



X. međunarodni skup
**Oснаživanje potencijala za
preventivne aktivnosti u zajednici**
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU
FILOZOFSKI FAKULTET OSIJEK
8. – 10. 2. 2024.



Suorganizator



Knjiga sažetaka

Organizator



FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

KNJIGA SAŽETAKA

X. znanstveno-stručni skup
Osnaživanje potencijala za preventivne aktivnosti u zajednici

8. veljače – 10. veljače 2024.
Filozofski fakultet u Osijeku

Urednice:

Sandra Brezetić, Silvija Ručević, Jasmina Tomašić Humer

Programsko-organizacijski odbor:

Ana Babić Čikeš (predsjednica), Ivona Bajsić (tajnica), Ana Belajdžić, Sandra Brezetić, Valerija Križanić, Dino Krupić, Ana Kurtović, Ivana Marčinko, Damir Marinić, Marija Milić, Irena Pavela Banai, Silvija Ručević, Daniela Šincek, Jasmina Tomašić Humer, Tena Velki, Gabrijela Vrdoljak, Gorka Vuletić, Bojana Dinić, Marko Divjak, Silviya Miteva, Agustin Molina, Amela Mujagić, Virginia Sanchez Jimenez, Živa Veingerl Čič

Studenti volonteri:

Tena Bogut, Josipa Bradarić, Lea Bošnjak, Iva Galić, Lara Job, Ivana Karačić, Lea Karin, Ana Marjanac, Petra Palinkaš, Filip Pavličević, Ena Petek, Matija Sudarić, Petra Stražanček, Ema Šaravanja, Marija Šarić, Bernarda Veselovac, Dora Vuković, Aleksandar Zjalac

ORGANIZATOR:

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Osijeku
Lorenza Jägera 9, 31000 Osijek

SUORGANIZATORI:

DRUŠTVO PSIHOLOGA OSIJEK
Kneza Trpimira 2, 31000 Osijek

HRVATSKO PSIHOLOŠKO DRUŠTVO
DZ Maksimir, Lavoslava Švarca 20, 10000 Zagreb

HRVATSKA PSIHOLOŠKA KOMORA
Selska cesta 90A, 10000 Zagreb

Izdavač:

Filozofski fakultet Osijek
ISBN 978-953-314-218-0
Elektroničko izdanje

ZAHVALE

Održavanje Skupa ne bi bilo moguće bez financijske i materijalne pomoći pokrovitelja i donatora, kojima se najljepše zahvaljujemo.

Održavanje skupa financijski i materijalno podržali su:

FILOZOFSKI FAKULTET U OSIJEKU



HRVATSKA PSIHOLOŠKA KOMORA



PREDGOVOR	1
POZVANA PREDAVANJA	4
SIMPOZIJI	10
USMENA PRIOPĆENJA	25
RADIONICE	71
POSTER PRIKAZI	77
PREDSTAVLJANJA KNJIGA	90

PREDGOVOR

Poštovane kolegice i poštovani kolege,

u ime Programsko-organizacijskog odbora X. skupa „Osnaživanje potencijala za preventivne aktivnosti u zajednici“ želim vam dobrodošlicu na jubilarni, deseti, međunarodni skup u organizaciji Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Osijeku i suorganizaciji Hrvatske psihološke komore, Hrvatskog psihološkog društva i Društva psihologa Osijek. Iznimno smo ponosni na našu obljetnicu organizacije ovog skupa, kao i na prepoznatljivost koju smo tijekom godina stekli u stručnoj i znanstvenoj zajednici naše regije i cijele Hrvatske. Vama, sudionicima našeg skupa, zahvaljujemo na podršci koju nam tijekom godina dajete svojim sudjelovanjem, a osobito svim kolegama i stručnjacima koji su izložili svoje znanstvene i stručne radove te podijelili svoja znanja na našem skupu. Ponosni smo također i na 20 godina našeg Odsjeka, obljetnicu koju obilježavamo u sklopu ovoga skupa.

Prvih pet skupova u organizaciji Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Osijeku bilo je posvećeno pitanjima nasilja, što je bilo vođeno idejom da živimo na području koje je u svojoj novijoj povijesti bilo zahvaćeno strahotama rata. No, nakon desetogodišnjeg bavljenja temom nasilja željeli smo proširiti područje kojim se bavimo te se okrenuti pitanjima prevencije problema mentalnog zdravlja u najširem smislu. Cilj nam je bio potaknuti komunikaciju o tome kako možemo pomoći zajednici i društvu u kojem živimo djelovanjem nas kao stručnjaka i znanstvenika u različitim područjima rada i u susretanju s različitim vrstama psiholoških problema. U posljednjih deset godina koje smo posvetili ovim ciljevima i društvo se promijenilo uslijed ubrzanog tehnološkog napretka, ali i pandemijske krize koja je zahvatila velik dio svijeta, te je pitanje prevencije teškoća mentalnog zdravlja postalo još i važnije nego u trenutku u kojem smo odlučili krenuti u tom smjeru. Naše ciljeve prepoznala je znanstvena i stručna zajednica te tijekom godina u programima naših skupova raste broj radova koji se bave predstavljanjem i evaluacijom različitih preventivnih programa u području obrazovanja, rada nevladinih udruga, organizacijskog okruženja, sustava socijalne skrbi, zdravstvenog sustava i tako dalje. Želja nam je u budućnosti naglasak staviti na znanstvenu evaluaciju takvih programa te još više osnažiti komunikaciju između znanstvenika i stručnjaka u praksi koji se bave sličnim pitanjima iz različitih uglova.

Na X. skupu „Osnaživanje potencijala za preventivne aktivnosti u zajednici“ moći ćete poslušati pozvana predavanja eminentnih znanstvenika koja su temeljena na dugogodišnjim i opsežnim psihologijskim istraživanjima. O recentnim rezultatima istraživanja u području mentalnog zdravlja studenata govorit će prof. dr. sc. Ivanka Živčić Bećirević, o radnoj uspješnosti prof. dr. sc. Zvonimir Galić, a o otpornosti kod djece prof. dr. sc. Silvija Ručević. Jedna je od pozvanih predavačica i vodeća stručnjakinja u bavljenju traumom na našim prostorima, dr. sc. Tijana Mirović, te će sudionici moći naučiti o utjecaju na traume na živote pojedinca i društva, kao i mogućnostima rasta koje proizlaze iz pogođenosti traumom. Osim na pozvanim predavanjima sudionici će imati priliku sudjelovati u pozvanoj radionici na temu mjerne invarijantnosti koju će voditi doc. dr. sc. Dino Krupić, a prof. dr. sc. Zoran Sušan sa sudionicima skupa razgovarat će o suvremenim izazovima strateškog planiranja razvoja ljudskih potencijala. U programu se, također, nalaze tri simpozija, tri predstavljanja knjiga, pet radionica te velik broj usmenih priopćenja i postera. Raznolikost programa govori o bogatstvu

stručnog i znanstvenog rada na području prevencije i interesu koji naš skup pobuđuje kod svih koji se bave prevencijom i srodnim područjima.

