Plastičnost struktura ličnosti: istraživanje promena u samopouzdanju nakon kratkoročne psihoterapije

Natalija A. Rusina[1]*, *Andrej S. Krivobokov*[2], *Svetlana V. Švecova*[3]

[1] Akademija za integralnu psihodinamsku psihoterapiju, Moskva, Rusija
[2] Neuropsihološki centar „Razvojni pravac", Jaroslavlj, Rusija
[3] Katedra za medicinsku kibernetiku i medicinsku informatiku, Državni medicinski univerzitet u Jaroslavlju, Jaroslavlj, Rusija

Apstrakt

Cilj Ovo istraživanje imalo je za cilj da ispita mogućnosti promene u samopouzdanju kao jednoj od centralnih struktura ličnosti u uslovima ciljane kratkoročne psihoterapije.

Metod U istraživanju je učestvovalo 58 ispitanika (53 žene i 5 muškaraca), koji su potražili psihološku pomoć zbog subjektivnih poteškoća vezanih za samopouzdanje i odnos prema sebi. Primenjen je pretest-posttest nacrt istraživanja. Svi učesnici su prošli program od 10 individualnih psihoterapijskih seansi, usmerenih na korekciju disfunkcionalnih aspekata samopouzdanja i s njima povezanih obrazaca samopercepcije i međuljudske interakcije. Za procenu promena korišćen je Test samopouzdanja Merilin Sorensen *(Sorensen Self-Esteem Test)*, Upitnik o samopouzdanju Džanej Vajnhold *(Self-Esteem Matrix)*, kao i Skala psihološkog blagostanja Kerol Rif *(Psychological Well-Being Scale)*. Statistička analiza uključivala je Šapiro-Vilk test, Vilkoksonov test i Spirmanovu korelaciju rangova.

Rezultati Nakon završetka psihoterapijskih intervencija ustanovljene su statistički značajne promene u svim ispitanim pokazateljima. Skorovi dobijeni na testu samopouzdanja M. Sorensen poboljšani su sa 23,46 na 14,21 ($Z = 5,40$; $p < 0,001$), skorovi dobijeni na upitniku o samopouzdanju Dž. Vajnhold porasli su sa 61,80 na 70,00 ($Z = 4,38$; $p < 0,001$), a skorovi na skali psihološkog blagostanja K. Rif — sa 348,75 na 374,89 ($Z = 5,06$; $p < 0,001$). Nakon intervencija takođe su zapažene jače veze između pokazatelja samopouzdanja i psihološkog blagostanja.

Zaključci Rezultati istraživanja ukazuju na mogućnost izraženih promena u samopouzdanju usled kratkoročne psihoterapije. Uočene promene upućuju na to da se samopouzdanje može posmatrati kao jedna od ključnih kliničkih meta psihoterapije i ukazuju na mogućnost statistički značajnih promena u strukturama ličnosti čak i u uslovima kratkoročnog psihoterapijskog tretmana. Ovi nalazi dovode u pitanje predstavu o prevalentno fiksnoj prirodi struktura ličnosti. Za potvrdu dobijenih rezultata neophodna su dalja istraživanja koja će uključiti i kontrolnu grupu.

Ključne reči: samopouzdanje; psihološko blagostanje; plastičnost struktura ličnosti; kratkoročna psihoterapija; integralna kauzalna psihoterapija.

Primljeno: 28. aprila 2026.
Prihvaćeno: 13. juna 2026.
Objavljeno: 30. septembra 2026.

