaju da skala posjeduje zadovoljavajuće metrijske karakteristike te je upotrebljiva kao mjera specifičnih kompetencija kod nogometaša. Gunjača i Kolenović-Đapo (2018) su konstruirali Skalu za samoprocjenu sa-

moefikasnosti kod košarkaša.

Na temelju postojećih skala cilj nam je bio razviti skalu za procjenu specifične samoefikasnosti kod igrača badmintona.

2. METOD

2.1. Ispitanici

Uzorak čini 77 badminton igrača/igračica natjecatelja, od toga 47 muškaraca. Prosječna dob ispitanika iznosi $M=33.69$ ($SD=10.67$). Provobitni uzorak je činilo 87 ispitanika, međutim, 10 ispitanika (badminton igrači iz Slovenije) je isključeno iz uzorka zbog nedovoljnog poznavanja bosanskog, hrvatskog i srpskog jezika. Od ukupnog ispitanika najveći broj ispitanika je iz Republike Hrvatske, zatim Bosne i Hercegovine, Republike Slovenije, Republike Srbije i najmanji broj je iz Crne Gore. Najveći broj ispitanika pored badmintona bavi se i drugim sportovima (nogometom, tenisom ili aerobnim i anaerobnim aktivnostima u teretani). S obzirom na sociodemografska obilježja, uzorak je heterogen. Od ukupnog broja najviše je inženjera, zatim studenata, ekonomista, univerzitetskih profesora. Između jedne i pet godina, badminton igraju 40 ispitanika, dok 37 njih igraju badminton od šest do deset godina. O sportskoj povredi izvijestilo je 15 igrača koji su pauzirali igranje badmintona u određenom periodu.

2.3. Instrumentarij

Sociodemografski upitnik je kreiran za potrebe istraživanja i uključivao je pitanja koja se odnose na spol, dob, stupanj obrazovanja, zanimanje te pitanja koja se odnose na aspekt sportske angažiranosti poput dužine treniranja, bavljenja drugim sportovima i povrede.

Skala za procjenu samoefikasnosti igrača badmintona se sastoji od 18 čestica koje se odnose na procjenu izvođenja specifičnih aktivnosti u badminton igri. Zadatak ispitanika je da na skali Likertovog tipa, od 1 = „uopće nije tačno“ do 5 = „u potpunosti je tačno“, zaokruže vrijednost koja ih najbolje opisuje, a ukupni rezultat se dobiva linearnom kombinacijom zaokruženih vrijednosti. Skala je konstruirana po uzoru na postojeće skale za mjerenje specifične samoefikasnosti kao što su: Skala za mjerenje samoefikasnosti kod nogometaša (Šamija i Bosnar, 2011) i Skala za mjerenje samoefikasnosti kod košarkaša (Gunjača i Kolenović-Đapo, 2018). Skala za procjenu samoefikasnosti kod nogometaša (Šamija i Bosnar, 2011) ima

zadovoljavajuće metrijske karakteristike (utvrđen je visok koeficijent unutarnje pouzdanosti $\alpha=.84$), međutim, autori izvještavaju da skala nije dovoljno diskriminativna budući da dobro ne diferencira nogometaše sa nižom samoefikasnošću. Dobiveni nalaz navedeni autori objašnjavaju, između ostaloga, homogenim uzorkom ispitanika (kadeti i juniori) na kojima su aplicirali skalu. U istraživanju mjerenja samoefikasnosti kod košarkaša Gunjača i Kolenović-Đapo (2018) su faktorskom analizom utvrdili da Skala specifične samoefikasnosti kod košarkaša ima tri faktora; prvi faktor su nazvali *Opća samoefikasnost u driblingu i dodavanju* (33.664% objašnjene varijance), drugim faktorom je objašnjeno 10.335% i ovaj faktor je saturirao čestice koje se odnose na situacijske faktore. Autori su faktor nazvali *Situacijska samoefikasnost u driblingu i dodavanju*. Treći faktor je nazvan *Samoefikasnost u odbrani* i objašnjava 7.503% varijance ukupnog rezultata. Dobiveni koeficijent unutarnje pouzdanosti iznosi $\alpha=.87$. Na temelju postojećih skala, kao što smo naveli, konstruirali smo Skalu za procjenu samoefikasnosti kod badminton igrača. Primjer čestice „I nakon nekoliko loše primljenih servi, ne plašim se primiti sljedeću servu“. U našem istraživanju koeficijent unutarnje pouzdanosti skale iznosi $\alpha=0.92$.

Skala sportske motivacije (Pelleiter i sur., 1995; adaptirana verzija prema Mladenović i Marjanović, 2011). Skala se sastoji od 28 čestica koje se odnose na razloge zbog kojih se osobe involviraju u sportske aktivnosti. Zadatak ispitanika jeste da na skali od 1 = „uopće nije tačno“ do 5 = „u potpunosti je tačno“ zaokruži vrijednost koja ga najbolje opisuje. Analizom glavnih komponenti uz varimax rotaciju izdvojeno je pet komponenti (intrinzična motivacija, ekstrinzična motivacija, introjicirana i identificirana regulacija, te amotivacija) pretpostavljenih u okviru teorije samodeterminacije (Deci & Ryan, 1985a prema Gagné, 2015). Mladenović i Marjanović (2011) su utvrdili nizak koeficijent unutarnje pouzdanosti za subskalu amotivaciju za sport ($\alpha=0,44$), dok je najveći koeficijent unutarnje pouzdanosti utvrđen za identificiranu ekstrinzičnu motivaciju ($\alpha=0,79$). Miskiće i Kolenović-Đapo (2015) su primjenom Skale sportske motivacije na uzorku nogometaša i rukometaša u Bosni i Hercegovini utvrdili sljedeće koeficijente unutarnje pouzdanosti: za introjiciranu regulaciju $\alpha=0.54$, ekstrinzičnu motivaciju $\alpha=0.56$, intrinzičnu motivaciju $\alpha=0.57$, identificiranu regulaciju $\alpha=0.65$, amotivaciju $\alpha=0.70$. U našem istraživanju Skala ima zadovoljavajuće metrijske karakteristike. Dobiveni koeficijent unutarnje pouzdanosti za subskalu *intrinzična motivacija* iznosi $\alpha=0.86$, za subskalu *ekstrinzična motivacija* iznosi $\alpha=0.69$, za subskalu *introjicirana regulacija* iznosi $\alpha=0.73$, za subskalu *identificirana regulacija* iznosi $\alpha=0.56$, za subskalu *amotivacija*

iznosi $\alpha=0.73$ Koeficijent unutarnje pouzdanosti za cijelu skalu iznosi $\alpha=0.85$.

Skala eksternog lokusa kontrole (LOK – E. Bezinović, 1990) je jednodimenzionalna skala koju je autor Bezinović konstruirao na temelju Rotterovog konstrukta lokusa kontrole. Sastoji se od deset tvrdnji čiji sadržaji određuju fatalističku orijentaciju po kojoj isključivo sudbina, predodređenost, sreća i slučajnost određuju što će se pojedincu dogoditi, odnosno kakvi će biti ishodi njegovog ponašanja. Zadatak ispitanika je da na skali od 1 = „uopće nije tačno“ do 5 = „u potpunosti je tačno“ zaokruže vrijednost koja ih najbolje opisuje. Ukupni rezultat formira se linearnom kombinacijom procjena na svim česticama. Visok rezultat odražava eksternalnu orijentaciju. Koeficijent unutarnje pouzdanosti u ranijim istraživanjima iznosio je $\alpha=0.81$, dok je u našem istraživanju dobivena koeficijent pouzdanosti $\alpha=0.80$.

Postupak

Istraživanje je provedeno prije natjecanja na Međunarodnom turniru u badmintonu, uz prethodnu najavu istraživanja od glavnog moderatora takmičenja. Prije ispunjavanja instrumentarija svakom učesniku su date upute o ispunjavanju upitnika, uz objašnjenje cilja studije. Vrijeme istraživanja je trajalo u prosjeku petnaest minuta.

3. REZULTATI

U Tabeli 1. su prikazane deskriptivne statističke vrijednosti: aritmetička sredina (M), standardna devijacija (SD), simetričnost i spljoštenost distribucije, standardne greške za simetričnost i spljoštenost, te vrijednost Kolmogorov-Smirnovljevog testa (K-S) za ispitivanje normalnosti distribucije. Na osnovu Kolmogorov-Smirnovljevog testa vidimo da rezultati na Skali za procjenu samoefikasnosti igrača badmintonu, Skali eksternog lokusa kontrole, subskali *intrinzična motivacija*, te subskali *identificirana regulacija* udovoljavaju kriterijima normalnosti distribucije. Indeksi simetričnosti i spljoštenosti za rezultate na subskali *intrinzična motivacija* i subskali *amotivacija* upućuju na odstupanje od normalnosti distribucije dok indeksi simetričnosti i spljoštenosti za ostale varijable udovoljavaju kriterijima normalnosti distribucije. Prema tome, u svrhu ispitivanja povezanosti samoefikasnosti igrača badmintonu s eksternim lokusom kontrole i pojedinim vrstama motivacije koristit ćemo parametrijske statističke postupke.

VALIDACIJSKA STUDIJA SKALE ZA PROCJENU SAMOEFIKASNOSTI IGRAČA BADMINTONA

Tabela 1. Deskriptivne statističke vrijednosti za varijable uključene u istraživanju

Varijable	M	SD	Skjunis	St. greška	Kurtosis	St. greška	K-S	p
Samoefikasnost	65.831	13.221	-0.436	0.274	0.096	0.541	0.081	0.200
Eksterni lokus kontrole	23.052	7.171	0.033	0.274	-0.814	0.541	0.084	0.200
Intrinzična motivacija	34.481	6.640	-1.078	0.274	1.871	0.541	0.121	0.007
Ekstrinzična motivacija	9.338	3.567	0.560	0.274	-0.059	0.541	0.107	0.028
Introjicirana regulacija	19.338	3.624	-0.661	0.274	-0.007	0.541	0.144	0.000
Identificirana regulacija	15.091	2.948	-0.531	0.274	1.282	0.541	0.096	0.077
Amotivacija	6.078	2.574	1.532	0.274	2.348	0.541	0.247	0.000

Faktorska struktura Skale za procjenu samoefikasnosti igrača badmintona

U svrhu ispitivanja faktorske strukture Skale za procjenu samoefikasnosti igrača badmintona sprovedena je analiza glavnih komponenti uz varimax rotaciju, pri čemu vrijednosti Kaiser-Mayer-Olkinovog testa (0.87) i Bartlettovog testa specifičnosti ($\chi^2=796.212$; $df=153$, $p=0,00$) ukazuju na faktorabilnost podataka. Oslanjajući se na *scree plot* prikaz utvrđeno je da je skala jednodimenzionalnog karaktera, gdje prva glavna komponenta objašnjava 45.03% varijance rezultata. S obzirom na visoka faktorska zasićenja i visoke korelacije čestica s ukupnim testom, možemo zaključiti da čestice tvore jednodimenzionalan set pitanja, te da dobro definiraju glavni predmet mjerenja, odnosno samoefikasnost igrača badmintona. Utvrđeni koeficijent pouzdanosti testa nakon izostavljanja pojedine čestice ukazuju da nema potrebe za skraćivanjem skale. Čestice obuhvataju različite aspekte koji određuju percepciju samoefikasnosti igrača poput karakteristika protivnika, situacijskih okolnosti i emocionalnog stanja. Analizom metrijskih svojstava ukupnog rezultata na Skali za procjenu samoefikasnosti igrača badmintona pokazano je da skala ima zadovoljavajuću pouzdanost. Kao što smo naveli,

VALIDACIJSKA STUDIJA SKALE ZA PROCJENU SAMOEFIKASNOSTI IGRAČA BADMINTONA

koeficijent unutarnje konzistencije iznosi $\alpha=0.92$, dok je prosječna korelacija između čestica $r=0.40$. Usporedbom vrijednosti aritmetičke sredine ($M=65.83$) i standardne devijacije ukupnog rezultata ($SD=13.22$), te odnosa minimalnog (30) i maksimalnog ukupnog rezultata (90), možemo reći da skala ima zadovoljavajuću osjetljivost. Odnosno, skala omogućava razlikovanje ispitanika s nižim i višim razinama samoeфикаsnosti.

Čestice	K1	h^2	R	α_m	min.	max.	M	SD
Vjerujem da mogu predvidjeti potez protivnika.	0.82	0.52	0.71	0.92	1	5	3.49	1.15
U važnim mečevima siguran/a sam u preciznost svog udarca.	0.81	0.50	0.70	0.92	1	5	3.57	1.15
Ne sumnjam u preciznost svog udarca niti nakon nekoliko promašenih loptica.	0.81	0.67	0.81	0.91	1	5	3.58	1.26
Siguran/a sam da mogu nadmudriti svog protivnika.	0.81	0.66	0.79	0.92	1	5	3.88	0.97
Siguran/a sam da mogu nadmudriti protivnika i onda kad igram protiv boljeg od sebe.	0.73	0.66	0.80	0.92	1	5	3.77	1.17
Siguran/a sam u svoju igru i kada je protivnik vrlo brz i dobar u defanzivnoj igri.	0.72	0.66	0.79	0.92	1	5	3.65	1.01
Vjerujem da mogu precizno vratiti lopticu i nakon nekoliko pogrešno odigranih prebacivanja	0.72	0.50	0.68	0.92	1	5	3.97	0.99
I kada sam umoran/a i „ruke“ su mi teške, vjerujem da mogu precizno vratiti lopticu protivniku.	0.70	0.53	0.73	0.92	1	5	3.46	1.11
I kad sam lošeg raspoloženja, neću pogriješiti u servi.	0.71	0.42	0.65	0.92	1	5	3.33	1.21
Umor ne utječe na kvalitetu moje igre.	0.69	0.21	0.49	0.92	1	5	2.78	1.20
Bez obzira na to što sam lošeg raspoloženja jednako sam siguran/a u preciznost igre.	0.66	0.47	0.69	0.92	1	5	3.56	1.01
Kada mi suigrač u dublu prigovara zbog lošeg poteza i promašene prilike, ja i dalje ne gubim povjerenje u preciznost svog udarca.	0.65	0.43	0.67	0.92	1	5	3.65	1.19
Usprkos negativnom rezultatu i skorom kraju meča, siguran/a sam da mogu svakog protivnika pobijediti.	0.63	0.52	0.73	0.92	1	5	3.56	1.26
I nakon nekoliko loše primljenih servi, ne plašim se primiti sljedeću servu.	0.55	0.39	0.63	0.92	1	5	4.06	0.99
Ne bojim se primiti servu niti kada me napada izuzetno brz i agresivan protivnik.	0.53	0.28	0.53	0.92	1	5	4.20	0.96

VALIDACIJSKA STUDIJA SKALE ZA PROCJENU SAMOEFIKASNOSTI IGRAČA BADMINTONA

Neuspjeh me potiče na još agresivniji i čvršći ulazak u badminton duel.	0.49	0.30	0.58	0.92	1	5	3.73	1.20
Ne odustajem od dobre igre i kada sam nervozan/a i loše raspoložen/a.	0.46	0.14	0.42	0.93	1	5	3.66	1.17
I kada sam jako umoran/a, vjerujem da mogu uspješno savladati protivnika.	0.37	0.24	0.50	0.92	1	5	3.95	1.02
Karakteristični korijen	8.11							
Postotak objašnjene varijance	45.03%							

U svrhu ispitivanja kriterijske valjanosti Skale za procjenu samoefikasnosti igrača badmintonu izračunati su koeficijenti povezanosti samoefikasnosti s specifičnim aspektima motivacije i eksternim lokusom kontrole. Rezultati pokazuju da je odnos između samoefikasnosti, motivacije i eksternog lokusa kontrole posredovan dužinom treniranja badmintonu i spolom. Nakon isključenja iz analize varijabli koje zamagljuju međuodnos od interesa dobiveni su niski, ali značajni pozitivni koeficijenti parcijalne korelacije između samoefikasnosti i intrinzične motivacije ($r=0.24$; $p<0.05$), između samoefikasnosti i ekstrinzične motivacije ($r=0.28$; $p<0.05$), između samoefikasnosti i introjicirane regulacije ($r=0.32$; $p<0.05$), te između samoefikasnosti i identificirane regulacije ($r=0.27$; $p<0.05$). Nadalje, utvrđena je negativna, ali statistički neznačajna povezanost između samoefikasnosti i amotivacije ($r=-0.14$; $p>0.05$). Također, nije pronađen značajan odnos između samoefikasnosti i eksternog lokusa kontrole ($r=0.15$; $p>0.05$).

4. RASPRAVA

Cilj ove studije je bio ispitivanje pouzdanosti Skale za procjenu samoefikasnosti igrača badmintonu. Psihometrijske karakteristike skale provjerene se na uzorku od 77 ispitanika, gdje je faktorskom analizom pokazano da je skala jednodimenzionalna. Visoka faktorska zasićenja čestica upućuju na to da čestice dobro definiraju glavni predmet mjerenja, odnosno percipiranu samoefikasnost igrača badmintonu. Skala ima zadovoljavajuću osjetljivost i unutarnju pouzdanost. Ispitivanjem odnosa između samoefikasnosti i utvrđenih faktora motivacije dobivena je niska, ali značajna pozitivna povezanost samoefikasnosti s intrinzičnom i ekstrinzičnom motivacijom, te identificiranom i introjiciranom regulacijom. Rezultati su konzistentni s nalazima prethodnih studija u pogledu pozitivne povezanosti percipirane sa-

moefikasnosti s intrinzičnom i ekstrinzičnom motivacijom (Ross, Perkins i Bodey, 2016). S druge strane, neki autori tvrde da ekstrinzična motivacija ima negativne implikacije na percepciju samoefikasnosti (Muricia, Chamacho i Rodríguez, 2008). Međutim, smatramo da intrinzična i ekstrinzična motivacija nužno ne isključuju jedna drugu, čemu u prilog idu rezultati dobiveni u okviru ove validacijske studije. Nije pronađena značajna povezanost između samoefikasnosti i amotivacije. Međutim, smjer korelacije je sukladan istraživačkim nalazima dobivenim u studijama u okviru kojih se ispitivao odnos između samoefikasnosti i motivacije u različitim područjima (Walker, Greene i Mansell, 2006; Turner, Chandler i Heffer, 2009; Ross i sur., 2016). Također, nije pronađen značajan odnos između samoefikasnosti i eksternog lokusa kontrole, što odgovara prethodnim istraživačkim nalazima koji upućuju na to da je visoka percepcija samoefikasnosti pozitivno povezana s internalnim lokusom kontrole (Sherer i Meddus, 1982). Niske vrijednosti dobivenih korelacija potencijalno mogu odražavati manjkavost studije koja se odnosi na mali uzorak ispitanika. U konačnici, skala ima zadovoljavajuće metrijske pokazatelje. Preporučuje se replikacija studije na većem broju ispitanika, te dodatno ispitivanje valjanosti skale korištenjem drugih kriterijskih varijabli. Unatoč zadovoljavajućim psihometrijskim karakteristikama skale za procjenu samoefikasnosti kod badminton igrača, u budućim istraživanjima je potrebno uključiti veći broj čestica koje se odnose na badminton igru, kao što su naprimjer „Imam snažan skok“; „Brzo se krećem između dvije linije udaljenje 20 m“. Također, potrebno je napraviti distinkciju između igrača koji igraju pojedinačno i igrača koji igraju u dublu. Za igrače koji igraju dubl treba, a za igrače koji igraju u parovima neophodno je uključiti i elemente koje pripadaju socijalnim i afektivnim kompetencijama (Naprimjer: „Kontroliram ljutnju kada moj suigrač napravi pogrešku“; „Nisam u stanju kontrolirati ljutnju na suigrača kada izgubi servu“; „Bez obzira na greške suigrača nastavljam igrati kao da se nije ništa dogodilo“; „U vrijeme igre ne mogu odoljeti a da suigraču ne sugeriram na greške“; „Iz moje neverbalne komunikacije suigraču je jasno što mislim o njegovoj igri“.

Zaključno, uvjerenje osobe da posjeduje sposobnosti i vještine potrebne za ispunjenje postavljenih ciljeva je značajan faktor koji određuje spremnost osobe da sudjeluje u različitim životnim aktivnostima. Stoga, percepcija osobne samoefikasnosti je pored realnih sposobnosti i vještina osnova za razvoj sportaša i pojedinca na višestrukom nivou. Skale samoefikasnosti specificirane na određeno područje djelovanja nude bolju predikciju ponašanja osobe. Na osnovu metrijskih karakteristika Skale

samoefikasnosti igrača badmintona možemo zaključiti da je skala primjenjiva u istraživačkom i aplikativnom kontekstu. Prema tome, primjena skale omogućava trenerima i igračima uvid u područja u kojima je napredovanje sportaša potencijalno ograničeno uvjerenjem da nije u mogućnosti postići željeni cilj i efekat tokom igre. Procjena percipirane samoefikasnosti igrača i identifikacija područja za koja sportaš vjeruje da ne raspolaže osobnim resursima potrebnim za postizanje uspjeha ujedno nudi i mogućnost kreiranja različitih strategija za povećavanje samopouzdanja osobe u domeni sportskog angažmana.

6. LITERATURA

- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. *Self-efficacy beliefs of adolescents*, 5(1), 307–337.
- Bandura, A. & Cervone, D. (1986). Differential engagement of self-reactive influences in cognitive motivation. *Organizational behavior and human decision processes*, 38(1), 92–1.
- Duncanm M. J., Chan, C. K. Y, Clarhe, D., Cox, M., Smith, M. (2017). The effect of badminton-specific exercise on badminton short-serve performance in competition and practice climates. *Europen Journal of Sport Science*, 17, 119–126.
- Gunjača, J., Kolenović-Đapo, J. (2018). Osobine ličnosti kod košarkaša. *Neobjavljeni završni diplomski rad*. Filozofski fakultet Univerziteta u Sarajevu.
- Feltz, D. L. (2007). Self-confidence and sports performance. *Studies*, 33(41), 50–66.
- Frlec, Š. & Vidmar, G. (2001). Metric characteristics of the Self-efficacy Scale; a preliminary study. *Psihološka Obzorja*, 10(1), 9–25.
- Juretić, J. (2008). Socijalna i ispitna anksioznost te percepcija samoeфикаsnosti kao prediktori ishoda ispitne situacije. *Psiholojske teme*, 17(1), 15–36.
- Markuš, M. (2009). Psihosocijalne determinante školskih izostanaka. *Napredak: časopis za pedagojsku teoriju i praksu*, 150(2), 154–167.
- Miskiće, M., Kolenović-Đapo, J. (2015). Teorija samoodređenja: doprinos osnovnih psiholoških potreba i subjektivne dobrobiti motivaciji kod sportaša. *Neobjavljeni diplomski rad*. Filozofski fakultet Univerziteta u Sarajevu.
- Mladenović, M., Marjanović, A. (2011). Neke razlike u sportskoj motivaciji kod mladih fudbalera Rusije, Srbije i Crne Gore. *SportLogia 2011*, 7(2), 141–149.
- Murcia, J. A. M., Camacho, A. S. & Rodríguez, J. M. M. (2008). Prognostic of the perceived competence through motivation in practitioners of physical exercise. *Fitness & Performance Journal (Online Edition)*, 7(6).

