

Obitelj i stres

Family and stress

Dolores Britvić

Sažetak. Obitelj predstavlja biopsihosocijalni sustav s jasno podijeljenim ulogama, hijerarhijom, granicama i međusobnim odnosima, te koristeći regulatorne mehanizme teži održavanju stanja unutarnje ravnoteže. Obiteljski sustav je mikrojedinica sustava društva u koje je duboko uronjena te je podložna utjecaju stresnih, kriznih, ali i psihotraumatskih događaja.

Prema intenzitetu događaja razlikujemo termin stres koji se koristi za prilagodbu na manje teške događaje (svakodnevnog života) i distress ili kriza koji se koristi za efekte događaja na koje se teže prilagođavamo. Između obitelji i stresnih događaja postoji dvosmjerna veza. Obitelj može pomoći u savladavanju ovakvih događaja, ali može biti i izvor stresa. Pomoć i podrška obitelji u stresnim situacijama ovisit će o vrsti i trajanju događaja, ali i o tome u kojoj mjeri taj događaj remeti obiteljsku unutarnju ravnotežu. Iznimno neugodni, iznenadni događaji koji donose poremećaj strukture obitelji (remete obiteljske uloge, njihove međusobne odnose) dovode do poremećaja regulacijskih mehanizama unutar obitelji i zahtijevaju značajan napor svih članova da bi se prevladao stresni događaj. Ako obitelj ne uspijeva prevladati zahtjeve razvojnih faza i životnih ciklusa, ona može postati izvor stresa.

Oporavljanje od stresa najčešće nastupa spontano, zahvaljujući cijelećim potencijalima same ličnosti, ali i utjecajem zdrave obitelji.

Ako dobro poznaje članove obitelji i njihove unutarnje potencijale, međusobne odnose, ponekad i tajne, liječnik može potaknuti razrješenje krize. Veliku ulogu u izlasku iz krizne situacije mogu imati i članovi šire obitelji, ali i druge obitelji bliske osobe.

Ključne riječi: kriza, obitelj, stres

Abstract. Family represents biopsychosocial system, consisting divided roles, hierarchy, boundaries and relations, using regulatory mechanisms aims to homeostasis.

Family system is social micro system, deeply plunged in society and under influence of stress, crises and psychotraumatic events.

According to the intensity of events, there are differences between stress and crisis, stress is used for less serious, daily events while distress or crisis is used for more serious events, with more complex adaptation.

Between family and stress events there are two-way connections. Family could be helpful in struggling with stressful events but it itself could be source of stressful events.

Family help and support depends on duration and nature of events as well as how much it disturbs family homeostasis.

Exceptionally unpleasant, sudden events that cause family structure misbalance, result in disturbance of regulation mechanisms into family and demand huge effort of all family members to control stressful events.

In some cases, when family misses to overcome development phase's demands, it itself might become source of stress.

Recoveries of stress usually appear spontaneously, due to personal potential as well as family healing potentials.

Physician, who knows well family members, their inner potentials, relationships, sometimes secrets, could initiate crisis solution. Members of extended family as well as others closely related to family might have important role in dealing with crisis.

Key words: crisis, family, stress

Klinika za psihijatriju, KBC Split, Split

Primljeno: 24. 1. 2010.

Prihvaćeno: 17. 4. 2010.

Adresa za dopisivanje:

Doc. dr. sc. Dolores Britvić

Klinika za psihijatriju, KBC Split,

Šoltanska 1, 21 000 Split

Tel. +385 21 557 411

Faks: +385 21 557 507

e-mail: dbritvic@globalnet.hr

<http://hrcak.srce.hr/medicina>

OBITELJSKI SUSTAV

Obitelj predstavlja instituciju staru koliko i sam ljudski rod. Tijekom povijesti, slično kao i jedinka koja je kroz povijest evoluirala, obitelj je bila podložna promjenama i razvoju. Evolucija pojedinca pod utjecajem je brojnih vanjskih čimbenika, ali i biološkog odgovora pojedinca na zbivanja u okolini. Slično tome obitelj je pod utjecajem vanjske okoline, ali i vlastitog odgovora na tu okolinu¹.