Za citiranje:
Rusina NA, Krivobokov AS, Švecova SV. Plastičnost struktura ličnosti: istraživanje promena u samopouzdanju nakon kratkoročne psihoterapije. *Psychotherapy Science Today*. 2026;2(3):19–24. https://doi.org/10.64435/LPFO4916

OPEN ACCESS
© Author(s), CC BY-NC 4.0

Uvod

Tradicionalne teorije ličnosti dugo su posmatrale ličnost pre svega kao relativno stabilan sistem crta, koji se formira u ranom ontogenetskom razvoju i odlikuje visokim stepenom strukturne stabilnosti tokom života [1]. U ranoj psihoanalitičkoj tradiciji stabilnost ličnosti dovodila se u vezu sa ranim objektnim odnosima, strukturom ega i osobinama formiranja superega [2, 3]. Klasični psihoanalitičari isticali su da se ključne konfiguracije ličnosti formiraju prvenstveno u ranom detinjstvu i da se kasnije reprodukuju u obliku stabilnih automatizovanih obrazaca opažanja, emocionalnog reagovanja i interpersonalnog funkcionisanja [2]. Slična shvatanja o stabilnosti ličnosti prisutna su i u dispozicionim teorijama ličnosti, posebno u petofaktorskom modelu ličnosti (model *Velikih pet*), u kojem se osobine ličnosti posmatraju kao relativno stabilne strukture [4].

* Korespondentni autor, e-mail: narusina@mail.ru.

Empirijska istraživanja takođe su dugo govorila u prilog predstavi o visokoj stabilnosti ličnosti. Tako su Kosta i Makrej ukazali na značajnu vremensku stabilnost osobina ličnosti u odraslom dobu [4], dok su Roberts i Del Vekio pokazali da se stabilnost osobina ličnosti povećava s godinama i dostiže maksimum u zrelom životnom dobu [5]. Prema ovim pristupima, psihoterapija u većoj meri može uticati na simptomatologiju, strategije suočavanja i nivo adaptacije nego na dubinske strukture ličnosti.

Međutim, poslednjih nekoliko decenija sve više dobijenih podataka dovodi u pitanje shvatanje ličnosti kao pretežno fiksnog sistema. Savremena istraživanja iz oblasti neuroplastičnosti, afektivne regulacije i rekonsolidacije memorije ukazuju na mogućnost promena ličnosnih formacija koje su se tradicionalno smatrale stabilnim, uključujući samopouzdanje, načine emocionalne regulacije i bazična uverenja o sebi i drugima [6, 7].

Jedno od mogućih objašnjenja relativno brzih promena ličnosti nude savremeni modeli mehanizama emocionalnog učenja i rekonsolidacije memorije. Prema ovim modelima, aktivacija emocionalno značajnog iskustva u kombinaciji sa novim emocionalno korektivnim iskustvom može dovesti do modifikacije prethodno formiranih shema percepcije sebe i drugih. Kao rezultat toga, promene ne obuhvataju samo aktuelne emocionalne reakcije, već i stabilnije kognitivno-afektivne strukture na kojima se temelji odnos prema sebi i interpersonalno funkcionisanje.

Dodatno objašnjenje nude savremeni modeli psihičkog funkcionisanja, koji ličnost posmatraju kao sistem unutrašnjih modela koji se kontinuirano ažuriraju pod uticajem novih iskustava. Iz ovog ugla, psihoterapija može predstavljati specifičan kontekst u kojem dolazi do preispitivanja i redefinisanja stabilnih predstava pojedinca o sebi, drugim ljudima i sopstvenim mogućnostima. Ovakav pristup pruža objašnjenje kako do značajnih promena pojedinih komponenata organizacije ličnosti možemo doći ne samo višegodišnjim radom, već i u granicama relativno kratkoročnih psihoterapijskih intervencija.

Sve veću zastupljenost beleži pristup koji ličnost posmatra kao dinamički sistem međusobno povezanih psiholoških struktura, osetljivih na emocionalno iskustvo, interpersonalni kontekst i psihoterapijski uticaj [8, 9]. Savremene meta-analize dodatno potvrđuju mogućnost promena osobina ličnosti pod uticajem psihoterapije. Tako su Roberts i saradnici pokazali da psihoterapijske intervencije mogu dovesti do statistički značajnih promena osobina ličnosti, pri čemu su najizraženije promene uočene tokom prvih meseci terapije [9]. Ovi nalazi dovode u pitanje shvatanje osobina ličnosti kao isključivo stabilnih formacija i pružaju podršku konceptu njihove relativne plastičnosti.