- Ooi, C. H., Tan, A., Ahmad, A., Kwon, K. W., Sompong, R., Ghazali, K. A. M., Liew, S. L., Chai, W. J. & Thompson, M. W. (2009). Physiological characteristics of elite and sub-elite badminton players. *Journal of Sports Sciences*, 27(14), 1591–1599.
- Ross, M., Perkins, H. & Bodey, K. (2016). Academic motivation and information literacy self-efficacy: The importance of a simple desire to know. *Library & information science research*, 38(1), 2–9.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663–671.
- Šaban, I. (2017). Odnos individualne ciljne orijentacije i sociometrijskog statusa igračica unutar odbojkaške ekipe. *Diplomski rad*. Filozofski fakultet u Rijeci.
- Šamija, I., Sporiš, G., Samija, K. (2016). Self-efficacy scale construction and validation in swimming. *Acta Kinesiologica*, 10(1), 33–37.
- Šamija, K., Bosnar, K. (2011). Konstrukcija skale za procjenu samoeфикаsnosti nogometaša. U V. Findak (ur.) *Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“*, Poreč, 21–25. lipnja, 2011. (str. 258–262). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
- Šetić, R., Kolenović-Đapo, J., Talović, M. (2017). Validation study of the Tactical-Technical and Social Competencies of Football Players Scale. *Sportski Logos*, 19, 11–19.
- Turner, E. A., Chandler, M. & Heffer, R. W. (2009). The influence of parenting styles, achievement motivation, and self-efficacy on academic performance in college students. *Journal of College Student Development*, 50(3), 337–346.
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 221–246.
- Walker, C. O., Greene, B. A. & Mansell, R. A. (2006). Identification with academics, intrinsic/extrinsic motivation, and self-efficacy as predictors of cognitive engagement. *Learning and Individual Differences*, 16(1), 1–12.

VALIDATION STUDY OF A SCALE FOR MEASURING SELF-EFFICACY OF THE BADMINTON PLAYERS

Jadranka Kolenović-Đapo, Katarina Dujmović, Lamija Spahić
Univerzitet u Sarajevu, filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SUMMARY

The aim of this study is to verify the validity and reliability of the Self-efficacy assessment scale (SSE) on badminton players. The study included 77 badminton players (N=77), participants of the 5th International Tournament „Sarajevo Open 2017“. The average age of participants is $M=33.69$ ($SD=10.67$). The analysis of the main components indicates that the scale is one-dimensional. The main component explains 45.03% of self-efficacy variance within badminton players. The reliability of the instrument was determined by the coefficient of internal reliability ($\alpha=0.92$), while the average correlation between the particles is $r=0.40$. Criterion validity was verified based on correlation with measurements of motivation for sport and locus of control. Based on the results we can conclude that the scale has a satisfactory factor structure and high reliability as expected from the previous research.

Keywords: badminton, self-efficacy, motivation, locus of control

PSIHOANALITIČKE REFLEKSIJE O DINAMICI VELIKE GRUPE I NJIHOVIM MEĐUSOBNIM KONFLIKTIMA

Aneta Sandić

Privatna psihijatrijska ordinacija "Dr. Sandić"

Enedina Hasanbegović-Anić

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SAŽETAK

Ovaj rad se bavi krucijalnim obilježjima velikih grupa u kontekstu grupne analize. Jasna definicija arhaičnih nesvjesnih procesa koji usmjeravaju funkcioniranje velike grupe zaokružena je u okviru četvrte bazične pretpostavke, kako ju je definirao Earl Hopper. Ilustracija krucijalnog stila vođstva i značaja ove uloge u socijumu kompletira refleksije o glavnim obilježjima grupne dinamike i konfliktima među grupama iz perspektive grupne psihoanalitičke epistemologije. Duboki regresivni trendovi, maligni potencijal velike grupe (nacije, etnije i sl.) ukazuju se iznimno značajni u svakom istorijskom razdoblju. Ova zlokobna obilježja postaju osobito prominentna kada su aktivirana u najarhaičnijem, te i najregresivnijem modusu operiranja definiranom kao četvrta bazična pretpostavka. Upravo ovo je ono što obilježava masivnu traumatizaciju, poput rata, u savremenom svijetu uzokovanom neoliberalnim, neokolonijalnim destruiranjem i potčinjavanjem na globalnom planu. Istorijska, kulturalna i socijalna stvarnost kojoj svjedočimo u Bosni i Hercegovini danas počiva na masivnoj traumatizaciji, te ima snažno uporište u četvrtoj bazičnoj pretpostavci. Klarifikacija ovog malicioznog fenomena možda bi mogla pomoći da se iscijele barem neke od rana, a možda prevenira bol i užas transgeneracijskog prenošenja traume, po čemu smo, tragično, postali toliko poznati u savremenom znanstvenom diskursu.

Ključne riječi: velika grupa, bazične pretpostavke, konflikt, stil vođstva, neoliberalni neokolonijalizam

Problem za članove male grupe je kako da budu spontani... dok je za veliku grupu primarno kako misliti.

Patrick de Mare (1972), str. 106.

Jedna od mogućnosti da se iz pozicije psihoanalitičke epistemologije približimo kauzalitetu konfliktnih odnosa među različitim skupinama ljudi svakako je grupna analiza. Ovaj psihoanalitički pravac mlađi je od Freudove klasične psihoanalize prevashodno orijentirane ka individualnom nesvjesnom. Rođenje grupne analize zbilo se nešto docnije, sredinom XX vijeka. Asocirano je uz Siegmunda Heinricha Foulkesa. U njenim okvirima studiraju se psihološki procesi koji obilježavaju male, srednje i tzv. velike grupe poput etnije, naroda, nacije i sl. S obzirom na tragičnu istoriju čovjeka kao vrste, tenzije, sukobe, ratove, dva svjetska rata koja su prohujala planetom protekloga stoljeća, tragičnu istoriju BiH s kraja XX vijeka i udes mnogih drugih zemalja i ljudi kojem svjedočimo danas, izučavanje grupne dinamike iskazuje se gotovo nužnim. Pokušaj da upoznamo, razumijemo sami sebe kao individualna bića, no svakako i bića čiji identitet i dejstvovanje determinira i pripadništvo datoj grupi, ukoliko rezultira znanjem i uvidom možda bi nas mogao spasiti *perpetuuma mobile* tragičnog usuda čije dimenzije poprimaju sve stravičnija obilježja od kako je čovjek usavršio svoja tehnološka pomagala otuđivši se od prirode i svjesnosti i o vlastitoj biološkoj osnovi kojom je ukorijenjen u sam život.

Sigmund Freud i grupna dinamika

Freud je svoj naučnoistraživački opus posvetio dubinskoj psihologiji usmjerenoj ka individui, subjektu kojem je u svojoj prvoj topografiji atribuirao svjesni i nesvjesni proces. O svjesnim i nesvjesnim procesima, tj. sekundarnom i primarnom procesu, Freud je prvi put značajno elaborirao u „Tumačenju snova“ publiciranom 1900. Nešto docnije, u članku „Nesvjesno“ iz 1914. godine detaljnije se bavi specifikiranjem ova dva različita modusa funkcioniranja. Primarni proces dinamičko je obilježje nesvjesnog. Na sceni su kondenzacija, simbolizacija, koegzistencija suprotnosti bez međusobnog poništavanja, atemporalnost i primat principa zadovoljstva. Sekundarni proces obilježje je funkcioniranja svjesnog stratuma ljudske psihe. Vođen je principom realiteta, pri čemu značajnu medijaciju obavlja ego iznalazeći

načine balansiranja između nagonskih zahtjeva pulzija ida, vanjskog realiteta i, naravno, superega (Freud, 1973). U drugoj tzv. topografskoj stratifikaciji (Freud, 1923) psihički aparat raščlanio je na tripartitnu strukturu koju sačinjavaju id (nesvjesni stratum), ego (ja instanca koja je također jednim dijelom nesvjesna) i superego (instancja internaliziranih moralnih načela, kao i ego ideal – reprezentant unutarnjeg vođstva čovjeka ka ostvarenju viših ciljeva). Prva psihoanalitička studija o masovnoj psihologiji vezana je za njegovo ime. U djelu „Psihologija mase i analiza ega“ (2006) Freud čini osvrt na tri značajna pitanja na koje grupna analitička teorija i danas nastoji iznaći što preciznije odgovore: Šta je to ‘masa’, otkuda ona stječe sposobnost da na tako odlučujući način utječe na duševni život pojedinca i u čemu se sastoji duševna promjena na koju ga ona prisiljava? U uvodnom dijelu ove publikacije Freud napominje kako Le Bona (2007) još 1920. godine primjećuje da je lako uvidjeti koliko se pojedinac u masi razlikuje od izoliranog pojedinca, no da je teže razotkriti razloge te različitosti. Iako je ovu publikaciju napisao prije no što je uvidio značaj tanatosa i uveo ga u psihoanalitički teoretski korpus, već i u ovoj publikaciji Freud tvrdi da se u masi individualnost subjekta mijenja, da okolnosti koje inducira pripadništvo velikoj grupi dovode do izbijanja *svog zla ljudske duše*, do gubitka savjesti, rastakanja osjećaja odgovornosti. Doživljaj sopstva subjekta u masi i njegovu bihevioralnu orijentaciju Freud uspoređuje s onim što biva u hipnotičkim procedurama primjećujući da su kod pojedinca koji egzistira u masi, poput i onog koji je hipnotiziran, izvjesna obilježja uništena, dok se druga mogu krajnje intenzivirati. Njegov opis, koji nalazimo u ovom djelu a tiče se subjekta u velikoj grupi, tj. masi ljudi, mogao bi se sažeti odabirom jednog citata kojim se i sam koristi pozivajući se na Le Bona: „Već i samom činjenicom, da je dijelom organizirane gomile, silazi čovjek za više stepenica niz ljestve civilizacije. Izoliran je možda bio kulturno biće, u gomili je barbar, to jest igračka nagona. U njega je spontanost, žestina, divljaštvo, a i zanos i junaštvo primitivnih bića“ (Freud, 2006, st. 97). Freud u istom djelu nadalje studira uzajamne identifikacije, poistovjećenja svih članova grupe u jednu ujedinjenu identifikaciju s vođom. Psihološkim nesvjesnim procesima eksternalizacije članovi grupe u njegov imago kolektivno projiciraju sadržaje superego formacije. Ovo je razlogom zašto postaju voljni pratiti vođu kuda god da ih on usmjeri. Upravo projekcija superega, i značajnije njegovog aspekta ego-ideala na vođu, oslobađa članove u pravcu neobuzdanog ispoljavanja vlastitih nagonskih htijenja, posebno onih porijekla agresiviteta. Tako masa postaje sklona napadu, destruiranju, ubistvu po nalogu vođe. Istovremeno, uzajamna identifikacija obezbjeđuje članovima

osjećaj snage i pripadništva, dok im projekcija superega na vođu (što svakako implicira i projekciju odgovornosti) daje osjećaj slobode u odnosu na varijetet ograničenja uspostavljenih moralnim kodeksom koji je, kada se zasebno razmatra subjekat, internaliziran u superegu. Freudova skica grupne dinamike aktualna je i danas. Važno je da napomenemo da su docnija istraživanja ustanovila agiranje snažnog agresivnog naboja u svakoj grupi, te i u velikoj, kakvom možemo posmatrati jedno društvo u svoj njegovoj slojevitosti. Upravo u procesima grupne regresije mnoge funkcije normalnih i odbrambenih manevara podliježu strahovitoj distorziji poprimajući obilježja arhaičnog. Već više decenija u psihoanalitičkom području koje se bavi grupnom dinamikom ustanovljeno je da su sve grupe same po sebi sklone regresiji, posebno u okolnostima ako ne uspijevaju da se organiziraju oko krucijalnog zajedničkog zadatka, tj. ako nisu radne grupe. Istovremeno, značajno obilježje grupa je da je male grupe (6 do 8 članova) lakše strukturirati u pravcu radne grupe, dok je to teže učiniti sa npr. srednjom grupom (15 do 20 članova). Za razliku od malih i srednjih grupa, velike grupe (one preko 50, dakle i 400 i više sudionika), osobito kada brojnost njihovih članova dostiže velike razmjere kao što je npr. etnija ili nacija, posebno su vulnerabilne u pravcu regresivnog trenda i prilično lako zapadaju u paranoidno regresivno stanje o kojem će biti više riječi dalje u tekstu. Ovo implicira i primitivne odbrane od tjeskobe tipične za shizo-paranoidnu poziciju, a ovaj rani razvojni stadij obilježen je nesvjesnim paranoidnim strahovanjima i brutalnim, neneutraliziranim agresivitetom.

Wilfred Bion i grupni procesi: tri bazične pretpostavke

Uporedo s Foulkesom, Bion (1952) je kreirao fundament oko kojeg će se organizirati teoretski i praktični rad grupnih analitičara, pri čemu je njegova perspektiva značajno drugačija od Foulkesove. Upravo Bionove propozicije ukazuju se značajnim kada nastojimo shvatiti dinamičke procese u matriksu velikih grupa interesirajući se za kauzalitet konflikta.

Bionova (1952, 1961) esencijalna zapažanja o grupi mogu se, njegovim riječima iskazano, rezimirati u okviru koncepta o „bazičnim pretpostavkama“. Svaku grupu obilježava sklonost da se unutar nje same pokrenu vrlo specifični regresivni procesi. Tu se krije opasnost od zapadanja u neka od stanja iz repertoara bazičnih pretpostavki od kojih je Bion definirao tri. Funkcioniranje grupe na nivou bazične pretpostavke je nesvjesno. Kao prvu (što ne podrazumijeva nikakvo hijerarhijsko rangiranje već tek proizvoljnost

nominalnog ordiniranja), Bion uočava situaciju *borba / bijeg*. Druga bazična pretpostavka je specifičnost grupnog funkcioniranja kada se pojedine grupe okupljaju u svrhu *stvaranja parova*. Treća bazična pretpostavka je *zavisna grupa*. Na nesvjesnoj razini u funkcioniranju grupe uvijek će dominirati jedan od tri navedena modusa, sem u slučaju radne grupe koju organizira fokus članova na rješenje zadatog cilja, odnosno zadatak. Prema Bionu, u stanju *borbe / bijega* dominira paranoidno-shizoidna dinamika impregnirana hostilitetom i agresijom. Ovisno stanje obilježeno je nezrelom ljubavlju koja se posebno očituje naglašenom sklonošću ka idealizaciji. Ovo je praćeno melanholičnom zabrinutošću kao i osjećanjima krivice. Kada je prevashodno u stadiju stvaranja parova, grupa je preokupirana pretjeranom znatiželjom. Manična obilježja nadanja štite pojedince u grupi u kojoj predominira stvaranje parova od bolnih osjećaja asociiranih uz druge dvije bazične pretpostavke, potisnutih duboko u teško pristupačne no ipak aktivne nesvjesne stratumne. Tako svaka grupa u sebi sadrži i potencijal za regresivni pomak koji ne tako rijetko može biti obilježen volentnim, brutalnim agiranjem agresiviteta.

Earl Hopper: četvrta bazična pretpostavka

Razdoblje s kraja XX, odnosno početka XXI vijeka obilježeno je lokaliziranim ratovima. U vremenu pisanja ovog rada na zemlji žive različita, u svježijoj historiji ratom traumatizirana društva, kao i ona koja će zasigurno u skorijoj budućosti biti poligon za ratna destruiranja. Njihovo, naše postojanje u Bosni i Hercegovini, obilježeno je vrlo zamršenim, tegobnim okolnostima. Ukoliko ovakav sociokulturni milje opserviramo kroz prizmu grupne analize, ljude ćemo opservirati traumatizirane ratnom traumom, kao i savremenom neoliberalnom prinudom neokolonijalnog potčinjavanja. Ovako traumatizirano društvo, tu veliku grupu, obilježavaju vrlo specifični psihodinamički procesi, koje u slučaju BiH, počevši s početka 1990-ih u savremenoj historiji, ilustrira Sandić (2014).

Četvrtu bazičnu pretpostavku Hopper (2003) označava kao inkoheziju: agregaciju / masifikaciju. Inkohezija upućuje na nesolidarnost, odnosno pseudosolidarnost. Agregacija se odnosi na predominaciju agresivnih osjećanja, te agiranje agresiviteta u prethodno snažno traumatiziranom socijumu. Obilježavaju je ravnodušnost, hostilitet te povlačenje iz međuljudskih odnosa. Agregaciju obilježava još jedan fenomen. Otvoreno se ispoljava mržnja u kojoj je svaki subjekat protiv onog drugog. Tipično je i da svaka

subgrupa postaje kontra grupa. Masifikacija upućuje na prikrivenija agresivna osjećanja i ponašanja nego što je to slučaj pri agregaciji. Kao primjer u literaturi se navode različiti oblici nacionalizma udruženi sa purifikacijom jezika, običaja, etniciteta, estetskih vrijednosti itd.

Značajne odredbe velike grupe

Volkan (2014) je odavno registrirao da se identitet velike grupe, apstraktni koncept, nalazi u osnovi stvarnih svjetskih ekonomskih, legislativnih i vojnih pitanja vezano za internacionalne odnose. Istovremeno, Volkan smatra da upravo identitet velike grupe čini supstancijalnu barijeru kada se nastoji uspostaviti mir među ranijim neprijateljskim grupama. Istovremeno, autor nas podsjeća da se on gradi oko mitova i stvarnih zbivanja asociranih uz zajedničke početke, istorijski kontinuitet, geografsku stvarnost i druge faktore koje dijele članovi iste grupe (jezik, društvene, istorijske, političke okolnosti itd.).

Ettin (2003) je krucijalna obilježja grupe rezimirao u okvirima dva-deset i jedne propozicije koje su ovom prilikom predočene u veoma skraćenom obliku.

Propozicija 1. Što velika grupa postane manje personalna i interpersonalna, njeni članovi (i vođe) bivaju konfrontirani sa grupom-kao-misterijom obilježenom sadržajem koji participanti projiciraju unutar nje.

(a) Kako se umanjuje stupanj ličnog kontakta u grupi, sve više se osjećaju uticaj veličine grupe.

(b) Članovi mogu kognitivno simplificirati svoja iskustva velike grupe kako bi je pokušali shvatiti.

(c) Kako je nivo kontakta limitiran veličinom ili nedostatnošću strukturiranosti grupe, ona se njenim članovima može ukazati impersonalno, uniformno.

(d) Emocije koje prevladavaju u velikoj grupi teže da budu snažno doživljene i rezultiraju cijepanjem u dobre i loše atribucije, posebno ukoliko se u grupi ne cijeni kompleksnost.

Propozicija 2. Veoma je teško kretati se od uvida (u individualnu i porodičnu dinamiku) do obuhvatnog sagledavanja (cijele grupe ili sociokulturnih procesa) bez notiranja subjekta kome je povjeren autoritet da:

(a) usmjerava grupni proces tako da dinamički tokovi ne operiraju nezamijećeni, zamršeni ili na način da odvrćaju grupu od njenog zadatka;

(b) identificira aktualne teme i motive tako da članovi mogu realizirati zajedničke referentne tačke oko kojih grade asocijativni tok;

(c) klarificira ili dekonstruira pitanja koja se nalaze u podlozi aktiviranih konflikata u grupi kao cjelini kako ne bi došlo do polarizacije članova, što bi moglo voditi ka destruktivnom splittingu (polarizacija iskustava na apsolutno dobro i apsolutno loše) ili žrtvovanju;

(d) kontekstualizira iskustvo u grupi, poput spone od jednog člana (ili subgrupe) ka drugom, kao i od jedne teme ka drugoj;

(e) istražuje akontekstualne (univerzalne) motive i zajedničke (egzistencijalne) dileme aktivirane kontekstom ovdje-i-sada u grupi, tako da članovi mogu prepoznati kako reagiraju na prototipske ljudske borbe.

Propozicija 3. Teško je grupi „odlučiti se“ i postići konsenzus u odnosu na zajedničko iskustvo bez vođstva i ogledanja koje obezbjeđuje formalno vođstvo. Konsultacije mogu članovima pružiti sigurnost da se drže zajedno nudeći održive hipoteze kako se refleksije centrirane na grupu fokusiraju i kontekstualiziraju u cilju reprezentiranja ili transformiranja specifičnog kolektivnog procesa.

Propozicija 4. Prateći perspektivu grupnih odnosa, grupa u cjelini mora se uhvatiti u koštac sa prirodom autoriteta čije oličenje je predodređeni vođa, prije no što autoritet može biti adekvatno usvojen među članovima grupe (bez obzira na vođin preferirani stil).

(a) Grupa mora praviti razliku između legitimne uloge sazivača i potencijalnih uloga članova – koliko god se ove mogu preklapati – kako bi se u potpunosti omogućilo članovima da govore grupi, kao i za grupu. Ovo je nužno ukoliko se želi postići kreativna interakcija uporedo sa periodima refleksije u tišini.

(b) Ukoliko se formalni vođa ne nosi dobro sa svojom ulogom autoriteta, a grupa ne izlazi adekvatno na kraj s ovom „ulogom vakuuma“ (uključujući osjećanja protkana doživljajem da on insuficijentno obavlja konsultativnu ulogu), onda će se članovi nepotrebno boriti da iznađu kompetitivan, prije nego kooperativan modus funkcioniranja.

(c) Pod ovim uslovima grupa se neće u potpunosti razviti, iskoristiti resurse svojih partipicpanata, iznaći kontekstualno razumijevanje, ili na neki drugi način ostvariti svoj organizacioni potencijal.

(d) Dok prisustvo kompetentnog vođstva ne može isključiti primitivnu arhaičnu agresiju u velikoj grupi, ono može pospješiti procese modularanja i konteiniranja afekta unutar grupnog matriksa. Na ovaj način dopušta se da dinamika bude kanalizirana i više prorađena *in situ*.

Propozicija 5. U prisustvu ili odsustvu funkcionalnog vođstva grupa se može organizirati oko centralne ideje kao *a priori* organizirajućeg principa. Korpus ideja, *in toto*, služi poput ‘grupne biblije’ ili sekularnog manifesta.

(a) dinamika velike grupe se može manifestirati kroz mitsko-religiozne tendence;

(b) aktiviranjem dubokih nadanja i strahovanja članova grupe, mikrokosmos velike ili srednje grupe reflektira ljudsku makrokozmičku potrebu da se vjeruje u sveprisutnost i onnipotenciju onosvjetskih oblika i formi, bilo benignih ili zloćudnih.

Propozicija 6. Bogolika figura (poput idealiziranog vođe) i đavolski atribuirana figura (demonizirani vođa) neizbježno su spareni. Oni su identificirani u skladu s intimnim relacijama između nebesa i zemlje, dobrog i lošeg, kreacije i destrukcije.

(a) Grupa koja prati idealiziranog vođu sposobna je involvirati se u mesijanske misije. Članstvo se uspostavlja kroz snagu spona koje reflektiraju voljenog vođu i ideala koji on reprezentira. Psihosocijalni i sociokulturni uslovi koji podržavaju tendence ka fuziji također produbljuju difuziju identiteta kada se razmatra pojedinačni subjekat.

b) Grupa koju predvodi demonizirani vođa obilježena je međusobnim sukobima unutar njenog članstva. Ovo je rezultat aktivnosti unutarnjih tenzija. Individualni članovi u ovim okolnostima najčešće se osjećaju proganjanim ili pročišćenim (u službi vođine kontrole nad grupom).

Propozicija 7. Nereflektivna grupa koja se osipa kao rezultat projekcija i atribucija dobrog ili lošeg može biti konzumirana različitostima i nesposobna da konteinira, analizira ili integrira vlastite polaritete.

(a) Članovima polarizirane grupe može biti teško da održe lični integritet, dosegnu cjelovitost ili da dosegnu diferencijaciju, jer ove atribucije zahtijevaju priznavanje i preuzimanje odgovornosti za vlastite kontradikcije i paradokse.

