



RELACIONE POTREBE

VESNA PETROVIC

- Ričard Erskin je razvio model relacionih potreba koji je centralni model I u relacionoj integrativnoj psihoterapiji i u savremenoj transakcionoj analizi (Erskin i Trautman, 1996; Erskin i sar., 1999; Erskin, 2015). Relacione potrebe su potrebe koje su „jedinственe za lični kontakt” (Erskin, 2015, str. 46) i mogu se zadovoljiti samo u odgovornom ljudskom odnosu. Ove potrebe nisu samo potrebe detinjstva, već su „prisutne tokom čitavog životnog ciklusa od ranog detinjstva do starosti“ (Erskin, 2015, str. 47).

- Model relacionih potreba zasniva se na teoriji vezanosti, teoriji objektnih odnosa, transakcionoj analizi i selfpsihologiji; model naglašava potrebu za odnosima kao primarnu ljudsku motivaciju (Fairbairn, 1954; Berne, 1961, 1967; Bowlbi, 1969; Kohut, 1971, 1977, 1984; Ainsworth et al., 1978; Stern, 1961, 1968).

- Ove teorije su opisale važnost roditeljskog reagovanja na relacije potrebe deteta za zdrav razvoj ličnosti. Bowlbi (1969) opisuje da je potreba dece za privrženosti osnovna ljudska potreba koja je ključna za njihovu zaštitu od opasnosti. Sistem vezanosti motiviše bebe da traže blizinu i komunikaciju sa negovateljima. Stoga, vezanost ima važnu evolucionu funkciju - da povećava mogućnost opstanka deteta. Odnos privrženosti je ključan za zdrav razvoj ličnosti i razvoj mozga (Schore, 1994, 2001, 2003; Siegel, 1999, 2012; Cozolino, 2002).

- Selfpsihologija Hajnca Kohuta fokusira se na važnost odnosa za održavanje kohezivnog selfa (Kohut, 1971, 1977). Detetu je za njegov psihološki opstanak potrebna optimalna empatična sredina. Kohut (1984) je opisao tri glavne potrebe za self objektom kod dece: potrebu za ogledanjem, potrebu za idealizacijom i potrebu za blizanastvom. On je istakao važnost roditeljskog odgovora na ove potrebe za razvoj kohezivnog ja.

Mozak I rani odnosi

- Sve se više razume da rani odnos dete-roditelj utiče na razvoj mozga (Schore, 1994, 2001, 2003; Siegel, 1999, 2007; Cozolino, 2002). Schore (1994, 2003) je opisao značaj regulacije afekta psihobioloških stanja deteta za zdrav razvoj mozga. Usklađivanje i regulisanje dečjih afekta su od ključne važnosti za uspostavljanje osećaja sigurnosti, povezanosti i sigurne privrženosti. Nasuprot tome, hronična neusaglašenost, zanemarivanje i zlostavljanje mogu imati razorne posledice po ličnost deteta i razvoj mozga (Schore, 1994, 2001, 2003; Siegel, 1999). Teorija privrženosti je opisala važnost potreba vezanosti kroz životni ciklus (Hazan i Shaver, 1987; Bartholomev i Horovitz, 1991; Vallin, 2007). *Reagovanje na relacione potrebe je stoga važno ne samo u detinjstvu, već i tokom celog našeg života (Erskine et al., 1999; Erskine, 2015).*

Model osam relacionih Potreba

- Erskine et al. (1999) opisali su osam primarnih relacionih potreba koje su klijenti najčešće iskazivali u psihoterapiji:

- (1) *Potreba za sigurnošću;*
- (2) *Potreba da se osećam validirano, potvrđeno i značajno u vezi;*
- (3) *Potreba da budem prihvaćena od strane stabilne, pouzdane i zaštićene druge osobe;*
- (4) *Potreba za potvrdom ličnog iskustva;*
- (5) *Potreba za samodefinisanjem;*
- (6) *Potreba za uticajem na drugu osobu;*
- (7) *Potreba da druga osoba inicira, inicijativa drugog;*
- (8) *Potreba za izražavanjem ljubavi.*

1. SIGURNOST

- Erskine et al. (1999) opisuju SIGURNOST kao „visceralno iskustvo zaštite naših fizičkih i emocionalnih ranjivosti” (str. 124). Osoba takođe ima osećaj da može biti ranjiva i istovremeno u harmoniji sa drugim. Kada je ova potreba u prvom planu, zadatak terapeuta je da pruži osećaj sigurnosti.