Ideja o plastičnosti struktura ličnosti naročito je razvijena u savremenim psihodinamskim i humanističkim pristupima. Tako je Oto Kernberg promene ličnosti dovodio u vezu sa transformacijom unutrašnjih objektnih odnosa i integracijom afektivnog iskustva [3]. Hajnc Kohut mogućnost strukturnih promena ličnosti objašnjava korekcijom poremećaja selfa u terapijskom odnosu [10]. U kognitivno-bihejvioralnoj terapiji i shema terapiji centralno mesto zauzima promena dubinskih uverenja i maladaptivnih obrazaca koji oblikuju stabilne načine doživljavanja sebe i sveta [11].

Jedan od pristupa koji razvija ideju o visokoj plastičnosti struktura ličnosti jeste integralna kauzalna psihoterapija (IKP)*. Prema ovom pristupu, ličnost predstavlja dinamički sistem psihičkih struktura i automatizovanih obrazaca reagovanja, pri čemu se značajan deo tih obrazaca formira nekritički, kroz interakciju pojedinca sa socijalnom sredinom [12]. U IKP-u se strukture ličnosti smatraju plastičnijim nego što to postuliraju tradicionalne teorije, koje zastupaju ideju stabilnosti ličnosti. Psihoterapijski uticaj usmeren na strukture ličnosti može dovesti do promena u sistemima struktura koji se tiču predstave o sebi, načina emocionalnog reagovanja i obrazaca interakcije sa okruženjem [12]. Važno mesto u ovom pristupu zauzima rad na odnosu prema sebi, slici o sebi, unutrašnjim objektima, ograničavajućim uverenjima o sebi i sociokulturnim obrascima koji utiču na nivo psihološkog blagostanja pojedinca.

Jedna od najznačajnijih struktura ličnosti u ovom kontekstu jeste samopouzdanje. Samopouzdanje je tesno povezano sa procesima samoregulacije, otpornošću na stres, kvalitetom interpersonalnih odnosa, subjektivnim osećajem životne efikasnosti i psihološkim blagostanjem [13, 14].

U savremenoj literaturi samopouzdanje se ne posmatra samo kao pokazatelj odnosa prema sebi, već i kao jedan od centralnih elemenata sistema struktura ličnosti koji omogućavaju organizaciju samopercepcije, emocionalne regulacije i interpersonalnog funkcionisanja. U tom smislu, promene u samopouzdanju mogu se posmatrati kao pokazatelj širih procesa transformacije organizacije ličnosti. Istovremeno, pitanje stepena njegove plastičnosti i dalje je sporno. S jedne strane, samopouzdanje se smatra relativno stabilnom karakteristikom ličnosti, koja se formira pod uticajem ranih iskustava

* Integralna kauzalna psihoterapija je psihoterapijski pristup koji je razvio Jurij Tor, a fokusira se na identifikaciju ključnih patogenetskih mehanizama mentalnih poremećaja i razradu psihoterapijskih protokola usmerenih na njihovo otklanjanje.

i socijalnih interakcija [15]. S druge strane, savremena psihoterapijska istraživanja sve češće ukazuju na mogućnost klinički značajnih promena u samopouzdanju kroz ciljani rad na afektivnom iskustvu, unutrašnjim self reprezentacijama i maladaptivnim kognitivno-emocionalnim obrascima [16, 17].

Samopouzdanje se sve češće posmatra ne kao izolovana crta ličnosti, već kao komponenta šireg sistema predstava o sebi, koji obuhvata samoprihvatanje, samoefikasnost i jasnoću self koncepta [18]. Istraživanja pokazuju da je samopouzdanje usko povezano sa psihološkim blagostanjem, kvalitetom interpersonalnih odnosa, mentalnim zdravljem i uspešnošću prilagođavanja u različitim oblastima života [19].