(b) U polariziranim grupama diskrepantne reakcije članova mogu biti potisnute, negirane ili premještene u zamijenjene uloge, ili podleći žestokom agiranju kroz pervazivne (ili perverzne) reakcione formacije.

Propozicija 8. Članovi grupe služe kao agenti grupne dinamike time što stupaju u interakciju sa grupnim matriksom kada preuzimaju nužne uloge, proglašavajući kolektivne brige ili izražavajući aktualne trendove (progresivne ili regresivne, adaptivne ili defanzivne).

(a) članovi grupe svjedoče najmanje četvorstrukom identitetu kada reprezentiraju: (1) vlastiti self³, (2) partizansku subpoziciju ili poziciju sub-

³ Self odnosno „psihička reprezentacija selfa“ u najširem smislu predstavlja reprezentaciju, imago o samom sebi, pohranjenu u umu datog subjekta, a odnosi se na suštinu individue, uključujući sve njene fizičke, emocionalne, psihološke osobine kao i istoričnost, te je u manjoj ili većoj mjeri prebojena fantazijskim doživljajem subjekta (Sandić, 2013).

grupe, (3) grupu kao cjelinu, ili (4) čitavo društvo.

Propozicija 9. Članovi se pridružuju u ‘grupnim momentima’ (ili pokretima) i regrutirani su da to čine u skladu sa njihovom sopstvenom valencom. Ovo podrazumijeva tendencu da dožive izvjesne emocije, praktičiraju određena ponašanja, objavljuju specifične ideje ili preuzmu krucijalne pozicije koje su potrebne kao reprezentacija unutar grupe.

(a) Pritisak na člana grupe da djela ili nešto promijeni može biti rezultat međusobnog dogovora članova u skladu sa prikupljenim podacima i adekvatnom procjenom realiteta. Ovo se zove *feedback*.

(b) Pritisak izvršen na člana grupe može biti rezultat grupnih i intersubjektivnih sila manifestiranih putem projektivne identifikacije. Tada se članovi odriču vlastitih osjećanja i vjerovanja kroz izloženost velikom pritisku unutar grupe. Ovo se naziva fenomenom *žrtvenog jagnjeta*. Projektivna identifikacija je složen mehanizam ego odbrane koji je prvi put u psihoanalizi izdvojila i obradila Melanie Klein. U suštini, radi se o tome da je subjekat, a što je proporcionalno dubini njegove regresije, sklon da vlastite hostile impulse projicira u vanjski objekat, istovremeno nesvjesno provocirajući objekat da se postavi i ponaša upravo u skladu s tim vlastitim eksternaliziranim agresivnim impulsom. Mehanizam je aktivan u ranim razvojnim stadijima, dubokoj regresiji, kao i terapijskom radu. Za normalno psihičko funkcioniranje habitualna nesvjesna upotreba projektivne identifikacije vrlo je ozbiljna zapreka i ukazuje se nužnim korigirati njenu, posebno prekomjernu upotrebu.

(c) Promjena iz projektivne identifikacije vođena unutarnjim iracionalnim nesvjesnim silama ka adekvatnom testiranju realiteta zahtijeva izmjenu atribucija kao i voljnost članstva da istražuju i otvoreno ispituju njihovu vlastitu poziciju s obzirom na predominantnija uvjerenja i rezonirajuće osjećaje.

Propozicija 10. Članovi koji se ne pridruže, ne formiraju ili se ne poistovjete sa subgroupom mogu da se nađu u alijeniranoj poziciji u odnosu na grupu kao cjelinu, ujedno i povučeni iz grupnog procesa.

Propozicija 11. Članovi koji preuzmu nemoguće ili vrlo teške pozicije, koliko god to bilo reprezentativno, u opasnosti su da ih grupa cenzurira. Ovo konstituira kolektivni pokušaj da se izopće izvjesna pitanja (stavke, sadržaji) ili je pokušaj odbrane od izvjesnih osjećanja.

Propozicija 12. Krucijalno za preživljavanje i člana i grupe kao cjeline je voljnost i sposobnost da se reintegriraju žrtvovani, odnosno cenzurirani članovi i povrate otcijepljeni dijelovi ili odbačene pozicije. Ovo za sobom povlači eksploraciju ‘druge strane’ vlastitog selfa i spektra postojećih

grupnih pozicija, kompleksnosti, kontradikcija i paradoksa konteiniranih u različitim grupnim kulturama.

Propozicija 13. Izranjajuće subgrupe reprezentiraju različitosti unutar grupe, alternativne ciljeve, međusobno rivalizirajuće strategije i različite identifikacije.

Propozicija 14. Neke subgrupe koje su u biti demografske sa članstvom su determinirane *a priori*. Pojedine subgrupe rezultiraju iz identifikacija koje su oformljene i preuzete tokom egzistiranja date grupe.

(a) Rijetko je moguće zamijeniti jednu subgroupu ukoliko je ona zasnovana na biološkim determinantama (npr. rasa, rod, etnicitet).

(b) Moguće je identifikacije u okviru biološke ili demografske subgrupe učiniti manje prominentnim time što se pojačava identifikacija sa funkcionalnom subgroupom koja reflektira subjektivu poziciju u okviru veće grupe.

(c) Demografske subgrupe bazirane na religiji, nacionalnosti, statusu, klasi ili ekonomiji dozvoljavaju mogućnost promjena u okviru otvorenog sistema, kroz brak, mobilnost, konverzaciju ili društvenu transpoziciju.

Propozicija 15. Funkcionalne subgrupe pojavljuju se kao rezultat interakcije cijele grupe, kako članovi preuzimaju pozicije u smislu odgovora na uobičajene tenzije u grupi i formiraju saveze oko zajedničkih alternativnih ciljeva.

Propozicija 16. Stvaranje subgrupa značajan je dio razvoja grupe.

Propozicija 17. Kada se subgrupe identificiraju, no njihov specifičan doprinos grupnom procesu ostane neistražen, one se često rascijepu ili alternativno opstaju u cilju ostvarivanja defanzivnih potreba grupe.

Propozicija 18. Kada subgrupe bivaju identificirane u ozračju značenja koje posjeduju u okviru cijele grupe, njihova energija i vrijednosti bivaju dostupniji grupi kao cjelini.

Propozicija 19. Procesi u velikoj grupi kontinuirano osciliraju između parova suprotnosti (haotičnost / koherentnost, ovisnost / neovisnost, neovisnost / međuovisnost, borba / bijeg, kohezija / fragmentacija, bliskost / distanca itd.). Upravo ova tenzija kreira 'međuprostor', a dijalektika koja ispunjava grupu emocijama obezbjeđuje sirovi materijal nužan za ostvarenje kulturnih dostignuća.

Propozicija 20. Vođa velike (ili srednje) grupe preuzima signifikantnu poziciju. On služi kao model u izgradnji kulture, kao i artikulaciji grupnog procesa kada:

(a) ukazuje na značaj i doprinose subgrupe članovima grupe kao cjeline;

(b) identificira izranjajuće procese i reflektivne produkte grupe kako oni izranjaju;

(c) referira unatrag grupe kulturalne artikulacije u vremenima kriza i šansi, uvažavajući zajedničku istoriju, njegujući pamćenje i ohrabrujući daljnje transformacije.

Propozicija 21. Kulturni nivo može biti postignut kroz logos (riječ, dijalog, ideju, znanje, razumnu raspravu, linearni razvoj, obrasce logičkog istraživanja, stvaranje značenja itd.). On također može biti ostvaren putem mitosa (mentalnih ili slikovnih imagoa, konfiguracija novela, figurativnog jezika, kolektivnih reprezentacija, metafore, paradoksa, iluzije, aluzije, mita, grupnog sna, umjetničkog izričaja itd.).

Vođa

U pokornosti novom autoritetu čovjek može svoju raniju savjest isključiti iz djelovanja i pritom popustiti privlačnosti dobitka ugone do kojeg sigurno dolazi ukidanjem svojih zapreka.

Freud, 1930, str. 127.

Od Freudovog doba do danas u psihoanalizi je aktualan konsenzus da su uloga i tip vođe date grupe kauzalno isprepleteni s ciljem oko kojeg je grupa oformljena, te da je on svojim autoritetom na svjesnom planu, no i kao objekat na kojeg se nesvjesno projiciraju različiti sadržaji, centralna ličnost u grupi. Istorija obiluje opisima vođa velikih grupa, posebno u ratnim okolnostima i/ili totalitarnim režimima, čiji opis će velikim dijelom korespondirati paranoidnom tipu vođstva, odnosno narcističkom (Lasch, 1981). Svakako da je u jednoj ličnosti moguće ujedinjenje oba tipa, s većim ili manjim primjesama jednog ili drugog. Ovo će svakako ovisiti i o zadatku koji grupa treba da ostvari, kao i zahtjevima i modelima funkcioniranja koje pred bivstvovanje postavlja dati sociokulturni kontekst. Podsjećajući nas da narcizam ima mnogo više zajedničkog sa mržnjom prema sebi nego sa divljenjem, Lasch upozorava na sve učestaliju pojavu u to doba „novih“ karakternih poremećaja – narcističkog poremećaja ličnosti koji obilježava osjećaj unutarnje praznine, neizmjeran potisnuti bijes i nezadovoljena oralna pohlepa. Autor elaborira o tome da narcistički ustrojena ličnost doživljava hroničnu dosadu. Istovremeno je i u kontinuiranoj potrazi za trenutačnom

bliskošću, emocionalnim podražajima, i to bez afektivnog vezivanja i ovisnosti. Prema Laschu, narcis je promiskuitetan, često i panseksualan, jer kod njega spajanja predgenitalnih i edipalnih poriva u službi regresije potiču perverznost polimorfnih atribucija.

Naslanjajući se na tradiciju Wilfreda Biona, Otto Kernberg (2003) definira dva tipa regresivnih procesa u grupi: narcističku i paranoidnu regresiju. Shodno ovome on razmatra i korespondirajući tip vođstva. Narcistička regresija grupe korespondira Bionovom konceptu zavisne grupe. Ovakvo ozračje stimulirat će pojavu narcističkog, samouvjerenog i samozadovoljnog vođe koji izaziva divljenje kod drugih. U članovima grupe njegova pojava odjekuje poput roditeljskog autoriteta koji pruža sve, i o kome svako može ovisiti kako bi zadobio podršku i sigurnost. Članovi grupe postaju pasivni i ovisni o ovakvom vođi, na nesvjesnom planu pretpostavljajući i da je njihovo pravo da ih on „hrani“ i da se brine o njima. U ovakvim okolnostima tipično je i da su onesposobljeni za preuzimanje aktivnog stava u odnosu na zadatak, rješavanje problema itd. Registrira se preokupiranost u takmičenju u borbi za osvajanje pažnje vođe, i to na pohlepan način obilat zavišću. Paranoidnu regresiju u grupi značajno obilježava brutalni agresivitet, te paranoidna dinamika kojom se vlastiti hostilitet projicira u drugoga. Kada ovome pridružimo neminovnost dejstvovanja projektivne identifikacije, jasno nam je da violentni sukob prouzročen paranoidnim napadom postaje gotovo neizbježan. Ne možemo negirati činjenicu da se upravo taj fenomen Drugosti u ljudskoj istoriji tako često ukazuje fundamentom sociokulturnih razdoblja obilježenih krajnjom brutalnošću.

Kraj XX i početak XXI vijeka: reperkusije na dinamičke procese u velikoj grupi

Bilo da sociokulturni milje zapadnog svijeta, pri čemu mislimo poglavito na Evropu i sjevernoamerički kontinent, razmatramo iz ugla psihoanalitičke metapsihologije, sociološke epistemologije, ili filozofije, kao tek mogućih referentnih oslonaca pri pokušaju razumijevanja i definiranja datog kulturnog i političkog stanja, naći ćemo se u poziciji da se moramo usaglasiti u stanovištu da je na sceni dekadencija postmoderne i globalizirajuće kvalitete. Korjenite društvene promjene, brutalni prekidi tradicionalnih trendova, zastrašujuća instrumentalizacija života itd. mijenjaju čovjekovu percepciju života rušeći stare i uspostavljajući nove ideale. Vječiti pokušaj iznalaženja uporišta za ostvarivanje smisla, misije života u kontinuiranoj je reviziji, da

bi u današnje doba sve ovo zadobilo fluidne, likvidne razmjere (Bauman, 2000). Prije svega, dvije stotine godina ideal uspjeha u zapadnom svijetu nije podrazumijevao ekskluzivno materijalnu udobnost i ugodnu vanjštinu, već i mudrost, dobroćudnost, kao i zadovoljstvo stečenom spoznajom da drugi misle dobro o vama. Kraj XX i početak XXI vijeka obilježen je umijećem sticanja novca kao idealom uspjeha, uz što je praćena publicitetom koji razotkriva i privatni život već društveno prihvaćen i favoriziran modus egzistencije. Seksualna revolucija u našem vremenu dovela je do pojave da je promiskuitet postao normalnim obrascem seksualnih odnosa i zamijenio psihoseksualnost i privrženost jednoj osobi. Ljudi su sve skloniji konzumirati druge ljude na način na koji se to čini sa robom kupljenom u kakvom hipermarketu, u konzumerističkom društvu kojem svjedočimo danas.

Iz pozicije psihoanalitičke metapsihologije ustanovljavaju se novi vidovi patologije, npr. patologija za instant udovoljenjem potreba, egoorientirani karakter itd. (Sandić, 2012). Nije mali broj niti socioloških studija koje ukazuju na raščovječenje, destrukciju društva i osiromašenje humanog u globaliziranoj stvarnosti koju živimo danas. Istovremeno, i filozofska misao odavno je prebojena nihilizmom koji je proročanski najavio Nietzsche. Nama koji živimo istorijsko razdoblje, drugu dekadu XXI vijeka, čini se kao da je dosegao svoj vrhunac danas, ili nam se to tek tako čini s obzirom na to da smo živeći sudionici te nihilizmom prepućene stvarnosti koja „ubija volju za životom“ (Kopić, 2001). Alain Badiou XX vijek je označio vijekom u kojem je dominirala strast za realnim. Označio ga je stoljećem rata, bilo da se radi o umjetnosti, znanosti, privatnom životu.

Razmotrivši makar i krajnje površno stavke u kratkim crtama obrađene u pasusima iznad, zaista nije teško načiniti sinzetu u smislu kakvi grupni procesi bivaju njegovani i favorizirani, barem u zapadnim društvima XXI vijeka, evropskoj zajednici i NATO savezu kojima i mi u BiH tako silno težimo da se pridružimo. Strah od terorizma jasno nas je uveo, a autorice teksta očekuju da će nas uvoditi još dublje, u poziciju paranoidne regresije. Istovremeno, narcističke i paranoidne vođe na vodećim političkim pozicijama u evropskim zemljama, SAD-u, Rusiji i drugim svjetskim silama, kao i njihovim neokolonijalistički porobljenim vazalnim zemljama, u velikoj grupi koju vode, favoriziraju i njeguju čitav spektar zloćudnih arhaičnih regresivnih tredova. Velike grupe, odavno strukturirane na duboko destabilizirajućim osnovama, prožete persekucionim strahom, kao da prizivaju to zlokobno vrijeme kada će prskanje opne „civiliziranosti“ razotkriti razjarenu masu, zvijer. Kernberg (2003) potcrtava to da onda kada je rulja

transformirna u paranoidnu masu ili masu posmatrača, ona odmah teži odbiru vođstva koje korespondira njenoj psihologiji. Ona traži ekskluzivno paranoidnog i demagoškog ratnika koji apeluje na strah, bijes i žeđ za agresivnim dejstvovanjem većine. Kernberg ističe da je upravo ovakav vođa onaj kojeg paranoidna masa čuje.

Tako saznanja o grupnoj dinamici kojima raspoložemo danas, a posebno potencijalno katastrofična regresivna obilježja velike grupe, u sprezi sa kulturnoistorijskom i političkom klimom koju živimo, već izvjesno vrijeme i neosporno i u drugoj dekadi XXI stoljeća upućuju na čovjekov prilično nedostojan modus življenja. Doba renesanse toliko je daleko od nas da ga jedva možemo i pojmiti, pokušati u mašti doživjeti kakvi su to ideali i spone obilježavali ljudske živote i okupljali grupu u koheziju. Radikalni individualizam u svijetu u kojem je Bog već odavno mrtav na njegovo mjesto uspostavio je novac. Pohlepa, toliko opasna i gnusna u svom destruktivnom potencijalu, a toliko ljudska osobina, uspostavljena je kao sasvim validan motiv za život i ljudsko ponašanje. Pojedinaac okrenut tek sebi i motiviran za sticanje u količinama koje daleko prevazilaze realne potrebe boravi u grupi koja oscilira od narcističkog do paranoidnog jezgra. Frustracija i fragilnost narcističkog subjekta, i subjekata grupe, u nepovoljnim društvenim okolnostima, u doba smrti ideala, materijalnog fetišizma, lako prerasta u pomahnitali paranoidni svijet persekucije gdje se onaj progonjeni brani atakom. A, paranoja je obilježje psihoze, psihotičnog kvaliteta i intenziteta straha, čemu korespondiraju i obilježja paranojom provociranog napada. Ova razina postojanja tek je korak udaljena od primitivnog svijeta anihilacije, te se čini da nošeni životom koračamo po rubu, daleko od virtuoza na žici, nesvjesni mogućnosti vlastitog pada u bezdan. No, biće osjeća, nesvjesno možda i zna. Život obilježavaju strah, zamor, praznina, konzumacija Drugog, bijeg u simulirani svijet hajperlinkova, šopinga, reklama i beskonačnih TV-serijala, sapunica, kojima naizgled dobrovoljno hipnotiziramo sami sebe.

Hipnotizirana gomila manje je no korak udaljena od repertoara najarhaičnijih od „bazičnih pretpostavki“ prezentiranih čitaocu ovoga teksta.

LITERATURA

- Bauman, Z. (2000). *Liquid Modernity*. Polity Press: Cambridge.
- Bion, W. R. (1952). Group dynamics: A review, *International Journal of Psycho-analysis*, 33, 235–274.
- Bion, W. R. (1961). *Experiences in Groups*. Routledge: London.
- De Mare, P. (1972). Large group psychotherapy: a suggested technique. *Group Analysis*, 5, 106–108.
- Ettinger, M. (2003). Bion's Legacy to Medium and Large Groups. In R. M. Lipgar, M. Pines (Eds), *Building on Bion: Branches*. Jessica Kingsley Publishers: London and New York.
- Freud, S. (1923). *The Ego and the Id*. In J. Strachey et al. (Trans.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume XIX. London: Hogarth Press, 1–66.
- Freud, S. (1930). *Civilization and its Discontents*. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume XXI (1927–1931): *The Future of an Illusion, Civilization and its Discontents, and Other Works*, 57–146.
- Freud, S. (1973). *Tumačenje snova*. Novi Sad: Matica srpska.
- Freud, S. (2006). *Psihologija mase i analiza ega*. Beograd: Fedon.
- Hopper, E. (2003). *Traumatic Experience in the Unconscious Life of Groups. The Fourth Basic Assumption: Incohesion: Aggregation / Massification or (ba) I:A/M*. Jessica Kingsley Publishers: London and New York.
- Lasch, C. (1981). *Narcistička kultura*. Zagreb: Naprijed.
- Le Bon, G. (2007). *Psihologija gomila*. Čačak: Gradac.
- Kernberg, O. F. (2003). *Socially sanctioned violence: The large group as society*. In S. Schneider, M. Pines (Eds), *The Large Group Re-Visited*. Jessica Kingsley Publishers: London and New York, 125–149.
- Kopić, M. (2001). *S Ničoom o Europi*. Zagreb: Jesenski i Turk.
- Sandić, A. (2012). Metapsihologija postmoderne globalizirane stvarnosti. *Znakovi vremena*, (57)58, 208–221.

Sandić, A. (2013). *Objektni odnosi u psihoanalitičkoj psihoterapiji agorafobije i paničnog poremećaja*. Neobjavljena doktorska disertacija. Filozofski fakultet, Univerzitet u Sarajevu.

Sandić, A. (2014). Sjene tanatosa nad Bosnom i Hercegovinom. *Agrafa*, 3, 39–52.

Volkan, V. (2014). Psychoanalytic Thoughts on International Affairs. *Agrafa*, 3, 8–28.

PSYCHOANALYTIC REFLECTIONS ON LARGE GROUP DYNAMICS AND THEIR MUTUAL CONFLICTS

Aneta Sandić
Privatna psihijatrijska ordinacija "Dr. Sandić"

Enedina Hasanbegović-Anić
Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SUMMARY

Text depicts crucial traits of large groups in the context of group analysis. Clear definition of archaic unconscious processes that lead groups' functioning is rounded up within the frame of the fourth basic assumption, as formulated by Earl Hopper. Illustration of crucial leadership styles and significance of this role in the society completes reflections on major issues of large group dynamics and conflicts among those groups from the perspective of group analysis. Deep regressive trends, sinister potential of the large group (nation, ethnic group etc.) appear to be of tremendous importance in each historical epoch. Those become particularly prominent when activated in the most archaic, and thus most regressive modus referred to as the fourth basic assumption. This is what severe social traumatisations (eg. war) is significantly marked by. In contemporary history this is clearly caused by neoliberal, neocolonial destruction and conquering at the global plane. Historical, cultural and social reality we witness in Bosnia and Herzegovina today resides in massive traumatisations and thus has a significant anchorage in the fourth basic assumption. Clarification of this malicious phenomenon might help heal at least some of the wounds and maybe prevent the pain and horror of transgenerational transmission of trauma, what we, tragically, became so known about worldwide in contemporary scientific discourse.

Keyword: large group, basic assumptions, conflict, leadership style, neoliberal neocolonialism

WERTHER VS. PAPAGENO EFEKAT: PREGLED DOSADAŠNJIH ISTRAŽIVANJA O UTJECAJU MEDIJSKIH IZVJEŠTAVANJA NA SUICIDALNOST

Zana Aziraj

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet Sarajevo, Odsjek za psihologiju

Vildana Aziraj-Smajić

KB „Dr. I. Ljubijaknić“, Odjel Neuropsihijatrije, Bihać

SAŽETAK

Teorija o imitaciji masovnih medija pretpostavlja da, ako modeliranje radi u jednom smjeru (oponašanje suicida), onda radi i u drugom (pozitivni model). Za objašnjavanje negativnog efekta medijskog izvještavanja koristi se pojam „Wertherov efekat“, koji je uveden prije par decenija, dok se za pozitivan utjecaj medija koristi pojam „Papagenov efekat“, koji je uveden tek nedavno. Cilj ovog rada se ogleda u mogućnosti pregleda rezultata dosadašnjih istraživanja koja jasno razlikuju pozitivne i negativne utjecaje medija na stopu suicidalnosti. Prema rezultatima dosadašnjih istraživanja, utvrđeno je da se događa da medijski izvještaji o službenim podacima izvršenih suicida nisu reprezentativni zbog njihove sklonosti ka senzacionalističkom preuveličavanju suicida, koji su vrlo rijetki u svakodnevnom životu. Ponavljano izvještavanje istog suicida je povezano sa porastom suicidalnosti u općoj i kliničkoj populaciji. Utvrđen je negativni utjecaj medijskog izvještavanja poznate osobe na buduće suicidalno ponašanje osoba koje pate od depresivnog poremećaja raspoloženja. Određene socijalne varijable, i to dominantno kriminalni status, su se posebno pokazale značajnima za porast rizika od imitiranja suicidalnog ponašanja. Kao dokaz ovakvog imitiranja je bio povećan broj suicida izvršen na isti ili sličan način, te s obzirom na starosnu dob i spol počinitelja. Na temelju pregleda istraživanja na ovom području zaključuje se o značajnoj ulozi medijskih izvještavanja na pojavu i porast suicidalnosti, s jedne, te smanjivanje i sprečavanje suicidalnosti s druge strane. Ipak, značajno je spomenuti to da je daleko više dostupnih istraživanja o tome kako neodgovorna medijska izvještavanja o suicidu mogu isprovocirati suicidalno ponašanje, dok je mali broj istraživanja koja se bave potencijalnim projektivnim efektima adekvatnog i savjesnog izvještavanja.

