

Jelena Lj. Minić¹

*Univerzitet u Prištini sa privremenim sedištem u
Kosovskoj Mitrovici,
Filozofski fakultet,
Katedra za psihologiju
Kosovska Mitrovica, Srbija*

UDK 615.851: 159.942

Pregledni rad**Tatjana Stefanović Stanojević**

*Univerzitet u Nišu,
Filozofski fakultet,
Departman za psihologiju
Niš, Srbija*

TERAPEUT KAO SIGURNA BAZA ILI MOŽEMO LI SE AFEKTIVNO VEZATI ZA TERAPEUTA

Apstrakt

Postavljanjem pitanja da li terapeut može biti sigurna baza svojim klijentima i možemo li se afektivno vezati za terapeuta, u radu nastojimo da povezivanjem osnovnih postavki teorije afektivnog vezivanja i sistemske porodične terapije ponudimo moguće odgovore. U radu tragamo i za odgovorima na sledeća pitanja: ukoliko je terapeut percipiran od strane klijenata kao sigurna baza, šta to znači za terapijski proces; da li percipiranje i doživljavanje terapeuta kao sigurne baze pomaže klijentu, klijentima ili porodici u celini da se promene i krenu ka oporavku i daljem razvoju. Rad ima za cilj i da ukaže na prednosti primene teorije afektivnog vezivanja u sistemske porodičnoj terapiji kroz prikaz osnovnih postavki teorije afektivnog vezivanja, osnova sistemske teorije, ali i na neka ograničenja.

Ključne reči: terapeut, sigurna baza, teorija afektivnog vezivanja, sistemska porodična terapija

Uvod

Teorija afektivnog vezivanja smatra se jedinstvenim načinom shvatanja ljudskih emocija i važnim konceptom, koji ima široko polje implikacija, uključujući i rad u terapijskom procesu. Smatra se značajnom teorijskom osnovom za objašnjenje različitih oblasti ljudskog funkcionisanja, za razumevanje razvoja ličnosti, odnosa u dijadi: majka–dete, trijadi: majka–otac–dete, partnerskih, roditeljskih, vršnjačkih i prijateljskih relacija, ali i relacija terapeut–klijent(i). Teorija afektivnog vezivanja ima primenu u školsko-obrazovnom kontekstu, u oblasti socijalne i zdravstvene zaštite (Polovina, 2007), u razumevanju, procenjivanju i predviđanju uloge konflikta

¹ Adresa autora: jminic@yahoo.com

u ljubavnim vezama, u zavisnosti od dominantnog obrasca afektivne vezanosti pojedinca (Stefanović Stanojević, 2008). Značajna je primena teorije afektivnog vezivanja u partnersko-bračnom, roditeljskom i porodičnom funkcionisanju, u proceni zdravog razvoja deteta (Stefanović Stanojević, 2011), u razumevanju procesa koji pomažu razvoj roditeljske uloge, kapaciteta za roditeljsku ulogu, kao i drugih preduslova za kvalitetno roditeljstvo (Mihić, 2012). Teorija afektivnog vezivanja je primenjiva kao okvir u psihoterapijskom i savetodavnom radu sa parovima i porodicama (Mihić, 2012), u preventivnom i savetodavno-terapijskom radu u dijadama dete–roditelj, u partnersko-bračnim odnosima, roditeljskom i porodičnom funkcionisanju, psihoterapijskom radu sa odraslima i porodicama (Polovina, 2007).

U psihologiju pojam afektivnog vezivanja uvodi Bolbi (Bowlby), ističući da je potreba za afektivnim vezivanjem primarna potreba kod ljudi, s važnim evolutivnim komponentama: osiguravanje preživljavanja, fizička i psihička zaštita, stvaranje osećaja sigurnosti itd. Afektivno vezivanje je osnova emocionalnog i socijalnog razvoja, jer od načina na koji je zadovoljena potreba za afektivnom vezanošću u najranijem periodu života svakog pojedinca zavise i emocionalni odnosi u životu odrasle osobe. U zavisnosti od razvojne faze menjaju se objekti afektivne vezanosti (roditelji, vršnjaci, partneri, sopstvena deca...), kao i načini ispoljavanja, ali ne menja se potreba koja je u njenoj osnovi, a to je potreba za sigurnošću i prihvaćenošću. Sigurnost, kao osnova bio-psiho-socijalnog opstanka (Polovina, 2007), u okviru teorije afektivnog vezivanja, definisana je kroz koncept sigurne baze koju čine osobe za koje se afektivno vezujemo (Ainsworth & Bowlby, 1991), a to su, pre svih, naši roditelji ili staratelji, članovi porodice, kasnije vršnjaci, prijatelji, partneri, sopstvena deca, ali i terapeuti (Byng Hall, 1995).