Gubitak posla također je primjer događaja koji znatno kompromitira dotadašnje funkcioniranje obitelji. Dotadašnji hranitelj obitelji gubi ulogu, prestaje biti ravnopravni član, osjeća se nedostatnim i manje vrijednim u odnosu na druge članove obitelji. Ovo kod njega može izazvati različite reakcije: nesigurnost, tjeskobu, depresivnost, sklonost agresivnom ponašanju, povlačenje iz obitelji.

Važan doprinos razumijevanju i sagledavanju odnosa, strukture, zbivanja i funkcioniranja unutar obitelji dali su teoretski koncepti različitih obiteljskih terapijskih tehnika od kojih je svakako najpoznatija *sistemska teorija*². Ona je među prvima definirala obitelj kao složeni sustav sa svojim zakonitostima, duboko uronjen u društvo kao njegova najmanja jedinka².

Prema njoj obitelj predstavlja **biopsihosocijalni sustav** sa svojim *organizacijskim obilježjima*: jasno podijeljenim ulogama, hijerarhijom, granicama i međusobnim odnosima između pojedinih dijelova sustava. Svaki od roditelja, kao i djeca, imaju svoje uloge koje se u pravilu danas značajno razlikuju u odnosu na obitelj prije stotinjak godina, ali se mogu razlikovati i od jedne do druge obitelji. Među roditeljima i djecom potrebne su jasno definirane granice koje određuju razlike u pravima, obvezama i načinima komuniciranja između pripadnika jedne ili druge podskupine (subgrupe). Unutar relativno funkcionalnih obitelji jasna je i hijerarhijska struktura koja bi trebala biti definirana vertikalnim odnosima².

Pored organizacijskih obilježja važnu ulogu u obitelji imaju *regulatorni mehanizmi*, kao i proces *razvoja obitelji unutar životnih ciklusa*³. Obitelj

kao i bilo koji drugi sustav u prirodi teži stvaranju homeostaze ili stanja unutarnje ravnoteže. Da bi se ostvarilo ovo stanje ravnoteže potrebno je razviti odgovarajuće regulacijske mehanizme u obitelji. Funkcija ovih regulacijskih mehanizama do izražaja dolazi tijekom životnih ciklusa obitelji, ali i raznih drugih zbivanja u životu obitelji¹. Ovi životni ciklusi ogledaju se u osnivanju obitelji, razvoju djece od rođenja, djetinjstva, polaska u školu do adolescentne dobi, sazrijevanja i postupnog napuštanja obitelji, te obitelji srednjih godina i obitelji koja stari¹⁻³. Tijekom svakog od ovih životnih ciklusa djece, potrebne su stalne aktivne prilagodbe roditelja, kako u različitim roditeljskim ulogama tako i u partnerskim ulogama. Dakle, regulatorni mehanizmi unutar obitelji omogućavaju da unatoč neprestanim promjenama članovi obitelji zadrže unutarnju ravnotežu, tj. homeostazu¹. Pri tome članovi unutar obitelji stvaraju svoj psihološki identitet koji obuhvaća njihove težnje, očekivanja i stavove, stabilnost ponašanja, mogućnost kontrole konflikta, ali i sposobnost za daljnju promjenu, rast i razvoj¹.

Nakon što je iznesen sažet prikaz osnovnih značajki i mehanizama na kojima počiva sustav obitelji, u nastavku će biti ukratko izloženi uzroci i značajke stresa, načini utjecaja stresnih događaja na pojedinca i obitelj, načini na koji obitelj može odgovoriti na stresne događaje te koje su posljedice izloženosti stresnim događajima za obitelj.

ŠTO JE STRES?