Ključne riječi: Wertherov efekat, Papagenov efekat, mediji, suicidalnost

UVOD

Suicid je veliki problem javnog zdravstva širom svijeta koji rezultira sa približno milion prekida života tijekom svake godine. Uprkos napretku posljednjih nekoliko godina, i dalje ostaje procjep u znanju o rizičnim i protektivnim faktorima koji su povezani sa suicidalnim ponašanjem. Čini se da je suicid fenomen koji je podložan imitirajućem (engl. *Copycat*) ponašanju. Ranjive individue kroz medije mogu pomisliti da je suicid prihvatljivo rješenje za privatne probleme i samim tim usvojiti suicidalno ponašanje.

Ideja o suicidalnoj zarazi nakon izvještavanja medija ide unazad do 19. stoljeća, kada se prvi put pojavila u medicinskoj literaturi. Sistematski značajna istraživanja o imitirajućem ponašanju su počela sedamdesetih godina prošlog stoljeća i započeo ih je David Phillips. Objašnjenja o medijskom utjecaju na suicid se općenito objašnjavaju teorijom socijalnog učenja. Prema teoriji socijalnog učenja, tri su moguća objašnjenja medijskog utjecaja. Prvo, pojedinac uči da neke osobe svoje životne probleme rješavaju suicidom. Druga pretpostavka jeste da mentalno nestabilna osoba može jednostavno prekopirati ovakvo ponašanje. Pritom, složeniji oblik navedenog ponašanja se objašnjava diferencijalnom identifikacijom. I treće objašnjenje se fokusira više na raspoloženje gledaoca nego na karakteristike priče. Prema ovoj pretpostavci, ako se izvještaj o suicidu pojavi u vrijeme kada su suicidalni uvjeti visoki u društvu (naprimjer visoka nezaposlenost, visoka stopa razvoda), tada će biti riskantnija za imitirajući efekat s obzirom na to da je više ljudi na rubu suicidalnosti.

U sklopu teorija socijalnog učenja, teorija o imitaciji masovnih medija pretpostavlja da, ako modeliranje funkcioniра u jednom smjeru (oponašanje suicida), onda radi i u drugom smjeru (pozitivni model). Za objašnjavanje negativnog efekta medijskog izvještavanja skovan je termin „Wertherov efekat“. Dobio je ime prema glavnom liku Goetheova romana „Jedi mladog Werthera“. Nakon publikacije romana (1774. god.) izvještavano je o nekoliko suicida mladića koji su imali isti suicidalni motiv kao i glavni protagonist romana. Suprotno, za objašnjavanje pozitivnog utjecaja medija se koristi termin „Papagenov efekat“. Naziv je dobio prema liku iz Mozartove opere „Čarobna frula“, koji u posljednji momenat uspijeva da prevlada svoju suicidalnu krizu uz pomoć tri dječaka koji mu pružaju alternativne strategije suočavanja sa problemom.

Potencijalno objašnjenje protektivnih efekata u medijskim izvještavanjima može potjecati iz inherentnih normativnih socijalnih poruka u medijskom izvještavanju za vrijeme krize, koji predstavljaju konstruktivna

ponašanja i poruke za poticanje traženja pomoći u psihosocijalnim krizama. Izvještavanje načina o tome kako se aktivno suočiti sa suicidalnim idejama može pomoći pojedincu, osobito onima koji su u stanju psihološke krize.

Prema rezultatima dosadašnjih istraživanja, utvrđeno je da se događa da medijski izvještaji o službenim podacima izvršenih suicida nisu reprezentativni zbog njihove sklonosti ka senzacionalističkom uveličavanju suicida koji su vrlo rijetki u svakodnevnom životu. Ponavljano izvještavanje o istom suicidu je povezano sa porastom suicidalnosti u općoj i kliničkoj populaciji.

Rad je koncipiran s ciljem prikaza rezultata dosadašnjih istraživačkih studija koje jasno razlikuju pozitivne i negativne utjecaje medija na stopu suicidalnosti.

WERTHER VS. PAPAGENO EFEKAT: PREGLED ISTRAŽIVANJA

U glavnom dijelu ovog rada obuhvaćeno je jedanaest izvornih znanstvenih radova koji objašnjavaju Wertherov i Papageno efekat na suicidalnost. Većina korištenih radova je koristilo postupak prikupljanja podatka o izvršenim suicidima iz prethodnih godina i njihovim medijskim izvještavanjima. Najveći broj istraživanja je fokusiran u Evropi, s tim da su obuhvaćeni i radovi sa Taiwana, iz Australije i USA (u Tabeli 1 je dat sažet prikaz glavnih rezultata svih obuhvaćenih radova). U dostupnim elektronskim bazama koje su korištene za pretraživanje članaka nije pronađen niti jedan članak koji govori o povezanosti medijskih izvještavanja o suicidu sa počinjenim suicidima u Bosni i Hercegovini.

Prema rezultatima dosadašnjih istraživanja, pokazano je da mediji prilikom objavljivanja senzacionalističkih i detaljnih informacija o suicidu mogu igrati značajnu ulogu u poticanju i prevenciji suicida i suicidalnih pokušaja kod osoba opće i kliničke populacije. Za početak se postavlja pitanje koji su to suicidi „privlačni“ medijima da naprave izvještaj o njima. Madilin, Pirkis i Spittal (2013) su napravili metaanalizu svih suicida koji su se dogodili u Australiji u periodu od godinu dana. Od ukupno 2.161 izvršena suicida, 29 ih je bilo izvještavano u medijima. U fokusu medija su izvještavanja o suicidima koje su počinile mlađe osobe, zatim slučajevi suicida koji su izvršeni nasilnom metodom i na javnom mjestu (npr. hotel, medicinska ustanova), te suicidi koji su se desili u kontekstu višestrukih fatalnih događaja (ubistvo –samoubistvo). Autori zaključuju da je pravljenje pravog balansa u uvjetima izvještavanja medija krucijalno. Također, ova studija sugerira da

izvještavani suicidi nastoje da budu oni koji će pojačati rizik od smrtonosnih imitiranih ponašanja ili iznose iskrivljene javne percepcije suicida. Pouliot, Mishar i Iabelle (2011) su proveli istraživanje u kojem su ispitali mogući utjecaj izloženosti gledanja filmova čiji je sadržaj fokusiran na suicid. U istraživanju je sudjelovao 101 dodiplomac sa kanadskog univerziteta (prosjeck godina je bio $M=23$), koji su pregledali film, a zatim popunili upitnik o izloženosti odglumljenom suicidu u filmu. Upitnik je procjenjivao negativne emocije i kognitivne reakcije kao posljedice izloženosti, kao i emocionalnu reaktivnost, odvajanje, supresiju misli i suicidalne tendencije. Nakon gledanja filma, 70% učesnika je izvijestilo da je bilo tužno; dok je njih 33% bilo tužno i sljedećih nekoliko sedmica. Od 70% učesnika koji su doživjeli tužne emocije, 71% je izvijestilo da su bili psihički preokupirani neko vrijeme zbog toga i da su doživjeli nametljiva sjećanja (68%). Emocionalna reaktivnost i disocijacija su bili značajni prediktori negativnih reakcija na suicid u filmu. Ispitanici koji su izjavili da im je ideja imitiranja prošla kroz glavu su bili 3,45 puta suicidalniji i prezentirali su veće disocijacije, supresiju misli i sklonosti u odnosu na one koji nisu izvijestili ove misli. Ovi rezultati sugerišu da fiktionalni suicidi u medijima imaju štetan utjecaj na gledatelje, te da takvi utjecaji nisu limitirani osobama koje imaju klinički profil mentalnih bolesti. Nadalje, Niederkrotenhaler, Till, Kapusta, Voracek, Dervic i Sonneck (2009) su koncipirali ekološku studiju kako bi pokazali da li je rizik povećanog broja suicida, nastalog nakon izvještaja o suicidu, povezan sa socijalnim karakteristikama suicida koji su izvještavani, te da li postoji varijacija sa sličnošću između izvještavanih suicida i suicida u populaciji. U svom radu su prikupili izvještaje o 179 počinjena suicida iz 13 najvećih austrijskih novina (suicidi počinjeni u periodu od 1996. do 2006. godine). Zatim su prikupili informacije o socijalnom statusu, sociodemografskim karakteristikama izvještavanih suicida, te metodama kojima su počinjeni suicidi. Nakon logističke regresijske analize dobili su rezultate da „slavni“ status izvještavanog suicida, godina, te etiketiranje čina kao suicid su bili povezani sa porastom suicida nakon izvještavanja. Zanimljivi nalaz o kojem izvještavaju autori jeste da je kriminalni status (naprimjer osoba je bila prijavljena kao osumnjičena ili osuđena za zločin) izvještavanih suicida povezan sa porastom suicida nakon izvještavanja. Ovi nalazi podržavaju hipotezu da socijalne varijable izvještavanih suicida utječu na rizik imitiranja. Dokaz o imitiranju je bio najveći u suicidima koji su slični navedenom modelu s obzirom na dob, spol i metodu. U metaanalizi koju su proveli Niederkrotenhaler, Fu, Yip, Fong, Stack, Cheng i Pirkis (2012) evaluirani su dokazi veze između suicida slavne osobe i naknadnih posljedica. Koristili

su šest izvora o podacima u procesu pretraživanja literature, te je u konačnici deset studija odgovaralo kriterijima koji su autori postavili. Zajednička procjena je upućivala na promjenu učestalosti suicida mjesec dana nakon suicida slavne osobe (suicidi su bili češći nakon senzacionalnog načina izvještavanja). Autori su utvrdili značajnu heterogenost između studija, koja je objašnjena „tipom“ slavne osobe (naprimjer: je li osoba bila pisac, pjevač, glumac) i mjesta provođenja studije. Efekat regije studije izvještavanog suicida i slavne osobe je bio 0,64 u Sjevernoj Americi, 0,58 u Aziji, 0,36 u Australiji i 0,68 u Evropi. Nakon ovih podataka, zaključeno je da izvještavanje o suicidu slavne osobe povezano sa porastom naknadnog suicida. Regija studije i tip poznate osobe su također imale utjecaj na veličinu efekta. Slični podaci su dobiveni i na Taiwanu, gdje se provela longitudinalna i prostorna analiza (Young, Tsai, Yang, Shia, Fuh, Wang, Peng, Huang, 2012). Rezultati su pokazali da su medijski izvještaji suicida sinhronizirani s porastom suicida tijekom velikih suicidalnih događaja, poput smrti slavne osobe. Medijski izvještaji suicida su imali veću povezanost sa kasnijim suicidima u urbanoj nego u ruralnoj sredini. Ovaj izvještaj sugerije da odgođeni efekat imitirajućeg suicida može postojati u medijskim izvještajima većih suicidalnih događaja, te da kompetetivno izvještavanje manjih suicidalnih događaja mora biti izbjegnuto i adresirano od medijskih profesionalaca. Još jedna ranija studija (Cheng, Hawtone, Lee, Chen, 2007) je ispitala korelaciju između medijskog izvještavanja suicida poznate osobe na Taiwanu i naknadnih imitirajućih suicida. Također su dobiveni slični rezultati, dakle pokazano je da je stalno izvještavanje medija o suicidu poznate osobe praćeno porastom suicida sa jakom implikacijom efekta modeliranja. Ovi, kao i prethodni rezultati pružaju potporu za potrebu ograničavanja izvještavanja o suicidima kao dijelu strategije prevencije suicida. Cheng, Hawtone, Lee, Chen, Chang, Yen, Cheng, Cin, Theng, Cen (2007) su u svojoj studiji htjeli ispitati efekte izvještaja medija o suicidu poznate osobe na naknadno suicidalno ponašanje i faktore koji utječu na ranjivost i podložnost takvim izvještajima kod osoba sa depresivnim poremećajem. U studiji je učestvovalo 461 depresivni pacijent sa šest klinika na Taiwanu. Obučeni psihijatri i psiholozi su kroz polustrukturirani klinički intervju ispitali pacijente. Također su korišteni SCAN i DSM-IV za potrebe dijagnostike. Od ukupnog uzorka 33,8% ispitanika je izvijestilo o utjecaju izvještaja na naknadno suicidalno ponašanje, dok se 5,5% pokušalo ubiti. Rizik takvog ponašanja je bio najviši kod pacijenata koji su bili u teškom depresivnom stanju neposredno pred izvještavanje medija. Utjecaj na naknadno suicidalno ponašanje je bio najviši kod pacijenata sa suicidalnim pokušajima mjesec dana prije izvještaja

medija. Ova studija je ponudila uvjerljive dokaze, sugerirajući negativne utjecaje medijskog izvještavanja o suicidu poznate osobe na naknadno suicidalno ponašanje kod depresivnih pacijenata. Nadalje, rezultati impliciraju da posebna pažnja u smislu negativnih medijskih utjecaja treba biti usmjerena prema mlađim pacijentima koji su nedavno pokušali izvršiti suicid. Nadalje, Stack (2003) je istraživao medijsku pokrivenost kao faktor rizika suicida. Zaključio je da, kao što se očekuje od teorije socijalnog učenja, što je veća količina pokrivenosti suicida u medijima, to je veći porast stope suicida. Metaanaliza je pokazala: (1) studije koje sadrže priče emitirane samo na jednoj TV-mreži su imale 84% manje utjecaja na pronalaženje načina kopiranja; (2) kod studija temeljenih na televizijskim pričama, koje sadrže manje detalja od novinskih priča, bilo je 87% manje vjerojatnoće prijavljivanja efekta kopiranja, nego kod studija temeljenih na novinama.

Dosadašnji prikazani nalazi studija bili su fokusirani na ispitivanje efekata izvještavanja na televiziji, međutim, istraživači su proširili svoj interes na utjecaj interneta na razvijanje suicidalnih misli i ponašanja kod mladih ljudi.

Postoji zabrinutost oko potencijalnog utjecaja interneta na samopovređivanje i potencijalno suicidalno ponašanje, posebice kod mladih ljudi. Tako su autori Mars, Heron, Biddle, Donovan, Holley, Piper, Potkar, Wyllie i Gunnell (2015) nastojali ispitati ovu povezanost. O povezanosti samopovređivanja/suicida i upotrebe interneta izvijestilo je 22,5% sudionika. Nadalje, 11,9% osoba je nailazilo na razgovore/stranice na kojima se raspravljalo o suicidu/samopovređivanju, dok je 9% sudionika koristilo internet da bi raspravljalo o suicidu/samopovređivanju. Povezanost između upotrebe interneta i samopovređivanja/suicida je posebno bila prisutna kod onih koji su se povrijedili sa suicidalnom namjerom (70%), te je bila snažno povezana sa prisustvom suicidalnih misli i prethodnih planiranja samopovređivanja. S druge strane, stranice koje pružaju pomoć, savjete ili potporu je posjetilo 8,2% (323/3946) uzorka. Zaključeno je da je povezanost između suicida/samopovređivanja i upotrebe interneta česta kod mladih osoba, ali i odraslih, posebno kod onih sa suicidalnim mislima i ponašanjem. Posjećivane su i stranice koje mogu navesti na suicid/samopovređivanje, kao i stranice koje pružaju pomoć, što implicira na to da internet predstavlja potencijalni rizik, ali, s druge strane, nudi i mogućnost prevencije suicida.

Sisak i Varnik (2012) su u svoj pregledni rad uključile 56 radova (većina iz USA i Kanade), gdje su prateći PRISMA principe napravile sistematski pregled o utjecaju medija na prevenciju suicida. Većina studija podržava ideju da postoji povezanost između medijskog izvještavanja o sui-

cidima i počinjenih suicida. Također, uočili su da postoji više istraživanja o neodgovornosti medijskih izvještavanja koja mogu potaknuti suicidalno ponašanje (Wertherov efekat) od onih o zaštitničkom efektu medija (Papagenov efekat). Pokazano je da su snažni efekti modeliranja medijskog pokrivanja o suicidu bazirani na godinama (utvrđeno je da je efekat modeliranja češći kod mlađih i starijih osoba nego kod osoba srednjih godina) i spolu. Autorice su zaključile da medijski izvještaji nisu reprezentativni oficijelnim podacima suicida i da imaju tendenciju preuveličavanja senzacionalnih suicida koji su rijetki u realnom životu. Niederkrotenhaler, Voracek, Herberth, Till, Strauss, Etzersdofer, Eisenwort i Someck (2010) su iz ekološke studije koju su proveli zaključili da učinak izvještavanja o suicidu možda nije ograničen samo na štetne efekte. Izvještavanje pozitivnih načina suočavanja u nepovoljnim uvjetima, u sklopu izvještaja o suicidu, može imati zaštitničke efekte.

Tabela 1. Prikaz glavnih istraživanja o Wertherovom i Papagenovom efektu

Autori	Mjesto izvođenja	Glavni rezultati
Cheng i sur., 2007.	Taiwan	Ova studija je dostavila dokaze koji sugeriraju negativne utjecaje medijskog izvještavanja suicida poznate osobe na naknadno suicidalno ponašanje osoba sa depresivnim poremećajem. Utjecaj na naknadno suicidalno ponašanje je bio najveći kod osoba koje su imale nedavni suicidalni pokušaj.
Cheng i sur., 2007.	UK	Stalno izvještavanje medija o suicidu slavne osobe je praćeno porastom suicida sa jakom implikacijom efekta modeliranja. Rezultati pružaju dalju potporu za potrebu ograničavanja izvještaja o suicidu kao dio strategija za prevenciju suicida da bi smanjio efekt imitacije.
Madilin i sur., 2013.	Australija	Pogađanje pravog balansa u uvjetima izvještavanja medija je krucijalno. Trenutna studija sugerira da izvještavani suicidi nastoje da budu oni koji će pojačati rizik smrtonosnih imitiranih ponašanja ili iznose iskrivljene javne percepcije suicida.
Mars i sur., 2015.	UK	Povezanost suicida/samopovređivanja i upotrebe interneta je česta kod mladih ljudi i odraslih osoba, posebno kod onih sa suicidalnim mislima i namjerama. Stranice koje pružaju pomoć su jednako posjećivane kao i štetne, što upućuje na to da internet predstavlja potencijalni rizik ali i nudi mogućnost prevencije suicida.
Niederkrotenhaler i sur., 2009.	Austrija	Socijalne varijable izvještavanih suicida utječu na rizik njihovog imitiranja. Dokaz o imitiranju je bio najveći u suicidima koji su slični dotičnom modelu s obzirom na dob, spol i metodu.
Niederkrotenhaler i sur., 2012.	Austrija	Izvještavanja suicida slavni osoba su povezana sa porastom suicida. Regija studije i tip poznate osobe su također imali utjecaj na veličinu efekta.

Zana Aziraj, Vildana Aziraj-Smajić
 WERTHER VS. PAPAGENO EFEKAT: PREGLED DOSADAŠNJIH ISTRAŽIVANJA
 O UTJECAJU MEDIJSKIH IZVJEŠTAVANJA NA SUICIDALNOST

Niederkrotenhaler i sur., 2010.	UK	Učinak izvještavanja o suicidu možda nije ograničen samo na štetne efekte. Izvještavanje pozitivnih načina suočavanja u nepovoljnim uvjetima, u sklopu izvještaja o suicidu, može imati zaštitničke efekte.
Poulliot i sur., 2011.	Canada	Rezultati sugerišu da fiktionalni suicidi u medijima imaju štetan utjecaj na gledaoce i da takvi utjecaji nisu limitirani osobama koje imaju klinički profil mentalnih bolesti, kao što je to prethodno pretpostavljano.
Siasak i Varnick, 2012.	Estonija	Većina istraživanja potvrđuje ideju da su medijsko izvještavanje suicida i naknadni suicidi povezani. Dostupno je više istraživanja o neodgovornosti medijskih izvještavanja koja može podstaći suicidalno ponašanje (Wertherov efekat) od onih o zaštitničkom efektu medija (Papagenov efekat).
Stack	Švicarska	Kao što se očekuje od teorije socijalnog učenja, što je veća količina pokrivenosti suicida u medijima, to je veći porast stope suicida.
Young i sur., 2012.	Taiwan	Nalazi sugeriraju da odgođeni efekat imitirajućeg suicida može postojati u medijskim izvještajima većih suicidalnih događaja. Kompetitivno izvještavanje manjih suicidalnih događaja mora biti izbjegnuto i adresirano od medijskih profesionalaca.

ZAKLJUČAK

Analizom dosadašnjih radova o utjecaju ili efektima medijskog izvještavanja o suicidu i suicidalnosti možemo zaključiti da autori izvještavaju da postoji povezanost između ova dva fenomena. Dakle, postoji značajna uloga medijskog izvještavanja na pojavu i porast suicidalnosti, s jedne, te smanjivanje i sprečavanje suicidalnosti s druge strane. Ponavljano izvještavanje o istom suicidu je povezano sa porastom suicidalnosti u općoj i kliničkoj populaciji. Utvrđen je negativan utjecaj medijskog izvještavanja suicida poznate osobe na buduće suicidalno ponašanje, osobito kod populacije koja ima depresivni poremećaj raspoloženja. Mediji trebaju biti naročito oprezni kod iznošenja detalja suicida, poput metode koju je osoba što je izvršila suicid koristila, s obzirom na to da je utvrđen i efekat imitiranja. Određene socijalne varijable, i to dominantno kriminalni status, dob i spol su se pokazale posebno značajnima za porast rizika od imitiranja suicidalnog ponašanja. Također je značajno spomenuti da je daleko više dostupnih istraživanja o tome kako neodgovorna medijska izvještavanja o suicidu mogu isprovocirati suicidalno ponašanje, dok je veoma mali broj istraživanja koja se bave potencijalnim protektivnim efektima adekvatnog i savjesnog izvještavanja. Međutim, svi nalazi se moraju uzeti sa rezervom s obzirom na to da je ova

tema još uvijek neistražena dovoljno (osobito „Papagenov“ efekat), te da na osnovu toga podaci nisu reprezentabilni za čitavu populaciju. Također još jedno ograničenje je to što „Wertherov“ i „Papagenov“ efekat nisu istraženi na djeci.

Na temelju dosadašnjih spoznaja smatramo korisnim koncipirati istraživačku studiju o utjecaju medijskog izvještavanja suicida na naknadnu suicidalnost na našim prostorima s obzirom na to da su u posljednjih nekoliko godina vijesti o suicidima česte u našoj državi. Nadalje, preporučuje se i edukacija medija o pravilnom izvještavanju suicida, te načinima na koji mogu utjecati u prevenciji suicida kod suicidalnih osoba.

