

Vplyv kvality vzťahových väzieb na emočnú reguláciu u adolescentov

Eva Vancu¹

¹ Pedagogická fakulta UK v Bratislave, Katedra psychológie a patopsychológie; Moskovská ul. 3, 811 08 Bratislava; vancu@fedu.uniba.sk

Grant: VEGA 1/0955/17

Název grantu: Multimodalita vývinu emocionálnej regulácie u dospievajúcich s typickým a atypickým vývinom. Perspektíva komplexnej dynamickej súhry štrukturálnych a funkčných systémových zmien biologických, psychických, sociálnych a environmentálnych.

Oborové zamčrení: AN - psychologie

© GRANT Journal, MAGNANIMITAS Assn.

Abstrakt Práca sa zameriava na analýzu prepojenia vzťahovej väzby a emočnej regulácie u stredoškólkov. Empirická časť pozostáva z kvantitatívneho výskumu realizovaného na vzorke stredoškólskych študentov a analýzy miery kvality vzťahovej väzby vo vzťahu k rôznym stratégiám emočnej regulácie. Vo výskume boli použité dotazníky CERQ-short na meranie stratégií kognitívno-emočnej regulácie, dotazník ERQ na meranie emočnej regulácie a revidovaný dotazník IPPA-R na meranie kvality vzťahovej väzby k matke, otcovi a rovesníkmi. Zistili štatisticky významné rozdiely v používaní expresívneho potláčania medzi chlapcami a dievčatami i negatívny vzťah expresívneho potláčania a kvality vzťahovej väzby s rovesníkmi.

Kľúčová slova Emočná regulácia, vzťahová väzba, adolescenti

1. TEORETICKÉ VÝCHODISKÁ

V období adolescencie človek prechádza rozmanitými zmenami, ktoré následne ovplyvňujú aj jeho citové prežívanie. Emočné prejavy môžu byť často vnímané ako prehnané, ale týka sa to skôr premenlivých a krátkodobých stavov. Takéto zmeny v oblasti emócií prekvapia aj samotných adolescentov a bývajú pre nich skôr neprijemné (Vágnerová, 2012). Vo veku 12-18 rokov sa rozhodnutia pomocou emočnej regulácie stávajú funkciou motivácie, funkciou typu emócie a funkciou sociálno-kontextových faktorov (Zeman et al., 2006). Adolescent si uvedomuje interpersonálne dôsledky pri prejave rôznych emócií, všima si rozdiel vo vzťahu, napríklad medzi rodičmi a rovesníkmi, a podľa toho reguluje prejavy svojich emócií. Hanba alebo pýcha sa u adolescentov môžu vyskytovať častejšie a intenzívnejšie, keďže sú senzitivnejší na hodnotenie ľudí okolo nich (Elkind, Bower, 1979). Podľa Allen a Miga (2010) je adolescencia významná kvôli miere námahy akú dokáže adolescent vynaložiť, aby sa nespoliechal na pomoc svojich rodičov v stresovej situácii a pokúša sa samostatne regulovať svoje emócie. V mnohých prípadoch sa spolieha na pomoc rodičov pri regulácii emócií ale zároveň si vytvára alternatívne metódy v rozmedzí od spoliehania sa na rovesníkov až po vnútorné kognitívne stratégie. Schopnosť adaptívne regulovať emócie sa vytvára najviac pomocou bezpečnej vzťahovej väzby ale je ovplyvnená aj inými faktormi ako sú (Allen, Miga, 2010): skúsenosti so zvládnuteľnými stresormi; temperament; vývin vedomia vlastnej účinnosti – (self-efficacy), presvedčenie o tom, že človek má kontrolu nad udalosťami a úrovňou ich fungovania (Bandura, 1994); kvalita vzťahov s rovesníkmi.

Vzťahy s rovesníkmi sú pre väčšinu adolescentov hlavným zdrojom emočného stresu. Zažívajú sklamanie a výzvy, ktoré sú odlišné v porovnaní s tými, na ktoré narazili vo vzťahu s rodičmi. Rovesníci si hľadajú vzťahy s adolescentmi, ktorí vedú primerane zvládať frustráciu, impulzy a strach (Allen, 2010). Takéto vzťahy sú podkladom pre vývin a prispôsobovanie sociálne prijateľných stratégií emočnej regulácie.

