



# TEORIJA NAVEZANOSTI



# Razvoj teorije navezanosti

John Bowlby:  
Prvi del trilogije: Navezanost

1969



1970

Mary Ainsworth:  
Tuja situacija

Teorija postane splošno znana

2024



**VEGOVA**

ELEKTROTEHNIŠKO-RAČUNALNIŠKA  
STROKOVNA ŠOLA IN GIMNAZIJA  
LJUBLJANA

# Navezanost

je dejaven, medsebojno močno naklonjen recipročen odnos med dvema osebama.



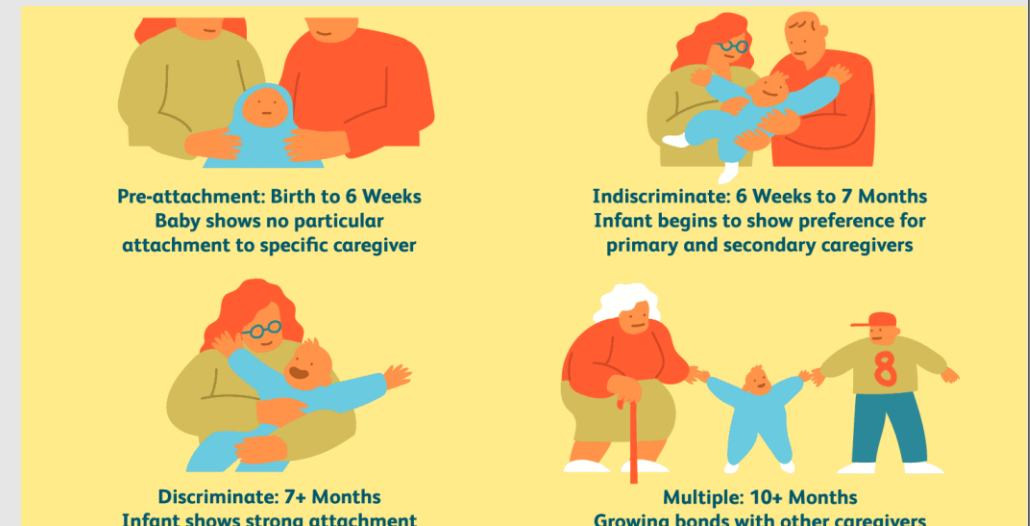
# Etološka teorija navezanosti (J. Bowlby, 1969)

Etologija = znanstvena disciplina, ki se ukvarja s preučevanjem genetskih in okoljskih vplivov na vedenje živali.

- prirojeni signali pri otroku
- prirojena zmožnost odzivanja na signale pri referenčni osebi
- prvo leto življenja → razvoj močne čustvene povezave na podlagi te recipročne odzivnosti

Faze:

1. Pred navezanostjo (do meseca in pol).
2. Faza oblikovanja/nespecifične navezanosti (do cca. 8. meseca).
3. Faza specifične navezanosti (do leta in pol ali dveh).
4. Faza oblikovanja recipročnega odnosa.





# Tuja situacija (M. Ainsworth, 1970)

EPIZODA	DOGODKI	VEDENJA NAVEZANOSTI
1	Testator/ka predstavi enemu od staršev (referenčni osebi) in otroku igralnico in zapusti prostor.	
2	Referenčna oseba sedi v igralnici, otrok pa se igra.	Eden od staršev predstavlja varno bazo.
3	Testator/ka vstopi v igralnico, sede k staršu in se z njim zaplete v pogovor.	Odziv na neznano osebo.
4	Referenčna oseba zapusti igralnico. Testator/ka se odziva na otroka in ga tolaži, če je potrebno.	Separacijska anksioznost.
5	Referenčna oseba se vrne, pozdravi otroka in ga potolaži, če je potrebno. Testator/ka odide.	Odziv na ponovno snidenje.
6	Referenčna oseba zapusti igralnico.	Separacijska anksioznost.
7	Testator/ka se vrne v igralnico in otroka tolaži.	Sposobnost utolažljivosti.
8	Referenčna oseba se vrne, pozdravi otroka, ga potolaži, če je potrebno, in v njem skuša obnoviti zanimanje za igro.	Odziv na ponovno snidenje.