2. VALIDIRAN AFIRMISAN I ZNACAJAN U RELACIJI

- Druga potreba je potreba da se osećate potvrđeno, potvrđeno i značajno u vezi. U psihoterapijskom odnosu, terapeut može da se prilagodi ovoj potrebi potvrđujući značaj i funkciju klijentovih intrapsihičkih procesa.

3. PRIHVACEN OD STRANE STABILNE POUZDANE I PROTEKTIVNE OSOBE

-
- Relaciona potreba za prihvatanjem od strane stabilne, pouzdane i zaštitničke druge osobe je potraga za zaštitom i vođstvom u vezi. Terapeut se prilagođava toj potrebi tako što KLIJENTA prihvata „dosledna, stabilna, pouzdana i zaštitnička druga osoba“ (Erskine et al., 1999, str. 132). Ova potreba se ponekad može manifestovati u odnosima kao idealizacija druge osobe. Erskin (2015) objašnjava da idealizacija u psihoterapiji ili svakodnevnom životu nije nužno patološka i da se može shvatiti kao potreba za intrapsihičkom zaštitom.

4. KONFIRMACIJA LICNOG ISKUSTVA

- Potreba za potvrdom ličnog iskustva može se manifestovati kroz želju da se bude u „prisustvu nekoga ko je sličan, ko razume jer je imao slično iskustvo, i čije zajedničko iskustvo potvrđuje” (Erskin, 2015, str. 50). Ako je ova potreba u prvom planu psihoterapije, terapeut može podeliti neka svoja iskustva koja su slična klijentu.

5. Self definicija

- Samo odredjenje je relacionala potreba da se bude jedinstven i drugačiji od drugih i da se bude poštovan i priznat zbog ove jedinstvenosti. To je potreba da se bude drugačiji, što je u direktnoj suprotnosti sa potrebom za sličnim, koja se izražava potrebom za potvrdom ličnog iskustva. Kada je ova potreba u prvom planu psihoterapije, terapeut dosledno podržava izražavanje različitosti i individualnosti klijenta.

6. Potreba da se ima uticaj na drugu osobu

- Potreba da uticem na drugu osobu odnosi se na „imanje uticaja koji deluje na drugu osobu na neki željeni način“ (Erskine, 2015, str. 51). U psihoterapijskom odnosu, terapeuti reaguju na ovu potrebu tako što su pod uticajem klijentovog iskustva umesto da budu udaljeni i neključeni.

7. Da druga osoba inicira

- Potreba da druga osoba inicira jeste potreba da druga osoba pokrene razmenu i uspostavi kontakt (Erskine et al., 1999). U recipročnom odnosu, obe osobe iniciraju kontakt i razmenu. Međutim, ako je osoba uvek u poziciji da inicira, osoba može početi da sumnja u ulaganje druge osobe u vezu. U psihoterapijskom odnosu, terapeut može odgovoriti na ovu potrebu pružanjem inicijacije, usmjeravanja i vodjstva

8. Potreba da se izrazi ljubav

- .
- Potreba da se izrazi ljubav „često se izražava kroz tihu zahvalnost, pružanje naklonosti ili činjenje nečega za drugu osobu“ (Erskin, 2015, str. 52). Međutim, kada je autentična potreba da se izrazi ljubav u prvom planu, druga osoba može prihvatiti zahvalnost prve osobe i priznati potrebu kao deo veze. Erskin (2015) opisuje da se relacionala potreba za izražavanjem ljubavi često zanemaruje u psihoterapiji i shvata kao manipulacija, transfer ili kršenje neutralnosti. Međutim, kada je autentična potreba za izražavanjem ljubavi u prvom planu, terapeut može prihvatiti klijentovu zahvalnost i priznati potrebu kao deo veze.