Kao utemeljivač teorije afektivnog vezivanja, Bolbi je svoje ideje implementirao u praktičnom radu sa porodicama, čija deca imaju određenih teškoća u ponašanju. Razvojem teorije, polje primene osnovnih postavki afektivnog vezivanja je prošireno na rad sa ostalim uzrasnim grupama (mladima, odraslima, porodicama u celini). Vremenom je teorija afektivnog vezivanja, kroz usvajanje socijalno-interpersonalnog pristupa, nastojala da ispita kako se formira afektivno vezivanje u porodicama (Dalos i Drejper, 2010/2012), sve više se interesujući za borbe u relaciji, koje su podstaknute nesvesnim emocionalnim potrebama kao ključnim odlikama porodične dinamike (Haley, 1987, prema Dalos i Drejper, 2010/2012). Najistaknutiji autor koji je integrisao sistemski pristup u radu sa porodicama sa Bolbijevom teorijom je Bing Hol (Byng-Hall, 1990, 1995; Polovina, 2007). Mihić (2012) navodi da je Donlijeva (Donely) insistiranjem na pomeranju fokusa sa dijadnih odnosa učinila korak ka sistemskom proučavanju afektivne vezanosti na nivou porodice. Pored pomenutih autora, Polovina (2007) navodi i značajnu ulogu Akisterove (Akister), koja je istakla da je sistemski pristup porodici neophodan za razumevanje osećajnog vezivanja. Polovina (2007) ističe i neophodnost pomenutog teorijskog okvira za razumevanje dubinskih dinamizama uspostavljanja, održavanja i funkcionisanja porodice kao sistema.

Sistemski pristup se zasniva na shvatanju da se celina razlikuje od zbira njenih delova, da je sistem skup elementa u interakciji (Drack, Apfalter, & Pouvreau, 2007)

i da porodicu treba sagledati kao dinamički sistem u stalnoj promeni, sa cirkularnom uzročnošću kao imperativom (Barker, 1992). Sagledavajući porodicu na ovaj način, pojava simptoma se razmatra u kontekstu celine i povezanosti sa drugima delovima, tj. članovima sistema.

U radu nastojimo da opišemo neke od načina na koje je moguće povezati sistemski pristup porodici i osnovne postavke teorije afektivnog vezivanja, doprinos koji teorija afektivne vezanosti može imati u razumevanju procesa u odnosu terapeut–klijent(i), kao i smernice koje mogu biti korisne sistemskim terapeutima u radu sa porodicama.

Osnovne postavke teorije afektivnog vezivanja

Teorija afektivnog vezivanja je teorija o poreklu i prirodi čovekove osećajnosti (Stefanović Stanojević, 2005), a afektivno vezivanje važan koncept današnjice, kojim se objašnjava funkcionisanje pojedinca tokom celokupnog životnog ciklusa, u okviru različitih sistema, uključujući pre svega porodicu (kao primarni i najvažniji sistem), ali i funkcionisanje u okviru ostalih sistema sa kojima je pojedinac direktno ili indirektno povezan.

Bolbi (Bowlby, 1969) afektivno vezivanje definiše kao trajnu psihološku povezanost između ljudskih bića, koju pre svega karakteriše tendencija pojedinca da traži, ali i održi bliskost sa određenom osobom. Afektivno vezivanje označava specijalnu emocionalnu vezu jedne jedinice sa drugom, odnos osobe prema drugima i prema sebi (Stefanović Stanojević, 2006) i manifestuje se kroz: traženje blizine, bezbednog utočišta i sigurne baze, kao i kroz separacioni protest kao reakciju na odvajanje. Razvija se postepeno, kroz brojne interakcije sa figurama privrženosti, podleže modifikacijama tokom vremena i organizovano je kroz unutrašnje radne modele (model sebe ili skup očekivanja i verovanja o samom sebi i model značajnih drugih ili skup verovanja i očekivanja u odnosu na druge).

Unutrašnji radni modeli predstavljaju internalizovane rane odnose privrženosti (Bowlby, 1969), stečeni su u detinjstvu (Shaver & Hazan, 1987) i značajno determinišu ponašanje pojedinca u različitim interakcijama sa drugim osobama (Stefanović Stanojević, 2005). Pomenuti modeli omogućavaju predviđanje ponašanja pojedinca u odnosu na bračne partnere i sopstvenu decu (Stefanović Stanojević, 2001), postajući prototip za ponašanja u kasnijim vezama (Aikins, Howes, & Hamilton, 2008) i brojnim relacijama koje pojedinac ostvaruje tokom svog životnog ciklusa. Unutrašnji radni modeli upravljaju ponašanjem u odnosima sa drugima i utiču na očekivanja, strategije i ponašanja u kasnijim životnim fazama (Stefanović Stanojević, 2005), regulišu planove za očuvanje blizine i razrešenje konflikta u različitim odnosima sa drugima. Modeli imaju tendenciju da se replikuju u odnosima sa drugim odraslima i da se prenose na sledeću generaciju (Dalos i Drejper, 2010/2012; Stefanović Stanojević, 2012), dok se razvojne promene unutar njih smatraju zahtevom za kontinuiranom sigurnošću (Stefanović Stanojević, 2005).