Uprkos rastućem interesovanju za problem plastičnosti ličnosti, empirijska istraživanja promena u strukturama ličnosti u uslovima kratkoročne psihoterapije i dalje su malobrojna. Većina dosadašnjih istraživanja usmerena je ili na promene simptomatologije ili na dugoročne psihoterapijske procese. Mogućnost relativno brze modifikacije struktura ličnosti povezanih sa predstavom o sebi u okviru strukturisane kratkoročne psihoterapijske intervencije još uvek nije dovoljno istražena. Zbog toga se ispitivanje mogućnosti promena u samopouzdanju u uslovima kratkoročne psihoterapije nameće kao značajan istraživački problem.

Hipoteze istraživanja

- Samopouzdanje kao struktura ličnosti može se statistički značajno promeniti u uslovima kratkoročne psihoterapije.
- Promene u samopouzdanju praćene su poboljšanjem pokazatelja psihološkog blagostanja.

Metode i procedura istraživanja

Uzorak

U istraživanju je učestovalo 58 osoba (53 žene i 5 muškaraca) koje su potražile psihološku pomoć. Uzrast ispitanika bio je od 18 do 45 godina. Kriterijumi za uključivanje u uzorak bili su: prisustvo subjektivnih tegoba povezanih sa narušenim samopouzdanjem i odnosom prema sebi i pristanak na psihoterapiju prema protokolu. Kriterijumi za isključivanje iz uzorka bili su: dijagnostikovani mentalni poremećaji i ozbiljna somatska oboljenja. Istraživanje je obuhvatilo neklinički uzorak.

Dizajn istraživanja

Istraživanje je sprovedeno primenom pretest-posttest nacrta. Pre početka psihoterapijske intervencije učesnici su prošli inicijalnu psihodijagnostičku procenu, a po završetku terapije sprovedeno je ponovno testiranje primenom istih psihodijagnostičkih instrumenata.

Svi učesnici dali su informisani pristanak za učešće u istraživanju. Istraživanje je vršeno u skladu sa načelima poverljivosti i profesionalne etike.

Psihodijagnostički instrumenti

Za procenu ispitivanih pokazatelja korišćeni su sledeći instrumenti:

- *Test samopouzdanja* M. Sorensen za procenu nivoa samopoštovanja, samostalnosti i nezavisnosti.
- *Upitnik o samopouzdanju* Dž. Vajnhold za procenu kapaciteta za kontakt, samoprihvatanje, prihvatanje drugih i očuvanje pozitivne slike o sebi u interpersonalnoj interakciji.
- *Skala psihološkog blagostanja* K. Rif za merenje ključnih aspekata psihološkog blagostanja: samoprihvatanja, autonomije, ličnog rasta, ovladavanja okruženjem, postojanja svrhe života i pozitivnog odnosa sa drugima.

Psihoterapijske intervencije

Svi učesnici su prošli kurs ciljane* kratkoročne psihoterapije od 10 individualnih seansi. Psihoterapijske intervencije su vršene u okviru integralne kauzalne psihoterapije, u formatu individualnih seansi preko video poziva, održavanih jednom nedeljno u trajanju od 50 minuta.

Psihoterapijski protokol je bio usmeren prevashodno na rad sa samopouzdanjem i povezanim strukturama ličnosti: odnosom prema sebi, slikom o sebi, ograničavajućim uverenjima i obrascima interpersonalne interakcije.

Osnovna pažnja u psihoterapiji bila je posvećena:

- Obradi emocionalno značajnog negativnog iskustva koje utiče na sliku o sebi;
- Korigovanju negativnih i ograničavajućih predstava o sebi;
- Formiranju stabilnijeg i autonomnijeg osećaja sopstvene vrednosti i prihvatanju sebe bez obzira na dostignuća i tuđe vrednovanje;
- Smanjenju raskoraka između postojeće i idealizovane slike o sebi;
- Razvoju adaptivnijih mehanizama emocionalnog reagovanja i interpersonalne interakcije.

Psihoterapijski rad bio je prvenstveno usmeren na nesvesne komponente kognitivnih, emocionalnih i bihejvioralnih obrazaca, kroz obradu afektivnog iskustva koje leži u njihovoj osnovi, primenom psihoterapijskih tehnika integralne kauzalne psiho-

* Ciljanom terapijom se smatra psihoterapijski uticaj na konkretne mehanizme formiranja i održanja psihopatološke simptomatologije.

terapije (IKP), kao i motiva katatimske imaginativne psihoterapije (simboldrame).

Istraživanje je sprovedeno tokom 2024. godine na Akademiji za integralnu psihodinamsku psihoterapiju. Psihoterapijski tretman sprovodilo je 25 psihoterapeuta u edukaciji, koji su prethodno prošli obuku za primenu protokola i radili pod redovnom supervizijom. Time su obezbeđene standardizacija psihoterapijske intervencije i dosledna primena jedinstvenog terapijskog pristupa. Ukupno trajanje istraživanja iznosilo je 20 nedelja.

Statistička analiza

Primenjen je Šapiro-Vilk test, Vilkoksonov test i Spirmanova korelacija rangova. U cilju procene izraženosti razlika dodatno je izračunata jačina efekta (r) prema formuli $r = Z/\sqrt{N}$. U skladu sa opšteprihvaćenim kriterijumima, vrednosti $r = 0{,}1$ interpretirane su kao slab efekat, $r = 0{,}3$ — umeren i $r \geq 0{,}5$ — jak efekat.

Rezultati

Normalnost distribucije podataka dobijenih putem Testa samopouzdanja M. Sorensen testirana je pre i posle psihoterapije (Tabela 1).

Budući da je jedna od vrednosti statistički značajno odstupala od normalne distribucije ($p < 0{,}01$), za dalju analizu korišćeni su neparametarski testovi.

Za procenu delotvornosti sprovedenog terapijskog rada korišćen je Vilkoksonov test (Tabela 2).

Na testu Sorensen uočeno je statistički značajno smanjenje skorova — sa 23,46 na 14,21 ($T = 146{,}5$; $Z = 5{,}40$; $p < 0{,}001$), — što ukazuje na porast nivoa samopouzdanja.

Takođe je sa 61,80 na 70,00 porastao i skor procene kapaciteta za kontakt, prihvatanja sebe i drugih (Vajnhold): $T = 275$; $Z = 4{,}38$; $p < 0{,}001$.

Skorovi psihološkog blagostanja (Rif) takođe su porasli sa 348,75 na 374,89 ($T = 189{,}5$; $Z = 5{,}06$; $p < 0{,}001$), što ukazuje na unapređeno psihološko blagostanje, uključujući i samoprihvatanje, autonomiju, kompetentnost u upravljanju okolinom, prisustvo ciljeva u životu, pozitivne odnose sa drugima i lični rast [20].

U cilju analize promena u karakteru povezanosti pokazatelja pre i posle sprovedene terapije izvršena je korelaciona analiza primenom Spirmanove korelacije rangova (Tabela 3).

Korelaciona analiza ustanovila je statistički značajne veze između pokazatelja samopouzdanja, psihološkog blagostanja i prihvatanja sebe i drugih, kako pre tako i nakon psihoterapijske intervencije ($p < 0{,}001$). Po završetku psihoterapije apsolutne vrednosti koeficijenata korelacije između ispitivanih varijabli blago su porasle: povezanost između samopouzdanja i prihvatanja sebe i drugih porasla je sa −0,58 na −0,75, povezanost između samopouzdanja

		W	p
PRE	Sorensen	0,984	0,634152
	Vajnhold	0,988	0,815028
	Rif	0,980	0,440009
POSLE	**Sorensen**	**0,941**	**0,007308**
	Vajnhold	0,980	0,440795
	Rif	0,983	0,576381

Tabela 1. **Značajnost odstupanja od normalne distribucije prema Šapiro-Vilk testu**

	Srednje vrednosti					
	Pre	Posle	T	Z	p	r
Samopouzdanje (Sorensen)*	23,46	14,21	146,50	5,40	< 0,001	0,71
Prihvatanje sebe i drugih (Vajnhold)	61,80	70,00	275,00	4,38	< 0,001	0,58
Psihološko blagostanje (Rif)	348,75	374,89	189,50	5,06	< 0,001	0,66

** Niži skorovi na testu Sorensen ukazuju na viši nivo samopouzdanja.*

Tabela 2. **Značajnost razlika u skorovima pre i posle psihoterapije prema Vilkoksonovom testu**

	PRE			POSLE		
	Sorensen	Vajnhold	Rif	Sorensen	Vajnhold	Rif
Sorensen		−0,58	−0,66		−0,75	−0,72
Vajnhold			0,67			0,73
Rif						

Napomena. Kritične vrednosti koeficijenata korelacije za n = 58: za p = 0,05 — 0,26, za p = 0,01 — 0,37, za p = 0,001 — 0,42.

Tabela 3. **Koeficijenti Spirmanove korelacije rangova pre i posle psihoterapije**

i psihološkog blagostanja sa −0,66 na −0,72, dok je povezanost između prihvatanja sebe i drugih i psihološkog blagostanja porasla sa 0,67 na 0,73.

Dobijeni rezultati ukazuju na to da psihoterapijske intervencije nisu bile praćene samo porastom nivoa samopouzdanja i psihološkog blagostanja, već i jačanjem povezanosti između ispitivanih varijabli, što može upućivati na veću usklađenost različitih aspekata odnosa prema sebi i subjektivnog psihološkog funkcionisanja. Jačanje povezanosti između ispitivanih pokazatelja može ukazivati ne samo na poboljšanje pojedinačnih aspekata psihološkog funkcionisanja, već i na viši stepen njihove međusobne integrisanosti. To nam omogućava da pretpostavimo da promene ostvarene tokom psihoterapije nisu obuhvatile izolovane karakteristike, već sistem međusobno povezanih predstava o sebi.

Diskusija

Dobijeni rezultati govore u prilog shvatanju samopouzdanja kao plastične strukture ličnosti, osetljive na kratkoročnu psihoterapijsku intervenciju. Utvrđena jačina efekta odgovarala je jakom efektu (r = 0,58 – 0,71), što ukazuje na izraženost uočenih promena. Ove promene nemaju samo statistički već i potencijalni klinički značaj. Konkretno, skorovi na Testu samopouzdanja M. Sorensen smanjeni su sa 23,46 na 14,21, što ukazuje na značajno smanjenje izraženosti negativnog odnosa prema sebi i razvoj adaptivnijeg odnosa prema sebi. Slično tome, porast skorova na skalama Vajnhold i Rif ukazuje na pozitivne promene u domenu samoprihvatanja, interpersonalnog funkcionisanja i subjektivnog psihološkog blagostanja.

Dobijeni rezultati u skladu su sa nalazima istraživanja različitih psihoterapijskih pristupa koja ukazuju na mogućnost statistički značajnog povećanja samopouzdanja tokom psihoterapije. Slični efekti opisani su u istraživanjima kognitivno-bihejvioralne terapije usmerene na nisko samopouzdanje [17], kao i u meta-analizama koje su pokazale da psihoterapijske intervencije mogu dovesti do promena relativno stabilnih karakteristika ličnosti i predstava o sebi [9]. Stoga su uočene promene u skladu sa opštim trendom koji se dosledno potvrđuje u savremenoj psihoterapijskoj literaturi.

Dobijeni rezultati u skladu su i sa savremenim shvatanjima ličnosti kao dinamičkog sistema međusobno povezanih psiholoških struktura, sposobnih za relativno brze promene pod uticajem emocionalnog iskustva i psihoterapijske intervencije. Za razliku od klasičnih modela, koji su strukture ličnosti posmatrali pretežno kao stabilne tvorevine, savremeni psihoterapijski pristupi dopuštaju mogućnost relativno brzih promena struktura povezanih sa predstavom o sebi u psihoterapiji.

Dobijeni podaci mogu se razmatrati u kontekstu savremenih shvatanja psihoterapijskih promena kao procesa modifikacije stabilnih kognitivno-afektivnih obrazaca koji oblikuju predstavu o sebi i interakciju sa drugima. Iz ugla integralne kauzalne psihoterapije, ovakve promene mogu biti povezane sa ciljanom obradom afektivnog iskustva, korekcijom stabilno negativnih predstava o sebi i promenom automatizovanih kognitivno-emocionalnih obrazaca. U okviru primenjenog terapijskog protokola posebna pažnja posvećena je radu na odnosu prema sebi, ograničavajućim uverenjima o sebi i emocionalno značajnim iskustvima povezanim sa formiranjem samopouzdanja.

Uočeno poboljšanje pokazatelja psihološkog blagostanja može ukazivati na sistemski karakter promena koje obuhvataju različite aspekte subjektivnog psihološkog funkcionisanja čak i u okviru kratkoročnih intervencija. Ovi nalazi ukazuju na mogućnost psihoterapijske modifikacije samopouzdanja u uslovima kratkoročne psihoterapijske intervencije.

Posebno je zanimljivo jačanje veza između samopouzdanja, samoprihvatanja i psihološkog blagostanja. Ovaj nalaz može ukazivati ne samo na poboljšanje pojedinačnih pokazatelja, već i na viši stepen integracije sistema predstava o sebi. Iz ovog ugla, uočene promene mogu se tumačiti kao povećanje usklađenosti različitih komponenti self koncepta i formiranje celovitijeg odnosa prema sebi.

Treba napomenuti da se utvrđena jačina efekta (r = 0,58–0,71) nalazi u rasponu koji je uporediv sa efektima opisanim u pojedinim istraživanjima psihoterapijskih intervencija usmerenih na unapređenje samopouzdanja, ili ih čak prevazilazi [9, 17]. Ipak, odsustvo kontrolne grupe ne dozvoljava da se uočene razlike nedvosmisleno pripišu isključivo psihoterapijskoj intervenciji. Za potvrdu stabilnosti utvrđenih promena i donošenje pouzdanijih zaključaka o njihovoj uzročno-posledičnoj prirodi neophodna su dalja istraživanja koja će uključiti kontrolnu grupu i katamnestička merenja. Primenjeni istraživački nacrt ne dozvoljava da se isključi uticaj nespecifičnih faktora psihoterapije, efekta očekivanja ili prirodne dinamike psihološkog stanja učesnika. Ograničenja istraživanja ogledaju se i u relativno malom uzorku, kao i neravnomernoj rodnoj strukturi ispitanika, što ograničava mogućnost šire generalizacije rezultata.

Važno pitanje za buduća istraživanja predstavlja komparativno ispitivanje mogućnosti promena struktura ličnosti tokom psihoterapije kod osoba sa neurotičnim i graničnim nivoom organizacije ličnosti. Granični nivo organizacije ličnosti karakterišu izraženi deficiti strukturne integracije ličnosti, narušena integracija self reprezentacija i nestabilan odnos prema sebi. Može se pretpostaviti da se mehanizmi i granice promena u strukturama ličnosti kod ovih pacijenata kvalitativno razlikuju od promena koje se uočavaju kod osoba sa neurotičnim nivoom organizacije ličnosti.

Zaključci

Rezultati istraživanja ukazuju na statistički značajnu modifikaciju samopouzdanja u uslovima kratkoročne psihoterapije. Uočene promene bile su praćene izraženim poboljšanjem pokazatelja psihološkog blagostanja, samoprihvatanja i prihvatanja drugih, kao i jačanjem povezanosti između ispitivanih aspekata odnosa prema sebi i psihološkog blagostanja.

Dobijeni podaci govore u prilog shvatanju samopouzdanja kao dinamičke i plastične strukture ličnosti, osetljive na ciljanu psihoterapijsku intervenciju. Uočene promene u skladu su sa savremenim shvatanjima prema kojima se strukture ličnosti mogu menjati čak i u uslovima vremenski ograničene psihoterapijske intervencije.

Rezultati istraživanja sugerišu da se samopouzdanje može posmatrati kao jedna od ključnih klinički značajnih meta kratkoročne psihoterapije i potvrđuju značaj daljeg proučavanja plastičnosti struktura ličnosti u kontekstu psihoterapijskih intervencija.

Izjava o sukobu interesa

Istraživanje je sprovedeno u organizaciji koja učestvuje u razvoju i edukaciji iz oblasti integralne kauzalne psihoterapije.

Literatura

1. Costa PT, McCrae RR. Personality in adulthood. New York: Guilford Press; 1994.
2. Freud S. The Ego and the Id. London: Hogarth Press; 1923.
3. Kernberg O. Borderline conditions and pathological narcissism. New York: Jason Aronson; 1975.
4. Costa PT, McCrae RR. Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources; 1992.
5. Roberts BW, DelVecchio WF. The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: a quantitative review of longitudinal studies. Psychological Bulletin. 2000;126(1):3–25. https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.1.3
6. Lane RD, Ryan L, Nadel L, Greenberg L. Memory reconsolidation, emotional arousal, and the process of change in psychotherapy: new insights from brain science. Behavioral and Brain Sciences. 2015;38:e1. https://doi.org/10.1017/S0140525X14000041
7. Hayes SC, Hofmann SG. Process-based CBT: the science and core clinical competencies of cognitive behavioral therapy. Oakland: New Harbinger Publications; 2018.
8. DeYoung CG. Cybernetic Big Five theory. Journal of Research in Personality. 2015;56:33–58. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.07.004
9. Roberts BW, Luo J, Briley DA, Chow PI, Su R, Hill PL. A systematic review of personality trait change through intervention. Psychological Bulletin. 2017;143(2):117–141. https://doi.org/10.1037/bul0000088
10. Kohut H. The Analysis of the Self. New York: International Universities Press; 1971.
11. Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. Schema therapy: a practitioner's guide. New York: Guilford Press; 2003.
12. Tor J. Integralna kauzalna psihoterapija. Aspekti psihoterapije. 2023;2(4):4–14. Pristupljeno: 28. 7. 2026. Dostupno na: https://rs.aipp.education/wp-content/uploads/2023/07/GP-24-2023RS.pdf
13. Mruk CJ. Self-esteem research, theory, and practice: toward a positive psychology of self-esteem. New York: Springer Publishing Company; 2006.
14. Orth U, Robins RW. The development of self-esteem. Current directions in psychological science. 2014;23(5):381–387. https://doi.org/10.1177/0963721414547414
15. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton: Princeton University Press; 1965.
16. Fennell MJV. Low self-esteem: a cognitive perspective. Behavioural and Cognitive Psychotherapy. 1997;25(1):1–26. https://doi.org/10.1017/S1352465800015368
17. Kolubinski DC, Frings D, Nikčević AV, Lawrence JA, Spada MM. A systematic review and meta-analysis of CBT interventions based on the Fennell model of low self-esteem. Psychiatry Research. 2018;267:296–305. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.025
18. Campbell JD, Trapnell PD, Heine SJ, Katz IM, Lavallee LF, Lehman DR. Self-concept clarity: measurement, personality correlates, and cultural boundaries. Journal of Personality and Social Psychology. 1996;70(1):141–156. https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141
19. Orth U, Robins RW.Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. American Psychologist. 2022;77(1):5–17. DOI: https://doi.org/10.1037/amp0000922
20. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology. 1989;57(6):1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069