Na velikoj podršci i pomoći u organizaciji u ime Programsko-organizacijskog odbora zahvaljujemo Upravi Filozofskog fakulteta u Osijeku, suorganizatorima i volonterima, studentima psihologije u Osijeku. Osobno zahvaljujem i svim članovima Programsko-organizacijskog odbora na predanom radu tijekom organizacije skupa.

izv. prof. dr. sc. Ana Babić Čikeš,
predsjednica Programsko-organizacijskog odbora

INFORMACIJE O SKUPU

Vrijeme i mjesto održavanja

8. veljače – 10. veljače 2024.

Znanstveno-stručni dio programa održat će se na Filozofskom fakultetu u Osijeku, Lorenza Jägera 9, Osijek.

Napomene

Sažetci priopćenja grupirani su prema vrsti aktivnosti. Sažetci pozvanih predavanja, izlaganja u okviru simpozija, usmenih priopćenja, radionica, postera i predstavljanja knjiga navedeni su redoslijedom kojim su izloženi tijekom programa u odnosu na istovrsne aktivnosti.

POZVANA PREDAVANJA

Od nepovoljnih okolnosti do uspjeha – jačanje izvršnih funkcija i
otpornosti kod djece

Silvija Ručević

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Osijeku

srucevic@ffos.hr

Nepovoljne životne okolnosti u djetinjstvu, poput izloženosti traumatskim događajima, siromaštvu ili obiteljskim stresorima, mogu imati duboke i trajne, često negativne posljedice na razvoj djeteta. No, važno je prepoznati da dio djece, unatoč negativnim iskustvima, uspijeva napredovati i ispuniti svoj potencijal, odnosno biti uspješnima. Pri tome važnu ulogu imaju otpornost i izvršne funkcije djece. Otpornost se kod djece odnosi na njihovu sposobnost da izdrže nedaće i oporave se od teških situacija, pokazujući emocionalnu snagu i prilagodljivost, dok su izvršne funkcije kognitivne vještine koje pomažu djeci u donošenju odluka i učinkovitom upravljanju izazovima. Otpornost i izvršne funkcije kod djece su isprepleteni i komplementarni aspekti njihova razvoja. Njihovo poticanje, odnosno jačanje otpornosti i razvoja izvršnih funkcija svakodnevnim aktivnostima, ranom intervencijom i sustavima potpore ključni su za djetetovu dugoročnu dobrobit i uspjeh.

Kakvi nas poslovi čine sretnima i uspješnima?

SUPERB model kvalitete posla i pregled novih istraživanja kvalitete rada u Hrvatskoj

Zvonimir Galić

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Zagrebu

zgalic@ffzg.hr

Veza je čovjeka i rada fundamentalna jer je jedna od ključnih značajki ljudske prirode težnja da svoju energiju ulažemo u aktivnost koja je usmjerena k nekom cilju, odnosno u rad. U suvremenom društvu rad je u ljudski život najčešće integriran preko poslova koji, uz obiteljske obveze, većini ljudi predstavljaju centralnu životnu aktivnost. Istovremeno, znatan je broj ljudi nezadovoljan i neproduktivan na svojim radnim mjestima pa napušta organizacije ili iseljava u potrazi za boljim poslom i boljom budućnošću.

U ovom predavanju predstaviti ću naš pristup istraživanju kvalitete poslova koji polazi od pretpostavke da su poslovi onoliko dobri koliko nam zadovoljavaju temeljne psihološke potrebe. U nastojanju da sažmemo više od 50 godina istraživanja psihologije rada u jedan teorijski okvir u našoj istraživačkoj grupi razvili smo SUPERB model posla. Prema tom modelu aspekti koji su važni za motivaciju i produktivnost na radnom mjestu jesu: ekonomska i psihološka sigurnost (Safety), kontinuiran psihološki razvoj na radnom mjestu (Upgrading), osjećaj svrhovitosti i smislenosti poslova (Purpose), slobodno upravljanje vlastitim ponašanjem (Empowerment), smisleni odnosi na radnom mjestu (Relationships) te doživljaj ravnoteže radne i ostalih životnih uloga (Balance). Osim teorijskog opisa pokazat ću niz naših istraživanja u kojima smo SUPERB karakteristike posla doveli u vezu sa zadovoljstvom poslom, angažiranosti na radnom mjestu te namjerom davanja otkaza / iseljavanja iz Hrvatske.

Ključni nalaz tih istraživanja, provedenih na nacionalno reprezentativnim uzorcima hrvatskih radnika, jest da, premda je važna, plaća nije ključna odrednica dobrobiti i motivacije na radnom mjestu. Zadovoljstvo poslom, (ne)angažiranost na radnom mjestu i namjera davanja otkaza u jednakoj ili većoj mjeri ovise o stupnju u kojem su psihološke potrebe zadovoljene, odnosno koliko je posao SUPERB. Na kraju predavanja dat ću preporuke kako oblikovati poslove i radne okoline da budu usklađeni s ključnim psihološkim potrebama čime ćemo osnažiti potencijal za preventivne aktivnosti u radnim organizacijama.

Osnaživanje potencijala za preventivne aktivnosti u zajednici pogođenoj traumom

Tijana Mirović

Psihološko savetovaništvo Mozaik Centar za shema terapiju Beograd

tijana.mirovic@gmail.com

Tijekom proteklih desetljeća doživjeli smo čitav niz traumatskih događaja: ratove, izbjeglištvo i migracije, ekonomske krize i siromaštvo, političke i prave potrese, poplave, pandemiju i razne teške osobne priče. Neki su od nas bili žrtve i svjedoci nasilja ili diskriminacije, ostali bez posla, izgubili zdravlje ili krov nad glavom, ostali bez bližnjih. Kako su se spomenuti događaji događali jedan za drugim i to u dužem vremenskom razdoblju, nije bilo prostora da se sve to obradi, a samim tim ni za pun oporavak. Postojeći resursi ponovno su se i ponovno crpili, a novi slabo razvijali jer mogućnosti za to gotovo da i nije bilo. Kada su resursi i mogućnost zaštite slabi, a izloženost traumatskim događajima dugotrajna i višestruka, postoji visok rizik od razvijanja kompleksnog (složenog) posttraumatskog stresnog poremećaja (kPTSP). Imajući u vidu u kolikom smo stupnju (bili) izloženi različitim vrstama trauma, čini se da na ovim područjima pitanje prevencije kompleksnog PTSP-a postaje jedno od sržnih pitanja brige o mentalnom zdravlju. Budući da najčešće nemamo utjecaja na to hoće li se traume dogoditi, ključni aspekt prevencije kPTSP-a postaje pitanje izgradnje i jačanja resursa. No, iako kao psiholozi ili psihoterapeuti svakodnevno radimo na osnaživanju klijentovih osobnih resursa, akcije usmjerene na jačanje i izgradnju resursa unutar zajednice više su „izuzetak nego pravilo“. U tom je smislu tema ovogodišnjeg skupa ne samo važna, već i krucijalna.

