

Povezanost trauma u detinjstvu i nesigurnih stilova afektivnog vezivanja sa ličnim blagostanjem i strahom od sreće

Marija Lazić¹, Nikola M. Petrović

Univerzitet u Beogradu, Filozofski fakultet, Odeljenje za psihologiju

Predmet ovog istraživanja bio je povezanost trauma u detinjstvu i nesigurnih stilova afektivnog vezivanja sa ličnim blagostanjem i strahom od sreće. U istraživanju su učestvovali studenti Univerziteta u Beogradu. Uzorak je bio prigodan i činilo ga je 426 ispitanika, od toga 306 ženskih i 120 muških. Rezultati su pokazali pozitivnu povezanost straha od sreće sa nesigurnim stilovima afektivnog vezivanja, kao i straha od sreće sa traumama u detinjstvu. Negativno su povezani strah od sreće i lično blagostanje. Utvrđeno je da je lično blagostanje u negativnoj korelaciji sa traumama u detinjstvu. Negativna korelacija dobijena je i između ličnog blagostanja i nesigurnih stilova afektivnog vezivanja. Strah od sreće se pokazao kao parcijalni medijator između odbacujućeg stila afektivnog vezivanja i zadovoljstva životom. Bojažljiv stil afektivne vezanosti se pokazao kao medijator između trauma u detinjstvu i krhkosti i straha od sreće. Bojažljiv stil se pokazao i kao parcijalni medijator između trauma u detinjstvu i ličnog blagostanja.

Ključne reči: strah od sreće, krhkost sreće, lično blagostanje, traume u detinjstvu, nesigurni stilovi afektivnog vezivanja

Uvod

Uobičajeno stanovište u savremenoj zapadnoj kulturi je da je lična sreća jedna od najvažnijih vrednosti u životu. Međutim, neke važne (često zasnovane na kulturi) činjenice o sreći obično su zanemarene u psihološkim istraživanjima. Jedan od ovih kulturnih fenomena je da za neke pojedince sreća nije vrhovna vrednost (Joshanloo & Weijers, 2014). Ukoliko se prisetimo stvaralaštva mnogobrojnih filozofa, možemo uočiti da je jedan od dominantnih elemenata *strah od sreće*. Iako Kant i Hegel, koji su bili pod uticajem

1 E-mail: marija.lazic345@gmail.com

liberalnih misli, nisu potcenili sreću pojedinca, većina predstavnika filozofske antropologije u 20. veku ostala je skeptična prema sreći kao ispunjenju (Karl-Siegbert, 2000). Iako promišljanja o sreći imaju dugu tradiciju, razumevanje averzije prema pozitivnim emocijama kao i istraživanje iste privukla su veća interesovanja istraživača tek u skorije vreme. Dosadašnja istraživanja ovih konstrukata uglavnom su se bavila kulturološkim, sociološkim kao i religijskim faktorima kao determinantama straha od sreće (Joshnloo et al., 2015). Međutim, neka od istraživanja bavila su se i povezanošću straha od sreće i krhkosti sreće sa ličnim blagostanjem, kao i medijacionom ulogom straha od sreće između nesigurnih stilova afektivnog vezivanja i ličnog blagostanja (Joshnloo, 2018).

Odsustvo psihičkih poremećaja se često izjednačava sa mentalnim zdravljem. Međutim, svetska zdravstvena organizacija zdravlje definiše kao stanje kompletnog fizičkog, mentalnog i socijalnog blagostanja a ne samo odsustvo bolesti. Sam konstrukt ličnog blagostanja dugo privlači pažnju istraživača, naročito psihološke orijentacije, u cilju razumevanja koji su to faktori koji su povezani sa njim. Neka od istraživanja bavila su se povezanošću ličnog blagostanja sa strahom od sreće i ustanovila da ova dva konstrukta negativno koreliraju (Yildirim & Belen, 2018). Bolje razumevanje ovog konstrukta bi ga učinilo i potencijalno podložnijim psihoterapijskim intervencijama, s obzirom na to da cilj terapije pored otklanjanja simptoma često uključuje i postizanje ličnog blagostanja.

Strah od sreće i krhkost sreće

Iako su, uz neke izuzetke, strah i izbegavanje *negativnih emocija* dobro proučeni, to se ne može reći za proučavanje izbegavanja *pozitivnih emocija*. Sve više dokaza sugerise da pozitivne emocije, kao što su radost, ljubav i sigurnost, ne moraju nužno biti doživljene kao zadovoljstvo i može se javiti strah od istih. Na primer, neki pojedinci koji pate od depresije mogu imati stvarni strah od doživljavanja pozitivnih emocija (Hayes & Feldman, 2004). Strah od sreće najčešće se definiše kao verovanje da sreća može imati negativne posledice, te je zbog toga treba izbegavati (Joshnloo, 2013). Sve je zastupljenije uverenje da je sreća unutrašnje stanje koje pojedinac treba da postigne i kontroliše. Paradoksalno, ovaj stav može izazvati uznemirenost zbog uočenog pritiska da se postigne sreća. S tim u vezi, pozitivne emocije kao što je sreća ne doživljavaju se kao zadovoljstvo, već se one mogu smatrati zastrašujućim jer je sreća samo prolazno iskustvo koje se može završiti nečim lošim (Joshnloo et al., 2015). Neka istraživanja su pokazala da mnogi ljudi imaju averziju prema sreći, jer imaju uverenje da se loše stvari kao što su nesreća, patnja i smrt događaju srećnim ljudima (Joshnloo & Weijers, 2014).