Centralni pojam u teoriji afektivnog vezivanja je sigurna baza, koja predstavlja sklop uslova koje figura, za koju se dete afektivno vezuje, obezbeđuje ili stvara,

kako bi se ono osećalo sigurno u procesu eksploracije ili istraživanja sveta koji ga okružuje (što podrazumeva, na početku, istraživanje prostora, kasnije relacija, uloga i slično). U teoriji afektivnog vezivanja roditelji se konceptualizuju kao osobe koje obezbeđuju sigurnu bazu, zahvaljujući kojoj deca mogu dalje da istražuju svet oko sebe, znajući da je podrška porodice dostupna u svakom trenutku, ukoliko im je neophodna (Byng-Hall, 1995). Sigurna baza predstavlja kvalitet interakcija sa figurom za koju se dete afektivno vezuje i odnosi se na podršku, mogućnost osamostaljivanja, kao i osećaj psihičke blizine, koji je značajan kako bi se pomenuta interakcija održala (Heard & Lake, 1986, prema Mihić, 2010). Kada je u pitanju bihevioralni nivo, sigurna baza se odnosi na ponašanja koja se aktiviraju u različitim stresnim situacijama. Od reakcije figure za koju je dete afektivno vezano zavisi i psihofizičko stanje opuštenosti, bliskosti i osećanje deteta da je stresna situacija pod kontrolom (Holmes, 1993, prema Mihić, 2010). Unutrašnja baza sigurnosti se formira još u najranijem detinjstvu i zavisi od pozitivnih iskustava koja se ponavljaju sa figurom značajnih drugih.

Bing Hol (Byng-Hall, 1995) uvodi pojam porodice kao sigurne baze, definišući je kao pouzdanu mrežu odnosa u kojoj se svi članovi porodičnog sistema osećaju sigurnim. Pomenuti autor ističe da postoje dva aspekta sigurnosti i to: vidljive strategije ili obrasci interakcije između onoga ko traži brigu i onoga ko je pruža i opažena sigurnost, koja se odnosi na osećanja svakog člana porodice u bilo kom trenutku. Mreža podrške koja je dostupna članovima porodice važan je izvor osećaja sigurnosti u istraživanju sopstvenih iskustava, sveta u kome živi i čijim se uslovima prilagođava (Polovina, 2007). Kapacitet porodice da pruži sigurnu bazu svojim članovima najveći je ukoliko dominiraju sigurni obrasci afektivne vezanosti u dijadnim relacijama (Mihić, 2012), dok je osnova za formiranje sigurnog obrasca afektivne vezanosti mogućnost da se slobodno komunicira o emocijama (pozitivnim ili negativnim).

Terapeut kao sigurna baza

Bolbijevo koncipiranje teorije afektivnog vezivanja je relacijsko i sistemsko (Dalos i Drejper, 2010/2012), u kom se razvoj pojedinca posmatra kroz interakcije (što je i suština sistemske terapije). Većina sistemskih terapeuta koristi pitanja o emocijama u svom radu sa porodicama, osetljivi su na prve utiske kada je u pitanju emocionalna atmosfera porodice, pridružuje se porodici vodeći računa o emocionalnoj klimi, obraća pažnju na emocionalne reakcije članova porodice dok se razgovara o važnim pitanjima i slično (Dalos i Drejper, 2010/2012). Sistemski porodični terapeuti, kako navode Dalos i Drejperova (Dalos i Drejper, 2010/2012), pomažu članovima porodice da razumeju i ispolje svoja osećanja u kontekstu porodičnih odnosa (među partnerima, sibličima, decom i roditeljima). Sekvence koje pokazuju emocionalnu dinamiku porodice utiču na rad terapeuta sa konkretnom porodicom i izbor strategije. Sistemski terapeut koristi narative porodice o emocijama, tj. koristi uverenja i objašnjenja o ulozi emocija u životu porodica i povezuje narativni

stil sa bihevioralnim obrascima i disfunkcijama unutar sistema. Takođe, terapeut u radu uzima u obzir porodične skriptove i to: replikativne (ponavljanje sličnih traumatičnih scenarija iz prošlosti) i korektivne (pokušaj da se izbegne situacija od koje se strahuje) (Byng-Hall, 1990).

Tokom terapije porodični terapeut može da obezbedi privremeno sigurnu bazu za celu porodicu (Byng-Hall, 1995), kojom ohrabruje i pruža pomoć porodici u nalaženju načina za poboljšanje sigurnosti porodične mreže afektivnog vezivanja, pomaže u međusobnoj komunikaciji o pozitivnim i negativnim osećanjima. Terapeut pomaže porodici da se razumeju, budu nezavisniji, tragaju za načinima rešavanja svojih problema, povećaju sposobnost da se bave jedni drugima itd. Kroz pružanje navedenog, terapeut može postati sigurna baza klijentu (klijentima), omogućavajući slobodu u istraživanju problema. Stvaranje sigurne terapijske baze značajno je, jer omogućava članovima porodice da otvoreno izražavaju osećanja ili, ukoliko ne žele, to ne urade (Dalos i Drejper, 2010/2012), a uloga sistemskog terapeuta je da pomogne da se razreše konflikti koji su pretnja za odnose unutar porodice i da ispita relevantne sisteme verovanja koji mogu da doprinesu osećaju sigurnosti, tj. nesigurnosti. Teorija afektivnog vezivanja pomaže terapeutu u dobijanju informacija o situacijama koje bi mogle da utiču na sigurnost, ali i o strategijama koje će biti korisne u izlaženju na kraj sa osećajem nesigurnosti.