Polazeći od te teze i teme, cilj predavanja bit će oslikati izazove s kojima se susreću pojedinac i zajednica pogođena traumom, kao i mogućnosti da se jačanjem i izgradnjom osobnih i komunalnih resursa radi na prevenciji (daljih i dubljih) trauma i problema. Prvi dio predavanja bit će posvećen razumijevanju kPTSP-a i analizi kako se povijesna, transgeneracijska i razvojna trauma prepoznaju, ispoljavaju i tretiraju u našem kulturno-povijesnom i kliničkom *settingu*, dok ćemo u drugom dijelu prikazati neke od empirijski validiranih tretmana kPTSP-a. Poseban naglasak bit će stavljen na shema terapiju čiji je primarni cilj upravo rad s razvojnom i kompleksnom traumom, odnosno pomaganje klijentima da zadovolje nezadovoljene temeljne (razvojne) potrebe promjenom dugotrajnih i ponavljajućih kognitivnih, emocionalnih, interpersonalnih i bihevioralnih obrazaca. S obzirom na to da razvoj i mentalno zdravlje promatramo sistemski, odnosno kao fenomene neodvojive od šire društvene zajednice, osvrnut ćemo se i na društveni kontekst, odnosno na neke dobre društvene akcije i štetne prakse u našem okruženju. Nadamo se da ćemo time otvoriti prostor da zajedno promišljamo i diskutiramo o tome kako, u zajednici pogođenoj traumom, dodatno osnažiti potencijal za preventivne aktivnosti. Voljeli bismo da zajedničko promišljanje iznjedri podstrek i za zajedničko

djelovanje, odnosno da i mi postanemo ili nastavimo biti neka mala zajednica – neki resurs koji osnažuje i vlastite zajednice i ovu našu regiju.

Možemo li govoriti o krizi mentalnog zdravlja studenata?

Ivanka Živčić-Bećirević

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Rijeci

ivankazb@ffri.uniri.hr

Očuvanje i unaprjeđenje psihičkog zdravlja studenata jedan je od bitnih prioriteta suvremenih sveučilišta. U posljednjih 10 – 15 godina govori se o tzv. krizi mentalnog zdravlja studenata. Većina europskih i svjetskih sveučilišta primjećuje kontinuirano povećanje broja studenata sa psihičkim problemima, osobito depresivnosti, anksioznosti i suicidalnosti.

U predavanju će biti predstavljeni rezultati dugogodišnjeg ispitivanja psihološke prilagodbe i psihičkog zdravlja studenata na riječkom sveučilištu, s osobitim naglaskom na rezultate praćenja studenata tijekom i nakon pandemije COVID-19. Ispitivanje je provedeno u 5 faza, tijekom svakog pandemijskog vala te na proljeće 2023. godine. U svakoj fazi obuhvaćeno je oko tisuću studenata, dok su s manjim brojem studenata provedena ponavljanja mjerenja. Pored uobičajenih stresova kojima su studenti izloženi (akademski zahtjevi, financijski problemi, eventualno odvajanje od obitelji i sl.), život i studiranje tijekom pandemije izazvali su i brojne druge izvore stresa (socijalna izolacija, nastava na daljinu, pogoršana financijska situacija i sl.). U skladu s podacima brojnih svjetskih sveučilišta i u Hrvatskoj je tijekom pandemije primijećen značajan porast doživljaja stresa, kao i simptoma anksioznosti i depresivnosti u općoj populaciji, a osobito među adolescentima i mladim odraslim osobama. Normalizacija života i rada dovela je donekle do stabilizacije izraženosti psihičkih teškoća kod studenata, ali na žalost ne i do njihova smanjenja.

Psihičko zdravlje studenata usko je povezano s njihovim akademskim funkcioniranjem. Upravo zbog recipročnog odnosa između psihičkih teškoća i narušenih akademskih postignuća izuzetno je korisno rano otkrivanje studenata s problemima te provođenje učinkovitih intervencija s njima. Lako dostupna, besplatna psihološka podrška i pomoć studentima s različitim psihičkim teškoćama treba biti prioritet svakog sveučilišta. Veći broj studenata sa psihičkim teškoćama, uz smanjenje stigme, rezultirao je i porastom interesa za uslugama psiholoških tretmana. Smanjenje raskoraka između potreba i interesa studenata s jedne strane, te mogućnosti pružanja psiholoških tretmana s druge strane, predstavlja izazov današnjice za sveučilišta diljem svijeta. U tom kontekstu ukratko će se predstaviti organizacija, iskustva u radu i rezultati rada Sveučilišnog savjetovanišnog centra Sveučilišta u Rijeci tijekom 25 godina rada.

SIMPOZIJI

Project “Prevention and Support - Cyber Gender-Based Violence” (PS-CGBV) – presentation of project outcomes

Voditeljica: Daniela Šincek

dsincek@ffos.hr

The project called "Prevention and Support for Cyber Gender-Based Violence" (<https://ps-cgbv.eu/#/en>) is aimed at prevention of cyber gender-based violence (CGBV). It started on April 1, 2022 and lasts 24 months, and is financed under the Erasmus+ program (KA220-YOU - Cooperation partnerships in youth). The consortium consists of the " Ladies Union of Drama" (Drama, Greece), the Faculty of Humanities and Social Sciences (Osijek, Croatia), Dorea Educational Institute (Limassol, Cyprus), South -West University " Neofit Rilski " (Blagoevgrad, Bulgaria), The Future Now (Sdruzhenie Badeshteto SEGA, Sofia, Bulgaria) and Gender Studies (Prague, Czech Republic). Several outcomes were achieved in the project, and some of them will be presented in the framework of this symposium.