Ako sme už uviedli, rodičia sú dôležitou súčasťou efektívnej emočnej regulácie svojho dieťaťa a vo veľkej miere ovplyvňujú aj jeho učenie sa efektívnej emočnej regulácii. Ich výchova, osobnosť a aj predchádzajúce negatívne zážitky môžu dieťaťu narušovať správny emočný rozvoj. Kouřilová a Mazehová (2005) vytvorili zoznam prístupov rodičov, ktoré môžu mať negatívny vplyv na efektívnu emočnú reguláciu ich potomka:

- Strach z konfliktov a náročných situácií. Ak bude dieťa chránené pred konfliktami v budúcnosti ich nebude vedieť samostatne riešiť. Rodičia by mali učiť dieťa konflikty vyriešiť a nechať ich riešiť drobné konflikty samostatne pod jeho dohľadom. Zasiahnúť by mali, až keď to je potrebné. Dieťa tak získava sebadôveru, istotu a upevňuje si svoju autonómiu.
- Detské neúspechy vnímajú tragicky. Ak rodičia považujú neúspech dieťaťa ako porážku, začne sa báť a vyhýbať neúspechom. Tým pádom sa nenaučí ako im čeliť, ako sa z nich poučiť a nebude vyhľadávať nové cesty riešenia situácie. Neúspech by mal byť motivujúci nie demotivujúci.
- Majú strach hovoriť o emóciách s dieťaťom. Ako sme už spomínali, je dôležité nabádať deti, aby slovné popisali, ako sa cítia a definovali emócie, ktoré prežívajú. Kouřilová a Mazehová (2005) uvádzajú, že je dôležité, aby rodičia neskryvali niektoré emócie ako napríklad smútok alebo hnev. Rovnako dôležité je, aby boli rodičia schopní vyjadriť podporu a dôveru, aby sa dieťa naučilo orientovať v emóciách.
- Neposkytujú adekvátnu emočnú podporu. Rodičia by nemali prenášať svoje obavy a úzkosti na dieťa keďže to môže viesť k poruchám vzťahovej väzby. Mali by snažiť sa mu poskytnúť prostredie bez emočného zaťažovania.
- Bránia dieťaťu v odpútavaní. Rodičia, ktorí na seba dieťa fixujú sa najčastejšie boja, že stratia ich lásku alebo majú obavy, že to ich dieťa bez nich nezvládne. Takýmto prístupom mu zamedzujú objavovať okolie a aj dieťa bude reagovať úzkostlivo ak rodič nebude v jeho dohľade.
- Podceňujú alebo preceňujú dôležitosť emócií dieťaťa.

- Nedávajú dieťaťu dostatočný priestor k rozvoju svojho emočného života. Často krát sa rodičia zameriavajú na zlepšovanie výkonu dieťaťa a prehliadajú jeho emočný a sociálny rozvoj. Dieťa môže mať neskôr nedostatky v komunikácii, sociálnych kontaktoch a nepreciňuje svoje emócie, nakoľko nie je schopné ich spracovať, regulovať a zdieľať s ostatnými.
- Rodičia sú neistí a nezrelí. Rodičia s nevyriešenými traumami alebo strachom prenášajú emočné bremeno na dieťa.

Adolescencia je obdobie plné zmien v živote mladého človeka. Týka sa najmä jeho odpútania sa od rodičov a emočného rozvoju. Na začiatku adolescencie sa jednotlivec snaží byť odpútaný od rodičov, postupne sa nadobúda potenciál na to byť úplne nezávislý a stáva sa schopnou osobou pre vzťahovú väzbu vlastných detí (Allen, 2008). Allen (2008) z pohľadu vzťahovej väzby, charakterizuje obdobie adolescencie ako veľkú zmenu v emočných, kognitívnych a behaviorálnych systémoch obklopujúcich vzťahy mladého človeka nakoľko adolescent opúšťa fázu kedy prijímal starostlivosť od rodičov, stáva sa samostatným dospelým človekom a získava potenciál poskytovať starostlivosť rovesníkom, romantickým partnerom a svojim potomkom.