Obiteljski sustav predstavlja mikrojedinicu šireg sustava društva koja je u društvo duboko uronjena i neminovno podložna utjecaju zbivanja unutar društva¹⁻⁴. Štoviše, svakodnevno smo svjedoci važnosti i utjecaja zbivanja u društvu na funkcioniranje obitelji. Gotovo da ne možemo otvoriti novine ili uključiti televiziju, a da ne čujemo informacije o velikom broju ljudi koji su ostali bez radnog mjesta i plaće. Ostanak roditelja bez posla predstavlja drastičnu promjenu unutar obitelji koja obitelj suočava s egzistencijalnim problemima preživljavanja i priskrbivanja sredstava za život. Ovaj događaj daje primjer utjecaja jednog stresnog događaja na obitelj. Vrlo često koristimo izraz stres, a da nam nije sasvim jasno što je stres, kako se on manifestira i što zapravo znači.

Činjenica o nepoznavanju stresa ukazuje na postojanje terminološke zbrke i nedostatka definitivnog dogovora među stručnjacima iz područja mentalnog zdravlja koji se bave ovom problematikom.

U pravilu, stresom se definiraju događaji koji ugrožavaju unutarnju ravnotežu svakog pojedinca. Treba razlikovati intenzitet kojim događaji utječu na nas, stoga razlikujemo dva termina: *stres* koji se koristi za prilagodbu na manje teške događaje (svakodnevnog života) i *distres* ili *krizu* koji se koristi za efekte događaja na koje se teže prilagođavamo⁴. Stres, po nekima eustres, predstavlja stres svakodnevnog života, čitav niz događaja kojima smo izloženi, a da često i ne razmišljamo o njihovom utjecaju na nas. Radi se o sveprisutnom fenomenu koji može biti prisutan dulje ili kraće vremensko razdoblje, a mogu ga izazvati negativni, ali i pozitivni događaji. Čitav je niz takvih događaja koji u nama izazivaju stalnu napetost, nervozu, zabrinutost, počevši od vožnje automobilom, izlaska na ispit, kašnjenja na posao, sukoba sa šefom, kašnjenja u plaćanju rate kredita, blažeg oboljenja u obitelji i sl. Svi ovi događaji u nama pobuđuju različite emocionalne, kognitivne, ali i tjelesne reakcije⁴.

Od emocionalnih reakcija poznata nam je tjeskoba, zabrinutost, osjećaj kao da smo na rubu, strah. Kognitivni simptomi manifestiraju se kroz misli negativnog sadržaja, npr. razmišljanja o nedovoljnoj učinkovitosti u različitim ulogama, na poslu, u obitelji, u društvu, manjoj vrijednosti, nedostatnosti, ali i dekoncentraciji, smanjenoj pažnji i zaboravljivosti. Ovi psihološki simptomi često su popraćeni raznim tjelesnim ekvivalentima kao što su tahikardija, porast krvnog tlaka, ubrzano disanje.

Koncept "stresa" s njegovim psihofiziološkim posljedicama prvi put se pojavio u okviru koncepata koji su pokušali objasniti način nastanka psihosomatskih oboljenja. To ukazuje na važnost utjecaja kroničnog stresa pri pojavi psihosomatskih oboljenja i reakcija.

Terminom distresa ili krize opisuju se efekti neugodnih, negativnih ili pozitivnih događaja koji značajno utječu na naš život, mijenjajući njegove osnovne postavke i s njima se u pravilu teško nosimo. Kod ovakvih događaja dotadašnji načini prilagodbe ne pomažu nam i zahtijevaju mobilizaciju

dodatnih psiholoških potencijala. Ovi događaji u pravilu su negativni, ali mogu biti i pozitivni. Primjeri negativnih događaja koji mogu izazvati krizu su smrt bliske osobe, gubitak posla, teška bolest ili bolest članova obitelji, dok su primjeri pozitivnih događaja preseljenje, novo radno mjesto, sklapanje bračne zajednice. Svaki od ovih događaja neće izazvati kriznu situaciju kod svih ljudi, već će to ovisiti o značajkama same osobe, o vrsti događaja i načinu njegova proživljavanja. Teže se podnose iznenadni i snažni događaji koji predstavljaju emocionalno opterećenje. Naravno da će stresu i krizi biti podložnije preosjetljive osobe koje su prethodno bile izložene nekim drugim stresnim događajima. Odavno je prepoznata važnost kumulativnog efekta koju takvi događaji imaju, što pokazuje i lista životnih događaja koju su Holmes i Rauphe sastavili pred više od 40 godina, a u kojoj su visoko vrednovani smrt bračnog druga, razvod, odvojen život, smrt bliskog člana obitelji, da bi se na kraju liste nalazili prekršaji zakona, proslave ili ljetovanja⁵.