Krhkost sreće definiše se kao stav da sreća prolazi i da se lako može pretvoriti u nepovoljnija stanja (Joshanloo et al., 2015). Strah od sreće i krhkost sreće odražavaju oklevanje prema pozitivnom vrednovanju sreće i smanjenoj težnji ka istoj.

Lično blagostanje

Mnogobrojni filozofi su kroz istoriju smatrali da je sreća „najveće dobro“ i najjača motivacija koja pokreće ljude na akciju. I pored toga, psiholozi su godinama zapostavljali istraživanja koja se bave ličnim blagostanjem, dok su ljudska patnja i nesreća ispitivane do tančina (Diener, 1984). Sedamdesetih godina prošlog veka situacija se menja i lično blagostanje se stavlja u fokus, odnosno naučnici počinju da istražuju determinante, antecedente, kao i faktore od kojih ono zavisi. Model Dinera i saradnika lično blagostanje percipira kao konstrukt koji se sastoji od afektivne i kognitivne komponente. Na afektivni aspekt se najpre gledalo kao na balans pozitivnog i negativnog afektiviteta (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985), ali se potom na afektivnu komponentu gledalo kao na prevagu pozitivnog spram negativnog (Lucas & Diener, 2010). Kognitivna komponenta predstavlja percepciju individue koliko je zadovoljna svojim životom generalno u raznim aspektima (Diener et al., 1985). Mnogi faktori utiču na lično blagostanje kao što su kulturološki, sociološki i demografski faktori. Lično blagostanje sa druge strane značajno utiče na mentalno zdravlje, socijalne relacije kao i na lično ostvarenje.

Stilovi afektivnog vezivanja

Afektivna vezanost predstavlja odnos koji se oblikuje u prvim danima života pod uticajem interakcije majke i deteta i perzistira u kasnijem dobu (Bowlby, 1977). Kada je u pitanju afektivno vezivanje odraslih, značajan je model koji klasifikuje afektivnu vezanost adolescenata i odraslih u četiri kategorije. Pomenuti model baziran je na teoriji koju je postulirao Bolbi a ona upućuje na dva radna modela koji su unutrašnji, a svaki od njih se može predstaviti kao pozitivan ili negativan. Dimenzija anksioznosti i dimenzija odbacivanja predstavljaju dve glavne dimenzije koje čine ovaj model. Kada se modeli i dimenzije ukrste dobijamo četiri stila vezanosti. Osobe koje imaju siguran stil afektivne vezanosti sebe percipiraju kao dostojne i vredne i očekuju da su drugi ljudi generalno prihvatajući i responzivni. Osobe koje imaju preokupiran stil afektivne vezanosti sebe percipiraju kao bezvredne, nedostojne u kombinaciji sa pozitivnom procenom drugih. Ova kombinacija karakteristika navodi osobu da strema ka samoprihvatanju zadobijajući ga od

strane drugih. Osobe koje su razvile odbacujući stil afektivne vezanosti imaju osećaj vrednosti u kombinaciji sa negativnom nastrojenošću prema drugim ljudima. Takvi ljudi se štite od razočaranja izbegavajući bliskost. Osobe koje imaju bojažljiv stil afektivne vezanosti imaju osećaj nedostojnosti u kombinaciji sa očekivanjem da će drugi biti negativno nastrojeni. Osobe sa ovim stilom afektivne vezanosti imaju osećaj da zavise od drugih ljudi i kroz interakciju sa njima stiču osećaj lične važnosti ali imaju i ubeđenja da će doživeti negativna iskustva s drugima, te imaju tendenciju da se klone intimizacije (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Traume u detinjstvu

Maltretiranje koje deca dožive od strane vršnjaka ili roditelja mogu ostaviti značajne konsekvence po mentalno zdravlje pojedinaca. To predstavlja i veliki javni zdravstveni problem, s obzirom na to da je jako rasprostranjen (Finkelhor, Ormrod, Turner, & Hamby, 2005). Maltretiranje ima neposredne posledice na decu, kao i značajne implikacije na emocionalno i psihosocijalno blagostanje odraslih koji su traumatizovani tokom detinjstva. Prvobitne traume u detinjstvu mogu uzrokovati značajne poremećaje u biološkom, psihološkom i socijalnom razvoju. Traumatizacija utiče na budući razvoj ličnosti, spoznaju, percepciju opasnosti i emocionalno reagovanje. Traumatizovana deca mogu kontinuirano percipirati rizik i opasnost u okolini čak i u odsustvu određenog traumatičnog događaja, što pojačava shvatanje da je okolina opasno mesto (Smith, Smith, & Earp, 1999).