V období adolescencie systém vzťahovej väzby môžeme chápať ako jednotnú zastrešujúcu organizáciu, ktorá je plne rozvinutá, stabilná a predpovedá správanie a fungovanie v rámci aj mimo rodiny (Hesse, 2008). V tomto období rapídne narastá schopnosť formálnych operácií (podľa Piageta) a poskytuje priestor na rozvoj spôsobov akými si jednotlivec konceptualizuje skúsenosti zo vzťahových väzieb a vzťahov všeobecne (Keating, 1993). Rozvoj kognitívnych a emočných vlastností poskytuje adolescentovi možnosť premýšľať a upravovať koncepty týkajúce sa vzťahovej väzby a vytvárať si súvislý obraz o sebe a svojej existencii bez starostlivosti rodičov (Allen, 2008). Je schopný sa zamýšľať nad abstraktnými a hypotetickými možnosťami a porovnávať vzťahy medzi rôznymi osobami a hypotetickými ideálmi. Z toho vyplýva, že si vie „de-idelizovať“ rodičov, čiže vidieť ich v pozitívnom ale aj negatívnom svetle (Steinberg, 2005, cit. podľa Allen, 2008).

Aj keď adolescenti niekedy popierajú dôležitosť vzťahov s rodičmi, primárna vzťahová väzba stále pretrváva aj v tomto období ale štýl vzťahovej väzby sú už iné ako v detstve. Štýl vzťahovej väzby je to preto, lebo už neuvažujeme o vzťahovej väzbe ako o vnútornom alebo vzťahovom konštrukte ale skôr ako o organizačnom konštrukte, ktorý sa odráža v intrapsychickom vývine a viacerých aspektoch aktuálnych vzťahov (Thompson, 1997).

Vzťahová väzba v adolescencii sa analyzuje rozhovorom pomocou *Adult Attachment Interview* (Kaplan, Main, 1985). Pozostáva z 20 otázok a administruje sa hodinu. Výsledky rozhovoru sa klasifikujú do troch organizačných foriem: 1. Bezpečná – autonómna, 2. Odmietajúca a 3. Roztržitá. Tieto kategórie sú vytvorené na podklade Mainovej klasifikácie typov vzťahovej väzby u dojčiat (Hesse, 2008).

2. VÝSKUNÁ ČASŤ

Náš výskum sa zameriaval na skúmanie vzťahu medzi vzťahovou väzbou a emočnou reguláciou u stredoškôľakov. Cieľom bolo analyzovať kvalitu vzťahovej väzby vo vzťahu k emočnej regulácii stredoškôľakov. Podľa nášho názoru je dôležité skúmanie vzťahovej väzby vo vzťahu k emočnej regulácii, keďže rodičia priamo ovplyvňujú vzdelávanie študenta a jeho prosperovanie v školskom prostredí a efektívna emočná regulácia je predpokladom k zníženiu neadaptívneho správania v školskom prostredí, tvorbe kvalitných

sociálnych vzťahov s rovesníkmi i pedagógmi a taktiež pozitívny postoj k vzdelávaniu.

Výsledky by mohli byť podkladom pre pedagógov a rodičov ako rozvíjať efektívne stratégie emočnej regulácie u stredoškôľakov. Stanovili sme si nasledujúce čiastkové ciele: zistiť kvalitu vzťahovej väzby; analyzovať používanie kognitívnych stratégií emočnej regulácie; identifikovať interpersonálne rozdiely v používaní emočnej regulácie u stredoškôľakov; vytvoriť návrh na podporu a rozvoj efektívnej emočnej regulácie u stredoškôľakov a hypotézy:

H1: Predpokladáme, že budú interpersonálne rozdiely v miere používania kognitívneho prehodnotenia.

H2: Predpokladáme, že budú interpersonálne rozdiely v miere používania expresívneho potlačania

H3: Predpokladáme, že budú interpersonálne rozdiely v miere používania ruminácie.

H4: Predpokladáme, že miera kvality vzťahovej väzby bude v negatívnom vzťahu s mierou využívania sebaobviňovania.

H5: Predpokladáme, že miera kvality vzťahovej väzby bude v negatívnom vzťahu s mierou využívania katastrofizovania.

H6: Predpokladáme, že miera kvality vzťahovej väzby bude v negatívnom vzťahu s expresívnym potlácaním.