The symposium consists of four presentations. In the first presentation called PS-CGBV: Interactive map and the best practice mapping (<https://ps-cgbv.eu/#/en/resources-map>), the interactive map will be presented, and the procedure for determining examples of best practice used in this part of the project will be explained. The authors are Anna Kotková, Lucie Příbyl, Raya Tsvetkova, Ali Honaramiz and Daniela Šincek. In the second presentation PS-CGBV: Promotive video, a short promotiove video designed, filmed and evaluated by female students in Croatia will be shown. The authors are Maša Brozović, Maria Horvat, Sabina Mešnjak, Valentina Mrazović, Ivana Puđa, Dorotea Vargašević and Daniela Šincek. The third presentation, entitled PS-CGBV: Digital Handbook for Youth, will present the handbook (<https://ps-cgbv.eu/#/en/sp/youth>) and the results of the student evaluation of that handbook. The authors of this presentation are Daniela Šincek, Silviya Miteva, Ali Honaramiz and Theodora Vainterli. The last presentation of PS-CGBV: Training Curriculum for Youth Workers (<https://ps-cgbv.eu/#/en/sp/victim-services>) will present this outcome, how the needs for its development were determined, as well as evaluation through focus groups. The authors of this presentation are Theodora Vainterli, Anna Kotkova, Raya Tsvetkova, Viktorija Triuskaite and Daniela Šincek.

Keywords: project, cyber gender-based violence, outcomes

PS-CGBV: Interactive map and the best practice mapping

Anna Kotková, Lucie Příbyl, Raya Tsvetkova, Ali Honaramiz, Daniela Šincek

dsincek@ffos.hr

Cyber gender-based violence (CGBV) is a form of cyber- violence that is disproportionately experienced by women and gender minorities. The development of digital technology facilitates various aspects of committing this violence. Even at the level of the European Commission, it was recognized that this is a particularly challenging area, and a project call was organized aimed specifically at the prevention and reduction of negative effects (CGBV). In order to prepare the basis for the project, the best practices mapping was carried out. The aim of this presentation is to show the procedure for collecting best practices examples and developing of interactive map. The project partners reviewed existing projects, and materials in the countries of the European Union, both in English and in native languages of those countries. Based on the analysis, examples of good practice were chosen. An effort was made to find several examples of best practice for each of the 28 countries (3 to 6 per country). In order to make the best results practice mapping easily accessible to all interested parties, an interactive map was created. The team has selected different categories by which the map can be searched. This map can be viewed at the link <https://ps-cgbv.eu/#/en/resources-map>. In that way, youth workers and experts who work with those involved in CGBV have a simple tool for obtaining useful information.

Keywords: project, cyber gender-based violence, outcomes

PS-CGBV: Promotive video

**Maša Brozović, Maria Horvat, Sabina Mešnjak, Valentina Mrazović, Ivana Puđa,
Dorotea Vargašević, Daniela Šincek**

dsincek@ffos.hr

Within the project "Prevention and Support for Cyber Gender-Based Violence" students from two universities were supposed to create promotive videos aimed at increasing awareness among young people about the challenges of this form of violence. In the course Applied Social Psychology II, students try to solve a real problem using knowledge from social psychology according to the principle of service learning. The problem is solved by following the approach of the PATH model. This presentation will present an approach to solving the insufficient sensitization of young people to the cyber gender-based problem violence (CGBV). The steps in problem-solving, from the definition of the problem to the evaluation of the intervention that was carried out with the students of the Hospitality and Tourism School in Osijek, will be presented. To devise a solution to the problem of insufficient awareness, the authors interviewed key individuals, as well as reviewed relevant sources (literature, press, etc), addressed key questions, and employed the devil's advocate technique in the problem phase, reviewed relevant scientific literature, and extracted key theoretical explanations in the analysis phase, they formulated a process model in the test phase and in the help phase, they developed all intervention steps from approaching the target group to evaluating the intervention. In addition to this data, the video that they made as part of this work will be shown.

Keywords: cyber gender-based violence, video, PATH model, evaluation

PS-CGBV: Digital Handbook for Youth

Daniela Šincek, Silviya Miteva, Ali Honaramiz, Theodora Vainterli

dsincek@ffos.hr

Young people are particularly affected by cyber-violence in general, and girls and young members of gender minorities are extremely exposed to cyber gender-based violence (CGBV). Therefore, it is important to sensitize these groups of young people so they can recognize and know how to protect themselves if they experience gender-based and CGBV. One of the important outcomes of the project "Prevention and Support for Cyber Gender-Based Violence" is a handbook for young people. The aim of this presentation is to present the handbook (<https://ps-cgbv.eu/#/en/sp/youth>) and the results of the student evaluation. The members of the project team tried to cover the key topics related to CGBV in a way that will be understandable and engaging for young people. To check how well the handbook was adapted to this, students of one Croatian and one Bulgarian university were asked to review the handbook and to answer a short survey in order to get feedback and, if necessary, refine the handbook. A total of 79 students evaluated the handbook, 49 from Bulgaria and 30 from Croatia, of which two had just completed their studies, 38 were attending graduate studies, one person was attending high school, while 39 were studying at undergraduate level. The average rating of the overall usefulness of the handbook is 8.36 (answers given on a scale of 1 to 10), the rating educational content is 8.53, and visual formatting is 8.73. Students self-assessed their knowledge of CGBV before and after studying the handbook - the average self-assessment of knowledge before studying the handbook is 4.93, and after studying it is 8.16. These results clearly show that students evaluate the handbook very positively in general and that they estimate that their knowledge of CGBV has improved significantly after studying it. In accordance with this, their answers to open questions about what they would particularly emphasize stress presented information, and the formatting of information that facilitates their acquisition of knowledge. Almost all of them would recommend that handbook to other youth, most praise the work, while one participant indicates that it may be outdated for young people who are more focused on podcasts when studying some topic.

Keywords: cyber gender-based violence, training curriculum, need analysis, desk analysis, evaluation

PS-CGBV: Training Curriculum for Youth Workers

Theodora Vainterli, Anna Kotkova, Raya Tsvetkova, Viktorija Triuskaite and Daniela Šincek

dsincek@ffos.hr

To effectively prevent cyber gender-based violence (CGBV) and provide support to affected young people, it is crucial for youth workers and experts to have a comprehensive understanding of this phenomenon. This presentation will detail the methodology used for needs analysis, the logic underlying the material development process, and the results of material evaluation. The needs analysis involved consultation with experts in cyber-violence, gender-based violence, and CGBV across partner countries, who identified knowledge gaps and training needs. Based on this input and desk analysis, a comprehensive training curriculum covering various aspects of CGBV was designed. Topics include forms of CGBV, prevention strategies, real-life consequences for victims, counseling for perpetrators, online victim protection, psychological support, and legal guidance. Each topic is presented with theoretical frameworks, examples of good practice, and suggested activities for enhancing the skills of youth workers and experts. The finalized training curriculum, available at <https://ps-cgbv.eu/#/en/sp/victim-services>, will undergo evaluation through focus groups involving experts working directly with youth affected by CGBV. This resource facilitates self-directed learning and can be utilized in formal education for helping professions students or training programs for youth workers and volunteers engaged in CGBV prevention and support.