Krizna situacija može se manifestirati tjelesnim simptomima kao što su smetnje u prehrani, spavanju, regulaciji temperature, bolovi u mišićima, glavobolja. Često se javlja zaokupljenost cikličkim razmišljanjima i zaokupljenost sadržajem krize uz strah da se kriza nikada neće prevladati, nemogućnost da se vidi izlaz iz krize, osjećaji bespomoćnosti i gubitka nade. Pritom osoba često otežano funkcionira, teško se koncentrira na posao ili na ono što drugi govore. Jedan od karakterističnih znakova krize je prekid socijalnih kontakata i izolacija. Vrlo često nam se čini da smo sami, da nitko ne može razumjeti probleme s kojima se susrećemo i da nam se ne može pomoći. Smatra se da je obnavljanje društvenih relacija jedan od prvih znakova izlaska iz krize. Ukoliko se kriza ne razriješi već se produbljuje, njoj se pridružuju depresivni ili anksiozni poremećaji ili druga psihička ili tjelesna oboljenja. Najteža skupina događaja koji u najvećoj mjeri ugrožavaju unutarnju ravnotežu naziva se skupinom traumatskih događaja, a o njima će biti govora na drugom mjestu.

OBITELJ I STRES

Utjecaj vanjskih stresora na obitelj

Nabrajajući stresne događaje može se zamijetiti da su neki od njih nastupili zbog dominantno vanj-

skih čimbenika (npr. teška bolest ili smrt u obitelji, gubitak radnog mjesta zbog stečaja poduzeća), dok su drugi povezani s poremećajem obiteljskih odnosa i iz njih proizlaze (npr. rastava braka, psihički poremećaj djeteta). Dakle, možemo zaključiti da između obitelji i stresnih događaja postoji dvosmjerna veza. Bez obzira jesu li događaji proizašli iz vanjskog okruženja ili unutarnjeg, oni snažno utječu na pojedinca, a preko pojedinca i na cijelu obitelj¹.

Oporavljanje od stresa najčešće nastupa spontano, zahvaljujući cijelećim potencijalima same ličnosti, ali i utjecajem zdrave obitelji. Zdrave obitelji to postižu zahvaljujući emocionalnoj toplini, brizi, zaštitenosti i osjećaju sigurnost koju članovi ostvaruju unutar obiteljskog okruženja.

Poznato je da će utjecaj koji vanjski stresni događaji imaju na pojedinca ovisiti o podršci koju pojedinac ostvaruje u obitelji. Ako se radi o zreloj obitelji u kojoj su jasno definirane uloge, granice, hijerarhijska struktura i dobro razvijeni regulatorni mehanizmi, obitelj može odigrati veoma važnu ulogu u pružanju potpore pojedincu u prevladavanju krizne ili stresne situacije. Većini nas je, na sreću, poznat osjećaj kada jedva čekamo doći kući i sa svojim najbližima podijeliti neugodan događaj koji smo doživjeli toga dana. Osjećaj pripadnosti obitelji, ugođaj doma, topline, podrška, razumijevanje i suosjećanje svakako su nezamjenjivi liječidbeni čimbenici pri izlasku iz krize.