# Štirje glavni vzorci navezanosti

- Varno navezani
  - Distres ob in po ločitvi, hitro pomirjenje ob ponovnem snidenju.
- Izogibajoče navezani
  - Ni distresa ob ločitvi, izogibanje ob ponovnem snidenju.
- Ambivalentno (upirajoče) navezani
  - Iskanje veliko bližine z osebo pred ločitvijo, jeza in upiranje, ko se vrne.
- Dezorganizirano/dezorientirano navezani
  - Zmedeno in protislovno odzivanje ob prisotnosti, ločitvi in po snidenju.



# Kateri vzorec navezanosti se bo razvil pri otroku?

- Odvisno predvsem od obnašanja referenčne osebe (to pa od njenih izkušenj in vzorca navezanosti).

VZOREC DOJENČKOVE/ MALČKOVE NAVEZANOSTI	PREVLADUJOČE OBNAŠANJE REFERENČNE OSEBE
Varni (B)	Odzivnost, občutljivost, pozornost, naklonjenost, veliko telesnega in očesnega stika, komunikacije, spoštovanje samostojnosti, sodelovalnost, sprejemanje skrbnosti in odgovornosti za otroka.
Izogibajoči (A)	Odklanjanje telesnega, očesnega stika in drugih oblik komunikacije, izražanje negativnih čustev, relativna neodzivnost, neobčutljivost in nezainteresiranost za otroka, pogosto uveljavljanje moči nad otrokom.
Ambivalentni (C)	Nedosledno odzivanje, neobčutljivost, naklonjenost, motečnost, pretirana stimulacija.
Dezorganizirani/dezorientirani (D)	Neodzivnost, zanemarjanje, zloraba.



# Notranji delovni model navezanosti

TIP DELOVNEGA MODELA NAVEZANOSTI	OPIS DELOVNEGA MODELA NAVEZANOSTI	VZOREC OTROKOVE NAVEZANOSTI
Avtonomni/varni	Objektivnost in uravnoteženost pri opisu izkušenj iz otroštva, tako pozitivnih kot negativnih. Staršev odrasli niti ne idealizirajo niti ne izražajo zamer do njih. Njihove razlage odnosov s starši so koherentne in prepričljive.	Varni
Opuščujoči	Razvrednotenje pomembnosti otroške navezanosti, težnja k idealizaciji staršev v odsotnosti spomina na specifične izkušnje. Česar se odrasli spominjajo iz otroštva, opisujejo racionalno brez čustvene konotacije.	Izogibajoči
Pretirano vključeni	Svoje otroške izkušnje odrasli opisujejo zelo čustveno, včasih izražajo jezo do staršev. Preobremenjeni so s spomini na zgodnjo navezanost in o njih poročajo zmedeno ter nekoherentno.	Upirajoči
Nerazrešeni	Odrasli izražajo značilnosti kateregakoli od treh modelov, istočasno pa sklepajo dezorganizirano o spominih na "izgube" referenčnih oseb ali na izkušnje zlorabe.	Dezorganizirani/ Dezorientirani

= niz pričakovanj pri posameznikih, ki izvira iz zgodnjih izkušenj otrok/referenčna oseba in se nanaša na dostopnost in občutljivost referenčne osebe do otroka.

Te mentalne reprezentacije čustvenega odnosa posamezniku služijo kot vodilo pri oblikovanju vseh kasnejših tesnih odnosov z drugimi ljudmi.



# Teorija in praksa:

- porodniški dopust (zakonodaja),
- izobraževanje vzgojiteljic (javni vrtci, nacionalni standardi),
- otroci v bolnišnicah (stiki, obiski, prenočevanje staršev),
- preventiva na področju duševnega zdravja (zdravstvene ustanove),
- skrbništva, pravice do obiskov (centri za socialno delo).



# Posnetki za dodatno razlago

- Kako se različni stili navezanosti kažejo v šoli/slужbi, v odnosih in kako v krizi:
  - [https://www.youtube.com/watch?v=GHNOdsbRuaw&ab\\_channel=Psych2Go](https://www.youtube.com/watch?v=GHNOdsbRuaw&ab_channel=Psych2Go)
- Navezanost razložena na primerih
  - [https://www.youtube.com/watch?v=WjOowWxOXCg&ab\\_channel=Sprouts](https://www.youtube.com/watch?v=WjOowWxOXCg&ab_channel=Sprouts)
- Tuja situacija: varna navezanost
  - [https://www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUHU&ab\\_channel=I-LABSUW](https://www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUHU&ab_channel=I-LABSUW)