Keywords: cyber gender-based violence, digital handbook, youth, prevention, evaluation

Be-well project: positive psychology interventions to strengthen high school students' wellbeing and mental health

Voditeljica: Silvija Ručević

Marko Divjak, Živa Veingerl Čič, Silvija Ručević, Maria Jose Lera, Virginia Sanchez-Jimenez

srucevic@ffos.hr

Due to the elevated levels of psychosocial distress among the high school students (HSS) and the lack of tools and competences among teachers to cope with the distress. The BE-WELL project AIMS to educate and train high school teachers and school counsellors to apply PPIs while working with HSS, in order to reduce the risk of developing mental health disorders and strengthen the well-being of HSS, especially among those from less stimulating socio-economic environment (SES) who are more at risk (disadvantaged students).

Keywords: mental health, adolescents, teachers, well-being

BE-WELL PROJECT: School-based multicomponent positive psychology interventions on well-being in middle and late adolescents: a systematic review

Silvija Ručević, Marko Divjak, Živa Veingerl Čić, Darko Števančec, Maria José Lera, Virginia Sánchez- Jiménez, Pablo Ruiz Estévez, Nataša Lampret, Nataša Harl

srucevic@ffos.hr

Prior systematic reviews and meta-analyses show that school-based multicomponent positive psychology interventions (PPIs) have positive impact on adolescent well-being small effect sizes for subjective well-being, psychological well-being, and depression symptoms, with sustained significance for psychological well-being and depression symptoms over time. However, the inclusion criteria for the previous studies is highly restrictive. Thus, more comprehensive systematic review necessary less stringent criteria allowing a larger pool of potentially eligible studies for further meta-analysis. Given this, the objective of the systematic review was threefold: (1) to identify school-based multicomponent positive psychology interventions that promote the well-being of adolescents using less stringent criteria, (2) to synthesize existing interventions, (3) and to summarize the quality of the studies that were identified.

Key words: systematic review, meta-analysis, positive psychology, school-based

BE-WELL PROJECT: School-based multicomponent positive psychology interventions on well-being in middle and late adolescents: best practice examples

Silvija Ručević, Mirna Ilakovac, Ana Azenić, Pablo Ruiz Estévez, Nataša Lampret

srucevic@ffos.hr

Previous systematic reviews and meta-analyses show promising results regarding the effectiveness of school-based multicomponent positive psychology interventions (PPIs) in adolescents. However, what are the best practice examples of the PPIs in the school context? The aim of this review is to identify and describe best practice examples in multicomponent positive psychology interventions delivered within the school context that are most likely to be adopted and implemented in schools. The “good practice” selection and identification process involved two levels: (1) an initial selection of the evidence-based PPIs using the PICO (Population, Intervention, Comparison, Outcome) framework (n = 30) (explained in previous contribution) (2) identification of the best PPI practices using the RE-AIM (Reach, Effectiveness, Adoption, Implementation, Maintenance) framework (n = 10). The best practice examples include: (1) the use of published protocols with clearly identified primary outcome(s), (2) the use of manuals with structured and sequenced lessons delivered by well-trained practitioners, not necessarily experts in mental health (e.g., teachers), (3) delivered during school hours, (4) multicomponent programs + combined with complementary interventions (e.g., CBT, coaching). However, it is not possible to draw conclusions about the effectiveness based on the individual intervention components.

Keywords: best practices, PICO, RE-AIM, Positive psychology

BE-WELL PROJECT: Evaluation of positive psychology interventions to strengthen high school students' wellbeing and mental health

Maria José Lera, Virginia Sanchez-Jimenez, Nataša Harl, Mirna Ilakovac, Ana Azenić

srucevic@ffos.hr

This presentation will examine the systematic evaluation of Positive Psychology Interventions (PPIs) with a focus on enhancing the wellbeing and mental health of high school students. Methodological rigor is paramount in understanding the efficacy of such interventions, and this review aims to provide a nuanced exploration of the steps involved in their comprehensive evaluation. Presentations will address the intricacies of research design, measurement instrument selection, and statistical analysis methods, emphasizing the need for robust methodologies in assessing the multifaceted nature of subjective wellbeing within school settings and different cultural contexts. The presentation underscores the importance of interdisciplinary collaboration among researchers, educators, and mental health professionals to ensure methodological depth and ecological validity. By delving into empirical studies and methodological intricacies, the presentation aims to advance the scientific discourse on evaluating PPIs in the context of high school student wellbeing.

Keywords: evaluation, methodology, positive psychology interventions, instrument selection

Tjelesna aktivnost i različiti aspekti psihološke dobrobiti: od šetnje preko trčanja do borilačkih vještina

Voditeljica: Irena Pavela Banai

ipavelabanai@ffos.hr

Dosadašnja istraživanja pokazuju povezanost tjelesne aktivnosti i različitih aspekata psihološke dobrobiti. Poznato je kako fizička aktivnost ima povoljno djelovanje na mentalno zdravlje, ponajprije u vidu poboljšavanja raspoloženja, boljeg nošenja sa stresom te smanjenja rizika od razvoja raznih anksioznih i depresivnih poteškoća. Vezano uz to, u ovom simpoziju bit će prikazani rezultati istraživanja odnosa različitih oblika tjelesne aktivnosti i nekih aspekata mentalnog zdravlja te psihološke dobrobiti, s naglaskom na aktualne spoznaje dobivene na uzorcima zaposlenih osoba, studenata, aktivnih trkača te roditelja čija se djeca bave borilačkim sportovima.