Predmet i ciljevi istraživanja

Ovo istraživanje bavilo se povezanošću trauma u detinjstvu i nesigurnih stilova afektivnog vezivanja (odbacujućeg i bojažljivog stila) sa izraženošću krhkosti i straha od sreće i ličnim blagostanjem. Njegov cilj bio je ispitati na koji način su traume u detinjstvu u relaciji sa krhkošću i strahom od sreće i ličnim blagostanjem. S obzirom na to da stilovi afektivnog vezivanja predstavljaju radne modele koje perzistiraju tokom celog života a formiraju se u detinjstvu cilj ovog rada bio je i istražiti kako su nesigurni stilovi afektivnog vezivanja povezani sa ličnim blagostanjem i sa percepcijom sreće u odrasloj dobi. S tim u vidu, sledeći cilj ovog rada bio je utvrditi da li nesigurni stilovi afektivnog vezivanja imaju posredujuću ulogu u odnosu između trauma u detinjstvu i krhkosti i straha od sreće kao i između trauma u detinjstvu i ličnog blagostanja. Istraživanje je takođe imalo za cilj da utvrdi da li strah od sreće ima posredujuću ulogu u odnosu između nesigurnih stilova afektivnog vezivanja i zadovoljstva životom.

Metod

S obzirom na prirodu pojave koja se ispituje, sprovedeno istraživanje bilo je neeksperimentalno. Reč je o eksplorativnom i korelacionom istraživanju. Kriterijumske varijable u ovom istraživanju su strah od sreće – varijabla je operacionalizovana kroz Skalu straha od sreće, krhkost sreće – varijabla je operacionalizovana kroz Skalu krhkosti sreće, lično blagostanje – varijabla je operacionalizovana kroz: kognitivni aspekt – Skalu zadovoljstva životom i afektivni aspekt – PANAS skalu za pozitivni afektivitet. Prediktorske varijable su traume u detinjstvu – varijabla je operacionalizovana kroz Upitnik trauma u detinjstvu i stilovi afektivnog vezivanja – varijabla je operacionalizovana kroz Skalu afektivnog vezivanja, subskele koje su korišćene u ovom istraživanju su one koje ispituju odbacujuć i bojažljiv stil, s obzirom na to da subskele koje ispituju kategorije sigurnog i preokupiranog stila nisu pokazale neophodnu pouzdanost, odnosno vrednosti Kronbahove alfe za obe subskele su bile ispod 0.70.

Uzorak

U istraživanju su učestvovali studenti koji su obavešteni i pozvani da učestvuju u ovom istraživanju putem društvenih mreža. Uzorak je bio prigodan i činilo ga je 426 ispitanika uzrasta od 18 do 34 godine. Od toga test je rešavalo 120 muških (28.2%) i 306 ženskih ispitanika (71.8%). Prosečan uzrast iznosio je 24.5 sa standardnom devijacijom od 3.57.

Instrumenti

Skala straha od sreće (The fear of happiness scale; Joshanloo, 2013). Ova skala sadrži 5 stavki koje odražavaju stepen straha od sreće. Ispitanici izražavaju svoj stepen slaganja sa tvrdnjom na sedmostepenoj skali od „uopšte se ne slažem“ (1) do „u potpunosti se slažem“ (7). Viši skorovi na ovoj skali označavaju da je reč o ispitanicima koji imaju izraženiji strah od sreće. Koeficijenti pouzdanosti su statistički prihvatljivi u 14 zemalja (Joshanloo et al., 2014). Kronbahova alfa iznosi 0.86 (Bülbül, 2018). U našem istraživanju koeficijent pouzdanosti iznosi 0.88.

Skala krhkosti sreće (The fragility of happiness scale; Joshanloo et al., 2015). U pitanju je sedmostepena skala Likertovog tipa od „uopšte se ne slažem“ (1) do „u potpunosti se slažem“ (7). Ona obuhvata 4 stavke namenjene proceni krhkosti sreće. Viši skorovi na ovoj skali odražavaju izraženiju fragilnost sreće. Koeficijenti pouzdanosti su statistički prihvatljivi u 15 zemalja i prosečna vrednost Kronbahove alfe iznosi 0.71 (Joshanloo et al., 2015). U ovom istraživanju koeficijent pouzdanosti iznosi 0.85.

Upitnik trauma u detinjstvu (Child trauma questionnaire (CTQ) – short form; Bernstein & Fink, 1998). U pitanju je retrospektivni upitnik samoprocene koji se sastoji od 28 stavki koje odražavaju stepen maltretiranja u detinjstvu. Ispitanici daju odgovore u vezi sa svojim dečjim i tinejdžerskim iskustvima koristeći pritom Likertovu petostepenu skalu od 1 (nikad istinito) do 5 (vrlo često istinito). U prethodnim studijama pronađeno je pet nezavisnih faktora maltretiranja u detinjstvu: seksualno zlostavljanje, fizičko zlostavljanje, emocionalno zlostavljanje, fizičko zanemarivanje i emocionalno zanemarivanje. Kronbahova alfa iznosi 0.80 (Essien et al., 2018).