- Trenutno ne postoji empirijsko istraživanje o osam relacionih potreba, međutim, predloženo je nekoliko kliničkih zapažanja i hipoteza u vezi sa prirodom relacionih potreba (Erskine et al., 1999; Erskine, 2015). Erskine et al. (1999) tvrde da su potrebe u odnosima dinamične; svaka potreba za odnosom može postati svesna kao čežnja ili želja, dok su ostale relacione potrebe u pozadini. Autori takođe predlažu da usklađeni i uključeni odgovor druge osobe zadovoljava relacionu potrebu, a potreba postaje manje intenzivna i ide u pozadinu svesti. Kada osoba doživi da su njene relacione potrebe zadovoljene u vezi, osoba doživljava da je voljena.

- Model relacionih potreba može pomoći psihoterapeutima da razviju psihoterapijski odnos koji je usklađen sa klijentovim relacionim potrebama koje se pojavljuju (Erskine, 2015). Terapeut može različito reagovati u zavisnosti od toga koja je relaciona potreba u prvom planu. Na primer, kada je potreba za potvrdom ličnog iskustva u prvom planu, psihoterapeut može da podeli svoja lična iskustva, dok to ne bi bio optimalan odgovor ako bi potreba za zaštitom bila u prvom planu. Terapeut empatično reaguje na potrebe klijenta i na klijentovo bolno prepoznavanje ranijih prekida odnosa. Dok psihoterapeut ne može da zadovolji klijentove arhaične potrebe, on može da potvrdi i normalizuje ove potrebe u sada i ovde, što može da pokrene proces tugovanja zbog nezadovoljenih relacionih potreba iz prošlosti. Koncept relacionih potreba mogao bi biti relevantan u različitim psihoterapijskim pristupima koji pridaju značaj terapijskom odnosu kao isceliteljskom agensu.

- Erskin (2015) opisuje da relacione potrebe nisu prisutne samo u psihoterapiji, već se manifestuju u svakodnevnom životu ljudi. Kada relacione potrebe nisu zadovoljene u vezi, one mogu postati intenzivnije i uznemirujuće. Erskin (2015) objašnjava da se nedostatak zadovoljenja potreba u odnosima može „doživeti kao težnja, praznina, mučna usamljenost ili intenzivna glad koja je često praćena nervozom“. Kontinuirano nezadovoljavanje potreba u odnosima može dovesti do frustracije i ljutnje u vezi, a takođe može postepeno dovesti do gubitka nade i značenja. Nezadovoljene relacione potrebe se takođe mogu manifestovati u negativnim skriptnim verovanjima o sebi, drugima i životu, koja su kognitivna odbrana od nezadovoljenih relacionih potreba (Erskine i Moursund, 1988).

- Erskine et al. (1999) smatraju da se nedostatak zadovoljenja potreba u odnosima može manifestovati osecanjem usamljenosti. Poslednjih decenija bilo je mnogo istraživanja koja pokazuju negativan uticaj usamljenosti i socijalne izolacije na mentalno i fizičko zdravlje. Usamljenost je povezana sa depresijom (Erzen i Cikrikci, 2018) i raznim drugim psihijatrijskim poremećajima, kao što su zloupotreba alkohola, zlostavljanje dece, problemi sa spavanjem, samoubistvo i Alchajmerova bolest (Mushtak et al., 2014). Usamljenost i socijalna izolacija su takođe faktor rizika za smrtnost (Holt-Lunstad et al., 2015; Rico-Urbe et al., 2016) i povezani su sa fizičkim bolestima, kao što su dijabetes, autoimuni poremećaji, kardiovaskularne bolesti, rak i mnogi drugi (Mushtak et al., 2014). Usamljenost je takođe negativno povezana sa prosocijalnim tendencijama (Huang et al., 2016) i utiče na mentalni i fizički kvalitet života (Gerino et al., 2017).