Simpozij će se sastojati od četiri izlaganja. U prvom izlaganju bit će predstavljeni rezultati istraživanja na uzorku studenata i zaposlenih osoba koji izvještavaju o različitom stupnju tjelesne aktivnosti (autori Dragan Glavaš, Katarina Užarević i Patrik Grubor). U tom će izlaganju biti govora o ulozi šetnje i samopercepcije tjelesne aktivnosti u doživljavanju negativnog i pozitivnog afekta. U drugom izlaganju opisan će se doživljavanje pozitivnog i negativnog afekta kod aktivnih trkača, ovisno o njihovu vjerovanju u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje (autori Dragan Glavaš, Irena Pavela Banai i Vicko Čudina). Nastavno na to, u trećem radu opisan će se značajan doprinos vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje na zadovoljstvo životom i zadovoljstvo tjelesnim zdravljem (autori Dragan Glavaš, Marija Stamać Ožanić i Irena Starman Frančić). Konačno, u četvrtom radu fokus će biti na roditeljima čija se djeca bave borilačkim sportovima te njihovim načinima suočavanja sa stresom (autori Rebeka Prosoli, Margareta Jelić, Renata Barić, Benjamin Banai i Irena Pavela Banai). Generalno je jako malo istraživačkog prostora posvećeno ovoj specifičnoj populaciji, stoga ovi nalazi istraživanja uistinu predstavljaju vrijedan doprinos u ovom području.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, mentalno zdravlje, psihološka dobrobit

Pozitivan i negativan afekt zaposlenih osoba i studenata: uloga šetnje i samopercepcije tjelesne aktivnosti

Dragan Glavaš, Katarina Užarević, Patrik Grubor

dragan.glavas@unicath.hr

Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi ulogu hodanja na posao i percepcije vlastite tjelesne aktivnosti u doživljavanju pozitivnog i negativnog afekta studenata i zaposlenika. U istraživanju je sudjelovalo ukupno 827 sudionika (353 studenta i 519 zaposlenika) u dobnom rasponu od 18 do 64 godine ($M = 30,5$). Svi sudionici ispunili su kratak oblik PANAS skale, a odgovorom na pitanje „Generalno, smatrate li da ste redovito tjelesno aktivni?“ (Da/Ne) zahvaćena je njihova percepcija vlastite tjelesne aktivnosti. Rezultati istraživanja pokazali su općenito više razine negativnog afekta osoba koje se ne percipiraju redovito tjelesno aktivnima. Nadalje, statistički značajna trostruka interakcija upućuje na jednako negativan afekt studenata koji se ne smatraju redovito tjelesno aktivnima neovisno o tome hodaju li ili ne na studij, pri čemu je najniži negativni afekt studenata koji se smatraju redovito tjelesno aktivnima, a pritom ne hodaju na studij. S druge strane, zaposlene osobe koje se smatraju redovito tjelesno aktivnima, a pritom hodaju na posao pokazuju najniži negativni afekt. Rezultati istraživanja pokazuju i izraženiji pozitivni afekt osoba koje se smatraju redovito tjelesno aktivnima u odnosu na osobe koje se ne smatraju redovito aktivnima. Pritom njihova razina pozitivnog afekta ne ovisi o tome jesu li studenti ili zaposleni te hodaju li ili ne na posao ili studij.

Ključne riječi: šetnja, tjelesna aktivnost, pozitivan afekt, negativan afekt

Trčanje tijekom tjedna i pozitivan i negativan afekt aktivnih trkača: uloga vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje

Dragan Glavaš, Irena Pavela Banai, Vicko Čudina

dragan.glavas@unicath.hr

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati ulogu vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje u odnosu prosječnog broja trčanja u tjednu i pozitivnog i negativnog afekta aktivnih trkača. U istraživanju je sudjelovalo 197 aktivnih trkača (Mdob = 33,25; Nžene = 89). Trkači su izvijestili o prosječnom broju dana koji trče u tjednu, ispunili skraćeni oblik PANAS skale te na skali od 1 (niti malo) do 7 (izrazito) odgovorili smatraju li da količina njihove tjelesne aktivnosti pozitivno doprinosi njihovu psihičkom zdravlju. Rezultati istraživanja pokazali su negativan doprinos izraženijeg vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje negativnom afektu, odnosno u prosjeku niži negativni afekt trkača koji imaju izraženije vjerovanje u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje. Statistički značajna interakcija upućuje na smanjen negativni afekt trkača koji prosječno trče više dana u tjednu, a pritom imaju nešto nižu razinu vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje. Nadalje, rezultati pokazuju pozitivan doprinos vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje na pozitivan afekt aktivnih trkača na nižoj razini statističke značajnosti ($p < .1$), odnosno prosječno viši pozitivan afekt trkača s izraženijim vjerovanjem u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na psihičko zdravlje. Doprinos prosječnog broja dana trčanja u tjednu pozitivnom afektu nije se pokazao statistički značajan.

Ključne riječi: trčanje, mentalno zdravlje, vjerovanje

Testiranje medijacijske i moderacijske uloge vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje u odnosu tjelesne aktivnosti i zadovoljstva životom i tjelesnim zdravljem

Dragan Glavaš, Marija Stamać Ožanić, Irena Starman Frančić

dragan.glavas@unicath.hr

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati medijacijsku i moderacijsku ulogu vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje u odnosu tjelesne aktivnosti sa zadovoljstvom životom i tjelesnim zdravljem. Istraživanje je provedeno u okviru omnibus istraživanja agencije za istraživanje tržišta i javnog mijenja Hendal. Istraživanjem je zahvaćen reprezentativan uzorak od 500 građana Republike Hrvatske u dobi od 16 do 83 godine ($M_{dob} = 45,2$; $N_{žene} = 261$) koji su, pored ostalih pitanja u okviru omnibusa, ispunili upitnik tjelesne aktivnosti, na skali od 1 (nimalo) do 7 (izrazito) odgovorili smatraju li da količina njihove tjelesne aktivnosti pozitivno djeluje na njihovo psihičko/mentalno zdravlje te na skali od 1 (nimalo) do 5 (iznimno) odgovorili koliko su zadovoljni svojim životom u cjelini te koliko su zadovoljni svojim tjelesnim zdravljem. Rezultati su pokazali značajnu medijacijsku ulogu vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje u odnosu tjelesne aktivnosti i zadovoljstva životom i tjelesnim zdravljem. Poblize, količina tjelesne aktivnosti pozitivno je oblikovala vjerovanje u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje koje je pozitivno oblikovalo zadovoljstvo životom i zadovoljstvo tjelesnim zdravljem. Pritom nije utvrđen izravan doprinos tjelesne aktivnosti zadovoljstvu životom, dok je utvrđen izravan doprinos tjelesne aktivnosti zadovoljstvu tjelesnim zdravljem. Rezultati nadalje pokazuju neznačajnu moderacijsku ulogu vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje u odnosu tjelesne aktivnosti i zadovoljstva životom i tjelesnim zdravljem. Utvrđen je statistički značajan doprinos vjerovanja u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje koji upućuje na prosječno veće zadovoljstvo životom i zadovoljstvo tjelesnim zdravljem osoba s izraženijim vjerovanjem u pozitivan učinak tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, zadovoljstvo životom, tjelesno zdravlje