Terapeut može biti od najveće koristi klijentu ukoliko je pouzdana, sigurna baza, od koje klijent „može početi da istražuje svoje istraživanje i preradu svojih internih radnih modela“ (Polovina, 2007, 204). Poverenje kao osnova sigurne baze odnosi se i na sposobnost figure značajnog drugog da prepozna, ali i pravilno interpretira signale osobe koja je za nju vezana i shodno njima reguluje kada je potrebno (Bowlby, 1988). Suština sigurne baze je relacija u kojoj postoji poverenje da će figura značajnog drugog biti dostupna i spremna da pruži, pre svega, pomoć, ali i objašnjenje, razumevanje i podršku za nastavak istraživanja i traganje za odgovorima. Hjuz (Hughes, 2011) navodi da se najbolje razvijamo i funkcionišemo u vezi sa pojedincima sa kojima se osećamo sigurni i da smo u takvim situacijama najspremniji na istraživanje. Dok Bolbi (Bowlby, 1973) navodi da osećaj vezanosti i doživljaj sigurnosti zavise od toga da li se figura afektivnog vezivanja procenjuje kao neko ko je responzivan i ko će reagovati na pozive za podršku i zaštitu i da li osoba samu sebe procenjuje kao nekoga prema kome će figura afektivnog vezivanja odgovoriti na podržavajući način.

Sigurna baza u terapijskoj relaciji je osnova psihoterapijskog rada sa porodicom (Mihić, 2012), koja pomaže terapeutu da adekvatno vodi terapijski proces. Cilj sistemskog terapeuta je da stvara ili kreira sigurnu ili sigurniju porodičnu bazu, iz koje porodica može da istražuje nova rešenja porodičnih problema (i to: tokom seanse, nakon terapijske seanse, ali i nakon završenog terapijskog procesa). Važno je i da terapeut dopusti porodici da proceni šta je korisno u vezi sa terapijom i da analizira doživljaj porodice o korisnim i najmanje korisnim iskustvom tokom senase (Dalos i Drejper, 2010/2012).

Terapeut može da koristi sigurni obrazac afektivne vezanosti za kreiranje sigurne baze, kroz sopstveno osećanje sigurnosti koje prenosi klijentima, pokazujući razumevanje

i empatiju. U interakciji sa klijentima, terapeut, sa dominantnim sigurnim obrascem afektivne vezanosti, podstiče osećaj sigurnosti, traganje za odgovorima i otvorenu komunikaciju. Klijentima terapeut pruža mogućnost da saslušaju jedni druge, vodeći računa o samorefleksivnim i reflektivnim procesima u terapijskom radu. Refleksivni procesi (razumevanje vlastitog ponašanja i ponašanja drugih) važni su za uspostavljanje terapijskog odnosa, koji je značajan za klijenta i može omogućiti promenu. Koncepti samorefleksivnosti (kako drugi utiču na mene) i relacione reflektivnosti (kako ja utičem na druge) čine osnovu efikasne sistemske psihoterapije (Čalovska Hercog, 2012), dok reflektivnost kao proces preispitivanja sistema dovodi do promene u razumevanju i uspostavljanju nove perspektive (Dalos i Drejper, 2010/2012).

Osnove sistemskog pristupa porodici

Sistemski pristup se u psihološkim i psihoterapijskim diskursima najčešće upotrebljava u okviru porodične psihoterapije i predstavlja čitav niz međusobno povezanih ideja i tehnika, koji obezbeđuju okvir za posmatranje, razumevanje i intervenisanje unutar različitih sistema, najčešće unutar porodičnog sistema (Jaređić i Minić, 2013). Sistemski pristup je zasnovan na konceptima opšte teorije sistema, utemeljene od strane Ludviga von Bertalanfija (Ludvig Von Bertalanffy) i predstavlja jednu od glavnih prekretnica u naučnom, ali i kliničkom svetu tokom dvadesetog veka (Milojković, Srna i Mićović, 1997). Suština sistemskog pristupa je u naglašavanju važnosti interpersonalnih odnosa unutar sistema, uz implicirana shvatanja da je dati sistem u interakciji sa ostalim sistemima. Kako navode Dalos i Drejperova (2010/2012), jedan od najpostojanijih doprinosa sistemskog načina mišljenja je promena pogleda na probleme sa individualnih svojstava na interpersonalne.

Svi sistemi imaju dve bazične osobine: energiju i odnos, koji se definiše kao veza između dva ili više sistema (Weiss, 1971), pri čemu skup odnosa predstavlja strukturu sistema. Takođe, svi sistemi imaju cilj kome teže i njihovo funkcionisanje podleže opštim pravilima i zakonima sistema. Tri su domena koja određuju funkcionalnost sistema i to način organizacije i način komunikacije, kao i sistem verovanja koja postoje u jednom sistemu.

Korišćenje osnovnih postavki i intervencija sistemske porodične terapije primenljivo je u organizovanju značajnih programa u različitim kliničkim i nekliničkim okvirima. Efikasnost sistemske terapije danas je dobro potvrđena, naročito u tretiranju problema kod dece (Carr, 2009).