Potreba za pripadanjem

- Dok model relacionih potreba ima korene *u teoriji privrzenosti*, *teoriji objektnih odnosa*, *transakcionoj analizi* i *selfpsihologiji*, model se takođe može povezati sa drugim teorijama i istraživanjima ljudske motivacije. Erskinov (2015) koncept važnosti zadovoljenja potreba u odnosima je u skladu sa opisom *potrebe za pripadanjem* Baumeister i Leari (1995) kao fundamentalne ljudske motivacije. Baumeister i Leari (1995) opisuju da „ljudska bića imaju prodoran nagon da formiraju i održavaju barem minimalnu količinu trajnih, pozitivnih i značajnih međuljudskih odnosa” (str. 497). *Predlažemo da se osam relacionih potreba odnose na različite aspekte ove primarne potrebe za pripadanjem*

- Erskinov (2015) model relacionih potreba takođe deli neke sličnosti sa teorijom samoodredjenja (Deci i Rian, 2000), koja predlaže tri primarne ljudske potrebe: autonomiju, kompetenciju i povezanost. Osmam relacionih potreba se po našem mišljenju odnosi i na autonomiju i na srodnost . Erskinova (2015) potreba za samodefinisanjem je u izvesnoj meri povezana sa potrebom za autonomijom, koja se pojačava kada drugi ljudi „aktivno pokušavaju da razumeju nečija interesovanja, preferencije i perspektive“ (La Guardia i Patrick, 2008, str. 202). Ostalih sedam Erskinovih potreba za odnosom mogu biti povezane sa potrebom za srodnoscu , koja se pojačava kada se drugi ljudi „uključuju, pokažu interesovanje, usmeravaju energiju prema toj osobi i prenesu da je osoba

- Već postoji nekoliko instrumenata koji mere konstrukte slične Erskinovom (2015) konceptu zadovoljenja relacionih potreba. Većina instrumenata se fokusira na opšte zadovoljstvo u relaciji, a ne na odvojene potrebe u njoj.

Gregor Zvelc, Karolina Jovanoska I Masa Zvelc

- Skala zadovoljstva u relacionim potrebama (RNSS) zasnovana na Erskinovom (2015) modelu osam primarnih relacionih potreba. Sprovedene su tri odvojene studije

- Skala relacionih potreba obuhvata 20 stavki koje se odnose na pet dimenzija relacionih potreba: Autentičnost, Podrška i zaštita, Uticaj, Zajedničko iskustvo i Inicijativa drugih. Skala takođe uključuje ukupnu ocenu zadovoljenja potreba u odnosima.

- Erskine et al. (1999). U istraživanju su empirijski potvrđene četiri originalne Erskine et al. (1999) dimenzije:
- Potreba za prihvatanjem od strane stabilne, pouzdane i zaštitničke druge osobe;
- Potreba za potvrdom ličnog iskustva;
- Potreba za uticajem; i
- Potreba za inicijativom.
-

Autenticnost

- Pronađena je nova dimenzija, „Autentičnost“, koja uključuje Erskine et al. (1999) relacije potrebe za bezbednošću, validaciju i samodefinisanje. Utvrđeno je da ove relacije potrebe nisu zasebne dimenzije. Rezultati nisu iznenađujući, pošto su relacije potrebe za sigurnošću, validacijom i samodefinisanjem teorijski međusobno povezane. Ako osećamo da smo potvrđeni u vezi, takođe ćemo se osećati sigurno i doživeti da se naša individualnost poštuje. Nasuprot tome, ako je naša potreba za samodefinisanjem zadovoljena, takođe ćemo se osećati sigurno i potvrđeno. Dimenzija Autentičnosti, dakle, uključuje sve tri glavne relacije potrebe. Kada se osoba oseća Sigurnom, Potvrđenom i Poštovanom zbog svoje jedinstvenosti, osoba će doživeti da može biti Autentična u vezi.

- Rezultati takođe ne podržavaju Erskinovu (2015) relacionu potrebu da se izrazi Ljubav kao posebnu dimenziju. Neke od stavki ove dimenzije zasićene su dimenzijom Potreba za autentičnošću, međutim, faktorska opterećenja su bila niska, tako da nijedna stavka nije zadržana u konačnom obliku skale. Može biti da se potreba za izražavanjem ljubavi razlikuje od drugih potreba u odnosima, jer uključuje aktivno angažovanje osobe sa drugim ljudima - želju za davanjem za razliku od želje za primanjem ljubavi. Druge potrebe u odnosima se više bave zadovoljavanjem sopstvenih potreba, dok je potreba za davanjem ljubavi više orijentisana na dobrobit drugih ljudi.