Rodne razlike u suočavanju sa stresom roditelja čija se djeca bave borilačkim sportovima

Rebeka Prosoli, Margareta Jelić, Renata Barić, Benjamin Banai, Irena Pavela Banai

rebeka.prosoli@kif.unizg.hr

Stres i suočavanje sa stresom tema je brojnih istraživanja provedenih u kontekstu sporta. Međutim, važno je primijetiti da se većina tih istraživanja bavila proučavanjem stresa i suočavanja sa stresom trenera i sportaša, dok je tek manji broj njih ispitivao iskustva roditelja sportaša. Posebno je zanimljivo primijetiti da trenutno ne postoji ni jedno istraživanje koje se bavilo razlikama u strategijama suočavanja s obzirom na rod roditelja sportaša. Zbog toga je cilj ovog istraživanja bio ispitati rodne razlike u načinima suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša. U istraživanju je sudjelovalo 199 roditelja djece sportaša koja se bave borilačkim sportovima. Za mjerenje suočavanja korišten je Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša u kojem su se roditelji referirali na suočavanje s najizraženijim stresorom koji su doživjeli kao roditelji sportaša. Upitnik suočavanja sa stresom roditelja djece sportaša mjeri tri strategije suočavanja: ventiliranje emocija, izbjegavanje situacije i traženje distrakcije i rješavanje problema. Rezultati su analizirani pomoću MANOVA-e koja nije pokazala postojanje statistički značajnih razlika ni na jednoj strategiji suočavanja između majki i očeva. Navedeno bi trebalo detaljnije istražiti u kontekstu različitih vrsta stresora te različitih načina na koje ih sudionici procjenjuju.

Ključne riječi: sport mladih, roditelji sportaša, suočavanje

USMENA PRIOPĆENJA

Moralna panika ili samokritika: koliko se učenici i nastavnici slažu u procjenama učinaka digitalnih medija na učenike?

Gordana Kuterovac Jagodić, Tena Velki

gkuterovac@ffzg.unizg.hr

Roditelji, učitelji i nastavnici danas pokazuju uznemirenost i zabrinutost zbog količine vremena koju djeca i mladi provode s medijima, kao i zbog učinaka digitalnih medija na njihov psihofizički razvoj i dobrobit. Sama djeca i mladi u najvećem broju percipiraju utjecaj medija na njih same neutralnim, a ukoliko ga percipiraju negativnim, tada misle da je on manje negativan za njih nego za njihove vršnjake. Adolescenti također diferenciraju utjecaj različitih vrsta medija. Cilj ovog istraživanja bio je usporediti samopercipiranu količinu korištenja medija i učinke medija učenika osnovnih i srednjih škola s percipiranim korištenjem medija i percipiranim učincima medija od strane njihovih nastavnika. Uz to, ispitane su rodne i dobne razlike u korištenju i samopercipiranim učincima medija među učenicima, kao i povezanost percipiranih učinaka sa samoprocjenom psihološke dobrobiti i internaliziranih simptoma. U istraživanju je sudjelovalo 6743 učenika petih i sedmih razreda osnovnih škola i 8815 učenika trećih razreda srednjih škola te 1042 učitelja osnovnih škola i 1928 nastavnika srednjih škola. Podaci za učenike prikupljeni su upitnicima papir – olovka, a za nastavnike *online* upitnicima. Ispitano je dnevno vrijeme provedeno u rekreacijskim, pasivnim, socijalnim i kreativnim medijskim aktivnostima, kao i percipirano vrijeme na medijima u odnosu na vrijeme prije pandemije. Ispitan je samopercipirani i percipirani učinak medija na različite aspekte kvalitete života učenika. Rezultati pokazuju značajne razlike u procjenama vremena provedenog na medijima i učinaka medija između učenika i nastavnika. Nastavnici i učitelji procjenjuju kako učenici provode više vremena pred ekranima u odnosu na pretpandemijsko razdoblje i kako je učinak korištenja digitalnih tehnologija na različite aspekte života učenika negativniji nego što to procjenjuju učenici sami. Također su utvrđene i razlike između učenika različitog roda i dobi, kao i značajne povezanosti samoprocjena učinaka medija s psihološkom dobrobiti i internaliziranim simptomima kao pokazateljima narušenog mentalnog zdravlja.

Ključne riječi: percipirani učinci medija, učenici, nastavnici, psihološka dobrobit, internalizirani simptomi

Kontekstualni čimbenici kao parametar kvalitetne provedbe odgojno-obrazovne inkluzije

Matilda Karamatić Brčić, Marijana Miočić, Tena Velki

mkarama@unizd.hr

Ovaj pregledni rad istražuje i definira ulogu kontekstualnih čimbenika kao konstruktivnih činitelja inkluzivnog odgoja i obrazovanja. Kvalitetna provedba inkluzije podrazumijeva promjene na razini svakodnevne odgojno-obrazovne prakse, stavljajući u fokus jasnu ulogu svih ključnih dionika uključenih u sam proces provedbe. Analizirajući raznolike dimenzije konteksta, uključujući obiteljsko okruženje, školske sustave, društvenu klimu te političke i zakonodavne okvire, rad istražuje kako ti čimbenici oblikuju i potiču inkluzivan odgoj i obrazovanje. Pregledom relevantnih istraživanja rad identificira ključne aspekte konteksta koji pozitivno utječu na inkluziju. Istražujući njihovu ulogu u podršci raznolikosti i stvaranju poticajnih okvira za osobe s različitim obrazovnim potrebama, ističe se načelo prihvaćanja međusobne različitosti u radu kao poticaja, a ne prepreke. Analizom i sintezom dosadašnjih spoznaja identifikacijom ključnih kontekstualnih čimbenika kreira se jasan okvir i polazište u kontekstu organizacijskih i programskih pretpostavki za provedbu inkluzije. Sinteza dosadašnjih spoznaja pruža uvid u važnost kontekstualnog pristupa inkluzivnom odgoju i obrazovanju, naglašavajući potrebu za daljnjim istraživanjima i praksama usmjerenim na unapređenje inkluzivnog obrazovanja u sustavu redovnih i specijalnih odgojno-obrazovnih ustanova.