Prednosti primene teorije afektivnog vezivanja u sistemskoj porodičnoj terapiji

Bolbi je na samom početku svog rada i istraživanja u oblasti afektivnog vezivanja eksperimentisao grupnom terapijom sa porodicama, tačnije povremeno je održavao tzv. porodično savetovanje kao dodatak individualnom radu sa decom,

koja su imala određene probleme (Dalos i Drejper, 2010/2012). S obzirom na to da je Bolbi radio sa porodicama dece i uključivao ih povremeno u rad, kao i da su se njegova istraživanja i rad sa decom i njihovim porodicama odigrali u periodu kada se uobličavala porodična terapija, možemo zaključiti da dodirne tačke između teorije afektivnog vezivanja i sistemske porodične terapije postoje od samih njihovih početaka i nisu samo hronološke, već i suštinske. O značajnim sličnostima između teorije afektivnog vezivanja i sistemske porodične teorije govori i Minučin (Minuchin, 1985).

Značajna primena teorije afektivnog vezivanja u sistemskom radu sa porodicama je u razumevanju promena koje nastaju u odnosima među članovima sistema, uzrokovane životnim ciklusom porodice, a koji zahtevaju drugačiju organizaciju i emocionalne odgovore. Primena teorije afektivnog vezivanja u sistemskom radu sa porodicama ogleda se i u tome što su triangulacija (uključivanje treće osobe kako bi se ublažila emocionalna tenzija u konfliktu dve osobe) i duple poruke (kontradiktorne i konflikte poruke) kao važne sistemske ideje povezane sa emocionalnim procesima (Dalos i Drejper, 2010/2012). Takođe „terapeuti svih škola će obratiti pažnju na emocionalnu atmosferu porodice i emocionalne reakcije pojedinačnih članova dok razgovaraju o važnim pitanjima” (Dalos i Drejper, 2010/2012, 211) i pružiti neophodnu pomoć i podršku članovima porodice da razumeju, ali i ispolje sopstvene emocije u kontekstu porodičnog sistema.

Teorija afektivnog vezivanja u sistemskoj terapiji pruža mogućnost terapeutu da dobije informacije, pre svega, o situacijama koje utiču na osećaj sigurnosti, ali i pruža mogućnost da pronađe adekvatnu strategiju u borbi sa osećajem nesigurnosti. Zatim, integriše nekoliko načina rada i dozvoljava da se koriste različite tehnike porodične terapije (Byng-Hall, 1995): strukturalne, istorijske, preokviravanje, ispitivanje o budućnosti, obezbeđuje dobar teorijski okvir za istraživanja, ali i pruža mogućnost da se emocionalna stanja posmatraju kao organizatori interakcije, uz usmeravanje pažnje ka pojedincu u relacionom sistemu.

Glavni cilj u terapijskom radu koji se zasniva na teoriji afektivnog vezivanja je, pre svega, rekonstrukcija obrazaca afektivnog vezivanja, kao i razvijanje strategija koje vode ka adekvatnim relacijama (West & Sheldon-Keller, 1992). Pozicija terapeuta u terapijskom radu u kome se koristi teorija afektivnog vezivanja odnosi se na: dostupnost terapeuta, uspostavljanje terapijske privremene sigurne baze i rad sa mrežom podrške (Byng-Hall, 1995). Takođe, u okviru ove teorije polemise se i sa značajnim pitanjima poverenja, osetljivosti, lojalnosti, posvećenosti itd. (Hughes, 2011) i naglašava se važnost fleksibilnosti, adaptibilnosti i otvorenosti za promenu.

Poznavanje značaja teorije afektivnog vezivanja i njenih implikacija na rad sistemskog terapeuta u praksi su važne, jer obrasci afektivne vezanosti koji se identifikuju tokom seanse, između ostalog, pružaju terapeutu korisne informacije o kvalitetu i figurama afektivne vezanosti. Prepoznavanje dominantnih obrazaca afektivne vezanosti je značajno u terapijskom radu, jer može biti dobar prediktor budućnosti odnosa (Gottman, 1994), a njihove osnovne karakteristike značajna smernica u radu. Ukoliko terapeut prepoznaje određene karakteristike sigurno vezanih ljudi kod sebe, to može da iskoristi u radu sa klijentima. Stefanović

Stanojević (2006) navodi specifičnosti koje odlikuju osobe sa sigurnim obrascem afektivne vezanosti: otvoreni su za komunikaciju, istraživanje, rast i razvoj; samopouzdanе su i autonomne ličnosti, spremne za životne rizike i radosti, poseduju kapacitete za prevazilaženje životnih teškoća i problema; sposobni su da adekvatno istražuju i testiraju realnost, odlikuje ih sigurnost, poverenje, poštovanje drugih itd. U skladu sa sopstvenim i obrascima afektivne vezanosti svojih klijenata, sistemski porodični terapeut organizuje terapijski rad. Ukoliko se radi o dominantnom odbijajućem obrascu afektivne vezanosti kod klijenata, terapeut će usmeriti svoj rad ka ohrabrivanju ispoljavanja osećanja, refleksivnim pitanjima, značenju konflikta i slično. S druge strane, kod preokupiranog obrasca afektivne vezanosti, terapeut radi na rekonstruisanju porodičnih verovanja i uverenja, uz neophodnu izradu genograma i ohrabrivanje kognitivnih procesa kod klijenata.

U skladu sa osnovnim postavkama teorije afektivnog vezivanja Dalos (Dallos, 2006) navodi četiri faze terapijskog rada. U prvoj fazi koja se naziva stvaranje sigurne osnove, Dalos (Dallos, 2006) izdvaja značaj fokusiranja na izgradnji terapijskog odnosa, prihvatanje gledišta, usredsređivanje na kompetencije, eksternalizovanje problema... U ovoj fazi je važno da terapeut bude dovoljno siguran, empatiše sa članovima porodice i pokaže da razume uzroke stresa. U drugoj fazi, koja se naziva istraživanje problema, Dalos (Dallos, 2006) izdvaja značaj fokusiranja na emocionalnim obrascima koji leže ispod aktuelnog problema, zatim, na trenutne procese u porodici, uz neophodno istraživanje uverenja o problemima i rešenjima, poznavanje obrazaca afektivne vezanosti i povrede, kao i procese triangulacije. Važno je u ovoj fazi reprezentovati tipove problema i istražiti afektivne stilove. Zatim, regulisati afekte, obratiti pažnju na transgeneracijske obrasce (kao što su sećanja iz detinjstva i podsticanje opisa). U trećoj fazi, nazvanoj istraživanje alternativa i promena, Dalos (Dallos, 2006) ističe značaj fokusiranja na sigurnost i bezbednost uspostavljene u terapeutskom odnosu, razvijanje relacionog okvira, preuokviravanje postojeće priče itd. Takođe, u ovoj fazi podstiču se višestruki opisi, refleksija, istražuju korektivni i replikativni scenariji itd. U četvrtoj fazi terapije, nazvanoj integracije i održavanje kontakta, Dalos (Dallos, 2006) ističe značaj refleksije i integracije terapijskog iskustva, zatim anticipaciju povratka na staro, postojanje buduće podrške i postepeno razdvajanje od terapije. Pridržavanjem utvrđenih faza u terapijskom radu, terapeut kreira sigurnu bazu, koja omogućava slobodniju komunikaciju sa porodicom u celini i sa svakim članom pojedinačno.

Ograničenja primene teorije afektivnog vezivanja u sistemskoj porodičnoj terapiji

Postoje suštinske razlike između teorije afektivnog vezivanja i sistemske porodične teorije (Rothbaum, Rosen, Ujiie, & Uchida, 2002). Upoređujući dve teorije, Rothbaum i saradnici (Rothbaum et al., 2002) navode da je teorija afektivnog vezivanja fokusirana na dinamiku koja se odnosi na zaštitu, osećaj sigurnosti, brigu, za razliku od sistemske porodične teorije koja se bavi dinamikom porodice (i odnosi

se na strukturu, uloge, komunikaciju, granice). Pomenuti autori navode i da je teorija afektivnog vezivanja fokusirana na dešavanja unutar pojedinca i da se oslanja na empirijska istraživanja realizovana na normalnoj populaciji, za razliku od systemske porodične teorije, koja je fokusirana na dešavanja unutar grupa i na studije slučajeva koji uključuju kliničku populaciju. Zatim, teorija afektivnog vezivanja se više bavi decom i njihovim razvojem, a systemska porodična teorija odraslima i njihovim funkcionisanjem (Rothbaum et al., 2002). Pregledom relevantne literature, u kojoj se sistematski obrađuje teorija afektivnog vezivanja, mogu se izdvojiti neka ograničenja primene ove teorije u systemskoj porodičnoj terapiji. Jedno od ograničenja se odnosi na biologističko-determinističku orijentaciju teorije afektivnog vezivanja, po kojoj je afektivna vezanost primarna potreba, koja determiniše razvoj (ograničenje: razvoj pojedinca kompleksan i determinisan brojnim faktorima, čija se uloga i značaj vremenom menjaju). Sledeće ograničenje odnosi se na tzv. mamo-optužujuću orijentaciju teorije afektivnog vezivanja, po kojoj su nesigurni obrasci afektivne vezanosti deteta uzrokovani neadekvatnim staranjem od strane majke kao primarne figure u ranom detinjstvu (ograničenje: iako su efekti kvaliteta staranja od starne majke kao primarne figure u ranom detinjstvu potvrđeni istraživanjima, tokom odrastanja postoje i druge značajne figure). Ograničenje teorije afektivnog vezivanja odnosi se i naveliko ili prečesto fokusiranje na dijadi, tj. odnosu majka–dete, uz često zanemarivanje uloge oca i ostalih članova porodičnog sistema.

Teoriji afektivne vezanosti se zamera i to što ne pruža dovoljno koherentan i dosledan model za razumevanje i adekvatan tretman psihopatoloških promena kod klijenata (Fonagy, et al., 1996; Main, 1999), ali i to što pristupi koji su bazirani na ovoj teoriji koriste tehnike drugih pravaca (Mihić, 2012). Iako teorija afektivnog vezivanja predstavlja jedan od najznačajnijih delova interpersonalnog i emocionalno-socijalnog razvoja, zamera joj se i to što se odnosi na jedan aspekt porodičnog života i što na afektivno vezivanje utiču brojna druga ponašanja. Ograničenja teorije afektivnog vezivanja tiču se i stabilnosti obrazaca (koji pritom ne predstavljaju obeležja, već više ukazuju na mogućnost prisustva razvojnog rizika i mogu se vremenom menjati, što onemogućava preciznost u predviđanju). Zatim, rana iskustva privrženosti ne predstavljaju jedinu determinantu kasnijeg funkcionisanja i pojedinac može imati drugačije obrasce privrženosti prema različitim osobama (na primer, u periodu adolescencije dominantne figure privrženosti su vršnjaci, zatim partneri).

Primena teorije afektivnog vezivanja u systemskom radu sa porodicama pruža adekvatan okvir za razumevanje emocionalnih odgovora i procesa (iako su emocije intrapersonalno iskustvo njihovo izražavanje ima interpersonalnu funkciju), ali postoje i određeni razlozi zbog kojih treba biti obazriv sa upotrebom emocija u terapijskom radu. Stoga navodimo Hejljevo (Haley, 1987, prema Dalos i Drejper, 2010/2012) sumiranje razloga zbog kojih treba biti obazriv kada je upotreba emocija u terapijskom radu sa porodicama u pitanju. Jedan od razloga je odvracanje pažnje od interakcijske dinamike i obrazaca u porodici ukoliko se terapeut fokusira samo na emocije. Takođe, Hejli navodi da su emocije intrapsihički fenomeni, a fokusiranje na njih može da skrene pažnju terapeuta i klijeneta sa porodične dinamike. Treći razlog je da pitanja koja terapeut postavlja o osećanjima daju malo informacija.

Naime, pitanje o tome kako se klijenti osećaju izazaiva kod njih malu promenu, ali nosi sa sobom veliki rizik da se identifikovani pacijent dodatno fokusira, umesto obrnuto. I četvrti razlog, kako navodi Hejli (Haley, 1987, prema Dalos i Drejper, 2010/2012), jeste infiltriranost studija o emocijama u psihodinamsku teoriju, kao i to da njihovo ispitivanje usmerava terapiju ka nesvesnim procesima, čime se razgovor i terapija mogu odvojiti od sadašnjih procesa i događaja, što neretko može dovesti i do povećanja problema koji klijenti imaju. Kao mogući problem, kada je u pitanju korišćenje emocija u praksi sistemskog porodičnog terapeuta, navodi se i činjenica da terapeuti imaju različite ideje i pristupe emocijama u terapijskom procesu (Dalos i Drejper, 2010/2012). Navedena ograničenja teorije afektivnog vezivanja sistemski porodični terapeut mora imati u vidu, jer oslanjanje samo na afektivno vezivanje može da dovede do pogrešnih strategija i previđanja važnijih problema koji klijente, tj. porodicu kao sistem, opterećuju.

Zaključak

Teorija afektivnog vezivanja ima brojne implikacije i prednosti kada je u pitanju primena u sistemske porodične terapiji, ali i neka svoja ograničenja, koje terapeut u praktičnom radu mora uzeti u obzir. Korisna je kao dopuna u radu sistemskog porodičnog terapeuta, jer primenom osnovnih postavki teorije afektivne vezanosti terapeut može, pre svega, pojačati sigurnost porodične baze i kreirati privremenu sigurnu bazu, što jača kapacitet za promenu, omogućava porodici da istražuje nova rešenja porodičnih problema i pruža šansu sistemu da se menja. Terapeut, pre svega, mora biti dostupan, responzivan, senzitan, pouzdan, konzistentan i spreman da razume klijenta kao autonomno biće.

Imajući u vidu prethodno navedeno na postavljena pitanja s početka rada: da li terapeut može biti sigurna baza svojim klijentima i možemo li se afektivno vezati za terapeuta, odgovaramo potvrdno. Ukoliko je terapeut percipiran od strane klijenata kao sigurna baza, to znači da terapijski proces pomaže klijentu, klijentima ili porodici u celini da se promene i krenu ka oporavku i daljem razvoju.

Reference

- Ainsworth, M., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 48(4), 333–341.
- Aikins, J. W., Howes, C., & Hamilton, C. (2008). Attachment stability and the emergence of unresolved representations during adolescence. *Attachment & Human Development*, 11(5), 491–512
- Barker, P. (1992). *Basic Family Therapy*. London: Blackwell.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss. Vol. I: Attachment*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol. II: Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Byng-Hall, J. (1995). Creating a secure base: Some implications of attachment theory for family therapy. *Family Process*, 34, 45–58.
- Byng-Hall, J. (1990). Attachment theory and family therapy: A clinical view. *Infant Mental Health*, 11(3), 228–236.
- Carr, A. (2009). The effectiveness of family therapy and systemic interventions for child-focused problems. *Journal of Family Therapy*, 31(1), 3–45.
- Čalovska Hercog, N. (2012, oktobar). *Refleksivnost i rezonanca u porodičnoj psihoterapiji*. Rad prezentovan na Drugom kongresu psihoterapeuta Srbije, Beograd, Srbija.
- Dallos, R. (2006). *Attachment narrative therapy: Integrating attachment, systemic and narrative therapies*. Maidenhead: Open University Press.
- Dalos, R. i Drejper, R. (2012). *Sistemska porodična psihoterapija – teorija i praksa* (Ida Vasić, V. i Čalovska Hercog, N., prev.). Novi Sad: Psihopolis Institut. (Originalno delo objavljeno 2010.)
- Drack, M., Apfalter, W., & Pouvreau, D. (2007). On the making of a system theory of life: Paul A Weiss and Ludwig von Bertalanffy's conceptual connection. *The Quarterly Review of Biology*, 82(4), 349–373.
- Fonagy P., Leigh T., Steele M., Steele, H., Kennedy R., Mattoon G.,... Gerber A. (1996). The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychotherapy*, 64, 22–31.
- Gottman, J. (1994). *Why marriages succeed or fail*. New York: Simon & Schuster.
- Hughes, A. D. (2011). *Attachment-focused family therapy workbook*. New York: W.W. Norton & Company.
- Jaređić, B. i Minić, J. (2013). Primena sistemskog pristupa u radu s timovima i radnim organizacijama. U Jovanović, B. (Ur.), *Međunarodni tematski zbornik Pojedinač, porodica, društvo u tranziciji* (str. 357–366). Kosovska Mitrovica: Filozofski fakultet.
- Main, M. (1999). Attachment theory: Eighteen points with suggestions for future studies. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 845–887). New York: Guilford Press.
- Mihić, I. (2010). Procena kvaliteta sigurne baze u odnosu sa majkom na jaslenom uzrastu: primer skale. *Primenjena psihologija*, 4, 337–355.
- Mihić, I. (2012). Porodica kao baza sigurnosti u razvoju afektivne vezanosti. U T. Stefanović Stanojević, I. Mihić i N. Hanak (Ur.), *Afektivna vezanost i porodični odnosi: razvoj i značaj* (str. 119–167). Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.
- Milojković, M., Srna, J. i Mićović, R. (1997). *Porodična terapija*. Beograd: Centar za brak i porodicu.
- Minuchin, P. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. *Child Development*, 56, 289–302.
- Polovina, N. (2007). *Osećajno vezivanje: teorija, istraživanja, praksa*. Beograd: Institut za pedagoška istraživanja.

- Rothbaum, F., Rosen, K., Ujji, T., & Uchida, N. (2002). Family systems theory, attachment theory, and culture. *Family Process*, 41(3), 328–350.
- Shaver, P. R., & Hazan, C. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.
- Stefanović Stanojević, T. (2001). *Afektivno vezivanje – transgeneracijski prenos* (Neobjavljeni magistarski rad). Filozofski fakultet, Beograd.
- Stefanović Stanojević, T. (2005). *Emocionalni razvoj ličnosti*: Niš: Prosveta.
- Stefanović Stanojević, T. (2006). Partnerska afektivna vezanost i vaspitni stilovi. *Godišnjak za psihologiju*, 4(4–5), 71–90.
- Stefanović Stanojević, T. (2008). *Rano iskustvo i ljubavne veze*. Niš: Punta
- Stefanović Stanojević, T. (2011). *Afektivna vezanost razvoj, modaliteti i procena*. Niš: Filozofski fakultet.
- Stefanović Stanojević, T. (2012). Afektivna vezanost: transgeneracijski prenos obrazaca afektivne vezanosti. U T. Stefanović Stanojević, I. Mihić i N. Hanak (Ur.), *Afektivna vezanost i porodični odnosi: razvoj i značaj* (str. 33–56). Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.
- Weiss, P. A. (Ed.). (1971). *Hierarchically organized systems in theory and practice*. New York: Hafner.
- West, M., & Sheldon-Keller, A. (1992). The assessment of dimensions relevant to adult reciprocal attachment. *Canadian journal of psychiatry*. 37(9), 600–606.

Jelena Lj. Minić²

*University of Priština temporarily settled in Kosovska Mitrovica,
Faculty of Philosophy,
Department of Psychology
Kosovska Mitrovica, Serbia*

Tatjana Stefanovic-Stanojević

University of Niš,
Faculty of Philosophy,
Department of Psychology
Niš, Serbia

**THE THERAPIST AS A SECURE BASE
OR
CAN WE AFFECTIVELY ATTACH WITH A THERAPIST**

Abstract

By posing these questions, whether a therapist may be a secure base to his/her clients and can we attach ourselves on affective level with a therapist, we tend to connect basic assumptions of Affective Attachment Theory and Systemic Family Therapy in order to

² Corresponding author email: jminic@yahoo.com

offer possible answers. This paper also deals with the following questions: what does client's perception of a therapist as a secure base means for therapeutic process; is client's perception of a therapist as a secure base helpful to a client, clients or a family as a whole and will it help them to change and progress towards further development. The goal of this research is to point out advantages of Affective Attachment Theory application in systemic family therapy. It will be done through a display of elementary assumptions of Affective Attachment Theory, basics of Systemic Theory as well as to indicate some limitations.

Keywords: therapist, secure base, Affective Attachment Theory, Systemic Family Therapy

Primljeno: 21. 06. 2018.

Primljena korekcija: 11. 09. 2018.

Prihvaćeno za objavljivanje: 18. 09. 2018.