LITERATURA

- Cheng, A. T., Hawton, K., Lee, C. T. & Chen, T. H. (2007). The influence of media reporting of the suicide of a celebrity on suicide rates: a population-based study. *International Journal of Epidemiology*, 36(6), 1229–1234.
- Kim, W. J., Song, Y. J., Namkoong, K., Kim, J. M., Yoon, H. J. & Lee, E. (2013). Does a copycat effect exist in the emergency department? *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 45(1), 59–72.
- Machlin, A., Pirkis, J. & Spittal, M. J. (2013). Which suicides are reported in the media – And what makes them „newsworthy“? *Crisis*.
- Mars, B., Heron, J., Biddle, L., Donovan, J. L., Holley, R., Piper, M. & Gunnell, D. (2015). Exposure to, and searching for, information about suicide and self-harm on the Internet: Prevalence and predictors in a population based cohort of young adults. *Journal of affective disorders*, 185, 239–245.
- Niederkröthaler, T., Fu, K. W., Yip, P. S., Fong, D. Y., Stack, S., Cheng, Q. & Pirkis, J. (2012). Changes in suicide rates following media reports on celebrity suicide: a meta-analysis. *Journal of epidemiology community health*, jech-2011.
- Niederkröthaler, T., Reidenberg, D. J., Till, B. & Gould, M. S. (2014). Increasing help-seeking and referrals for individuals at risk for suicide by decreasing stigma: The role of mass media. *American Journal of Preventive Medicine*, 47(3), S235–S243.
- Niederkröthaler, T., Sonneck, G., Dervic, K., Nader, I. W., Voracek, M., Kapusta, N. D. & Dorner, T. (2012). Predictors of suicide and suicide attempt in subway stations: a population-based ecological study. *Journal of Urban Health*, 89(2), 339–353.
- Niederkröthaler, T., Till, B., Kapusta, N. D., Voracek, M., Dervic, K. & Sonneck, G. (2009). Copycat effects after media reports on suicide: A population-based ecologic study. *Social Science & Medicine*, 69(7), 1085–1090.
- Niederkröthaler, T., Voracek, M., Herberth, A., Till, B., Strauss, M., Etzersdorfer, E. & Sonneck, G. (2010). Role of media reports in completed and prevented suicide: Werther v. Papageno effects. *The British Journal of Psychiatry*, 197(3), 234–243.

- Philip, J., Ford, T., Henry, D., Rasmus, S. & Allen, J. (2016). Relationship of social network to protective factors in suicide and alcohol use disorder intervention for rural Yup'ik Alaska Native youth. *Psychosocial Intervention*, 25(1), 45–54.
- Scherr, S. & Reinemann, C. (2011). Belief in a Werther Effect: Third Person Effects in the Perceptions of Suicide Risk for Others and the Moderating Role of Depression. *Suicide and Life-threatening Behavior*, 41(6), 624–634.
- Seale, C. (2010). How the mass media report social statistics: A case study concerning research on end-of-life decisions. *Social science & medicine*, 71(5), 861–868.
- Sisask, M. & Värnik, A. (2012). Media roles in suicide prevention: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 9(1), 123–138.
- Stack, S. (2003). Media coverage as a risk factor in suicide. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 57(4), 238–240.
- Till, B., Strauss, M., Sonneck, G. & Niederkrotenthaler, T. (2015). Determining the effects of films with suicidal content: a laboratory experiment. *The British Journal of Psychiatry*, 207(1), 72–78.
- Suh, S., Chang, Y. & Kim, N. (2015). Quantitative exponential modelling of copycat suicides: association with mass media effect in South Korea. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 24(2), 150–157.
- Yom-Tov, E. & Fischer, S. H. (2017, April). The Werther Effect Revisited: Measuring the Effect of News Items on User Behavior. In *Proceedings of the 26th International Conference on World Wide Web Companion* (pp. 1561–1566). International World Wide Web Conferences Steering Committee.
- Youn, S. J., Trinh, N. H., Shyu, I., Chang, T., Fava, M., Kvedar, J. & Yeung, A. (2013). Using online social media, Facebook, in screening for major depressive disorder among college students. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(1), 74–80.

WERTHER VS. PAPAGENO EFFECT: RESEARCH OF MEDIA ROLE ON SUICIDALITY

Zana Aziraj

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Vildana Aziraj-Smajić

KB "Dr. I. Ljubijaknić", Odjel Neuropsihijatrije, Bihać

SUMMARY

Theory about imitating mass media assumes that if modeling works in one direction (imitating suicide), than it works in another one also (positive model). „Werther effect“ is used for explaining the effect of negative media role. It has been used for a few decades. Positive effect of media role in suicides is called „Papageno effect“, and it has been discovered recently. Aim of this article is to give review of researches about distinction between positive and negative role of media reporting on suicide. According to the researches, it has been defined that media reports about suicides are not representative, since they appeal to sensationally exaggerate suicides, which are rare in everyday life. Tendency to repeat a report about same suicide is connected with higher suicide rate among clinical and general population. It has been determined negative role of media reporting about celebrity suicides on the future suicidal behavior among population with depressive disorder. Certain social variables, especially criminal record, have been shown to be significant for higher risk of copycat suicidal behavior. Proof for the copycat effect is higher rate of same or similar suicides. Based on the researches on this subject, it has been confirmed that media has a significant role on emersion and accretion of suicidal behavior, but also on decreasing and detaining suicidal behavior. It is also important to say that there are a lot of more researches on how medias can provoke suicidal behavior, while it's still small amount of researches potential positive effects of medias in suicidal behavior.

Key Words: Werther effect, Papageno effect, media, suicidality

TERAPIJSKI UČINCI U DRAMSKOJ UMJETNOSTI KROZ ISKUSTVA GLUMACA U PROCESU STVARANJA ULOGE

Bojan Šijan

PU Dečija kuća – Ljubav, vera i nada, Beograd

Enedina Hasanbegović-Anić

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SAŽETAK

Cilj ovog istraživanja je ispitati terapijske učinke u dramskoj umjetnosti kroz iskustva glumaca u procesu stvaranja uloge. Uzorak je činilo deset dramskih umjetnika iz Sarajeva i Beograda. U ovom kvalitativnom istraživanju primijenjen je polustrukturirani intervju i interpretativna fenomenološka analiza. Nalazi ovog istraživanja potkrepljuju tvrdnju o terapijskom učinku dramskog iskustva na intrapsihičkom i interpersonalnom nivou djelovanja. Ključne teme koje ilustruju terapijski učinak dramske umjetnosti su: samospoznaja i spoznaja Drugog, artikulacija neizrečenog pod zaštitom lika, katarza, promjena referentnog okvira posredstvom dramske uloge, otjelovljenje unutrašnjih sadržaja, te razrješavanje ranih emocionalnih iskustava. Glavni zaključak ovog istraživanja ukazuje na potencijal dramske umjetnosti u svrhu psihološkog, kulturnog i duhovnog razvoja ličnosti.

Ključne riječi: psihologija umjetnosti, dramska umjetnost, terapijski učinak u glumi, kvalitativni pristup

UVOD

Istaknuti poljski pozorišni glumac, teoretičar i pedagog Jerzy Grotowsky je napisao: „Interesuje me glumac jer je ljudsko biće. To uključuje dve bitne tačke: prvo, moj susret sa drugom osobom, međusobno osećanje razumevanja i utisak koji se stvara zbog našeg otvaranja prema drugom biću kao i činjenica da ga pokušavamo shvatiti, ukratko, prevazilaženje naše samoće. Drugo, pokušaj da razumemo sebe preko ponašanja drugog čoveka i da otkrijemo sebe u njemu“ (Grotowski, 1976, str. 76). Navodimo ove riječi jer govore o tome zašto nas gluma kao disciplina svojstvena ljudskom duhu privlači i zašto smatramo da je životna priča dramskog umjetnika vrijedna pažnje ukoliko želimo da se približimo sebi i Drugome. U intervjuu za Večernje novosti, glumac Nebojša Glogovac, na pitanje „Zašto vam je gluma i dalje intrigantna?“, odgovara: „Zbog sposobnosti da budeš neko drugi, da razumeš druge ljude i proživiš nešto od njihovog života, a kroz to nešto i sam naučiš“ (Večernje novosti, 2016). U ovom radu interesuje nas šta ostaje u glumcu poslije proživljenih tuđih života, poslije razumijevanja Drugog i drugačijeg, šta se transformiše u samom glumcu posredstvom uloge i dramskog lika?

Istraživanja u psihologiji stvaralaštva su još uvijek u razvoju i početnim koracima. Najčešće su prisutna istraživanja i pregledni radovi o povezanosti *art terapije* kao psihoterapijskog modaliteta i njenog djelovanja na različite psihopatološke manifestacije. Značajan dio psihoterapijske prakse usmjeren je na primjenu psihodrame kao akcionog metoda grupne psihoterapije, koja se uspješno primjenjuje i integriše sa mnogobrojnim individualnim pristupima, terapijskom tretmanu parova i tretmanu obitelji (Džokić, 2010). U doktorskoj disertaciji Tine Perić (2015) govori se o spoznaji Sopstva u izvođačkom iskustvu, te da prevladavanjem različitih dualizama (Ja – Drugi, tijelo – um/emocije) izvođač može steći uvid u svoje istinsko, cjelovito Sopstvo i postepeno osvijestiti činjenicu da je dio mnogo šireg iskustva. O psihološkoj vulnerabilnosti glumaca govori istraživanje Thomsona i Jaque (2012) koje pokazuje da su glumci u odnosu na kontrolnu grupu (bez glumačkog iskustva) skloniji vođenju fantazija, imaju više nerazriješenih emocionalnih trauma iz prošlosti, te veću sklonost disocijativnim stanjima. Druga studija pokazuje da su djeca uzrasta od 8 do 11 godina, koja su bila uključena u različite forme igranja uloga (uobičajeno igranje sa vršnjacima, pohađanje dramskih sekcija) i koja su pohađala časove glume, bila uspješnija u razumijevanju i percipiranju unutrašnjih stanja kod drugih osoba (Goldstein i Winner, 2011). Malobrojna su istraživanja koja kvalita-

tivnim pristupom otkrivaju i saznaju na koji način se identifikacija glumca sa dramskim likom odražava na njihov intrapsihički i intrapersonalni nivo životnog funkcionisanja. Ovim radom ćemo upravo pokušati dati odgovor na ovo važno i interesantno pitanje.

Terapijski učinak u dramskom iskustvu

Umjetnost ima različite ciljeve i funkcije kao što su: obrazovna, vaspitna, hedonistička, komunikativna, motivaciona, terapijska itd. Mi ćemo u ovom radu staviti naglasak na *terapijsku funkciju* dramske umjetnosti. Pojam *terapijsko* sadrži različita značenja. Perić (2015) u svojoj doktorskoj disertaciji piše da izvođačka transformacija djeluje na psihološke, afektivne, energetske i motoričke promjene tijela. Ovakvo sagledavanje efekata izvođačke transformacije usmjerilo nas je na promišljanje i posmatranje terapijskih učinaka kao promjenu koja se doživljava fizički, kognitivno, emocionalno i interpersonalno. Pretpostavka je da se u *transformativnom iskustvu* sceniskog života stvara potencijal za terapijski učinak. U glumi se transformacija može posmatrati kao preobražaj glumca u lik. U dramskoj igri transformacija glumca u lik može biti potpuna i nepotpuna. Potpuna transformacija u kojoj dolazi do potpunog utapanja glumca u lik naziva se *identifikacija ili poistovjećivanje*. Ovaj oblik transformacije postiže se unutrašnjim *proživljavanjem*, a na spoljašnjem planu izgradnjom iluzije stvarnosti nizom realistički obavljenih radnji (Stjepanović, 2005). Drugi oblik transformacije podrazumjeva *distancu* kao psihotehnički postupak koji razbija iluziju stvarnosti. U dramskom iskustvu najčešće su istovremeno prisutna oba oblika transformacije glumca u lik. Transformativni proces izvođačke umjetnosti predstavlja bazični mehanizam kojim se stvara potencijal za razvoj na intrapsihičkom i interpersonalnom nivou. U istraživačkom procesu važno je da uvidimo koje mehanizmi glumci u ovom istraživanju koriste u ostvarivanju identifikacije sa dramskim likovima i kakvi su terapijski učinci takvog procesa.

Dva sistema glume: Stanislavski i Grotovski

Sistem Stanislavski i sistem Grotovski su dva sistema glume u dramskoj umjetnosti koja govore o poistovjećivanju glumaca sa dramskim likovima, o autentičnom otjelovljenju uloge/zadatka kao i o načinima na koje glumci pristupaju ulogama. Važno nam je da u ovim pristupima prepoznamo po-

stojeći potencijal za postizanje terapijskog učinka u procesu stvaranja uloge ali i da poznamo mehanizme kojim se ovi učinci ostvaruju.

„Sistem“ Stanislavski

Stanislavski Konstantin Sergejevič (1863–1938) bio je ruski glumac, reditelj, teatrolog i pedagog. Njegova teorija je u svijetu poznata kao „sistem“ Stanislavski. Na samom početku naglašavamo da ono što se naziva „sistem“ ne predstavlja koherentan skup teorijskih koncepata i metoda, jer se rad Stanislavskog kontinuirano mijenjao i usavršavao. Osnovni princip teorije je da glumac mora ulogu istinski proživljavati, a ne samo predstavljati spoljne oblike jednom postignutog proživljavanja. Odnos između glumca i dramskog lika je „srce metoda“ i suštinski važno za razumijevanje kako psihotehnike koje je primjenjivao Stanislavski vode ka transformativnom iskustvu (Manero et al., 2013). Mnogi smatraju da je Stanislavski najveće ime ruske pozorišne kulture, a njegova shvatanja su više nego svih drugih pozorišnih teoretičara imala međunarodni odjek u pozorištu koji traje i danas.

Stanislavski je težio umjetnosti *preživljavanja*. Govoreći o cilju preživljavanja uloge kao stvaranju „života ljudskog duha“ uloge, Stanislavski zapisuje: „Kao što vidite, naš glavni zadatak nije samo u tome da predstavimo život uloge u njenom spoljnom obliku, nego je glavno to da se na pozornici prikaže unutrašnji život ličnosti koja se tumači i celog komada, prilagođavajući tome tuđem životu sopstvena ljudska osećanja, dajući mu sve organske elemente sopstvene duše“ (Stanislavski 2004, str. 31). Važno je istaknuti to da Stanislavski istovremeno vrednuje spoljni izraz uloge, psihološki sadržaj lika, te glumčeve sopstvene emocije i iskustva. Dakle, ne radi se samo o spoljašnjoj reprezentaciji dramskog lika, nego i sopstveni lik postaje dio uloge. Na ovaj način psihološki sadržaji iz ličnog života glumca nalaze svoj prostor za realizaciju i integraciju u samoj ulozi. Jedan od glavnih principa umjetnosti preživljavanja je „podsvesno stvaralaštvo prirode kroz svesnu psihotehniku glumca“ (Stanislavski, 2004, str. 30). Ovim principom, Stanislavski je nagovijestio da se do istinitog proživljavanja uloge dolazi svjesnom upotrebom *psihotehnika* kojima se pokreće *podsvjesno stvaralaštvo*. Neke od tzv. psihotehnika su: magično „kada bi“, date okolnosti, unutrašnja i spoljna radnja, emocionalno pamćenje, istinitost ili „ja jesam“. Glavni cilj ovih tehnika, prema Stanislavskom (2004, str. 30), je da se „svesnim, posrednim putem probudi i uvuče u stvaralaštvo podsvest“. Pristup Stanislavskog se mijenjao i usavršavao tokom njegovog aktivnog rada u pozorištu, pa u posljednjoj deceniji njegovog rada primjećujemo pomjeranje težišta rada na metod fizičkih radnji. S vremenom se pored metoda

fizičkih radnji razvijao i metod aktivne analize, u kojima se do proživljavanja nije više stizalo pozivanjem ličnih iskustava i emocionalnih reakcija, već direktnim tjelesnim radom i imaginacijom u realnom prostoru (Perić, 2015).

Jedan od najuzbudljivijih perioda u životu glumca je proces uživanja u ulogu ili proces otjelovljenja uloge/zadatka. Prema Stanislavskom, „stvaralački rad nije nekakva glumačka tehnička vještina, spoljno izigravanje ličnosti i strasti, nego je suština stvaralaštva začecje i nošenje novog živog bića – čoveka uloge“ (Stanislavski, 2004, str. 307). Govoreći o stadijumima otjelovljenja uloge/zadatka, Stanislavski ističe važnu karakteristiku ovog procesa, a to je da „razni periodi začecja i sazrijevanja uloge različito utiču na karakter i stanje u njegovom privatnom životu“ (Stanislavski, 2004, str. 307). Upravo je ovo mjesto na kome ćemo se najviše zadržati u našem istraživanju. Od suštinske važnosti za sagledavanje terapijskog učinka uživanja u ulogu je prepoznati načine kojima se ovi učinci manifestuju u privatnom životu glumca.

Budući da je „sistem“ Stanislavski bio usmjeren na obuku i razvoj gotovo svih aspekata glumčevog života i rada, bilo bi značajno izučavati psihoterapijske elemente ovog kompleksnog sistema i njegove učinke za one koji ga primjenjuju. Mnogi smatraju da je Stanislavski, osim glumačkog stvorio i vrijedan sistem za rad glumca na sebi. Priprema glumaca za Stanislavskog je imala veliki značaj. Ta priprema nije bila toliko stvar tehničkog treninga, koliko promišljenog, svjesnog, istraživačkog „rada glumca na sebi“ (Ševcova, 2012). Ovo je još jedan razlog da istražimo koliko su glumci napredovali u svom ličnom rastu i razvoju unutar profesije koja njeguje pristup zasnovan na „sistemu“ Stanislavski.

Grotovski

Ježi Grotovski (1933–1999) bio je poljski pozorišni reditelj, djelatnik i mislilac u oblasti kulture, čiji su radovi i promišljanja uticali na tok i sagledavanje smisla umjetnosti. Zalagao se i vjerovao je u ideju „siromašnog teatra“ koja u prvi plan ističe međudjelovanje glumaca i publike u zajedničkom prostoru koji se za svaki njihov susret oblikuje iznova. Odnos bliskosti koja se stvara između glumca i gledaoca je najveći stvaralački zahtjev „siromašnog“ pozorišta.

Rad na ulozi u Pozorišnoj laboratoriji ilustrovaćemo primjerom rada Grotovskog sa glumcem Rišardom Češlakom na predstavi *Postojani princ*. U ovoj predstavi veza između dramskog teksta i lika koji je glumac Češlak trebalo da otjelotvori i njegovog izvođenja bila je samo formalne prirode.

Perić (2015) navodi da glumac Češlak jeste izgovarao tekst, ali nije interpretirao njegovo značenje, već je istovremeno evocirao sjećanje na svoje intimno iskustvo iz rane mladosti, dok se tekst, kao muzika, ispunjavao emocijom koja je iz ovog doživljaja proizlazila. Istovremeno sa vokalno-tekstualnim angažmanom, ovo sjećanje je bilo proživljeno kroz tijelo, odnosno kroz fizičke radnje. Savlađivanjem forme, emocije se oslobađaju kroz tijelo i glas. Tjelesna forma zapravo usmjerava i struktuirala iskustvo. Ono ga ne sputava u svojoj suštini, nego mu omogućava da se ispolji. Tjelesna forma zapravo predstavlja tjelesno-psihološki prostor u koji glumac unosi svoje lično iskustvo čineći lik kreacijom, a ne interpretacijom. Perić (2015, str. 260) jasno i precizno govori o procesu konstruisanja formalne strukture iz ličnih doživljaja, gdje je „Grotovski osmislio metod kojim sami glumci mogu pretočiti svoje lično iskustvo i doživljaj u izvođačku formu, a da to ne bude proizvoljno, haotično i samodovoljno pokazivanje nekog ličnog sadržaja ili stanja“. Dakle, formalna struktura do koje su glumci dolazili sadržavala je sve karakteristike izvođačke partiture, dok je istovremeno bila nadahnuta autentičnim ličnim doživljajem.

Da zaključimo, Stanislavski i Grotovski imali su jasnu viziju da pozorište i igra predstavljaju moćan put ličnog i duhovnog razvoja izvođača, ali i gledaoca (Perić, 2015). Ono što ih ponajviše približava jeste isticanje važnosti „rada na sebi“ i „rast glumca“. Glumci koji koriste ove pristupe za svoje uloge zasigurno imaju velike mogućnosti za doživljavanje terapijskog učinka kroz proživljavanje i doživljavanje različitih dramskih likova.

CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

Glavni cilj ovog istraživanja jeste ispitati terapijske učinke u dramskoj umjetnosti kroz iskustva glumaca u procesu stvaranja uloge. Zašto nas interesuje upravo ovaj cilj? Glumci nisu interpretatori. Glumci su stvaraoci koji neživu riječ i nepostojeći lik čine prisutnim i jedinstvenim. Pretpostavljamo da su, stvarajući uloge, stvarali i sopstveni lik, upoznavajući sebe i ogleđujući se u likovima svjetske literature koja je otkrila sve što je čovjeku suštinski važno.

Na osnovu glavnog cilja definisana su dva istraživačka problema:

1. Ispitati terapijske učinke procesa stvaranja uloge na intrapsihičko funkcionisanje glumca (povećana samosvjesnost, samoupoznavanje, katarzično ispoljavanje potisnutih emocija, prepoznavanje i razumijevanje sopstvenih osjećanja i osjećanja drugih, upravljanje i kontrola vlastitih emocija itd.).

2. Ispitati terapijske učinke procesa stvaranja uloge na funkcionalnost interpersonalnih odnosa (empatičko razumijevanje Drugog, pokušaj da se razumije složenost i ambivalentnost čovjekovog bića, razvijanje refleksivnog funkcionisanja kroz veće uvažavanje i razumijevanje vlastite i tuđe unutrašnje motivacije, promjena stavova o sebi, drugima i svijetu itd.).

METODA

Za provođenje ovog istraživanja korištena je kvalitativna metoda. Paradigma kvalitativnih istraživanja je da ne postoji jedna istinita verzija stvarnosti niti znanja nego da postoje mnogobrojne verzije stvarnosti u zavisnosti od konteksta u kojem se osoba nalazi (Clarke i Braun, 2013). Kvalitativna istraživanja uglavnom su usmjerena na istraživanje *značenja* – kako čovjek pridaje značenje svijetu u kojem živi, kako je osoba doživjela određeni događaj, kakvo značenje osoba pridaje nekom fenomenu (Pietkiewicz i Smith, 2014). Kvalitativno istraživanje karakteriše fleksibilan i otvoren odnos koji se uspostavlja između istraživača i učesnika. Kvalitet tog odnosa predstavlja ključni element saznanja drugog čovjeka kao i istraživanog fenomena.

Sudionici

U istraživanju je učestvovalo 10 dramskih umjetnika iz Sarajeva i Beograda (M=6, Ž=4). Dob sudionika kreće se u rasponu od 37 do 61 godine života. Svi učesnici imaju dugogodišnje pozorišno i filmsko iskustvo. Sudionici čine namjerni uzorak. Selekcija je izvršena odlukom istraživača putem prethodnog upoznavanja sa likom i djelom dramskih umjetnika na osnovu pozorišnih i filmskih ostvarenja, videozapisa, postojećih intervjua, direktnih razgovora sa glumcima nakon predstava te drugih relevantnih izvora.

Instrumenti

Za prikupljanje podataka korišten je dubinski polustrukturirani intervju koji je konstruisan ciljano za potrebe ovog istraživanja. Produbljeni ili dubinski intervju je tehnika kvalitativnog istraživanja koja omogućava razgovor između dvije osobe, te može doprinijeti povećanom uvidu u ljudske misli, osjećaje i ponašanja o važnim istraživačkim pitanjima. Pitanja su nastala na osnovu čitanja pozorišne literature, knjiga iz psihologije umjetnosti, praćenja kulturno-obrazovnih emisija u kojima su učestvovali dramski umjetnici, te na osnovu neposrednih razgovora sa glumcima nakon pozorišnih pred-

stava. Intervju sadrži bazična pitanja koja su postavljena svim glumcima. Ostala pitanja su nastala kao rezultat jedinstvenog dijaloga sa svakim glumcem i vezana su za njihovo specifično iskustvo.