Naravno da je ovo idealna situacija i da je ona kao takva najčešće tek ideal u međuljudskim, pa tako i obiteljskim odnosima. Podrška obitelji ovisit će o vrsti i trajanju događaja, ali i o tome u kojoj mjeri taj događaj remeti obiteljsku unutarnju ravnotežu⁶. Iznimno neugodni, iznenadni događaji, događaji koji donose poremećaj strukture obitelji (remete obiteljske uloge, njihove međusobne odnose) dovode do poremećaja regulacijskih mehanizama unutar obitelji i zahtijevaju značajan napor svih članova da bi se prevladao stresni događaj. Primjer za to je smrt člana obitelji koja u početnoj fazi neminovno dovodi do reakcije žalovanja i poremećaja u funkcioniranju obitelji. U kasnijoj fazi slijedi preraspodjela uloga,

drugi članovi obitelji preuzimaju funkciju pokojnog člana. Ako je umrli član otac ili majka, drugi roditelj preuzima ulogu oba roditelja, u isto vrijeme noseći se sa složenim reakcijama djece. Ove će reakcije biti teže što su djeca mlađa. Ne tako rijetko vidimo da je cijena majčine adaptacije intenzivno vezivanje uz sebe najčešće muškog djeteta koji majci nesvjesno postaje zamjena za izgubljenog partnera. Ovo dijete tako u razdoblju adolescencije ili mlađe odrasle dobi može imati poteškoće s identitetom i separacijom, odlaskom iz kuće i stvaranjem nove obitelji.

Teška ili kronična bolest člana obitelji također je primjer iznimno teškog događaja koji zahtijeva preraspodjelu uloga, uz poremećaj u hijerarhiji obitelji⁷. Često se događa da dijete preuzima ulogu bolesnog roditelja. Bolest sa sobom donosi materijalne troškove pa se dodatni novac troši na pretrage, dodatna putovanja koja su moguća zbog liječenja, skupe lijekove ili alternativnu metodu liječenja. Bolest članova obitelji povezana je s odsutnošću s posla, bolovanjem i manjim primanjima. Manja primanja i materijalni problemi su novi stresni čimbenik koji dodatno kompromitira obiteljsku ravnotežu. Dotadašnji način života obitelji tako može biti znatno promijenjen bolešću, pogotovo ako se radi o obitelji kojoj je važna tjelesna aktivnost, putovanja, izlasci ili trošenje⁸. Gubitak posla također je primjer događaja koji znatno mijenja dotadašnje funkcioniranje obitelji. Dotadašnji hranitelj obitelji gubi ulogu, prestaje biti ravnopravni član, osjeća se nedostatnim i manje vrijednim u odnosu na druge članove obitelji. Ovo kod njega može izazvati različite reakcije poput izbjegavanja, nesigurnosti, tjeskobe, depresivnosti, sklonosti agresivnom ponašanju, povlačenja iz obitelji, prekida odnosa s drugim članovima obitelji i sl. Ovo ponašanje često je popraćeno pražnjenjem impulsa kroz patološke obrasce, npr. uzimanjem alkohola, droga ili patološkim kockanjem⁹.

Ako krizne situacije dovode do pojave maladaptivnih obrazaca ponašanja kod člana obitelji, one mogu produbiti krizu dovodeći do maladaptivnih obrazaca i kod drugih članova obitelji. Tako često vidimo smetnje u učenju, bježanje, sklonost delikventnom ponašanju kod djece čiji roditelj je alkoholičar ili je teško tjelesno bolestan. Krizna si-

tuacija može dovesti i do poteškoća kod drugog bračnog partnera, dovodeći do emocionalnih ili psiholoških poremećaja, psihosomatskih oboljenja ili izvanbračnih veza.

Nažalost i manje dramatični događaji mogu dovesti do poremećaja obiteljskih odnosa. Primjer za to dugotrajan je i kronični stres izazvan iznimno velikim angažmanom na radnom mjestu ili obnašanjem odgovornih i zahtjevnih poslova jednog ili oboje roditelja¹⁰. Obiteljska dinamika često je usmjerena zaštićivanju tog roditelja, dok drugi preuzima velik dio brige i skrbi za djecu i domaćinstvo. Zbog posla odsutan roditelj, češće otac, očekuje da ga drugi roditelj, majka, štiti od obiteljskih obveza. Majka, ljuta zbog nedostatka supruga i oca obitelji, opterećena svakodnevnom brigom za obitelj i djecu, svoj konflikt nesvjesno prenosi na djecu, a agresiju iskazuje kroz ulogu "majke žrtve". Time se poremećaj obiteljskih odnosa produbljuje i traje izazivajući poremećaje u ulogama, hijerarhiji i regulatornim mehanizmima. Rastući angažman žena u društvu stvara novi profil obitelji s promjenama tradicionalnih uloga i sve većim uključivanjem očeva u preuzimanje brige o djeci i kućanstvu.