Na zber výskumného materiálu sme použili batériu dotazníkov zloženú z niekoľko výskumných metód:

- a) Revidovaný dotazník rodičovského a rovesníckeho pripútania (Inventory of Parent and Peer Attachment – IPPA-R). Autormi dotazníka sú G. Armsden a M. T. Greenberg (1987). V roku 1987 vytvorili dotazník IPPA, ktorý neskôr revidovali. Dotazník meria u adolescentov vnímanie pozitívnej a negatívnej emočno-kognitívnej dimenzie vzťahu so svojou matkou, otcom a rovesníkmi a najmä efektívnosť poskytovania psychologického bezpečia rodičmi a rovesníkmi.
- b) Krátka verzia dotazníka kognitívno-emočnej regulácie (CERQ – short). Pôvodný dotazník Kognitívno-emočnej regulácie (CERQ) bol vytvorený na základe teoretických a empirických poznatkov v roku 1999 autormi Nadia Garnefski, Vivian Kraaij a Philip Spinhoven. Bol to prvý dotazník merajúci výslovné špecifické stratégie kognitívno-emočnej regulácie, ktoré respondenti využívajú ako reakciu na ohrozujúce alebo stresujúce životné udalosti (Garnefski, Kraaij, Spinhoven, 2002, cit. podľa Garnefski, Kraaij, 2006). CERQ dotazník má 36 položiek, ktoré merajú 9 konceptovo odlišných subškál: sebaobviňovanie, obviňovanie druhých, ruminácia, katastrofizovanie, uvedenie do perspektívy (oslabovanie dôležitosti situácie), pozitívne presmerovanie pozornosti (sústreďovanie sa na pozitívnu skúsenosť), pozitívne prehodnotenie, akceptácia a potlákanie.
- c) Dotazník emočnej regulácie (Emotion Regulation Questionnaire – ERQ). Dotazník zostavili J.J. Gross a O.P. John v roku 2003 na meranie individuálnych rozdielov v používaní dvoch stratégií emočnej regulácie: (1) Kognitívneho prehodnotenia (Cognitive Reappraisal) a (2) Expresívneho potlačenia (Expressive suppression). Otázky sú formulované tak, aby respondent hodnotil svoj emočný zážitok zo situácie a svoj emočný prejav.

3. VÝSLEDKY VÝSKUMU

Použitím Studentovho t-testu sme zisťovali rozdiely v používaní stratégie kognitívneho prehodnotenia a stratégie expresívneho potlačania u dievčat a chlapcov.

Na podklade výsledkov Studentovho t-testu pre dva nezávislé výbery môžeme konštatovať, že miera používania kognitívneho

prehodnotenia u chlapcov ($AM = 4,45$, $SE = 0,97$) nie je štatisticky odlišná od miery používania kognitívneho prehodnotenia u dievčat ($AM = 4,23$, $SE = 0,11$); $t = 1,05$, $p = 0,292$. Hypotéza H1: Predpokladáme, že budú interpopulárne rozdiely v miere používania kognitívneho prehodnotenia sa nám nepotvrdila.

Požítím T-testu na zisťovanie rozdielov v požívaní expresívneho potláčania medzi dievčatami a chlapcami sme merali štatistickú významnosť. Na podklade výsledkov Studentovho t-testu pre dva nezávislé výbery môžeme konštatovať, že miera používania expresívneho potláčania u chlapcov ($AM = 4,18$, $SE = 0,12$) je štatisticky významná od miery používania expresívneho potláčania u dievčat ($AM = 3,59$, $SE = 0,14$); $t = 3,16$, $p = 0,002$. Z toho vyplýva, že naša hypotéza H2: Predpokladáme, že budú interpopulárne rozdiely v miere používania expresívneho potláčania bola potvrdená.

Dotazníkom CERQ- short sme merali mieru využívania ruminácie. Stratégiu emočnej regulácie testovali dve položky z dotazníka. Pomocou Studentovho T-testu sme analyzovali rozdiely medzi chlapcami a dievčatami vo využívaní ruminácie. Z výsledkov môžeme usúdiť, že miera využívania ruminácie ako stratégie emočnej regulácie u dievčat ($AM = 3,181$, $SE = 0,081$) je štatisticky významná od miery využívania ruminácie u chlapcov ($AM = 2,576$, $SE = 0,074$); $t = -5,49$, $p = 0,000$. Na podklade výsledkov T-testu môže tvrdiť, že naša hypotéza H3: Predpokladáme, že budú interpopulárne rozdiely v miere používania ruminácie bola potvrdená.