Postupak

Intervjui su dogovoreni putem telefonskih razgovora sa glumcima. Šest intervjuja je realizovano u Beogradu a četiri u Sarajevu. Učesnicima su putem telefonskog razgovora i e-mail kontakta date najvažnije informacije za provođenje ovog istraživanja. Svi intervjui su provedeni individualno sa svakim glumcem „licem u lice“. Intervjui su trajali od 60 do 120 minuta i snimljeni su pomoću diktafona. Učesnici su retrospektivno i introspektivno govorili o načinu na koji su doživjeli različite dramske likove proživljavajući ih u sebi i kako su ta iskustva integrisana u njihov referentni okvir. Naglasak je na individualnom iskustvu svakog dramskog umjetnika i njegovom doživljaju identifikacije sa dramskim likovima i scenskim iskustvom uopšte. Po završetku intervjuja bio je obavljen debriefing. Učesnici su dali povratnu informaciju o tome kako su se osjećali tokom razgovora, šta misle o pristupu istraživane teme, kakvi su njihovi opšti utisci.

Interpretativna fenomenološka analiza (IFA)

Za obradu nalaza, tj. transkripta intervjuja, korištena je *interpretativna fenomenološka analiza* (IFA) koja predstavlja verziju fenomenološke metode. IFA metodu utemeljio je britanski profesor psihologije Jonathan Smith s ciljem da dublje istraži idiografska subjektivna iskustva, kao i socijalne kognicije (Biggerstaff i Thompson, 2008). Pristup je fenomenološki, što znači da je važno opisati kako se stvari pojavljuju u čovjekovoj svijesti i dopustiti stvarima da „govore“ same za sebe (Pietkiewicz i Smith, 2014). Fenomenološki sticati znanje o svijetu znači opisivati doživljaje svijeta a ne tumačiti ih kroz postojeće društvene konstrukte i lična uvjerenja. Cilj IFA metode je detaljno i dubinsko istraživanje značenja koja ljudi pridaju ličnom i društvenom svijetu u kojem žive. Fokus IFA metode nije testiranje unaprijed postavljenih istraživačkih hipoteza nego fleksibilno i dubinsko istraživanje jednog područja istraživačkog pitanja (Smith i Osborn, 2008). Iako je cilj interpretativne fenomenološke analize upoznavanje iskustva učesnika iz njihove sopstvene perspektive, ova metoda prepoznaje da jedno takvo ispitivanje neizostavno uključuje pogled na svijet samog istraživača kao i specifičnu interakciju između istraživača i učesnika (Vilg, 2016). Analitički proces u IFA metodi se često naziva „dvostruka hermeneutika“ ili „dvo-

struki proces interpretacije“ jer prvo ispitanici stvaraju značenje sopstvenog iskustva a potom istraživač pokušava da dekodira ta značenja (Smith i Osborn, 2008). Kao rezultat toga, ova analiza pored direktnih prikaza iskaza učesnika uključuje i istraživačevu interpretaciju tih iskustava. Interpretacija se ostvaruje kroz nekoliko koraka koji istraživaču omogućavaju da na osnovu pojedinačnih slučajeva i njihovih međusobnih poređenja identifikuje teme i da ih integriše u klastere značenja (Vilig, 2016).

INTEGRACIJA NALAZA

U narednom dijelu izdvojili smo neke od ključnih tema koje opisuju fenomen terapijskog učinka u dramskoj umjetnosti. Ovaj prikaz predstavlja sažet zaključak onog što smo u ovom istraživanju otkrili i prepoznali kao terapijsko djelovanje stvaranja uloge na ličnost dramskog umjetnika.

Tema 1: Samospoznaja („želja za odgonetanjem onoga što ne znaš o sebi“)

Samospoznaja može da se razmatra kao učinak dramskog iskustva ali i kao motiv da se osoba bavi glumom. Zapravo, u svakoj djelatnosti čovjek može da se približi sebi ako se otvoreno i aktivno preispituje u odnosu prema sebi, drugima i svijetu u kojem živi. O samospoznaji kao motivu za ulazak u svijet pozorišne umjetnosti govori iskustvo jednog dramskog umjetnika:

Intuicijom sam osećao, već po završetku srednje škole, da nisam dovoljno prostora osvojio u životu da saznam nešto o sebi. Osećao sam da mi to što mi se nudi, u smislu artikulacije moje profesije i života, da nije dovoljno izazovno za mene, te da osećam da imam više u sebi tajni, neodgovorenih stvari i nekih potreba za saznanjem i da ne želim da se zadovoljim ponuđenim. I bio sam u pravu. Zato što u tom trenutku, gluma ili pozorište je zasijalo kao šansa. Ne zbog toga da budem glumac i da budem ambiciozan u smislu karijere ili nekog odraza kojeg ta profesija ima u javnosti. Nego više iz istraživačkog duha da spoznam sebe mnogo dublje nego što mi se to u društvenim okolnostima nudilo. U svakom slučaju moj ulazak i odlazak u glumu je bio isprovociran tom glađu za samospoznajom.

U lakanovskoj želji za Drugim prepoznamo *spiritus movens* koji prevazilazi zanatske okvire glume i prelazi u prostor samospoznavanja. Dilan Evans piše da je Lakan slijedio Spinozu u tvrđenju da je želja ljudska suština i da je želja istovremeno srce ljudskog postojanja (Evans, 2011). To je ona iskonska želja da nas prepozna Drugi, da budemo voljeni i prepoznati kao vrijedno ljudsko biće. Želju uvijek pokreće nešto što se ne posjeduje, što je neosviješćeno, ono čega nema. O želji kao fundamentu u procesu samosagledavanja, a u kontekstu glume, govori sljedeći iskaz:

U prvom nekom zbivanju da se opredeliš da budeš glumac i uopšte da se pozabaviš sobom, krije se želja za odgonetanjem onoga što ne znaš o sebi. Želja za prevazilaženjem određenih prepreka u mentalnoj, emotivnoj ili fizičkoj ljudskoj prirodi. Želja za komunikacijom sa sobom i sa drugima. Želja za predstavljanjem. Želja za upoznavanjem. To jeste terapija.

Ključni momenat procesa samospoznaje je osvješćivanje sopstvene višestrukosti. Glumac otkriva i dopušta sebi sve ono što lik sadrži u sebi kao literarna tvorevina ali i kao potencijal koji može da se ostvari u svakodnevnom životu. Zato glumac može kao Terencije, pisac komedija u rimskoj književnosti, da uzvikne: „Čovjek sam, ništa što je ljudsko nije mi strano.“

Ali onaj momenat kada ti možeš da i sebe shvatiš kao lika, da si i ti došao do stepena razumevanja života da si sam sa svojim imenom i prezimenom lik, literarna tvorevina. Ali si svoja tvorevina. Ti si ostavljao utiske kroz svoje uloge, ali iza tebe je tvoje biće. Ti si hranio svoje biće ovim izletima, rizicima i sad nema nikakvog razloga da se tvoje biće oseća stidno i da se povlači jer ono u sebi ima sva ta druga bića koja su se pokazala kroz uloge. Ja sam taj lik i svi drugi likovi, u filmu i u pozorištu. Sve sam to ja. Svi likovi su u meni. Svi mi sadržimo jedni druge. Samo je stvar da se proširimo i da razumemo jedni druge a za to nam je potrebna volja, vera, pažnja. U jednom trenutku sam osvestila da su sve uloge koje sam igrala, da su kao jedna ista žena iz različitih uglova posmatrana. A ono što povezuje sve te likove sam ja.

Tema 2: Artikulacija neizrečenog pod zaštitom lika

Na pitanje šta je terapijsko u glumi, dobili smo odgovor koji objašnjava vrijednost artikulacije pod zaštitom lika:

To što neke stvari izgovaraš, nekad svesno a nekad nesvesno, i prolaziš kroz neke situacije a imaš zaštitu lika. Nisi to ti, nego je to lik. Kao kad deca, koja su proživela zlostavljanje, navuku lutke na ruku pa se otvaraju neke priče. Onda dete nema utisak da dete priča nego lutka priča. Tako i glumci mogu. Naravno, nisu sve uloge takve. Ali dešava se da neka priča u nekom komadu stigne tvoj život. Stigne neku dilemu, neki osnovni problem i suštinska pitanja kao što su odnos sa majkom ili ocem. Pošto velika dramska dela obično obrađuju suštinska ljudska pitanja, desi se da to što igraš na sceni je u velikoj vezi sa nekim tvojim iskustvom. I uglavnom su to neka iskustva iz detinjstva, iz rane mladosti. Nešto što si možda sklonio u stranu i zaboravio.

U ovom odgovoru prepoznamo mehanizam oslobađanja potisnutih sadržaja koji se svjesno ili nesvjesno ugrađuju u ulogu i postaju stvarni i konkretni. Glumac tad ponovo dobija šansu za integraciju i promjenu. U susretu dramskog sadržaja i ličnog života dramskog umjetnika nalazi se snaga i sadržina terapijskog učinka dramske umjetnosti. Glumica navodi da neke uloge sadrže slična pitanja, dileme ili probleme koji su dio i života dramskog umjetnika. Proučavajući karakter lika i analizirajući njegove dileme i probleme, glumac se bavi i svojim problemima, dolazeći na taj način do novih uvida i mogućih njihovih razrješenja.

Još jedan primjer govori o scenskom prostoru kao vjernoj simulaciji života gdje prošlost može da bude artikulisana i integrisana u izvođačkom procesu.

Meni je rad u pozorištu pomogao da razotkrijem odnos s ocem koji je za mene kao devojčicu bio veoma važan. Kad je moj otac umro, tek onda sam shvatila da je gotovo, da nisam nikad neke razgovore s njim obavila. Stalno sam mislila da ima vremena i da ćemo jednog dana razgovarati. A zapravo ceo život je prošao a da nismo neke stvari progovorili. Onda sve ostane neostvoreno, ostane frustracija, ostane neka stalna čežnja. A ne znaš kako da to razrešiš. Zato što je suviše zastrašujuće da to otvoriš u realnom životu. Suviše je zastrašujuće da staneš pred svog oca i da kažeš: „Tata, da li me voliš, nikad mi nisi rekao da li me voliš.“ Ali na sceni ti možeš da proživiš tu situaciju kao neki drugi lik i da to bude život u kome možeš da obaviš taj razgovor.

U procesu samosagledavanja glumac, zahvaljujući raznolikim ulogama, osvještava sopstvena uvjerenja, emocije, stavove te obrasce ponašanja. Osvještavanje je kao osvjetljavanje onog prostora u nama za koji nismo ni znali ili smo samo intuitivno naslućivali da postoji. Ono što je osviješćeno može da se artikulira kroz ulogu i da na taj način poprimi terapijski učinak. U tom imenovanju uvijek se rađa nešto novo, nešto što dotad nije bilo označeno (prije svega jezički) kao takvo.

Tema 3: Razumijevanje Drugog i osjećanje empatije

Neizmjeran značaj posvećenog stvaranja dramskih uloga ogleda se u dubinskom i analitičnom promišljanju o unutrašnjem svijetu drugih ljudi. Ovim pristupom smanjuje se mogućnost javljanja predrasuda i osuđivanja Drugog, a povećava se sklonost ka traženju motiva i psihološke logike za određeni postupak. Jedan od glumaca govorio je o ulozi homoseksualca koja ga je vodila na put istraživanja unutrašnjeg života lika, ali i stila življenja osoba homoseksualne orijentacije. Kao rezultat tog istraživačkog procesa, glumac navodi veći stepen razumijevanja i osjećanja empatije za ovu populaciju.

O posmatranju i razumijevanju Drugoga govore sljedeće riječi: „Mnogo sam naučio o drugom, o sebi, o tome kako bi trebalo, kako bi se mogao posmatrati drugi. Ako znamo da svako od nas nosi neke svoje unutrašnje konflikte, neke svoje neizmirenosti sa sobom, onda moram dopustiti da svako ima pravo na tu neizmirenost sa sobom, jer nije lako naći sklad unutar sebe sa svim onim što čovek jeste.“ Većina glumaca ima stav da lik treba da odbrane kako bi publika vjerovala u stvarnost i istinitost postojanja takvih likova. I u toj odbrani nastaje razumijevanje dubokih psiholoških procesa koji postaju vidljivi tek posvećenim interesovanjem za ličnost drugog čovjeka. O razvijenoj osjetljivosti za ličnost Drugoga svjedoči sljedeći primjer: „Bio sam u situaciji da sam scensko iskustvo morao da primenim. Ne da igram nešto u životu, nego putujući kroz različite situacije, teme, sukobe i karaktere koje sam odigrao, to mi je proširilo percepciju osjetljivosti duše za drugog, a i za sebe samog.“

Razumjeti razloge postupaka, emocionalnih reakcija, uvjerenja dramskog lika psihološki je zahtjevan zadatak koji traži istraživačku posvećenost i ličnu hrabrost da se iskorači iz uobičajenog i poznatog. Da bi se dogodilo poistovjećenje i razumijevanje Drugoga, važno da je da se svijet posmatra iz referentnog okvira dramskog lika, a ne iz perspektive glumca. Glumac treba da razumije šta je liku kojeg igra važno, šta voli a šta ne, čega se plaši, šta želi, kakvi su njegovi stavovi, uvjerenja o određenim pitanjima itd. O takvom poimanju Drugosti koja se otkriva u dramskom liku govori

sljedeći iskaz:

Ti moraš da misliš kao lik. Samo tako taj problem može da ti bude zaista problem. Ako je tvoj svetonazor drugačiji od njegovog, ti onda njegov problem nećeš doživeti kao problem. Moraš da misliš kao on, da usvojiš njegove navike, da znaš zašto se tako oblači ili zašto je odabrao da sluša baš tu muziku itd.

O Drugome i Drugosti kao suštinskoj različitosti drugog čovjeka, koja se ogleda u njegovoj ontološkoj neponovljivosti i jedinstvenosti, govorio je iscrpno i francuski psihoanalitičar Žak Lakan. Ogledanjem u Drugome svaki čovjek dobija priliku da se približi sopstvenoj ličnosti i da u tom susretu s Drugošću gradi ličnu autentičnost. O važnosti Drugoga u životu i glumi govore sljedeće riječi:

Tebi Drugi treba. Ne da bi uzimao od njega, nego da bi se i on realizovao pored tebe. Bez Drugog nema sagledavanja sopstvenog ja... Ne postoji monodrama. To je samo uslovna podela. To jeste fizički slikovito, vizuelno da si sam na sceni. Ali ti nisi sam. Ne samo zbog publike. Nisi ti sam zato što ti sa nekim pričaš. S kim pričaš? Sa sobom pričaš. Ali koji dio tebe priča sa sobom? To je već odmah dvojstvo. To je dijalog. Monolog ne postoji. I nikad ga nije ni bilo. Mono – to je ukidanje života.

Tema 4: Katarza

Nezaobilazni terapijski učinak dramske igre jeste katarza. Katarza (grčki: katharsis – čišćenje) pojam je pročišćavanja osjećanja kao što su strah, osjećanje krivice, anksioznost itd. Po Aristotelu, to pročišćavanje se obavlja istim tim emocijama, ali u estetskom kontekstu, kao što je pozorište. Cilj tragedije je postizanje ovog pročišćenja (Aristotel, 2008). Ideja je preuzeta i dobila je slično značenje i u psihoanalizi i psihoanalitičkoj psihoterapiji. Sigmund Frojd je smatrao da bi se psihički poremećaj mogao olakšati procesom katarze pri reaktiviranju originalnih traumatskih događaja (Frojd, 1981). Katarzom se često oslobađaju unutrašnje prepreke koje ometaju rješavanje problema. U ovom istraživanju uvidjeli smo da ne dolazi samo do oslobađanja nagomilanih emocija nego se „pravi jedan emotivni rast gdje se na kraju nekim razrešenjem dolazi do olakšanja“. O katarzičnom učinku glume govore i naredni primjeri:

Ako treba da igraš frustriranog čoveka, ti ćeš u toj vezi što uloga nameće i svoj osećaj povezati i ispoljiti tu frustriranost... Oslobođajući se, počinješ da se uravnotežuješ. Više nemaš potrebu da tu energiju držiš, ona je izašla mentalno, fizički pa nekad i duhovno. Poslije toga možeš da kažeš kako sam svoj, miran, i bliži sebi.

Ako je delo dobro i ako je dobro odigrano, dolazi do katarze. To je terapijsko u glumi. Dolazi do pročišćenja nagomilanih emocija koje se vezuju jedna za drugu i prave jedan emotivni rast gdje se na kraju nekim razrešenjem dolazi do olakšanja. To liči na dobar seks kad je dobra predstava. Dolazi do nekog pročišćenja gde na kraju dovodi do ukupnog poboljšanja tvog funkcionisanja. Mislim da su to mala pomeranja. Ali ako se poklope trenuci i opnica tog dana u gledalištu i kod nas, onda može da se dogodi nešto što je katarzično i čovek promeni neki tok u svome životu. Teško je to kontrolisati, staviti u brojke i u neke konkretne načine. Zato je i uzbudljivo. Lebdi tu negde na ivici svesnog i nesvesnog.

Otjelotvorenje unutrašnjih sadržaja pomaže glumcu da ih depersonalizuje i da se odgovornije i kritičnije postavi prema njima. Jedna od glumica govori o predstavi koja joj je pomogla da „završim priču oko bivše zemlje čiji mi je raspad teško pao i zbog čega sam imala jedan čvor u stomaku kad god se to pomene, uglavnom negativne emocije ljutnje, razočarenja, besa, tuge i nekih strahova“. Kao efekat igranja te predstave prepoznajemo mehanizam depersonalizacije koji može sam po sebi imati terapijski učinak (katarzični, doživljaj olakšanja, dublji uvida, saznanja) ili može biti značajan u jednom dubljem procesu samoicjeljenja. Glumica završava ovu priču riječima:

Nisam uspevala da se oslobodim toga neko vreme. I to što sam pred publikom doživljavala i izgovarala svoje reči je bila neka katarza kroz koju sam prolazila. Nakon toga, moja privatna osoba je uspevala sa nekom distancom da posmatra glumicu koja je izgovarala te reči.

Jedan od mehanizama katarzičnog doživljaja u kontekstu pozorišne umjetnosti je transfer ličnog psihološkog sadržaja u ulogu. O transfernom mehanizmu ličnog u dramsko govori sljedeći primjer:

Inače mislim da uvek postoji neki razlog zašto ti se nešto desi, neke uloge na primer. Pa i to, kad iskopaš nešto neprijatno iz sebe i upotrebiš, i to ti je zbog nečega važno. I to ti nešto doneše. Možda sam se tad i oslobodila tog tereta. Kao da sam uzela i rekla: „Evo sada u ovu ulogu“, možda sam se tako očistila.

Da bismo dodatno istražili doživljaj oslobađanja, pitali smo glumicu: Kakav je bio efekat tog izlaganja, pristanka na prizivanje neprijatnih iskustava iz prošlosti?

Mislim da je efekat upravo taj da sam skinula taj teret koji sam krila. Ni sama nisam znala da je teret, baš zato što sam ga potiskivala. Ponekad dođe, ali kao nogom da ga odbacim. Ali kada ga uzmem, onda se moram suočiti kao oči u oči. Onda ga prilepim za lik i osećam se rasterećeno.

U navedenom primjeru prepoznatljiv je efekat potiskivanja koji stvara doživljaj „tereta“, što znatno osiromašuje raspoloživu energiju ličnosti. Vraćanje potisnutog kroz stvaranja uloge u ovom slučaju imalo je katarzični (terapijski) učinak koji se ogledao u osjećaju „rasterećenja“ i mogućnosti da se osoba suoči s onim što je nekad bilo potisnuto.

Tema 5: Promjena referentnog okvira posredstvom dramske uloge
Bavljenjem djelima svjetske književnosti dramski umjetnik sagledava vrijednosne koordinate života i usavršava sopstveni sistem vrijednosti (referentni okvir). Referentni okvir sadrži uvjerenja koja imamo o sebi, drugima i svijetu u kojem živimo (Stewart i Joins, 2011). Vrijednost i funkcija referentnog okvira ogleda se u tome što se njime djelimično struktuiraju naša percepcija, emocije, pretpostavke, stavovi, aktivnosti itd. Sistem vrijednosti je dinamičan i promjenljiv sistem koji se učenjem i iskustvom oblikuje i usavršava. Referentni sistem odgovara na pitanje šta je važno, kojim putem želim da koračam, s kakvim ljudima želim da živim, za kakav život sam se odlučio?

Naravno da su me te uloge u velikoj meri terale da preispitujem svoje nesigurnosti. Da preispitujem moju skalu vrednosti, šta je zapravo bitno u životu. Da li je bitno ono što postigneš spolja, šta drugi ljudi misle ili je bitno šta ti misliš da li je ono što si uradio dobro.

Uloge koje sam igrala nisu me samo inspirisale da se obra-

čunam sa sobom i svojim problemima nego te one potaknu na razmišljanje o ljudima, šta je sve moguće, kakav si ti a kakvi su ljudi oko tebe.

U navedenom primjeru uočljiva je kognitivna restrukturacija iskustva. To znači da osvješćivanjem neprepoznatih aspekata sebe, drugih i situacije osoba stiče potencijal za novi uvid i razumijevanje stanja u kojem se nalazi. Zauzimanjem određenog stava prema iskustvu koje ima izuzetno značenje u našem referentnom okviru postiže se emocionalno i kognitivno stabilniji odnos prema takvom iskustvu. Razrješavanje dilema, formiranje stava, osvješćivanje i integracija iskustva predstavlja zlatni presjek onoga što čini čari psihoterapijskog procesa ali i terapijskog učinka igranja određene uloge. Sljedeće rečenice govore o tome:

Postoje uloge koje su meni u jednom periodu životu poslužile kao ventil. Recimo jedna predstava u kojoj imam direktnu komunikaciju sa svojim razmišljanjima o meni kao ženi, kao majci, kao osobi koja brine o drugima, o izgubljenim ljubavima, izgubljenim prilikama. U jednom periodu je bila veoma važan dio mog života. Upala sam u duboku krizu jer nisam mogla da nađem odgovore. Kada sam posle nekoliko godina uspela da osvestim i poređam to, da imam tačan stav prema tome, više nisam imala nikakvu dramu iznutra.

Šta se događa kad glumac „preuzme“ referentni okvir lika kojeg igra? Glumac, transformišući se u lik i postajući sve manje sopstveno Ja, počinje da posmatra svijet, sebe i druge ljude iz referentnog okvira dramskog lika. Ovo nije priča o fuziji i potpunom stapanju glumčevog ja u dramski lik, nego je to simbioza dvostruke svijesti. U ovom obliku simbioze glumac paralelno ili sukcesivno osvješćuje misli, emocije i reakcije koje pripadaju dramskom liku i one koje pripadaju njegovoj ličnosti. Potencijalni problem bi nastao kad bi glumac izgradio lik u kome se samoponištava i potpuno identifikuje s likom. Deidentifikacija sa sopstvenom ličnošću predstavlja opasnost da život lika postane maska koja govori u ime glumca. O simbiozi dvostruke svijesti kad je glumac svjestan paralelnog procesa govori i sljedeći primjeri:

Meni se dešava, da kad se približava premijera, kako taj nepoznati prostor neke osobe, lika postaje sve vidljiviji i poznatiji, da ja ulazim u neki proces sasvim nesvesno ili bez neke

naročite spoljašnje manifestacije. Ali počinjem da posmatram život iz tog ugla. Kao da se preseliš u neku drugu vizuru. Onda se dešava da preuzimam neke obrasce ponašanja (ali nisam toga svesna dok se to dešava), načine reagovanja. Kao da me nešto iznutra tera da probam da vidim kako to izgleda. I nisam toga svesna. Dešavalo mi se da sam u nekom trenutku postala jako gruba, jako osorna, pokazivala sam neku užasnu aroganciju i prepotentnost... Kao da sam nekako posmatrala svet iz te njene perspektive, neke osobe koja je bezobzirna, hladna i arogantna. Uхватила sam sebe da sam prema nekim ljudima iz svog života hladnija kao da sam ta osoba koju igram. Ili da taj problem koji ta osoba ima da nosim van scene kao neku muku, nešto nerazrešeno, neku tajnu.