Potrebno je naglasiti da život u nuklearnim obiteljima, bez pomoći bake i djeda, također zahtijeva nove načine prilagodbe obitelji, uključivanje stranih, često nepoznatih osoba u domaćinstvo, što može predstavljati nov izvor stresa za obitelj.

Obitelj kao izvor stresa

No obitelj, nažalost, može biti i izvor stresa ako ne uspijeva prevladati zahtjeve razvojnih faza i životnih ciklusa. Poremećaj unutar obitelji može nastupiti u bilo kojoj fazi životnog ciklusa. Prilikom zasnivanja obitelji partneri mogu imati poteškoća pri razrješavanju ovisnosti o primarnim obiteljima, kao i prihvaćanju novih zrelih uloga odgovornog supruga ili supruge. Prilikom rođenja djeteta roditelji mogu imati poteškoća u prihvaćanju roditeljskih obaveza ili odbijati pomoć starijih članova obitelji zbog nesigurnosti, straha od gubitka samostalnosti i neovisnosti. Pri polasku u školu ili adolescenciji roditelji mogu ponovno oživjeti vlastite konflikte koji mogu predstavljati izvor stresa. Pri odlasku i osamostaljivanju djece bračni partneri ostaju sami i prepušteni jedan

drugom, što može otvoriti do tada prikriveni konflikt i rezultirati prekidom bračne zajednice.

Nažalost, patološki i maladaptivni obrasci funkcioniranja bračnih partnera nastavljaju se i po prekidu bračne zajednice¹¹. Pritom roditelji ponekad svjesno, ali češće nesvjesno, nastavljaju složeni obrazac kažnjavanja ili kompetiranja s drugim bračnim partnerom, ovaj put koristeći djecu u osvetničke ili rivalitetne svrhe. Time obitelj postaje izvor stresa na brojnim razinama. S jedne strane nastupaju poteškoće zbog gubitka partnera, prekida bračne zajednice i gubitka obiteljske strukture, ali i poteškoće zbog preuzimanja uloge oba roditelja onoga roditelja koji ostaje s djecom. Ništa manji stres ne predstavlja prihvaćanja uloge rastavljenog roditelja i negativne slike koju ova uloga ima, kako u nama samima, tako često i u društvu. Neki se partneri teško nose s doživljajem neuspjeha zbog propasti braka, što često predstavlja narcističku povredu. Ova je povreda veća ako je jedan od partnera ostavljen, pogotovo ako je to onaj s djecom. Često sam u ordinaciji vidjela majke srednjih godina koje su supruzi napustili i ostavili da same skrbe o dvoje ili troje djece, bez da su same sudjelovale u toj odluci. Nametnutost ove odluke u njima pobuđuje vrlo miješane osjećaje, s jedne strane povrijeđenost, napuštenost, osjećaj manje vrijednosti, s druge strane bijes, želju za kažnjavanjem supruga i osvetom.

ULOGA LIJEČNIKA U POMOĆI OBITELJI U STRESU

Oporavljanje od stresa najčešće nastupa spontano, zahvaljujući cijelećim potencijalima same ličnosti, ali i utjecajem zdrave obitelji. Zdrave obitelji to postižu zahvaljujući emocionalnoj toplini, brizi, zaštićenosti i osjećaju sigurnosti koje članovi ostvaruju unutar obiteljskog okruženja. Ponekad nakon djelovanja složenih stresnih događaja ni zdrave obitelji ne uspijevaju naći optimalan način izlaska iz krize. U takvim situacijama uloga liječnika obiteljske medicine može biti presudna i važna. Dobro poznajući članove obitelji, njihove unutarnje potencijale, međusobne odnose, ponekad i tajne, liječnik može podržati i potaknuti snažnog člana obitelji da preuzme i potakne razrješavanje krize. Kojiput sama mogućnost da verbaliziraju unutarnje dileme, strahove i podijele ih s

osobom u koju imaju povjerenja, može predstavljati značajan doprinos izlasku iz krize. Liječnik samom svojom prisutnošću u kriznim situacijama kao što su teška bolest, umiranje i smrt može dati obitelji podršku i pokazati njenim članovima da nisu napušteni i ostavljeni⁸.

U situacijama u kojima liječnik prepoznaje značajne psihološke poremećaje pojedinih članova obitelji svakako je važno uputiti obitelj psihijatru. Pritom uvelike pomaže personalni kontakt s psihijatrom kojeg će liječnik upoznati sa svojim saznanjima o obitelji, izvoru i nastanku krizne situacije, kao i impresijama o načinu reagiranja pojedinih članova obitelji.

Veliku ulogu u izlasku iz krizne situacije mogu imati i druge osobe, npr. osobe koje su blisko povezane s obitelji, koje s članovima obitelji gaje dugogodišnje prijateljske odnose. Oslonac obitelji u krizi mogu dati često ih posjećujući, iskazujući suosjećanje, brigu, pažnju, dajući korisne savjete prilagođene baš toj obitelji i njezinim članovima, a ponekad i financijskom pomoću. Upravo ove osobe, zahvaljujući povezanošću s obitelji, mogu biti nezamjenjiva podrška jer članovi obitelji imaju u njih povjerenje i pouzdaju se u njegove procjene i prosudbe.

Članovi šire obitelji također mogu imati značajan utjecaj i pomoći obitelji pri lakšem izlasku iz krize. Primjer za to je preuzimanje brige za djecu ili školovanje djece nakon smrti jednog ili oboje roditelja ili pomoć pri zauzimanju realnog stava u kriznoj situaciji.⁸

ZAKLJUČAK

Obiteljski sustav podlozan je utjecaju stresnih, kriznih, ali i psihotraumatskih događaja. Između obitelji i stresnih događaja uvijek postoji dvosmjerna veza: obitelj može pomoći u savladavanju ovakvih događaja, ali može biti i izvor stresa. Pomoć i podrška obitelji u stresnim situacijama ovisit će o vrsti i trajanju događaja, ali i o tome u kojoj mjeri taj događaj remeti obiteljsku unutar-nju ravnotežu. Poznavanje članova obitelji i njihovih međusobnih odnosa liječniku može pomoći u razrješavanju krize. Sigurno je da veliku ulogu u izlasku iz krizne situacije imaju i članovi šire obitelji, ali i druge obitelji bliske osobe.

LITERATURA

1. Ackerman NW. The psychodynamics of family life. New York: Publisher Basic book inc.; 1958.
2. Minuchin S. Families and family therapy. Cambridge:Harvard Press; 1974.
3. Glick I, Clarkin J, Kessler D. Marital and family therapy. New York: Grune and Straton; 1987.
4. Christensen A, Jacobson NS. Reconcilable differences. New York: Guilford Press; 2000.
5. Holmes TH, Raphe RH. The social readjustment rating scale. J Psychosom Res. 1967;11.
6. Wagner Jakab A. Obitelj – sustav dinamičnih odnosa u interakciji. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, 2008;44:119-28.
7. Riechers EA. Including Partners Into the Diagnosis of Prostate Cancer: A Review of the Literature to Provide a Model of Care. Urol Nurs. 2004;24:22-9.
8. Klein E i sur. (ur.) Psihološka medicina. Zagreb: Golden marketing; 1999.
9. Westphal JR, Johnson LJ, Stodghill S, Stevens L. Gambling in the South: Implications for Physicians. South Med J. 2000;93: 850-8.
10. Čudina-Obradović M, Obradović J. Sukob obiteljskih i radnih uloga:uzroci, posljedice i neriješeni istraživački problemi. Društvena istraživanja, 2001;10:653-85.
11. Bryner CL. Children of Divorce. J Am Board Fam Med. 2001;14:201-10.