Za pomoci dotazníka IPPA-R sme zisťovali kvalitu vzťahovej väzby s matkou, otcom a rovesníkmi. Vzťahovú väzbu s matkou, otcom a rovesníkmi meralo samostatne 25 položiek pre každú kategóriu. Pomocou dotazníka CERQ-short sme zisťovali používanie jednotlivých stratégií emočnej regulácie. Výsledky Pearsonovho korelačného koeficientu nám preukazujú, že vzťah miery kvality vzťahovej väzby a miery využívania sebaobviňovania nie je štatisticky významný. V tabuľke 1 podávame namerané hodnoty. Hypotéza H4: Predpokladáme, že miera kvality vzťahovej väzby bude v negatívnom vzťahu s mierou využívania sebaobviňovania nepotvrdila.

Tabuľka 1: Vzťah miery kvality vzťahovej väzby a stratégií emočnej regulácie – sebaobviňovanie a katastrofizovanie

		sebaobviňovan ie	katastrofizovani e
Matka	Pearson Correlation	-,110	-,222**
Sig. (2-tailed)		,066	,000
N		396	396
Otec	Pearson Correlation	-,049	-,119*
Sig. (2-tailed)		,416	,047
N		396	396
Rovesníci	Pearson Correlation	-,030	-,085
Sig. (2-tailed)		,624	,159
N		396	396

** $p \leq 0,01$ (2-tailed), * $p \leq 0,05$ (2-tailed)

Z výsledkov vieme určiť, že miery kvality vzťahovej väzby s matkou sa negatívne viaže s mierou využívania katastrofizovania ($r = -0,222$, $p = 0,000$). V prípade vzťahu miery kvality vzťahovej väzby s otcom a miery využívania katastrofizovania ($r = -0,119$, $p = 0,047$) je korelácia slabá. Vzťah miery kvality vzťahovej väzby s rovesníkmi ($r = -0,085$, $p = 0,624$) s mierou využívania katastrofizovania sa nepreukázal ako štatisticky významný.

Po zvážení všetkých hodnôt Pearsonovho korelačného koeficientu môžeme potvrdiť hypotézu H5: Predpokladáme, že miera kvality vzťahovej väzby bude v negatívnom vzťahu s mierou využívania katastrofizovania. Pomocou Pearsonovho korelačného koeficientu sme analyzovali vzťah miery kvality vzťahovej väzby s mierou využívania expresívneho potláčania. Tabuľka 2 zobrazuje výsledky nášho merania.

Tabuľka 2: Vzťah miery kvality vzťahovej väzby a expresívneho potláčania

Matka	Pearson Correlation	-,064
Sig. (2-tailed)		,285
N		396
Otec	Pearson Correlation	-,062
Sig. (2-tailed)		,300
N		396
Rovesník	Pearson Correlation	-,181**
Sig. (2-tailed)		,002
N		396

** $p \leq 0,01$ (2-tailed)

Štatistická významnosť meraného vzťahu sa potvrdila len v prípade vzťahovej väzby s rovesníkmi ($r = -0,181$, $p = 0,002$). Na podklade uvedených výsledkov môžeme konštatovať, že miera kvality vzťahovej väzby s rovesníkmi sa negatívne viaže na mieru využívania expresívneho potláčania. Z tohto dôvodu môžeme tvrdiť, že sa nám hypotéza H6: Predpokladáme, že miera kvality vzťahovej väzby bude v negatívnom vzťahu s expresívnym potláčaním potvrdila.