Dešavalo mi se da se očajnički zaljubim u svog partnera. I da ne znam zašto mi se uopšte to dešava. Tek posle nekog vremena shvatim da je to odnos između likova kojeg ja igram i kojeg on igra. I da sam to preuzela i potpuno izgradila kao da je to sada moja stvarnost. Uglavnom je to pitanje nekog momenta u kome ti svoje emocije daš nekom izmišljenom liku ili ih pozajmiš.

Tema 6: Otjelotvorenje unutrašnjih sadržaja

Otjelovljenje u kontekstu stvaranja uloge znači učiniti da nešto postane tijelom ili predstaviti neki sadržaj tijelom. U izvođačkim umjetnostima progresivno se naglašava tjelesno prisustvo i energija, što je doprinijelo stvaranju koncepta otjelovljenja u kome se tjelesni i misaono-emocionalni aspekti sjedinjuju a ne razdvajaju (Perić, 2015). U primjeru koji navodimo uviđamo da određene situacije na sceni i tjelesno iskustvo asocijativno prizivaju iskustva iz ličnog života glumice, te se na taj način javlja šansa za ponovno proživljavanje i integraciju iskustva, a ovaj proces poprima obrise terapijskog učinka (stabilizacije, dubljeg razumijevanja, psihofizičkog rasterećenja).

Što se mene tiče, osveščivanje i saznanje je samo neki prvi korak u rešavanju problema. Često sam pitala šta da radim kad sve to razumem? Onda su mi neke situacije koje sam prolazila na sceni bile razrešenje. One su bile otelotvorenje. Onda prolaziš kroz tu situaciju, ne bukvalno, ali te emotivno poveže. Zato što na sceni ne upotrebljavam samo glas ili reči, nego upotrebljavam i svoje unutrašnje organe. Kada upotrebljavaš

sve u sebi i kada to učestvuje u tom liku, onda se to poveže sa nekim memorijama. Kao kada u kompjuter ukucaš par reči i onda ti izađe sve što je u vezi s tim. Mislim da je moje biće pozivalo te stvari. Bez toga da sam to nešto ukucavala, nego se dešavalo spontano.

Gluma je jedina umetnost u kojoj ti direktno upotrebljavaš sebe. Svaki deo sebe upotrebljavaš da bi stvorio nešto drugo.

Tema 7: Razrješavanje ranih emocionalnih iskustava

Jedan od najznačajnijih terapijskih učinaka dramske umjetnosti jeste razrješavanje ranih emocionalno važnih iskustava. Ponekad se u ulozi pronalaze sadržaji koji glumca podsjetite na važne događaje iz njegovog ranog djetinjstva. Kad glumac osvijesti takav događaj, prihvati ga i dopusti da u određenoj mjeri postane dio uloge, onda to iskustvo dobija šansu za integraciju. Određene uloge pružaju priliku da se završe nerazriješene emocionalne teme iz prošlosti. Takve uloge prizivaju lično iskustvo glumca koje ponovo postaje predmet suočavanja ali i oslobađanja ukoliko je bilo dugo potisnuto i „obojeno“ neprijatnim emocijama. Proživljavanje onoga što je budilo strah u stvarnosti, na sceni na simboličan način oslobađa glumca od unutrašnje blokirane energije koja je izazivala lični doživljaj patnje. Učinak takvih uloga je doživljaj „završenog kruga“ kada osoba može da se vrati na ono mjesto koje je bilo objekat potiskivanja i neprijatnih emocija a da ne doživljava patnju i bol koju je prije osjećao. O takvom preobražaju traumatskog iskustva u integrisano životno iskustvo govori i sljedeći primjer: „Sad je već događaj. Raskrinkao sam, zatvorio sam to na neki način. Uvijek će izazivati emociju. Prije ti je bila muka da plačeš za tim, bilo je tegobno, a sad mi je drago da mogu plakati za tim. To mi je neka vrsta olakšanja.“

ZAKLJUČCI

U ovom istraživanju cilj nam je bio istražiti terapijske učinke u dramskoj umjetnosti kroz iskustva glumaca u procesu stvaranja uloge. Nakon analize dobijenih iskaza ustanovili smo da se terapijski učinak ostvaruje na dva nivoa – intrapsihičkom i interpersonalnom. Intrapsihički učinak se ogleda u jasnijem i dubljem procesu samosagledavanja i samoosvješćivanja sopstvenih unutrašnjih konflikata, razrješavanju ranih emocionalnih iskustava, katarzičnom ispoljavanju potisnutih i neprepoznatih emocija itd. Kroz dublje razumijevanje i osjećanje empatije za Drugoga, te kroz svijest da je Drugi potreban da bismo upoznali sebe, ogleda se interpersonalni učinak

dramske umjetnosti. Uočeni terapijski učinci u ovom istraživanju ukazuju na potencijal dramske umjetnosti u svrhu psihološkog, kulturnog i duhovnog razvoja ličnosti.

U teorijskom prikazu ovog rada naveli smo „sistem“ Stanislavski, koji je u mnogim svojim postavkama ukazao na značaj istinskog proživljavanja uloge. Stanislavski (1955) je govorio o istinitom proživljavanju uloge i o istovjetnosti osjećanja glumca i lika. Naglasak na istovjetnosti osjećanja i njihovoj ubjedljivosti prepoznat je i u pričama dramskih umjetnika u ovom istraživanju. O važnosti osjećanja govorio je i jedan od glumaca u ovom istraživanju: „Jedino što je istina su glumci i njihova osećanja. Publika prepoznala laž ako nema tih osećanja. Ako glumac stvarno ima ta osećanja i ako ima ozbiljan zanatski urađen posao, oni apsolutno učestvuju u celoj priči. Oni su u stanju da empatički prožive celu patnju ili ushićenje koje sa scene od glumca dobijaju.“ Takođe, jedna od ključnih tema koja je iskrsla u ovom istraživanju, a koju smo identifikovali kao manifestaciju terapijskog učinka, jeste razumijevanje Drugog i osjećanje empatije. Većina glumaca je istakla da je dubinsko razumijevanje i empatija prema Drugome neophodan uslov za bavljenje dramskom umjetnošću. Ove tvrdnje su u skladu s istraživanjem koje su uradili Goldstein i Winner (2011), a koje pokazuje da djeca uzrasta od 8 do 11 godina koja su bila uključena u različite forme igranja uloga (uobičajeno igranje sa vršnjacima, pohađanje dramskih sekcija) i koja su pohađala časove glume, da su bila uspješnija u razumijevanju i percipiranju unutrašnjih stanja kod drugih osoba (Goldstein i Winner, 2011).

Implikacije ovog istraživanja nalaze praktičnu primjenu u mnogim aspektima dramske umjetnosti, ali i u području psihologije. Saradnja između psihologa/psihoterapeuta, reditelja i glumaca može da nađe svoje posebno mjesto u stvaranju dokumentarnih predstava u kojima lično iskustvo glumaca postaje „materijal“ za stvaranje uloge. U pričama nekih od glumaca čitali smo o procesu rada na dokumentarnoj predstavi i o efektima proživljavanja ličnih emotivnih sadržaja na sceni. Rad na ovakvoj predstavi može da probudi određena iskustva koja su emocionalno veoma preplavljujuća jer nikada nisu integrisana u doživljaj selfa. Radi adekvatnog i pravovremenog „prizivanja“ takvih sadržaja u proces stvaranja uloge, bilo bi korisno saradivati sa psihoterapeutom (po mogućnosti dubinske orijentacije) koji bi pripremio glumca na istraživanje sopstvene psihološke prošlosti, otkrivanje davno potisnutih sadržaja, kao i na osvješćivanje trenutnih unutrašnjih konflikata od kojih su neki možda izazvani procesom stvaranja nove uloge. Na ovaj način integracija otkrivenog u sebi može biti uspješnija a terapijski učinak ovakvog rada na predstavi efektniji i dugotrajniji. Zatim, različite psi-

hoterapijske škole mogu da prodube svoje shvatanje empatije i mogućnosti razumijevanja drugog čovjeka, izučavajući mehanizme kojima glumci doživljavaju identifikaciju sa dramskim likovima. Održavanje svjesne granice između Ja i Ti u kontekstu glumca i dramskog lika ima neprocjenjivu vrijednost u održavanju adekvatne granice između poistovjećenja sa klijentom u psihoterapiji i neophodnog distanciranja od klijentovog unutrašnjeg svijeta.

Nalazi ovog istraživanja takođe ukazuju na vrijednost dramske umjetnosti u vaspitno-obrazovnom kontekstu. Od vrtića pa do visokoobrazovnih ustanova može se omogućiti djeci i odraslima da izraze svoj unutrašnji svijet putem kreativnih dramskih radionica. Već od ranog predškolskog uzrasta djeca mogu da razvijaju empatiju prema drugima, da uče prosuđivati izvan predrasuda i stereotipa, da znaju prepoznati emocije u sebi i u drugima, da steknu samopouzdanje i osjećanje samoefikasnosti igrajući se kroz različite uloge kroz koje posredno stiču nova znanja i vještine. Jedan od pionirskih iskoraka u uvođenju dramske umjetnosti u fakultetske obrazovne programe učinio je pozorišni reditelj i pedagog Nikša Eterović, koji je na Univerzitetu u Zadru, na Odsjeku za psihologiju, osnovao kolegije pod nazivom „Ekspresivne scenske metode“ i „Terapija – teatar terapija“. Cilj ovih kolegija je da se kroz kreativne metode (kombinacija scenskih metoda, tehnika disanja, likovnih tehnika, čitanja poezije, plesa i drugih metoda) studenti upoznaju sa svojim autentičnim mogućnostima, da nauče prihvatiti drugoga kakav jeste, da osvijeste sopstvene emocije i da ih njeguju, te da neprekidno istrajavaju u rastu i razvoju sopstvene ličnosti. Ovaj primjer nam ukazuje na mogućnost da se uskoro u većem broju vaspitno-obrazovnih ustanova uvedu predmeti koji će dati svoj neprocjenjiv doprinos u razvoju ličnosti djece i odraslih. Odgovornost stručnjaka je da neprestano ukazuje na vrijednost dramske umjetnosti koja ima praktičnu implikaciju u različitim aspektima svakodnevnog življenja.

U ostvarivanju veće saradnje između dramskih umjetnika i psihologa bilo bi korisno modifikovati kolegij psiholoških predmeta na akademijama dramskih umjetnosti. Ti programi bi trebalo da obuhvataju ona znanja i vještine koje bi bile korisne u postizanju dramskih zadataka, kao što su: održavanje zdravih granica između sopstvene ličnosti i lika dramske uloge, kako se stvara simbiotski odnos s ulogom, koji su adekvatni mehanizmi odbrane a koji su patološki, koje su manifestacije nesvjesnog, analiza otpora prema određenim ulogama itd. Posebna oblast koja treba da bude detaljno istraživana na akademijama dramske umjetnosti jeste emocionalna pismenost. Jedan od modela za postizanje emocionalne pismenosti je *Model*

emocionalne kružne reakcije Zorana Milivojevića. Neka od važnih pitanja emocionalne pismenosti su: da li uvijek nešto osjećamo, kakva je razlika između osjeta i osjećanja, kako da osvijestimo potisnuta osjećanja, kako emocije djeluju na naše tjelesne funkcije i organe, kako da adekvatno kontroliramo sopstvene emocionalne reakcije, kako emocija postaje poruka koja onda definiše odnos s drugom stranom itd. Mnogi aspekti u procesu stvaranja dramske uloge mogu biti obogaćeni ili dublje shvaćeni primjenom navedenog modela za razumijevanje sopstvenih emocija ali i emocija drugih osoba.

U cilju ličnog rada na sebi glumcima bi bilo vrijedno iskustvo lične psihoterapije u toku studija. Nije rijetko da mladi studenti glume doživljavaju duboke psihološke krize koje nekad rezultiraju odlaskom sa studija ili dugotrajnim proživljavanjem neprijatnih emocija. Naravno da su ova stanja multifaktorski izazvana, ali često ulazak u svijet dramske umjetnosti mladim glumcima djeluje suviše emocionalno i fizički zahtjevno. Relativno brzi ulazak u prostor samoupoznavanja može da pokrene unutrašnje procese na koje mladi glumac nije spreman da samostalno odgovori. U ovom kontekstu lična psihoterapija ima višestruku vrijednost, kako za glumca tako i za sve druge koji s njim sarađuju.

Teme koje bi bilo korisno studioznije proučavati a ulaze u okvire psihologije dramske umjetnosti su: razlike između terapijskog učinka identifikacije u pozorištu i na filmu; kvalitet partnerskih odnosa s obzirom na stavove partnera dramskog umjetnika prema njegovom pozivu; zašto neki glumac ne može da „napusti“ određenu ulogu pa se uviđaju ponavljanja koja podsjećaju na istog lika; povezanost različitih pristupa ulogama (psihološki, formalni i fenomenološki prosede) i doživljaja terapijskog učinka u procesu proživljavanja uloge; povezanost odabranih uloga, ličnih motiva glumca i psiholoških efekata; na koji način pozorište djeluje na publiku itd. Interesantnu temu za istraživanje pronalazimo u pojedinim performansima poznate umjetnice Marine Abramović, u kojima veza što se neposredno stvara između nje i publike poprima obrise ranih rituala i savremenih psihoterapijskih pristupa. Bilo bi zanimljivo upoznati i istražiti unutrašnji svijet performerera i publike koja u tom susretu „nešto“ duboko i neobično doživi. Interesuje nas šta je to „nešto“ što je doživljeno i proživljeno u tom susretu. Bila bi ovo još jedna tema vrijedna istraživačkog rada u prostoru psihologije performansa. Ovo su teme koje su inspirisane radom na sprovedenom istraživanju i njihovo studioznije proučavanje predstavljalo bi veliki doprinos u približavanju psihologije i teatrologije, ali i u razvijanju jedne posebne discipline u psihologiji umjetnosti a to je *psihologija dramske umjetnosti*.

Ne mogu se čitati priče dramskih umjetnika u ovom istraživanju a da se ne obrati pažnja na dubinu i ljepotu jezika kojim su saopštavali sopstveno svjesno i sopstveno nesvjesno. Njemački filozof Martin Hajdeger (1982) je napisao da se čovjek utemeljuje u jeziku a francuski psihoanalitičar Lakan (1983) da je nesvjesno struktuirano u jeziku. Čini se da bi bez jezika kao takvog, iskustvo dramskih umjetnika u mnogim aspektima ostalo neupoznato i nedorečeno. Ne samo u kontekstu prenošenja sopstvenog iskustva drugima, nego i u mogućnosti da se unutrašnji svijet imenuje riječju/simbolom/znakom koji imaju specifično značenje. To pridavanje značenja fenomenima unutrašnjeg svijeta je vrhunska terapijska odrednica u procesu stvaranja dramske uloge/lika. Dubina rečenica koje su izgovarali dramski umjetnici u ovom istraživanju i njihova estetska vrijednost govore i o značaju dramske umjetnosti za očuvanje i njegovanje pisane i usmene riječi. Razgovarati sa dramskim umjetnicima u ovom istraživanju značilo je učestvovati u dijalogu „magije riječi“ koja nas je vodila u nove prostore sopstvenog bića i uzvišene Drugosti koju prepoznamo u drugom čovjeku.

Na samom kraju želimo istaći da uloge ne pripadaju samo dramskom iskustvu. Život čovjeka je ispunjen različitim ulogama, od uloge sina/kćerke, brata/sestre, prijatelja, partnera do profesionalne uloge itd. Prilagođavanje različitim ulogama i pronalaženje sopstvenih vještina za njihovo ostvarenje jeste jedan od ključnih činilaca kvalitetnog života. Ponekad čovjek samo nije adekvatno odgovorio na zahtjeve neke uloge pa zbog toga ne ostvaruje uspjeh i zadovoljstvo u njoj. Promišljanje o značajnim ulogama koje imamo u svom životu je važna poruka koju nam šalje dramska umjetnost. Šekspir nam je davno poručio: „Svet je pozornica na kojoj svako igra svoju ulogu.“ Postojanje više uloga u čovjekovom životu svjedoči o višestrukosti njegove ličnosti a ne o neintegrisanom doživljaju selfa. O tankoj granici između uloge i ličnosti dramskog umjetnika govorio je i jedan od glumaca u ovom istraživanju: „Kako ako sam kukavica i krenem kući kao veliki čale sa mojim kćerkama. I krene neki veliki pas na moje kćerke i tog psa zadavim, a jači od mene. Da sam sâm, verovatno bih negde pobegao. Odakle to? Ja sam tamo u ulozi oca, u ulozi zaštitnika, ali opet ja. To su te tanke niti između uloga. Svaki čovek ih ima mnogo.“ Ukoliko čovjek krene putem ličnog uzrastanja upoznavajući sebe i drugog, njegove uloge u životu će biti bogatije i prilagođenije njegovoj jedinstvenoj ličnosti. Ipak, treba postaviti pitanje – da li granice između uloga i našeg Sopstva postoje? Ako je izvor svega naše autentično i iskonsko Sopstvo, onda te granice nisu potrebne. Možda ih je čovjek, u strahu od sopstvenog nepoznatog, nametnuo sebi, ograničavajući sopstvenu slobodu i mogućnost ličnog rasta i razvoja.

LITERATURA

- Biggerstaff, D., Thompson, A. R. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis (IPA): A Qualitative Methodology of Choice in Helathcare Resarch. *Journal of Qualitative Research in Psychology*, 5, 214–224.
- Džokić, Z. (2010). *Moć psihodrame*. Novi Sad: Psihopolis.
- Evans, D. (2011). Šesnaest pojmova Lakanove psihoanalize. *Časopis za kvir teoriju i kulturu*, 7, 90–128.
- Goldstein, T. R. i Winner, E. (2011). Engagement in Role Play, Pretense and Acting Classes Predict Advances Theory of Mind Skill in Middle Childhood. *Imagination Cognition and Personality*, 30, 249–258.
- Grotovski, J. (1976). *Ka siromašnom pozorištu*. Beograd: Izdavačko-informativni centar studenata.
- Hajdeger, M. (1982). *Mišljenje i pevanje*. Beograd: Sazvežđa.
- Johnson, D. R. (1996). The Impact of Grotowski on Psychotherapy in United States and Britain. *Arts in Psychotherapy*, 24, 293–306.
- Jovičević, A. (2010). Muzej naših opažanja: intervju sa Hajnerom Gebelsom. *Teatron: časopis za pozorišnu umjetnost*. Dostupno na: <http://www.teatroslov.mpus.org.rs/publikacije/391.pdf>
- Lakan, Ž. (1984). *Spisi: izbor*. Beograd: Prosveta.
- Manero, B., Vara, F. C., Manjon, F. B. (2014). Stanislavky's System as a Game Design Method: A Case Study. *Digra '13 – Proceedings of the 2013 Digra International Conference: Defragging Game Studies*. Atlanta, 26 - 29. avgust 2013.
- Perić, T. (2015). *Fenomen Sopstva u estetskom iskustvu izvođača*. Doktorska disertacija, Beograd: Fakultet dramskih umetnosti.
- Pietkiewicz, I. i Smith, J. A. (2014). A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *Journal of Psychology*, 20, 7–14.
- Smith, J. A. & Osborn, M. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis. In J. Smith, *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (pp. 53–80). London: Sage.
- Stanislavski, K. S. (2004). *Sistem: teorija glume*. Beograd: Ethos.
- Stanislavski, K. S. (1955). *Moj život u umjetnosti*. Sarajevo: Prosvjeta.

- Stanislavski, K. S. (1989). *Rad glumca na sebi II*. Zagreb: Cekade.
- Stewart, I. i Jones, V. (2011). *Savremena transakciona analiza*. Novi Sad: Psihopolis.
- Stjepanović, B. (2005). *Gluma III*. Novi Sad: Sterijino pozorje.
- Ševcova, M. (2012). Od glumca do perfomera/delatnika: od Stanislavskog do Grotovskog i Teatra Zar. *Teatron: časopis za pozorišnu umjetnost*. Dostupno na: <http://www.teatroslov.mpus.org.rs/publikacije/551.pdf>
- Štalekar, V. (2014). O umjetnosti i psihoterapiji. *Socijalna psihijatrija*, 42, 180–189.
- Večernje novosti (2016). *Nebojša Glogovac: Da nije nas ovo bi bio raj*. [internet] Dostupno na: <http://www.novosti.rs/vesti/scena.147.html:642485-Nebojsa-Glogovac-Da-nije-nas-ovo-bi-bio-raj> [pristupljeno 5. februar 2017].
- Vilig, K. (2016). *Kvalitativna istraživanja u psihologiji*. Beograd: Clio.
- Thomson, P. i Jaque, V. S (2012). Holding a Mirror Up to Nature: Psychological Vulnerability in Actors. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 6, 361–369.
- Tichler, R. i Kaplan, B. J. (2007). *Actors at work*. Washington: Library of Congress.
- Willig, C. (2008). *Introducing Qualitative Research in Psychology*. Maidenhead: McGare Hill / Open University Press.

THERAPEUTIC EFFECTS IN DRAMATIC ARTS THROUGH THE EXPERIENCES OF ACTORS IN THE PROCESS OF CREATING A ROLE

Bojan Šijan
PU Dečija kuća - Ljubav, vera i nada, Beograd

Enedina Hasanbegović-Anić
Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

SUMMARY

The main goal of this research is to explore therapeutic effects in dramatic arts through the experiences of actors in the process of creating a role. The sample consists of ten dramatic artists from Sarajevo and Belgrade. Semi-structured interview and interpretative phenomenological analysis are used in this qualitative research. The results of this research corroborate the statement that there is a therapeutic effect of dramatic experience on the intrapsychic and interpersonal level of behavior. The key themes that illustrate therapeutic effects of dramatic arts are: cognition of self and others, articulation of the unspoken under the protection of a character, catharsis, change of the frame of reference under the influence of the dramatic role, the embodiment of internal contents, as well as resolving emotional experiences from the early age. The major conclusion of this research indicates that there is a potential in dramatic arts in the terms of psychological, cultural, and spiritual development of an individual.