- Studija ima važne implikacije za psihološku praksu. Skala zadovoljenja relacionih potreba može se koristiti za procenu relacionih potreba u psihoterapiji i savetovanju. Razumevanje nezadovoljenih potreba u odnosima može biti važno za planiranje tretmana i procenu napretka u savetovanju i psihoterapiji. Skala se može koristiti kao mera ishoda u psihoterapiji koja se odnosi na funkcionisanje odnosa. To može biti posebno važno za bračno/bračno savetovanje, jer je nezadovoljavanje potreba u odnosima često osnovno pitanje koje dovodi do problema u odnosu u paru. Skala se može koristiti u istraživanjima vezanim za međuljudske odnose u različitim oblastima psihologije, posebno za razumevanje uloge zadovoljenja relacionih potreba u usamljenosti, socijalnoj izolaciji i različitim kliničkim poremećajima.

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., and Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Baumeister, R. F., and Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol. Bull.* 117, 497-529. doi: 10.1037/0033-2909.117.3.497

- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*, Vol. 1. London: Penguin Books.
- London: Karnac Books.

- Erskine, R. G., Moursund, J. P., and Trautmann, R. L. (1999). *Beyond Empathy: A Therapy of Contact-in-Relationship*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Erskine, R. G. (2015). *Relational Patterns, Therapeutic Presence: Concepts and Practice of Integrative Psychotherapy*. London

- Fairbairn, W. R. D. (1986/1941). “A revised psychopathology of the psychoses and psychoneuroses,” in *Essential Papers on Object Relations*, ed. P. Buckley (New York, NY: New York University Press), 71-101.

- Kohut, H. (1977). *The Restoration of the Self*. Madison, CT: International Universities Press.
- Kohut, H. (1984). *How does Analysis Cure?*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- La Guardia, J. G., and Patrick, H. (2008). Self-determination theory as a fundamental theory of closerelationships. *Can. Psychol. Psychol. Can.* 49, 201-209. doi: 10.1037/a0012760
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., and Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: a self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *J. Personal. Soc. Psychol.* 79, 367-394. doi: 10.1037//0022-3514.79.3.367

Zvelc, G., Jovanoska, K., Zvelc, M.

Development and Validation of the Relational Needs Satisfaction Scale



Gregor Žvelc^{1,2,3*},

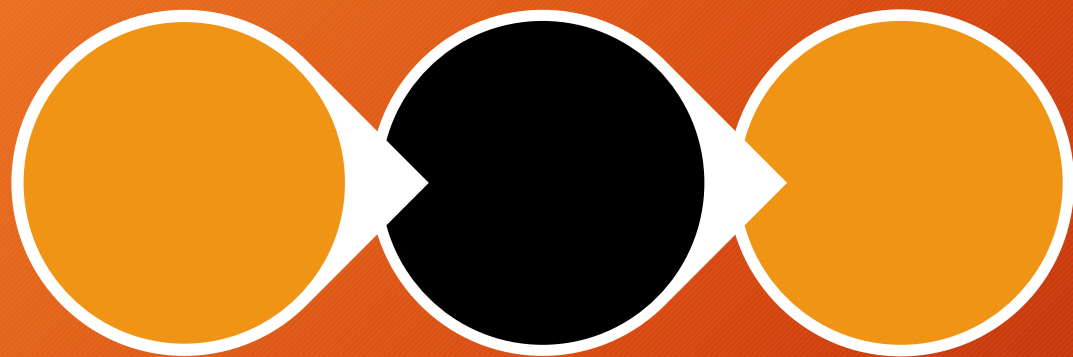
Karolina Jovanoska² and

Maša Žvelc^{2,4}

- ORIGINAL RESEARCH article
- Front. Psychol., 10 June 2020 | <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00901>



Sta zelite da ovde napisemo?





HVALA!

V.PETROVIC581@GMAIL.COM