4. ZÁVER

V období adolescencie človek získava nové skúsenosti so sociálnymi vzťahmi a učí sa prispôbovať svoje správanie vzhľadom na situáciu a okolie. Rodina a škola sú prostredia, v ktorých adolescent trávi najviac času a preto majú na neho najväčší vplyv. V prvom rade je dôležité uvedomiť si, že rodina a škola sú prepojené a z hľadiska prevencie výskytu problémov je nutná ich spolupráca. Eisenberg a kolegovia (1995, 1997, cit. podľa Kim, Page, 2012) zistili, že deti s nízkou reguláciou emócií a vysokou emočnou intenzitou boli náchylné k agresii a antisociálnemu správaniu. Preto je dôležitá komunikácia rodiča a školy aby sa navzájom informovali o dianí v škole a rodine. Komunikácia medzi rodičmi a školou by mala mať pozitívny charakter bez negatívnych hodnotení študenta. Porovnanie rôznych uhlov pohľadu poskytne ucelený obraz o živote adolescenta, ktorý vytvorí podklad pre identifikáciu jeho problémov.

Zdroje

1. AEMSDEN, G. C., GREENBERG, M. T. 1987. The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence. In *Journal of Youth and Adolescence*, vol. 16, no. 5, s. 427 – 454.
2. ALLEN, J. P. 2008. The Attachment System in Adolescence. In CASSIDY, J., SHAVER, P. (Eds.). *Handbook of Attachment*. 2. vydanie. New York : Guilford Press. 1020 s. ISBN 978-1-59385-874-2.
3. ALLEN, J. P., MIGA, E. M. 2010. Attachment in Adolescence: A Move to the Level of Emotion Regulation. In *Journal of Social and Personal Relationships*, vol. 27, no. 2, s. 181-190.

4. BANDURA, A. 1994. Self-efficacy. In RAMACHAUDRAN, V. S. (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, vol. 4, s. 71-81. New York: Academic Press.
5. ELKIND, D., BOWER, R. 1979. Imaginary Audience Behavior in Children and Adolescents. In *Developmental Psychology*, vol. 15, no. 1, s. 38 – 44.
6. GARNEFSKI, N., KRAAIJ, V., SPINHOVEN, P. 2001. Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. In *Personality and Individual Differences*, vol. 30, s. 1311-1327.
7. GARNEFSKI, N., KRAAIJ, V. 2006. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire – Development of a Short 18-item version (CERQ-short). In *Personality and Individual Differences*, vol. 41, no. 6, s. 1045-1053.
8. GROSS, J. J., JOHN, O. P. 2003. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes : Implication for Affect, Relationships, and Well-Being. In *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 85, no. 2, s. 348 – 362.
9. HESSE, E. 2008. The Adult Attachment Interview. Protocol, Method of Analysis, and Empirical Studies. In CASSIDY, J., SHAVER, P. (Eds.). *Handbook of Attachment*. 2. vydanie. New York : Guilford Press. 1020 s. ISBN 978-1-59385-874-2.
10. KAPLAN, G. C., MAIN, M. 1985. *The Adult Attachment Interview*. University of California at Berkeley. [cit. 2017-6-30].
- Dostupné na http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measure/content/aai_interview.pdf
11. KEATING, D. P. 1993. Adolescent Thinking. In Feldman, S., Elliott, G. R. (Ed). *At the Threshold: The Developing Adolescent*. s. 54 - 89. US: Harvard University Press, 642 s. ISBN 9780674050365 67.
12. KIM, H., PAGE, T. 2012. Emotional Bonds with Parents, Emotion Regulation, and School-Related Behavior Problems Among Elementary School Truants. In *Journal of Child and Family Studies*, vol. 22, no. 6, s. 869-878.
13. KOUŘILOVÁ, J., MAZEHOVÁ, Y. 2005. Postoje a přístupy rodičů – jejich vliv na emoční rozvoj dítěte. In STUHLÍKOVÁ, I. *Zvládání emočních problémůš koláku*. Praha : Portál. 176 s. ISBN 80-7178-534-2.
14. THOMPSON, R. A. 1997. Sensitivity and Security : New Questions to Ponder. In *Child Development*, vol. 68, no. 4, s. 595-597.
15. VÁGNEROVÁ, M. 2012. *Vývojová psychologie*. Praha: Univerzita Karlova v Praze. ISBN 978-80-246-2153-1.
16. ZEMAN, J., CASSANO, M., PERRY-PARRISH, C., STEGALL, S. 2006. Emotion Regulation in Children and Adolescents. In *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, vol. 27, no. 2, s. 155-168.