Skala afektivnog vezivanja (Scale of adult attachment; Scharfe, 2016). Ova skala je konstruisana da bi unapredila dotadašnje instrumente koji su korišćeni u istraživanjima stilova afektivnog vezivanja. Predstavlja reviziju Skale privrženosti u bliskim odnosima (*Relationship Scales Questionnaire*; Griffin & Bartholomew, 1994). Pokazano je da ova skala ima visoku i dosta bolju unutrašnju konzistentnost i test-retest relijabilnost spram originalne skale. Ova skala sadrži četiri kategorije stilova afektivnog vezivanja: odbacujući, preokupirani, bojažljivi i sigurni. Svaka kategorija sadrži 10 pitanja. Ispitanici daju odgovore na sedmostepenoj skali Likertovog tipa od „uopšte se ne slažem“ (1) do „u potpunosti se slažem“ (7). U našem istraživanju ispitivali smo odbacujuć i bojažljiv stil, s obzirom na to da su ove dve subskale u našem istraživanju pokazale neophodnu pouzdanost, tj. vrednosti Kronbahove alfe su bile više od 0.70.

Skala zadovoljstva životom (The Satisfaction With Life Scale (SWB); (Diener et al., 1985). Ova skala se sastoji od 5 stavki namenjenih za globalne kognitivne procene zadovoljstva životom. Ispitanici daju odgovore na sedmostepenoj skali Likertovog tipa od „uopšte se ne slažem“ (1) do „u potpunosti se slažem“ (7). Ukupan rezultat na skali predstavlja sumu rezultata svih pet tvrdnji i označava stepen zadovoljstva životom pri čemu viši rezultati upućuju na veće zadovoljstvo. Koeficijent pouzdanosti iznosi 0.87 (Diener et al., 1985).

PANAS skala (The PANAS scale - Positive and Negative Affect Schedule; (Watson, Clark, & Tellegen, 1988). Ona odražava afektivni aspekt ličnog blagostanja. Zadatak ispitanika je da na skali od 1 (veoma malo ili ne uopšte) do 5 (izuzetno) označe u kojoj meri su doživljavali ova osećanja u proteklih godinu dana. Viši skorovi označavaju da je navedeno osećanje bilo više izraženo u proteklom periodu. U našem istraživanju koristili smo subskalu koja meri pozitivna osećanja. Koeficijenti Kronbahove alfe za pozitivna osećanja su u rasponu od 0.86 do 0.90 (Watson et al., 1988).

Statistička analiza podataka

Statistički programi koji su korišćeni u obradi podatka su SPSS 20 kao i Process makro za SPSS. Statističke analize korišćene u istraživanju su: deskriptivna statistika, Pirsonova korelacija, hijerarhijska regresiona analiza i medijaciona analiza.

Rezultati

Korelaciona analiza

Rezultati korelacione analize prikazane su u Tabeli 1.

Tabela 1

Korelati straha od sreće i ličnog blagostanja i interkorelacije

Konstrukt	1	2	3	4	5	6	7
Strah od sreće	1	.550***	.235***	-.323***	-.385***	.469***	.263***
Krhkost sreće		1	.174***	-.290***	-.366***	.427***	.210***
Traume u detinjstvu			1	-.419***	-.331***	.386***	.272***
Zadovoljstvo životom				1	.638***	-.479***	-.229***
PANAS					1	-.539***	-.191***
Bojažljivi stil						1	.497***
Odbacujući stil							1

Napomena: *** statistički značajno na nivou .001

Korelacije pozitivnog predznaka straha od sreće dobijene su sa bojažljivim i odbacujućim stilom kao i sa traumama u detinjstvu. Povezanost straha od sreće koja je negativnog predznaka dobijena je sa afektivnim i kognitivnim aspektom ličnog blagostanja. Kognitivni i afektivni aspekt ličnog blagostanja su u negativnoj korelaciji sa traumama u detinjstvu, kao i sa nesigurnim stilovima afektivnog vezivanja.

Hijerarhijska regresiona i medijaciona analiza

Hijerarhijska regresiona analiza pokazala je da, kada je kriterijumska varijabla zadovoljstvo životom a prediktorske varijable bojažljiv stil afektivnog vezivanja i strah od sreće, kao dobar prediktor zadovoljstva životom izdvaja se bojažljiv stil afektivnog vezivanja ($\beta = -.420$, $p < .001$) kao i strah od sreće ($\beta = -.126$, $p < .01$). Da bismo bolje razumeli odnos između navedenih konstrukata, uradili smo medijacionu analizu. Rezultati medijacione analize prikazani su u Tabeli 2.

Tabela 2

Medijaciona analiza: kriterijumska varijabla zadovoljstvo životom, prediktorska varijabla bojažljiv stil afektivnog vezivanja, medijatorska varijabla strah od sreće

	Efekat	p
Efekat bojažljivog stila na strah od sreće (a put)	.557	.000
Efekat straha od sreće na zadovoljstvo životom (b put)	-.138	.008
Efekat bojažljivog stila na zadovoljstvo životom (c put)	-.622	.000
Direktan efekat bojažljivog stila na zadovoljstvo životom (c prim put)	-.545	.000

Medijaciona analiza je pokazala da indirektan efekat koji ostvaruje bojažljiv stil afektivnog vezivanja na zadovoljstvo životom posredstvom straha od sreće iznosi $-.077$ sa intervalom poverenja (95% CI) od $-.148$ do $-.008$. Dakle, veliki deo efekta bojažljivog stila na zadovoljstvo životom ostvaruje se direktno. Hijerarhijska regresiona analiza pokazuje da, kada je kriterijumska varijabla zadovoljstvo životom a prediktorske varijable odbacujuć stil afektivnog vezivanja i strah od sreće, kao dobar prediktor izdvaja se strah od sreće ($\beta = -.283$, $p < .001$) ali i odbacujuć stil afektivnog vezivanja ($\beta = -.154$, $p < .01$). Da bismo bolje razumeli odnos između navedenih konstrukata, uradili smo medijacionu analizu. Rezultati medijacione analize prikazani su u Tabeli 3.

Tabela 3

Medijaciona analiza: kriterijumska varijabla zadovoljstvo životom, prediktorska varijabla odbacujuć stil afektivnog vezivanja, medijatorska varijabla strah od sreće

	Efekat	p
Efekat odbacujućeg stila na strah od sreće (a put)	.434	.000
Efekat straha od sreće na zadovoljstvo životom (b put)	-.309	.000
Efekat odbacujućeg stila na zadovoljstvo životom (c put)	-.412	.000
Direktan efekat odbacujućeg stila na zadovoljstvo životom (c prim put)	-.278	.001

Indirektan efekat koji ostvaruje odbacujuć stil afektivnog vezivanja na zadovoljstvo životom posredstvom straha od sreće iznosi $-.134$ sa intervalom poverenja (95% CI) od $-.205$ do $-.071$. Dakle, veći deo efekta odbacujućeg stila na zadovoljstvo životom ostvaruje se direktno, dok se manji deo ostvaruje preko medijatora, odnosno preko straha od sreće. Hijerarhijska regresiona analiza pokazala je da, kada je kriterijumska varijabla strah od sreće a prediktori traume u detinjstvu, bojažljiv i odbacujuć stil afektivnog vezivanja, kao dobar prediktor izdvaja se bojažljiv stil afektivnog vezivanja ($\beta = -.429$, $p < .001$). Da bismo bolje razumeli odnos između navedenih konstrukata, uradili smo medijacionu analizu. Rezultati medijacione analize prikazani su u Tabeli 4.

Tabela 4

Medijaciona analiza: kriterijumska varijabla strah od sreće, prediktorska varijabla traume u detinjstvu, medijatorska varijabla bojažljiv stil afektivnog vezivanja

	Efekat	p
Efekat trauma u detinjstvu na bojažljiv stil (a put)	.689	.000
Efekat bojažljivog stila na strah od sreće (b put)	.528	.000
Efekat trauma u detinjstvu na strah od sreće (c put)	.497	.000
Direktan efekat trauma u detinjstvu na strah od sreće (c prim put)	.133	.176

Indirektni efekat koji ostvaruju traume u detinjstvu na strah od sreće preko medijatora bojažljiv stil afektivnog vezivanja je $.364$ sa intervalom pove-

renja (95% CI) od .254 do .488. S obzirom na to da direktni efekat trauma u detinjstvu nije statistički značajan, možemo da zaključimo da traume u detinjstvu ostvaruju efekat na strah od sreće indirektno, odnosno preko bojažljivog stila afektivnog vezivanja. Hijerarhijska regresiona analiza pokazala je da, kada je kriterijumska varijabla krhkost sreće a prediktori traume u detinjstvu, bojažljiv i odbacujući stil afektivnog vezivanja, kao dobar prediktor izdvaja se bojažljiv stil afektivnog vezivanja ($\beta = .425$, $p < .001$). Da bismo bolje razumeli odnos između navedenih konstrukata, uradili smo medijacionu analizu. Rezultati medijacione analize prikazani su u Tabeli 5.

Tabela 5

Medijaciona analiza: kriterijumska varijabla krhkost sreće, prediktorska varijabla traume u detinjstvu, medijatorska varijabla bojažljiv stil afektivnog vezivanja

	Efekat	p
Efekat trauma u detinjstvu na bojažljivi stil (a put)	.689	.000
Efekat bojažljivog stila na krhkost sreće (b put)	.607	.000
Efekat trauma u detinjstvu na krhkost sreće (c put)	.445	.000
Direktan efekat trauma u detinjstvu na krhkost sreće (c prim put)	.027	.826

Indirektni efekat koji ostvaruju traume u detinjstvu na krhkost sreće preko medijatora bojažljiv stil afektivnog vezivanja je .418 sa intervalom poverenja (95% CI) od .294 do .564. S obzirom na to da direktan efekat trauma u detinjstvu nije statistički značajan, možemo da zaključimo da traume u detinjstvu ostvaruju efekat na krhkost sreće indirektno, odnosno preko bojažljivog stila afektivnog vezivanja. Hijerarhijska regresiona analiza pokazala je da, kada je kriterijumska varijabla zadovoljstvo životom a prediktorske varijable traume u detinjstvu, bojažljiv i odbacujući stil afektivnog vezivanja, kao dobar prediktor izdvaja se bojažljiv stil ($\beta = -.392$, $p < .001$) ali i traume u detinjstvu ($\beta = -.279$, $p < .001$). Da bismo bolje razumeli odnos između navedenih konstrukata, uradili smo medijacionu analizu. Rezultati medijacione analize prikazani su u Tabeli 6.

Tabela 6

Medijaciona analiza: kriterijumska varijabla zadovoljstvo životom, prediktorska varijabla traume u detinjstvu, medijatorska varijabla bojažljiv stil afektivnog vezivanja

	Efekat	p
Efekat trauma u detinjstvu na bojažljivi stil (a put)	.689	.000
Efekat bojažljivog stila na zadovoljstvo životom (b put)	-.484	.000
Efekat trauma u detinjstvu na zadovoljstvo životom (c put)	-.970	.000
Direktan efekat trauma u detinjstvu na zadovoljstvo životom (c prim put)	-.637	.000

Indirektni efekat koji ostvaruju traume u detinjstvu na zadovoljstvo životom preko medijatora bojažljiv stil afektivnog vezivanja je $-.334$ sa intervalom poverenja (95% CI) od $-.454$ do $-.230$. Dakle, traume u detinjstvu ostvaruju efekat na zadovoljstvo životom većim delom direktno, a manjim delom indirektno odnosno preko bojažljivog stila afektivnog vezivanja. Hijerarhijska regresiona analiza pokazala je da, kada je kriterijumska varijabla afektivna komponenta ličnog blagostanja, prediktorske varijable traume u detinjstvu, bojažljiv i odbacujuć stil afektivnog vezivanja kao najbolji prediktor izdvaja se bojažljiv stil afektivnog vezivanja ($\beta = -.538$, $p < .001$). Traume u detinjstvu ($\beta = -.155$, $p < .001$) i odbacujuć stil ($\beta = .118$, $p < .05$) su se takođe pokazali kao značajni prediktori. Da bismo bolje razumeli odnos između navedenih konstrukata, uradili smo medijacionu analizu. Rezultati medijacione analize prikazani su u Tabeli 7.

Tabela 7

Medijaciona analiza: kriterijumska varijabla afektivna komponenta ličnog blagostanja, prediktorska varijabla traume u detinjstvu, medijatorska varijabla bojažljiv stil afektivnog vezivanja

	Efekat	p
Efekat trauma u detinjstvu na bojažljivi stil (a put)	.689	.000
Efekat bojažljivog stila na afektivnu komponentu blagostanja (b put)	-.252	.000
Efekat trauma u detinjstvu na afektivnu komponentu blagostanja (c put)	-.308	.000
Direktan efekat trauma u detinjstvu na afek. komponentu blagostanja (c prim put)	-.134	.001

Indirektni efekat koji ostvaruju traume u detinjstvu na afektivnu komponentu ličnog blagostanja preko bojažljivog stila afektivne vezanosti je $-.174$ sa intervalom poverenja (95% CI) od $-.227$ do $-.125$. Dakle, traume u detinjstvu većim delom ostvaruju svoj efekat na afektivnu komponentu ličnog blagostanja preko bojažljivog stila afektivne vezanosti, a manjim delom direktno.

Diskusija i zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je povezivanje trauma u detinjstvu i nesigurnih stilova afektivnog vezivanja sa strahom od sreće i ličnim blagostanjem, radi boljeg razumevanja ovih konstrukata i eventualnih praktičnih implikacija na psihoterapijsku praksu. U ovom istraživanju dobijene su pozitivne korelacije trauma u detinjstvu sa krhkošću i strahom od sreće. Osobe koje su doživele traume u detinjstvu smatraju da što smo zadovoljniji, pre će se nešto katastrofično desiti. Da li je u osnovi ovih reakcija možda proces asocijacije, s jedne strane, prijatnih osećanja ljubavi, privrženosti koje dete prirodno oseća u kontaktu s roditeljskom figurom i, s druge, onih negativnih emocija koje se neminovno javljaju u traumatskim situacijama? Da li se u situaciji doživlja-

vanja sreće aktivira asocijativna veza koja direktno vodi do osećanja straha i neprijatnosti jer su se ta osećanja nekada vremenski poklopila sa prvim? Dosta pitanja na koja bismo mogli da dobijemo odgovore ukoliko bi nacrt ovog istraživanja bio longitudinalan, uz pravljenje čestih preseka emocionalnih stanja osobe.

Nesigurni stilovi afektivnog vezivanja pozitivno koreliraju sa krhkošću i strahom od sreće. Osobe koje imaju odbacujući stil afektivne vezanosti negativno su nastrojene prema drugim ljudima i od razočaranja se štite izbegavajući bliske odnose i održavajući osećaj samodovoljnosti i neranjivosti. Moguće je da ove osobe imaju strah da će njihova sreća biti „kratkog veka“ i da ne treba previše da se radujemo zato što nas iza ugla čekaju izdaja i razočaranje. Osobe bojažljivog stila su anksiozne i sebe percipiraju kao manje vredne a kroz odnos sa drugima pokušavaju da uspostave samopouzdanje. One čeznu za bliskošću pa se samim tim i boje da će tu bliskost izgubiti. Moguće da kroz istu kognitivnu prizmu percipiraju i konstrukt sreće, tačnije smatraju da će ona kad-tad nestati, te je kod njih taj strah prisutan.

Korelacije negativnog predznaka dobijene su između trauma u detinjstvu i ličnog blagostanja. Različita traumatska iskustva su u negativnoj vezi sa pozitivnim afektivitetom u odraslom dobu. Ukoliko osoba koja je pretrpela traumatsko iskustvo ima tendenciju da izbegava pozitivne emocije, kako bi bila „spremnija“ za buduće negativne događaje, ova negativna veza ne iznenađuje. Tome se mogu dodati i nalazi autora (Young & Klosko, 2003) da osoba u odraslom dobu uglavnom ima tendenciju da doživljava one emocije koje je proživela u detinjstvu, jer su ta osećanja poznata i doživljavaju se sigurnim koliko god ona objektivno bila negativna.

Nesigurni stilovi afektivnog vezivanja negativno koreliraju sa ličnim blagostanjem. Slaba negativna korelacija dobijena je između odbacujućeg stila i ličnog blagostanja. Izgleda da je percipiranje drugih sa nepoverenjem, kao onih koji mogu lako da nas odbace, u vezi i sa doživljajem nižeg blagostanja. Negativna korelacija bojažljivog stila sa ličnim blagostanjem je umerena. Osobe koje imaju bojažljiv stil, s obzirom na to da su one te koje sebe percipiraju kao manje vredne, a druge posmatraju sa nepoverenjem pored toga imaju i niži stepen ličnog blagostanja. Kao dobar prediktor ličnog blagostanja pokazao se bojažljiv stil afektivnog vezivanja, kao i traume u detinjstvu. Medijaciona analiza je pokazala da manji deo efekta koji traume u detinjstvu ostvaruju na kognitivnu komponentu ličnog blagostanja ide indirektno, odnosno preko bojažljivog stila, a da veći deo efekta koji ostvaruju na afektivnu komponentu ličnog blagostanja takođe ide indirektno, odnosno preko bojažljivog stila afektivnog vezivanja. Ljudi internalizuju iskustva koja su proživeli u detinjstvu, naročito u odnosu sa roditeljima i važnim drugima, što rezultuje formiranjem mentalne reprezentacije i radnog modela koji oblikuje način na koji će se osoba osećati, razmišljati, ponašati. Odbacivanje,

distanciranost, nedostatak podrške i topline kao i nepovoljni događaji u detinjstvu povezani su sa nesigurnim afektivnim vezivanjem u odrasloj dobi (Hinnen, Sanderman, & Sprangers, 2009). Upravo taj radni model je nešto što se proteže kao kognitivna struktura tokom celog života. Da li formiranje bojažljivog stila i posledično negativno percipiranje sebe i drugih u stvari predstavlja psihološki odraz traumatskih iskustava i dovodi do manjeg ličnog blagostanja? Ovo može imati praktične implikacije na psihoterapijski rad u kontekstu shvatanja značaja bojažljivog stila afektivnog vezivanja za lično blagostanje i posledično usmeravanje psihoterapijskih intervencija. U ovom kontekstu, treba istaći da psihoterapijski modaliteti koji su usmereni na teškoće u sistemu afektivnog vezivanja ili se fokusiraju na poboljšanje porodičnih odnosa u kontekstu afektivnog vezivanja mogu pomoći povećanju ličnog blagostanja (Temiz & Comert, 2018). Kao dobar prediktor krhkosti i straha od sreće izdvojio se bojažljiv stil afektivnog vezivanja. Medijacionom analizom je pokazano da traume u detinjstvu indirektno utiču na krhkost i strah od sreće ostvarujući preko bojažljivog stila afektivne vezanosti. Izgleda da je bojažljiv stil zapravo psihološki mehanizam preko kojeg traume u detinjstvu ostvaruju svoj efekat na percepciju sreće u odrasloj dobi. Osobe koje su pretrpele određeni vid traume mogu pretpostavljati da je potrebno biti stalno na oprezu i u pripravnosti, odnosno zauzeti gard, kako bi spremnije dočekali nepovoljnu situaciju. Praktične implikacije rada bi mogle sugerisati na značaj intervencija u kontekstu afektivnih relacija u psihoterapijskoj praksi u radu sa klijentima koji su imali traumatska iskustva, naročito na važnost bojažljivog stila afektivnog vezivanja. S obzirom na to da krhkost i strah od sreće negativno koreliraju sa ličnim blagostanjem, a da je strah od sreće parcijalni medijator između odbacujućeg stila i zadovoljstva životom, praktične implikacije našeg rada mogu ići u smeru ostalih psihoterapijskih intervencija. Ukoliko strah od sreće percipiramo kao maladaptivno uverenje, on time postaje pristupačniji modifikaciji, te je moguće promenom njega uticati na povećanje zadovoljstva životom, s obzirom na to da određene crte ličnosti zahtevaju dugotrajniji psihoterapijski proces i manje su podložne promeni. Pomaganje osobi da preispita i modifikuje uverenja u vezi sa averzijom sreće može biti značajna komponenta u psihoterapijskom pristupu (Joshnloo, 2018). U skladu sa dobijenim rezultatima naši predlozi vezani za psihoterapijske intervencije su pre svega rad na kognitivnom restrukturiranju ovih disfunkcionalnih načina razmišljanja. Ukoliko osoba "vidovnjači" da nakon srećnih momenata moraju uslediti nesrećni, potrebno je modifikovati ovakva uverenja, posebno kod osoba koje su preživele traume ili su u detinjstvu dobijali manje podrške i više kritike od svojih roditelja pa projekciju budućnosti konstruišu na osnovu tih negativnih predašnjih iskustava. Cilj je da osobe shvate da je pomisao da će nesreća uslediti nakon sreće je pre svega samo to - pomisao, a ne i apsolutna istina.

Reference

- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of Four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226–244.
- Bernstein, D. P., & Fink, L. (1998). *Childhood Trauma Questionnaire: A retrospective selfreport*. San Antonio, TX: Harcourt, Brace, and Company
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201–210.
- Bülbül, A. E. (2018). Reliability and Validity of Fear of Happiness Scale: A Case Study of University Students. *Journal of Education and e-Learning Research*, 5, 91–95.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Essien, E. A., Attoe, O. R., Anake, G. A., Uwah, E. E., Aigbomian, E. J., Eleazu, F. I., & Udofia, O. (2018). The childhood trauma questionnaire: validity, reliability and factor structure among adolescents in Calabar, Nigeria. *Nigerian Journal of Medicine*, 27, 252–259.
- Finkelhor, D., Ormrod, R., Turner, H. A., & Hamby, S. L. (2005). The victimization of children and youth: A comprehensive, national survey. *Child Maltreatment*, 10, 5–25.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430.
- Hayes, A. M., & Feldman, G. (2004). Clarifying the construct of mindfulness in the context of emotion regulation and the process of change in therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 255–262.
- Hinnen, C., Sanderman, R., & Sprangers, M. A. (2009). Adult attachment as mediator between recollections of childhood and satisfaction with life. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 16, 10–21.
- Joshanloo, M. (2013). The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale. *Personality and Individual Differences*, 54, 647–651.
- Joshanloo, M. (2018). Fear and fragility of happiness as mediators of the relationship between insecure attachment and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 123, 115–118.
- Joshanloo, M., & Weijers, D. (2014). Aversion to Happiness Across Cultures: A Review of Where and Why People are Averse to Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 15, 717–735.
- Joshanloo, M., Weijers, D., Jiang, D.Y., Han, G., Bae, J., Pang, J., et al. (2015). Fragility of Happiness Beliefs Across 15 National Groups. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1185–210.
- Karl-Siegbert, R. (2000). The Fear of Happiness: Anthropological Motives. *Journal of Happiness Studies*, 1, 479–500.
- Lucas, R. E. & Diener, E. (2010). Subjective well-being. In M. Lewis, J.M. Haviland-Jones & L. Feldman Barrett (Eds.). *Handbook of emotions* (pp. 471-484). New York, London: The Guilford Press.

- Scharfe, E. (2016). Measuring what counts: Development of a new four-category measure of adult attachment. *Personal Relationships*, 23, 4–22.
- Smith, P. H., Smith, J. B., & Earp, J. A. (1999). Beyond the measurement trap: A reconstructed conceptualization and measurement of women battering. *Psychology of Women Quarterly*, 23, 177–193.
- Temiz, Z. T., & Comert, I. T. (2018). The relationship between life satisfaction, attachment styles, and psychological resilience in university students. *Dusunen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 31, 274–283.
- Watson, D., Clark, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070.
- Yildirim, M., & Belen, H. (2018). Fear of happiness predicts subjective and psychological well-being above the Behavioral Inhibition System (BIS) and Behavioral Activation System (BAS) model of personality. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 2, 92–111.
- Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press

DATUM PRIJEMA RADA: 06.12.2019.

DATUM PRIHVATANJA RADA: 20.04.2020.

The relationship between childhood traumas and insecure attachment styles and the fear of happiness and subjective well-being

Marija Lazić, Nikola M. Petrović

University of Belgrade, Faculty of Philosophy, Department of Psychology

The study aims to examine the relationship between childhood traumas and insecure attachment styles and subjective well-being and the fear of happiness. The sample included students of the University of Belgrade. The sample size was convenient; 426 students in total, 306 female and 126 male respondents. It is shown that there is a positive correlation between the fear of happiness and insecure attachment styles, as well as between the fear of happiness and childhood traumas. There is a negative correlation between the fear of happiness and subjective well-being, as well as between subjective well-being and childhood traumas. Negative correlation has also been found between subjective well-being and insecure attachment styles. Fear of happiness proved to be a partial mediator between the dismissive style and life satisfaction, while fearful attachment style was shown to be a mediator between childhood traumas and fragility and the fear of happiness. It was also found that fearful attachment style was a partial mediator between childhood traumas and subjective well-being.

Key words: fear of happiness, fragility of happiness, subjective well-being, childhood traumas, insecure attachment styles