Keywords: psychology of art, dramatic arts, therapeutic effect in acting, qualitative approach

KOGNITIVNO-BIHEVIORALNI TRETMAN POSTTRAUMATSKOG STRESNOG POREMEĆAJA – PRIKAZ SLUČAJA

Zana Imamović-Salčinović

JU Dom zdravlja Zenica, Centar za mentalno zdravlje Zenica

SAŽETAK

Cilj rada je prikazati kognitivno-bihevioralni tretman PTSP-a kod četrdesetjednogodišnje klijentice. Povod tretmana je traumatsko iskustvo koje je doživjela nešto manje od mjesec dana prije dolaska na psihoterapiju. Imala je saobraćajnu nesreću prilikom prelaska pješačkog prijelaza, pri tome je zadobila povrede vrata, ruke i noge. Tada je s njom bio malodobni sin, koji nije zadobio nikakve tjelesne povrede jer je uspio prijeći cestu. Klijentica ima samo djelimična sjećanja na dešavanja nakon nesreće. Najgore joj je što u momentu udarca auta nije mogla vidjeti sina, pa je mislila da je i on zadobio teške povrede. Osjeća intenzivan strah, uznemirenost i nelagodu, ima jake glavobolje, vrtoglavice i loše spava. Navedeno traumatsko iskustvo je rezultiralo nemogućnošću da samostalno izađe bilo gdje, izbjegavanjem mjesta gdje se nesreća dogodila, svakodnevnim strahovanjem da će sin nastradati kada se vraća iz škole. Stalno je prisutan strah od ulica, automobila, pješačkih prijelaza i teškoće prilikom prepričavanja doživljenog iskustva. Sama slika mjesta na kojem se desila nesreća izaziva anksiozne reakcije, te nikada nije prošla tom ulicom. Tretman je uključivao 14 seansi i bihevioralne intervencije s ciljem smanjenja opće razine autonomnog uzbuđenja: abdominalno disanje, distrakcije, vizualizaciju, desenzitizaciju zamišljanjem, izlaganje mjestu nesreće i drugim zastrašujućim situacijama, te uklanjanje sigurnosnih ponašanja. Kognitivne intervencije u tretmanu usmjerene su na redukciju straha i preradu traumatskog iskustva, a uključivale su: psychoedukaciju, kognitivno restrukturiranje i konstrukciju izjava za suočavanje. KBT intervencije su dovele do značajnih i vidljivih promjena u ponašanju i mišljenju klijentice koje se ogledaju u poboljšanom općem funkcioniranju, smanjenoj anksioznosti, iščezavanju posttraumatskih reakcija. Izuzetna motiviranost klijentice značajno je doprinijela uspješnoj proradi traumatskog iskustva i vraćanju u raniji životni tok. Značaj rada je u prikazu efikasnosti kognitivno-bihevioralnih tehnika i potvrda KBT-a kao djelotvornog tretmana PTSP-a.

Ključne riječi: kognitivno-bihevioralna terapija, posttraumatski stresni poremećaj, desenzitizacija zamišljanjem

UVOD

Posttraumatski stresni poremećaj (PTSP) kao dijagnoza je prvi put uveden u DSM klasifikacijski sistem u njegovom trećem izdanju objavljenom 1980. godine i odraz je ekstremne reakcije na težak stres, uključujući povećanu anksioznost, izbjegavanje podražaja vezanih uz traumu te otupljivanje emocionalnih reakcija (Davison i Neale, 1999).

Osnovno obilježje posttraumatskog stresnog poremećaja, prema DSM-5 (Američka psihijatrijska udruga, 2014), je razvoj karakterističnih simptoma koji se pojavljuju nakon izloženosti jednom ili više traumatskih događaja. Klinička slika PTSP-a može biti različita. Kod jedne skupine osoba dominiraju ponovno proživljavanje traume bazirano na strahu, emocionalni simptomi, te simptomi vezani uz ponašanje. Kod drugih, anhedonija ili disforija ili negativne misli mogu izazvati najveću patnju. Nadalje, kod nekih je pojačana pobuđenost i reaktivna eksternalizacija, a kod drugih dominiraju disocijativni simptomi. Na koncu, kod nekih osoba se vidi i kombinacija gore navedenih obrazaca simptoma.

Primarni simptomi PTSP-a uključuju nametajuća sjećanja na traumatski događaj. Ona se mogu pojaviti u obliku ponavljajućih sjećanja, noćnih mora ili *flashbackova* (kod kojih osoba doživljava kao da je ponovo u traumatskoj situaciji). Uz to, osobe s PTSP-om imaju sklonost izbjegavati unutrašnje i vanjske podražaje povezane sa traumom; ovo izbjegavanje često dovodi do osjećaja emocionalne otupjelosti ili odvojenosti. Također doživljavaju stalno povišeno uzbuđenje koje može dovesti do hronične ljutnje, nesanice, otežane koncentracije i trajnog osjećaja osobe da je u opasnosti. Za dijagnozu PTSP-a osoba mora doživljavati ove simptome barem tokom mjesec dana. Ako su simptomi trajali manje od tri mjeseca, poremećaj se opisuje kao „akutan“, inače se opisuje kao „hroničan“. Ako su simptomi počeli šest mjeseci nakon traume, poremećaj se označava kao „poremećaj s odgođenim početkom“ (Leahy, Holland i McGinn, 2014).

Bihevioralna konceptualizacija PTSP-a temelji se na Mowrerovoj (1960) dvofaktorskoj teoriji anksioznosti. Prema ovom modelu, anksioznost i druge emocije koje se doživljavaju tokom traumatskog događaja postaju povezane u pacijentovom umu sa slikama, zvukovima i drugim senzacijama koje se pojavljuju tokom događaja. Taj proces je oblik klasičnog kondicioniranja. Ove slike, zvukovi i druge senzacije postaju poticaji za anksioznost kada se osoba s njima kasnije susretne. Drugi dio dvofaktorske teorije uključuje izbjegavanje. Poticaji koji podsjećaju osobu na događaj izazivaju anksioznost, tako da ih osoba pokušava izbjeći. Kada se poticaj izbjegava,

smanjuje se anksioznost. Smanjenje anksioznosti služi kao nagrada koja povećava vjerovatnost da će osoba izbjegavati poticaj u budućnosti. Tako izbjegavanje postaje sve češće korištena strategija suočavanja. Ponašanja izbjegavanja pomažu održati simptome PTSP-a jer, iako kratkoročno smanjuju anksioznost, preveniraju navikavanje na podražaje koji su okidači traumatskih sjećanja i emocija.

Foa i saradnici (2007, 1994, 1995, 1989, prema Leahy, Holland i McGinn, 2014) predložili su kognitivni model PTSP-a koji uključuje elemente bihevioralnog modela. Oni smatraju da, kada osoba doživi traumu, formira se „struktura straha“ koja se sastoji iz tri elementa: podražaji (slike, zvukovi i druge senzacije povezane sa događajem), odgovori (tjelesne i emocionalne reakcije na događaj) i značenja povezana sa podražajima i odgovorima. Ova struktura straha oblikuje program za bijeg od opasnosti. Kao i bihevioralni model, ovaj model sugerira da podražaji povezani s traumom aktiviraju strukturu straha – uzrokujući ponovno proživljavanje sjećanja i reakcija, i vode do pokušaja za izbjegavanjem takvih podražaja. Ovaj model također naglašava važnost značenja elementa strukture straha. Traumatski događaji često narušavaju uobičajene pretpostavke i sheme: „Svijet je siguran“, „Događaji su predvidljivi i podložni kontroli“, „Ekstremno negativni događaji se neće dogoditi meni“ i „Mogu se nositi s bilo čime“. Kada se doživi događaj koji je u suprotnosti s takvim bazičnim shemama, postoji prirodni pritisak za davanjem značenja iskustvu. Ako se značenja povezana s traumom (primjerice „Opasni događaji mogu se dogoditi bez upozorenja“, „Mogu se dogoditi meni“ i „Možda se neću moći nositi“) ne mogu uklopiti u postojeće sheme, postojat će potreba za promjenom shema – procesom koji se naziva „akomodacija“.

Kognitivno-bihevioralna terapija se pokazala kao učinkovit tretman za PTSP. Bradley, Green, Russ, Dutra i Westen (2005) su u pregledu 26 istraživanja utvrdili da 67% pacijenata tretiranih nekim oblikom kognitivno-bihevioralne terapije više ne ispunjava kriterije za PTSP. Vrste traume koje se uspješno tretiraju takvom terapijom uključuju borbu, seksualni i tjelesni napad, seksualno zlostavljanje u djetinjstvu, saobraćajne nesreće i političko nasilje (Leahy, Holland i McGinn, 2014).

Kao najdjelotvorniji tretmani PTSP-a, pored kognitivno-bihevioralne terapije, pokazale su se farmakoterapija i EMDR. Najkorišteniju skupinu psihofarmaka predstavljaju antidepresivi, ali po potrebi i antipsihotici. Psihofarmakološki tretman kreira se prema prevladavajućim simptomima oboljelog, tako da se pokušava utjecati na one biološke mehanizme za koje se smatra da su odgovorni za određenu skupinu simptoma. Neovisno koja

je psihofarmakološka terapija primjenjivana, najbolji rezultati mogu se očekivati kada se kombiniraju i psihofarmaci i psihoterapija. Desenzitizacija i reprocessiranje pokretima očiju (EMDR) sastoji se od pacijentovog zamišljanja ili dosjećanja najstrašnijih dijelova traume dok očima prati terapeutov prst koji mu se pomiče ispred očiju. Primjena ove tehnike izvodi se u 8 stadija tokom kojih terapeut zahtijeva od pacijenta da se prisjeća traumatskog događaja, istovremeno prateći ometajući podražaj (terapeutov prst, tapkanje dlana, ritmične tonove). Pretpostavka je da se oživljavanjem traume, uz ometajuće podražaje, traumatska iskustva asociraju s novim, bezopasnim iskustvima. Tako dolazi do kognitivnog restrukturiranja slično kao kod drugih bihevioralnih tehnika (Kovač, 2013).

Svaka je osoba specifična, što čini odgovor na traumatski događaj krajnje kompleksnim i zahtijeva cjeloviti pristup. Svako liječenje PTSP-a treba se sastojati od psihoedukacije, pružanja adekvatne psihosocijalne podrške i izabranih psihoterapijskih tretmana.

PRIKAZ SLUČAJA

Klijentica, 41 godina, domaćica, udata, majka dvoje djece. Nakon osnovne škole upisala je srednju medicinsku školu, ali je nije završila. Navodi da su odnosi u primarnoj porodici skladni, ona je druga po redoslijedu rođenja od troje djece (ima stariju sestru koja živi u drugom gradu i mlađeg brata koji je u toku školovanja živio sa njima a sada je sa majkom). Otac je umro kad je njoj bilo 16 godina. Kao dijete bila je jako vezana za oca, koji je želio da ona završi srednju medicinsku školu, zbog čega je tu školu i upisala, međutim, u trećem razredu je svaki put prilikom prakse padala u nesvijest i nije mogla nastaviti školovanje. Nakon njegove smrti navodi da se majka razboljela, imala niz operativnih zahvata, pa je ona brinula o njoj. Navodi da ima skladan brak, a supruga opisuje kao podržavajućeg i punog razumijevanja. On joj je najveća podrška, uvijek je uz nju gdje god da ide i jedino sa njim osjeća sigurnost. Sada su oboje nezaposleni te žive od rada starijeg sina. Navodi da je jako vezana za mlađeg sina koji je bio sa njom za vrijeme nesreće.

Druži se uglavnom sa bratom i nekoliko prijateljica čija djeca idu u školu sa njenim sinom. U posljednje vrijeme njeni socijalni kontakti su reducirani jer ne može da izlazi van kuće bez supruga, mada bi jako to željela.

Razlog njenog dolaska na tretman je preživljeno traumatsko iskustvo

prije nešto manje od mjesec dana. Doživjela je saobraćajnu nesreću kao pješakinja prilikom prelaska ulice na pješačkom prijelazu, pri čemu je zadobila povrede vrata, ruke i noge. Tada je s njom bio malodobni sin koji nije zadobio nikakve tjelesne povrede jer je uspio prijeći cestu. Ona ima samo djelimična sjećanja na dešavanja poslije nesreće. Najgore joj je što u momentu udarca auta nije mogla vidjeti sina (mislila je da je i on nastradao).

Formulacija slučaja

Pregled tipičnih trenutnih kognitivnih, emocionalnih i ponašajnih problema

Klijentica osjeća intenzivan strah, jaku uznemirenost, drhtanje cijelog tijela, vrtoglavice, jake glavobolje, nesigurnost, kratak dah i stezanje u grudima, lupanje srca, sušenje usta, preznojavanje, budi se u toku noći (*prisutni flesh-backovi nesreće*). Navodi da od ranije ima niz zdravstvenih tegoba (problemi sa crijevima, poremećaj rada štitne žlijezde, loša krvna slika i anemija) koje su trenutno pod liječničkom kontrolom. Od nesreće ne može sama izaći iz kuće, svakodnevno strahuje za sina kada se treba vratiti iz škole jer od škole do kuće treba prijeći ulicu i ona strahuje da će ga udariti auto. Stalno je prisutan strah od ulice, automobila, pješačkih prijelaza, jaka uznemirenost i drhtanje cijelog tijela na samu pomisao da treba izaći iz kuće, teškoće prilikom prepričavanja doživljenog iskustva (uznemirena i plaćna). Sama slika mjesta na kojem se desila nesreća izaziva anksiozne reakcije, te nikada nije prošla tom ulicom. Na prvom susretu je sa teškoćama uspjela prepričati šta se desilo, izostavljajući mnoge detalje. Misli koje se javljaju u situacijama koje je podsjećaju na preživljenu traumu su: „Ponovo će mi se desiti isto“, „Drugi put bih mogla proći mnogo gore“, „Sin će mi nastradati, neću to moći podnijeti“, „Uvijek ću imati strah od tog mjesta“, „Neću moći sama izaći van“, „Više nikad neću biti kao prije“.

Longitudinalni i razvojni pogled na kognicije i ponašanja

Klijentica se plaši ponovnog saobraćajnog udesa, strahuje za svoj i život sina. Izbjegava mjesto gdje se desio udes, izlaske iz kuće (osim kad mora ljekaru), odlaske sinu u školu na informacije, samoću. Nigdje ne ide sama, koristi niz sigurnosnih ponašanja (supruga stegne jako pod ruku kada se približavaju pješačkom prijelazu, ide zaobilaznim rutama samo da ne bi prošla pored mjesta nesreće). Ovim traumatskim iskustvom su narušene njene postojeće bazične sheme o tome da je svijet sigurno mjesto i da su događaji

predvidljivi te da ih možemo kontrolirati. Sada se osjeća nesigurnom, shvata da se loše stvari dešavaju iznenada i neočekivano, te vjeruje da se nikad više neće osjećati sigurno i biti kao prije. Klijentica nema disfunkcionalnih bazičnih vjerovanja o sebi, ranije nije tretirana psihijatrijski, te negira postojanje drugih psihičkih problema. Kompenzacijske strategije koje nakon nesreće koristi su povlačenje i izbjegavanje svega što je podsjetnik na traumu, te je razvila niz sigurnosnih ponašanja. Njene jake strane koje su olakšavale tretman su izuzetna motiviranost za tretman, jaka volja, upornost i istrajnost.

Plan, ciljevi i tok tretmana

Nakon popisa problema izmjeren je nivo anksioznosti i depresivnosti primjenom Beckovih skala (BAI, BDI), te prisustvo intruzivnih i izbjegavajućih simptoma posttraumatskih stresnih reakcija primjenom Skale utjecaja događaja (IES). Sa klijenticom su identificirana posredujuća vjerovanja, bazično vjerovanje, pravila i stavovi, a potom je urađena kognitivna restrukturacija. Neka od disfunkcionalnih pravila klijentice su: „Moram biti jaka i prevazići ovu situaciju“, „Moram ponovo moći raditi sve što sam i ranije“, „Ne smijem dozvoliti da moja djeca ispaštaju zbog ovoga“. Njeno posredujuće vjerovanje je: „Moram biti još opreznija jer ako se meni nešto desi, šta će moja djeca bez mene“, „Nikad se više neću osjećati sigurnom“. Bazično vjerovanje je „Svijet je nesigurno i opasno mjesto“. Rezultati na primijenjenim skalama koji su ukazivali na značajan stepen anksioznosti (BAI=24), blago prisustvo depresivnosti (BDI=15), te značajan nivo intruzivnih i izbjegavajućih simptoma posttraumatskih reakcija (IES=57) i simptomatologija klijentice ukazuju na nametajuća sjećanja na traumatski događaj u obliku *flashbackova*, ponovno proživljavanje traume bazirano na strahu, emocionalne simptome (povećana anksioznost, nesаница, smanjena koncentracija, osjećaj nesigurnosti i straha), te izbjegavanje podražaja vezanih uz traumu, što je u skladu sa kliničkom slikom PTSP-a. Plan tretmana bio je usmjeren na adekvatnu proradu traumatskog iskustva, smanjivanje napetosti, povećanje osjećaja sigurnosti i redukciju kompenzacijskih strategija. Sa klijenticom su u skladu sa postavkama kognitivno-bihevioralne terapije postavljeni jasni i mjerljivi ciljevi tretmana:

1. Prihvatiti i proraditi traumatsko iskustvo,
2. Naučiti se opustiti i smiriti sebe,
3. Povećati osjećaj sigurnosti prilikom učešća u saobraćaju,

4. Moći proći ulicom gdje se desila nesreća,
5. Moći ponovo izlaziti sama i/ili sa prijateljicom.

Tretman je trajao 14 seansi. U postizanju postavljenih ciljeva koji bi doveli do smanjenja anksioznosti i umirivanja korištene su tehnike relaksacije, abdominalnog disanja i vizualizacije sigurnog mjesta. U cilju smanjenja izbjegavanja podsjetnika na traumu, mjesta nesreće i izlazaka iz kuće korištena je tehnika desenzitizacije zamišljanjem i izlaganje uživo mjestu nesreće i ostalim za klijenticu zastrašujućim situacijama. S ciljem ukidanja sigurnosnih ponašanja i kompenzacijskih strategija korišteno je izlaganje i bihevioralni eksperiment. Najveći dio tretmana je posvećen proradi traumatskog iskustva, ugrađivanju novonastalih vjerovanja u već postojeće sheme vjerovanja, evaluiranju negativnih automatskih misli i modifikaciji disfunkcionalnih pravila i pretpostavki. Ovaj dio tretmana uključivao je kognitivne intervencije psihoedukacije i kognitivne restrukturacije. Sve ovo je rezultiralo adekvatnom proradom traumatskog iskustva i integriranjem traume u zdrave ponašajne i emocionalne okvire.

Rezultati tretmana

Svi ciljevi postavljeni tokom tretmana su ostvareni. Klijentica je prihvatila i uspješno proradila doživljeno traumatsko iskustvo. Naučila je da se opusti i smiri kada se suoči sa podsjetnicima na traumu. Uvidjela je da može da prevlada strah i nesigurnost koje su izazvane traumatskim iskustvom. Također je naučila osporiti negativne automatske misli i koristiti pozitivan unutrašnji govor, što joj je jako pomoglo i u drugim svakodnevnim situacijama. Djelimično je povratila sigurnost prilikom učešća u saobraćaju, s tim da je mnogo opreznija prilikom prelaska ulice. Sva sigurnosna ponašanja su ukinuta. Gotovo svakodnevno prolazi ulicom gdje se desila nesreća, uz primjenu vježbe disanja i vizualizaciju sigurnog mjesta. Sada je dosta opuštenija u situacijama kada se sin zadrži duže van kuće, uspjela je ostati smirena i dok je sin bio na ekskurziji, redovno su se čuli i nije imala intenzivne strahove niti simptome anksioznosti, samo uobičajenu brigu da sve bude uredu. Nefunkcionalna pravila i vjerovanja su zamijenjena funkcionalnijim. Nakon okončanja tretmana, u periodu praćenja održane su dvije seanse, nakon dvije sedmice i nakon mjesec dana. Napredak je održan, klijentica se dobro osjeća i uživa u obavljanju svakodnevnih aktivnosti. Rezultati zadnje provjere na skalama BAI=12 i BDI=6 ukazuju na nisku anksioznost, toleranciju na određenu neizvjesnost i znatno smanjenje zabrinutosti.

Zaključak: Kognitivno-bihevioralne strategije u ovom prikazu slučaja su dale značajne pozitivne rezultate i dovele do vidljivih promjena u ponašanju i mišljenju klijentice, koje se odrazilo na poboljšanje njenog svakodnevnog funkcioniranja, čime je potvrđena efikasnost primjene kognitivno-bihevioralne terapije u tretmanu PTSP-a.

LITERATURA

- Američka psihijatrijska udruga (2014). *Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje, peto izdanje*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Beck, J. S. (2007). *Kognitivna terapija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Davison, G. C. i Neale, J. M. (1999). *Psihologija abnormalnog doživljavanja i ponašanja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Leahy, R. L., Holland, S. J., McGinn L. K. (2014). *Planovi tretmana i intervencije za depresiju i anksiozne poremećaje*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Kovač, D. (2013). *Liječenje PTSP-a: Izazovi i mogućnosti*. Preuzeto sa <http://www.istrazime.com/klinicka-psihologija/lijecenje-ptsp-a-izazovi-i-mogucnosti/>.
- Mowrer, O. H. (1960). *Learning theory and behavior*. New York: Wiley.

COGNITIVE-BEHAVIORAL TREATMENT OF POSTTRAUMATIC STRESS DISORDER – CASE STUDY

Zana Imamović-Salčinović

JU Dom zdravlja Zenica, Centar za mentalno zdravlje Zenica

SUMMARY

The purpose of this paper is to show the cognitive-behavioral treatment of PTSD forty-one year old client, who had traumatic experience less than a month before coming to the therapy. She had car accident while she was on pedestrian crossing. She got neck, arm and leg injury. Her underage son was with her, fortunately he did not get any physical injuries because he managed to cross the street. The client only has partial memories of the events after the accident. The worst thing for her was that she could not see her son at the moment when car hit her, so she thought that he had been severely injured. Now, she feels intense fear, disturbance and discomfort, has severe headache, dizziness and sleeping issues. All of the above has resulted the inability to go out independently anywhere, she avoids the place where the accident occurred, she has everyday fear that her son will have a traffic accident and get hurt on his way from school. There is constant fear of streets, cars, pedestrian crossing and difficulties talking about the accident. Only picturing the place where the accident occurred causes anxious reactions and she has never passed that street again. The treatment included 14 sessions and involved behavioral interventions in order to reduce the general level of autonomic excitement: abdominal breathing exercises, distractions, visualization, desensitization in imagination, exposure of the accident site and other situations she is afraid of, and abolishing safe behaviors. Cognitive interventions in treatment was focused on reducing the client's fear and processing of traumatic experience and included: psychoeducation, cognitive restructuring and statements for coping. CBT interventions have led to significant and visible changes in the client's behavior and opinion that are reflected in improved overall functioning, reduced level of anxiety, decreased posttraumatic reactions. Exceptional client motivation significantly contributed to the successful processing of traumatic experience and going back to her previous everyday life. The significant of this paper is to show the efficiency of cognitive behavioral techniques and confirmation that CBT is effective treatment for PTSD.

Key words: cognitive-behavioral therapy, posttraumatic stress disorder, desensitization in imagination

REGISTAR AUTORA

Aziraj, Zana 78

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Aziraj-Smajić, Vildana 78

KB „Dr. I. Ljubijaknić“, Odjel Neuropsihijatrije, Bihać

Dujmović, Katarina 45

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Hasanbegović-Anić, Enedina 20, 44, 61, 77, 90

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Imamović-Salčinović, Zana 115

JU Dom zdravlja Zenica, Centar za mentalno zdravlje Zenica

Keljanović, Anđela 4

Univerzitet u Prištini, Filozofski fakultet, Odsek za psihologiju

Kolenović-Đapo, Jadranka 45, 49, 50, 51, 57, 58

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Sandić, Aneta 61, 75, 76, 77

Privatna psihijatrijska ordinacija "Dr. Sandić"

Šijan, Bojan 90

PU Dečija kuća – Ljubav, vera i nada, Beograd

Spahić, Lamija 45

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Tomić, Dragana 20, 44

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju

Tuce, Đenita 44

Univerzitet u Sarajevu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju