

Barbara
Mahnič
Družinski center
Stik

VIDIK NAVEZANOSTI – POMEMBNA KOMPONENTA V IZOBRAŽEVANJU ZA MEDSEBOJNE ODNOSE V DRUŽINI

POVZETEK

Navezanost je eden temeljnih čustvenih mehanizmov, na podlagi katerih človek oblikuje odnos do sebe in do pomembnih ljudi v svojem življenju. Raziskave so pokazale, da se temeljni vzorci navezanosti, ki se oblikujejo v otroštvu, ponavadi obdržijo skozi vse življenje in pomembno vplivajo na vzorce romantičnih navezav pri odraslih. V raziskavi je avtorica pri 83 udeleženkah izobraževanja za partnerske odnose ugotavljala povezavo med navezanostjo na očeta in mater v obdobju adolescence ter zadovoljstvom teh žensk v zakonu. Raziskava je pokazala razlike med navezanostjo v adolescenci pri ločenih, v zakonu zadovoljnih in v zakonu nezadovoljnih ženskah. Ženske, ki so bile v zakonu zadovoljne, so izkazale najvišjo raven navezanosti na mater, medtem ko so višjo navezanost na očeta večinoma dosegale v zakonu nezadovoljne in ločene ženske. Izsledki raziskave kažejo na to, da je potrebno v izobraževanje za medsebojne odnose v družini vključiti tudi vidik navezanosti.

Ključne besede: navezanost, partnerski odnosi, čustvene vezi, izobraževanja za partnerske odnose

Ameriški psihoanalitik John Bowlby je s teorijo navezanosti opisal biopsihološki stroj človekove psihične strukture, ki opredeljuje posameznikov način navezovanja in ohranjanja stika z drugimi. Gre za temeljni čustveni mehanizem, preko katerega otrok ob starših izoblikuje svojo sposobnost rasti in vzpostavljanja odnosov do sebe in drugih. Po Bowlbyjevi teoriji (1973) interakcije

s pomembnimi ostalimi, ki so prisotni in nudijo podporo v času stiske, pripomorejo k oblikovanju občutka varne navezanosti. Zmožnost navezave ali potreba po vzpostavljanju odnosov je torej biološko vrojena, toda oblika odnosa ali navezave, ki jo otrok razvije, je bistveno odvisna od odnosa, ki ga ima s primarnim vzgojiteljem ali skrbnikom (Gostečnik, 2001).

TEORIJA NAVEZANOSTI

Po mnenju Hazanove in Shaverja (1987; po Mikulincer, Florian, Cowan in Pape, 2002) lahko na romantično ljubezen v odraslosti gledamo kot na čustveno vez, ki je primerljiva s čustveno vezjo med otrokom in njegovim primarnim skrbnikom. Po njenem mnenju lahko odrasle romantične zveze uvrstimo v štiri kategorije navezanosti, ki jih je razvila Ainsworthova in sodelavci (Ainsworth, 2000, po Kompan Erzar, 2003). V svojih raziskavah pri letu in pol starih otrocih je proučevala otrokove reakcije na polno sobo igrač, materin odhod in njen ponovni prihod. Ugotovila je štiri tipe vedenjskih vzorcev navezanosti pri otrocih, in sicer:

Varno navezani otroci: bili so pripravljeni samostojno raziskovati sobo, v kateri so bile igrače, pri čemer so se občasno obrnili proti materi. Protestirali oziroma jokali so, ko je mati odšla, ko pa je prišla nazaj, so jo po kratkem obdobju zavračanja z veseljem pozdravili in sprejeli.

Ambivalentno navezani otroci: privijali so se k materam in se bali sami raziskovati sobo z igračami. Postali so anksiozni in vznemirjeni ter so neutolažljivo jokali, ko je mati odšla. Ko se je mati vrnila, so iskali stik z njo, hkrati pa so se jezni odvrčali od nje in zavračali njeno tolažbo.

Izogibajoče navezani otroci: dajali so videz, da so neodvisni in se niso obračali proti materi, da bi se prepričali o njeni prisotnosti.

Ko so matere odšle, niso bili odprto prizadeti, vendar pa je merjenje njihovega srčnega utripa pokazalo, da so se močno odzvali. Ko so se matere vrnile, so jih otroci zavrnilo oziroma so se jim izogibali.

Dezorganizirano navezani otroci: hkrati so jokali in tekli stran, odganjali so mater in jo hkrati klicali k sebi, njihove reakcije so bile povsem nepredvidljive. Enako verjetno je bilo, da bodo mater udarili, kot da jo bodo objeli.

Raziskave odraslih intimnih odnosov velikokrat kažejo na to, da se v zaljubljenosti in intimnih odnosih znova vzpostavijo isti mehanizmi navezanosti, kot jih je posameznik razvil pri letu in pol. Tudi Bowlby (1979) je v svojem delu poudaril, da obstaja močna vzročna povezava med posameznikovimi izkušnjami z njegovimi starši in njegovo kasnejšo sposobnostjo vzpostavljanja čustvenih vezi. Predvsem je poudaril zakon kot čustveno vez, v kateri se oblika navezanosti v otroštvu najverjetneje manifestira oziroma ponovi.

Mehanizmi navezanosti delujejo tudi na proces separacije/individuacije pri adolescentu, izrazi te individualnosti pa so pristni in pomembni napovedniki psihološkega razvoja in prilagoditve ter pomagajo pri ustvarjanju pozitivnih in kontinuiranih navezav v odnosih (Lopez in Gover, 1993). Z vidika učenja in izo-

Vzorci vzpostavljanja čustvenih vezi se v ečejo iz ranega otroštva.

Za bodoče romantične odnose otroka je pomemben tudi odnos otroka s starši v obdobju odraščanja oziroma adolescence. Adolescenti (tako ženske kot moški), ki se čutijo sprejeti od svoje matere in imajo z njo tesen pozitiven stik, bodo kasneje v življenju manj verjetno razvili psihološke težave in anksioznost (Jones, Forehand in Beach, 2000). V obdobju najstništva starša odgovarjata na vprašanje moškosti in ženskosti skozi svojo identiteto (Carter, McGoldrick, 1980), kar pomeni, da preko čustvenega doživljanja omogočata otroku oblikovanje moške in ženske identitete. S tega vidika izobraževanje za medsebojne odnose v družini ne zajema zgolj izobraževanja staršev, očeta in matere, da bosta otroku predstavila pozitiven model za svoj spol, ampak postaja izobraževanje vseživljenjski proces, ki z vključitvijo dveh generacij prispeva k preventivi za kasnejše faze v življenjskem ciklu.

braženja za družinsko življenje je starše treba naučiti spretnosti, da bodo znali in zmogli otroku razviti individualnost in avtonomnost, ob tem pa ozavestiti partnerje o ponavljajoči se navezanosti in drugih vzorcih, ki jih iz primarne družine vlečejo v odrasle odnose. Pri tem postane element čustvene diferenciacije sestavni del izobraževanja za partnerske odnose že v začetni fazi oblikovanja odnosa (Rijavec, 2002) in se kasneje odvija tudi na vseh ostalih stopnjah partnerskega odnosa.

PRETEKLE RAZISKAVE

V zadnjih dvajsetih letih se v strokovni literaturi posveča veliko pozornosti raziskovanju zakonskih odnosov in zadovoljstva v zakonu. Številne študije so poskusile poiskati glavne dejavnike, ki bi lahko prispevali h kakovosti teh odnosov in kot eden najobetavnejših in preverjenih dejavnikov se navaja vzorec človekove organizacije navezanosti. Oblika navezanosti se je izkazala za pomembno spremenljivko, ki pojasnjuje variabilnost v kvaliteti predzakonskih in zakonskih odnosov. Raziskave so pokazale, da imajo varno navezani ljudje pozitivnejša pričakovanja v zvezi s partnerji kot osebe, ki so bolj izogibajoče navezane ter imajo pozitivnejšo samopodobo kot osebe, ki so anksiozno navezane (Mikulincer, Florian, Cowan in Pape, 2002). S tem v zvezi predstavljajo tudi pričakovanja eno izmed vsebin pri pripravi izobraževalnih programov za življenje v partnerski skupnosti. Raziskave, ki so sledile Bowlbyjevi teoretični formulaciji, so poskušale empirično preveriti, ali relativno trajne razlike in stilu navezanosti lahko vplivajo na kvaliteto odraslih odnosov para ali zakoncev. Predvsem so se ukvarjale z vprašanjem, ali so vzorci navezanosti lahko napovednik kvalitete zakona oziroma vzorci navezanosti igrajo kavalžno vlogo pri sposobnosti partnerjev za vzpostavljanje pozitivnega razmerja. Izkazalo se je, da obstaja povezava med občutkom varnosti navezave in pozi-

tivnimi prepričanji v zvezi z odnosi. Raziskava, ki so jo izvedli leta 1994, je pokazala, da so varno navezane osebe pogosteje sklepa- le zakonske zveze in je bil med njimi manjši delež ločenih oseb kot pri ljudeh brez varne navezave (Hill, Young in Nord, 1994). Z vidika družinske andragogike pa se postavlja tudi vprašanje, v kakšni meri ljudje, ki niso varno navezani, v primerjavi z varno navezanimi zaznavajo potrebe po izobraževanju in ali se ljudje, ki niso varno navezani, sploh odločajo za organizirane oblike izobraževanja za medsebojne odnose.

RAZISKAVA O NAVEZANOSTI

Raziskavo smo izvedli v maju 2005 s 83 ženskami, starimi od 23 do 61 let. V vzorcu je bilo 32 ločenih žensk, od katerih je 23 obiskovalo skupino za ločene, in 51 poročenih žensk, od katerih jih je 28 obiskovalo skupino za zakonice v krizi. Omenjene izobraževalne skupine so potekale od oktobra do maja, dve uri vsakih 14 dni, vodja skupin pa je bili izkušen terapevt, psiholog in predavatelj s področja medsebojnih odnosov.

Namen raziskave je bil ugotoviti, ali obstaja povezava med navezanostjo hčere v adolescenci na mater in očeta ter zadovoljstvom hčere v zakonu oziroma ločitvijo hčere. V ta namen so udeleženske odgovarjale na prilagojeno verzijo vprašalnika *Inventory of parent and peer attachment* (Vprašalnik o navezanosti na starše in vrstnike). Udeleženske so bile razdeljene v dve skupini, in sicer ločene ženske in poročene ženske. Ločene ženske so odgovarjale samo na omenjeni vprašalnik, za poročene pa smo vprašalniku IPPA dodali tudi vprašalnik *Kansas marital satisfaction scale* (Kanaška lestvica zadovoljstva v zakonu) ali krajše KMSS (Schumm, Nichols, Schectman in Grisby, 1983), ki meri zadovoljstvo v zakonskem odnosu. Rezultati vprašalnika KMSS so poročene ženske razdelili v dve skupini, na zadovoljne

in nezadovoljne v zakonu. Od 51 poročenih žensk jih je bilo 27 zadovoljnih (53 odstotkov) in 24 nezadovoljnih (47 odstotkov).

S pomočjo prirejenega vprašalnika IPPA smo ženske v treh omenjenih skupinah primerjali glede na skupno navezanost na mamo in očeta, zaupanje v mamo in očeta, komunikacijo z mamo in očetom ter odtujenost mame in očeta. V tem prispevku navajamo samo podatke za navezanost. Aritmetična sredina ocene navezanosti na mamo je bila največja pri skupini zadovoljnih v zakonu (86,2 točk od 125 možnih točk), na drugem mestu so bile ločene ženske (79,8 točk), najnižja pa je bila povprečna ocena navezanosti pri ženskah, nezadovoljnih v zakonu (77 točk).

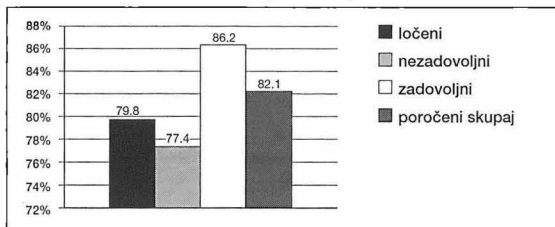
Navezanost na očeta je bila največja pri skupini v zakonu nezadovoljnih žensk (aritmetična sredina 74,1 točk od možnih 125 točk), sledi skupina žensk, zadovoljnih v zakonu (72,2 točk), najnižja pa je bila pri ločenih ženskah (70,2 točk).

T testi med aritmetičnimi sredinami posameznih kategorij za različne skupine žensk niso pokazali statistično pomembnih razlik, še najbližje statistični pomembnosti je bila razlika pri komunikaciji z očetom med ženskami, ki so v zakonu zadovoljne, in tistimi, ki v zakonu niso zadovoljne ($p = 0,074$).

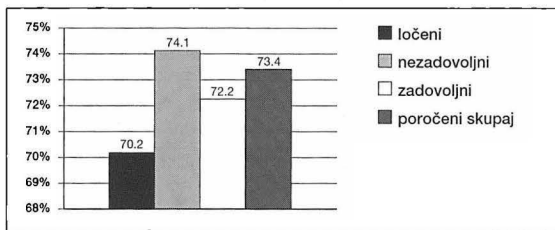
KAKO LAHKO RAZISKAVO KOMENTIRAMO?

Kategorija navezanosti v naši raziskavi je najširša, zajema vse podkategorije in pomeni nekakšno splošno oceno odnosa žensk z materjo in očetom v adolescenci. Razlike med navezanostjo na mamo in navezanostjo na očeta med posameznimi skupinami žensk so pokazale največjo navezanost na mater pri ženskah, zadovoljnih v zakonu, največjo navezanost na očeta pa pri ženskah, ki so v zakonu nezadovoljne, vendar se ne ločijo. Ženske, ki so bile v zakonu zadovoljne, so v naši raziskavi pokazale tudi najvišjo raven komunikaci-

Slika 1: Navezanost na mamo (v točkah)



Slika 2: Navezanost na očeta (v točkah)



je z materjo (zelo podoben je bil rezultat za ločene ženske), medtem ko so o najnižji ravni komunikacije z materjo poročale ženske, ki so bile v zakonu nezadovoljne. Podatke lahko razumemo v okviru pomena matere za razvoj hčerine ženske identitete in posledično sklepanje zadovoljivih romantičnih odnosov, hkrati pa tudi kot pomoč in razumevanje med dvema odraslima ženskama.

Študija iz leta 2001 (Perkins, 2001), ki je preučevala vpliv različnih tipov očetovstva na hčerino odraslo življenje, je ugotovila, da kljub vedenjski in čustveni različnosti kategoriji odsotnega očeta in seduktivnega očeta (ki ima hčer za čustvenega partnerja oziroma hčerko čustveno ali celo spolno zlorablja) podobno vplivata na hčer. Tako kot se hčerke odsotnih očetov počutijo odrinjene in nerazumljene od svojih očetov, se tudi hčerke seduktivnih očetov, še posebej, če so bile čustveno ali fizično zlorabljene, počutijo odtujene in nerazumljene, kar vpliva na nji-

Navezanost na očeta je bila najvišja pri ženskah, ki so v zakonu nezadovoljne, hkrati pa so te ženske svojega očeta vidlele kot najmanj odtujenega. To razliko si delno lahko razlagamo s t. i. čustvenimi trikotniki, ko se otrok preveč poveže z enim od staršev in ublaži napetost med partnerjema. Tako so morda te ženske čustveno bolj skrbne za očeta, mogoče so bile celo očetove čustvene partnerice in so v skrbi za njegovo čustveno stanje morale pozabiti nase in na svoje zadovoljstvo, tako kot sedaj ne glede na svoje nezadovoljstvo ostajajo ob svojem možu.

hov odnos do sebe in na njihove odrasle romantične odnose.

Najnižjo navezanost na očeta lahko v naši raziskavi zasledimo pri ločenih ženskah, nizka je tudi navezanost ločenih žensk na mamo. Sklepamo lahko, da gre za ženske, ki v svojem otroštvu niso bile varno navezane na svoje starše in se to odraža tudi v njihovem odraslem življenju.

Odkritja v raziskavi kažejo, da izobraževanje za družinsko življenje ne more mimo izobraževanja za vlogo očeta in vlogo matere. S tem mislimo na vlogo očeta, ki je čustveno

prisoten in ki se mora, posebno v primeru lastne negativne izkušnje očetovstva iz primarne družine, kot oče šele izgraditi. Na drugi strani ne gre poza - biti in vlogo matere, ki je otroku čustveno na razpolago in se lahko uglašajo s svojimi in otrokovimi čustvi. Ta njuna odzivnost in prisotnost namreč pomembno vpliva na otrokov način navezanosti ter posledično na vse njegove odrasle odnose.

IZOBRAŽEVANJE ZA MEDSEBOJNE ODNOS V DRUŽINI

Raziskave kažejo, da je kvaliteta odnosov med otroki in starši v času, ko otroci dosežejo zgodnjo odraslost, tista, ki zaznamuje oziroma oblikuje odnos med otroki in starši skozi celoten življenjski cikel (Booth in Amato, 1994). H kvaliteti odnosov med otroki in starši pa prispeva tudi kvaliteta partnerskega odnosa, zato mora izobraževanje za odnose

na področju starševstva vključevati vodenje staršev proti večjemu zavedanju in upravljanju z njihovimi lastnimi čustvi in ne samo učenje o tem, kako se spopadati s čustvi otroka (Greenberg, 2002). Izobraževanje za starševsko vlogo in izobraževanje za partnerske odnose sta povezana in pomembna tudi za vzgojo in razvoj otroka. Raziskave so namreč pokazale, da je zakonski konflikt tisti, ki dejansko negativno vpliva na bližino odnosa med starši in otroki ter posledično na njihove odrasle intimne odnose, ne pa toliko ločitev staršev (Ensign, Scherman in Clark, 1998). Izobraževanje za medsebojne odnose v družini naj bi z vključitvijo razvijanja spretnosti za prepoznavanje in konstruktivno reševanje konfliktov v zakonski diadi ter z zavedanjem in izražanjem čustev posledično prispevalo tudi h kvalitetnejši vzgoji in tako s poudarjanjem izobraževanja na vseh fazah življenjskega cikla vključevalo komponente permanentnega izobraževanja.

SPREMINJANJE ODRASLE NAVEZANOSTI V LUČI UČENJA IN IZOBRAŽEVANJA

Z vidika učenja in izobraževanja nas predvsem zanima, kako in ali se sploh da z izobraževanjem kot strukturirano, namerno organizirano dejavnostjo spreminjati način navezanosti pri odraslih. Vprašanje ostaja na področju izobraževanja za odnose še vedno odprto. Na spremembo načina odrasle navezanosti namreč vplivajo številni dejavniki, med katerimi pa je najpomembnejša korek-

Starše je treba učiti tudi upravljati lastna čustva, ne le čustva otrok.

tivna čustvena izkušnja. Sprememba torej ni primarno rezultat vpogleda v lastna čustva, ventilacije čustev ali izboljšanih veščin za izražanje čustev, temveč vznikne iz oblikovanja in izražanja nove čustvene izkušnje (Johnson, 2004). Ta nova čustvena izkušnja ima moč, da posamezniku pomaga spremeniti načine strukturiranja izkušnje, interpretiranja izkušnje in zaznavanja samega sebe ter vzorce komuniciranja z drugimi. Raziskave, ki se sicer nanašajo bolj na terapevtsko področje, kažejo, da sta emocionalna vzbujenost in globina doživljanja v terapiji dejavnika, ki napovedujeta pozitivne rezultate (Johnson, 2004).

Z vidika izobraževanja za partnerske odnose je to pomembna smernica, saj kaže na pomen neposredne interakcije med partnerjema v okviru izobraževanja. V ospredje s tem postavlja interaktivnejše metode izobraževanja v obliki delavnic za partnerske odnose, kjer ne gre le za sprejemanje znanja ter učenje veščin in spretnosti, ampak za možnost neposredne vzpostavitve stika med partnerjema. Na tem mestu gre za izkustveno učenje že v izobraževalnem prostoru in je to močno povezano s čustvi.

Da oseba lahko doživi novo emocional-

Sprememba navezanosti je povezana z dostopnostjo do čustvene izkušnje, ki leži pod vlogo vsakega od partnerjev v odnosu. Kreiranje novih elementov čustvene izkušnje in novih načinov izražanja te izkušnje vpliva na to, da partnerja začneta zavzemati drugačne pozicije drug do drugega, te nove pozicije pa naredijo prostor za ključne nove interakcije, ki na novo definirajo vez med partnerjema. Sprememba se ne zgodi primarno skozi vpogled, neke vrste katarzo ali skozi pogajanje, temveč se, kot že rečeno, zgodi s pomočjo nove čustvene izkušnje in novih interakcijskih dogodkov (Johnson, 2004).



no izkušnjo, ki mora biti dovolj močna in globoka, da bo povzročila spremembo, je pomembna tudi osebna drža izobraževalca. Na to kažejo tudi številne raziskave (Lieberman, Paul, 1993; Egeland, Erickson, 1993), ki ugotavljajo, da se spremembe v navezanosti med materjo in otrokom kljub pozitivnim učinkom na mater niso zgodile v primeru, ko so izobraževanje vodili predavatelji, ki niso bili dovolj usposobljeni za delo z ženskami s problematično preteklostjo. V skupini z enako konceptualno usmeritvijo in z izobraževalcem, ki je bil terapevt in bolj specializiran za klinično delo kot v prvi skupini, so se pokazale pozitivne spremembe v navezanosti pri materah.

Andragog tako v izobraževanje nujno vnaša tudi sebe kot osebnost. Ni le nekdo, ki posreduje sicer brezhibne informacije, temveč je oseba, ki je v odnosu z ljudmi in jim posreduje novo izkušnjo. Raziskave namreč kažejo, da informacije o odnosu niso dovolj, potrebna je nova izkušnja odnosa, tako med partnerjema kot tudi med izobraževalcem in izobraževanci.

V terapiji so za spreminjanje odrasle navezanosti na voljo številne metode in tehnike, nekaj od teh jih lahko s pridom uporabimo tudi v izobraževanju za medsebojne odnose v družini. Posebej takrat, ko ne gre za

Do sprememb pri odraslih z izobraževanjem ali terapijo?

izobraževanje parov in torej ni možnosti za neposredna odigravanja med paroma (npr. da partnerja odigrata med seboj neko situacijo na nov način), si lahko pomagamo tudi na druge načine, na primer z vživljanjem v neke dogodke, ki imajo pomembno čustveno vsebino, pa jih skušamo videti v drugačni luči, in podobno.

Z izobraževalnimi posegi lahko omogočimo spreminjanje tudi tistim, ki jim tovrstna oblika rasti in razvoja še vedno predstavlja varnejši prostor kot terapevtska pomoč.

ZAKLJUČEK

Z vidika izobraževanja za partnerske odnose pomenijo spoznanja o navezanosti in njenem spreminjanju nov element pri pripravi in organizaciji izobraževalnih programov. Način, kako z izobraževanjem in vzgojo posegati v obliko navezanosti posameznika in para, postavlja pred izobraževalce nove izzive. Predvsem ali pa tudi zato, ker smo v medsebojne odnose v družinski skupnosti vpeti vsi in preko svojih odnosov in navezanosti delujemo tudi na druge ljudi – preko terapij, izobraževanj in vsakodnevnih odnosov.

LITERATURA

- Booth, A., Amato, P. R. (1994). Parental marital quality, parental divorce, and relations with parents. *Journal of marriage and the family*, 56, 21–34.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Loss, sadness and depression*, Let. III. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.
- Carter, E. A., McGoldrick, M. (1980). *The Family Life Cycle: A Framework for Family Therapy*. New York: Gardner Press.
- Edwards, M. E. (2002). *Attachment, Mastery and Interdependence: A Model of Parenting Processes*: Family Process. http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m0AZV/is_3_41/ai_93444770; 11. 8. 2005]
- Egeland, B., Erickson, M. (1993). Implications of attachment theory for prevention and intervention. V Parner, H., Kramer, S. (ur.), *Prevention in mental health*, str. 23–50. Northvale, NJ: Jason Aronson.

- Ensign, J., Scherman, A., Clark, J. (1998). The relationship of family structure and conflict to levels of intimacy and parental attachment in college students. *Adolescence*, Jesen. http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m2248/is_131_33/ai_53368536; 15. 9. 2005
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, Marital Interaction, and Relationship Satisfaction: A Diary Study. *Personal Relationship*, let. 9, 1, str. 39–55.
- Feeney, J., Noller, P., Callan, V. J. (1994). Attachment Style, Communication and Satisfaction in The Early Years of Marriage. V Bartholomew, K., Perlman, D. (ur.) *Attachment Processes in Adulthood*. London: Jessica Kingsley, str. 269–308.
- Gostečnik, C. (2001). *Poskusiva znova*. Ljubljana: Brat Francišek in Franciškanski družinski inštitut.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion Focused Therapy: coaching clients to work through their feelings*. Washington: American Psychological Association.
- Hill, E. M., Young, J. P., in Nord, J. L. (1994). Childhood adversity, attachment, security, and adult relationships: a preliminary study. *Ethology and Sociobiology*, 15, str. 323–338.
- Jones, D. J., Forehand, R., Beach, S. R. H. (2000). Maternal and paternal parenting during adolescence: Forecasting early adult psychosocial adjustment. *Adolescence*, Jesen. http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m2248/is_139_35/ai_68535847; 7. 9. 2005
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: creating connection*. New York: Brunner-Routledge.
- Kompan Erzar, L. K. (2003). *Skrita moč družine*. Ljubljana: Brat Francišek in Franciškanski družinski inštitut.
- Ličen, N. (2000). Bivati v družini – učiti se v družini. Andragoška spoznanja, let. 6, 4, str. 6–13.
- Lieberman, A. F., Pawl, G. H. (1993). *Infant-parent psychotherapy*. V C. H. Zeanah (ur.), *Handbook of Infant Mental Health* (str. 427–442). New York: Guilford.
- Lopez, F. G., Gover, M. R. (1993). Self-report measures of Parent-Adolescent Attachment and Separation-individuation: a selective review. *Journal of counseling and Development*, 71, str. 560–569.
- Markman, H. J. (2005). *International Perspectives on Relationship Education*. Family Process.
- http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m0AZV/is_2_44; 11. 8. 2005
- Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P. A., Pape, C. (2002). Attachment security in couple relationships: a systemic model and its implications for family dynamics. *Family process*, Jesen, str. 34–57.
- Perkins Merlino, R. (2001). The father – daughter relationship: familial interactions that impact a daughter's style of life. *College student journal*, december 2001. http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m0FCR/is_4_35/ai_84017198; 20. 8. 2005
- Rijavec, N. (2002). *Izobraževanje za partnerske odnose kot izhodišče spreminjanja družine*. Andragoška spoznanja, let. 8, 1, str. 48–53.
- Schumm, W. R., Nichols, C. W., Schectman, K. L., Grigsby, C. C. (1983). Characteristics of responses to the Kansas Marital Satisfaction Scale by a sample of 84 married mothers. *Psychological Reports*, 53, str. 567–572.