Ključne riječi: kontekstualni čimbenici, inkluzivni odgoj i obrazovanje, djeca s teškoćama, odgojno-obrazovni sustav

Provođenje slobodnog vremena kao prediktor dobrobiti djeteta

Marina Kotrla Topić, Andreja Brajša-Žganec, Maja Kućar, Marija Džida, Tihana Brkljačić, Ivana Hanzec Marković

marina.kotrla.topic@pilar.hr

Promjene trendova suvremenog obiteljskog života dovode u pitanje kako djeca i adolescenti provode slobodno vrijeme nakon škole te kako je to povezano s njihovom dobrobiti. Cilj je provedenog istraživanja ispitati mogućnost predviđanja dobrobiti djeteta na temelju uključenosti u različite aktivnosti izvan škole. Rezultati su dio longitudinalnog istraživanja projekta Dobrobit djeteta u kontekstu obitelji – CHILD-WELL. Sudionici su učenici osnovnih škola, N=1403 (51.7 % djevojčica) u dobi od 8 do 13 godina (M=10.56, SD=1.16) te njihove majke. U prvoj točki mjerenja majke su procijenile koliko sati u prosjeku njihovo dijete tijekom radnog dana ili dana vikenda upotrebljava digitalne uređaje, čita knjige, boravi na zraku, igra se s prijateljem, bratom ili sestrom bez korištenja digitalnih uređaja i gleda TV. Također su odgovarale na pitanje trenira li njihovo dijete neki sport ili pohađa neku izvanškolsku aktivnost, a da nije sport (npr. glazbena škola, mentalna aritmetika, strani jezici i sl.) te koliko puta tjedno sudjeluje u toj aktivnosti. Djeca su u drugoj točki mjerenja, godinu dana kasnije, ispunjavala samoprocjene zadovoljstva životom pomoću Kratke multidimenzionalne skale zadovoljstva životom te učestalost pozitivnih i negativnih afekata pomoću PANAS-C skale. Provedene su tri hijerarhijske regresijske analize za tri mjere dobrobiti kao zavisna varijabla (zadovoljstvo životom, pozitivni i negativni afekti). U prvom su koraku uvijek unesene varijable dobi i spola, a u drugom su unesene majčine procjene vremena provedenog u različitim aktivnostima. Rezultati pokazuju kako, uz kontrolu efekta dobi i spola, vrijeme provedeno u različitim aktivnostima značajno predviđa dobrobit djeteta. Pri tome je vrijeme uz digitalne uređaje vikendom značajan negativan, a sportska aktivnost značajan pozitivan prediktor zadovoljstva životom kao i pozitivnih afekata. Dodatno, pozitivan je prediktor pozitivnih afekata i vrijeme provedeno na zraku. Kod negativnih afekata kao pozitivan prediktor javlja se provođenje vremena uz digitalne uređaje vikendom, a kao negativan prediktor čitanje knjiga radnim danom.

Ključne riječi: dobrobit, adolescenti, slobodne aktivnosti, sport, digitalna tehnologija

Kvaliteta života osoba s kroničnom križboljom

Iva Dimitrijević, Dijana Hnatešen, Ivan Radoš, Dino Budrovac, Ozana Katarina Tot, Ivan Omrčen, Vanja Matković

iva.trubeljak@gmail.com

Kronična se bol definira kao bol koja traje ili se ponavlja dulje od tri mjeseca. Ona predstavlja značajan javnozdravstveni problem o kojem izvještava oko 20 % odraslih osoba u svijetu te je jedan od najčešćih razloga zbog kojih ljudi traže medicinsku pomoć. Bol u leđima često se spominje kao najčešća vrsta kronične boli, a brojne studije potvrdile su njezin utjecaj na kvalitetu života povezanu sa zdravljem u različitim životnim domenama, uključujući fizičko i mentalno zdravlje, društvene odnose i funkcionalne sposobnosti. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati čimbenike kvalitete života povezane sa zdravljem kod osoba s kroničnom križboljom. Metode: Podaci su prikupljeni od 186 pacijenata s kroničnom boli u leđima korištenjem Upitnika zdravstvenog statusa (SF-36), Ljestvice simptoma anksioznosti povezane s boli (PASS-20), Ljestvice katastrofizacije boli (PCS), Upitnika prihvaćanja kronične boli (CPAQ-8) i Numeričke skale boli (NRS).

Rezultati: Model linearne regresije bio je statistički značajan ($F = 44,28$, $p < ,001$), objasnio je 49,9 % varijance u pogledu kvalitete života povezane sa zdravljem kod osoba s kroničnom križboljom. Nalazi ove studije pokazuju da intenzitet boli, prihvaćanje kronične boli, katastrofiziranje boli i anksioznost povezana s boli značajno utječu na kvalitetu života povezanu sa zdravljem.

Zaključak: Psihosocijalni čimbenici detektirani ovim istraživanjem kao prediktori niže kvalitete života povezane sa zdravljem kod osoba s kroničnom križboljom: jači intenzitet boli, slabije prihvaćanje kronične boli te viša razina katastrofiziranja i anksioznosti povezane s boli.

Ključne riječi: kronična bol, križbolja, kvaliteta života

Projekt „Abeceda jednakih mogućnosti“ kao pozitivan primjer širenja mreža podrške u zajednici za djecu i mlade – prikaz rezultata vanjskog vrednovanja

Lara Rašić

lara.rasic123@gmail.com

Cilj dvogodišnjeg projekta „Abeceda jednakih mogućnosti“, čiji je nositelj Centar za pružanje usluga u zajednici „Kuća sretnih ciglica“ Slavonski Brod, odnosio se na uspostavljanje sustava za pružanje daljnje podrške procesu deinstitucionalizacije širenjem i unapređenjem izvaninstitucionalnih usluga i mjera prije izdvajanja djece iz obitelji. Projekt je bio namijenjen djeci i mladima bez odgovarajuće roditeljske skrbi, djeci i mladima s problemima u ponašanju, roditeljima djece koja koriste uslugu poludnevnog boravka, stručnim radnicima i udomiteljskim obiteljima. Projektne aktivnosti podrazumijevale su širenje usluge poludnevnog boravka, nastavak pružanja organiziranog stanovanja uz sveobuhvatnu podršku i hitnog privremenog smještaja, pokretanje usluge savjetovanja i pomaganja, jačanje kapaciteta stručnjaka za rad s korisnicima izvaninstitucionalnih usluga te promicanje važnosti razvoja udomiteljstva i drugih izvaninstitucionalnih usluga. Vanjsko vrednovanje učinaka usluga, programa, mjera i aktivnosti projekta „Abeceda jednakih mogućnosti“ provodilo se s ciljem dobivanja uvida u proces provedbe projektnih elemenata te procjene efektivnosti, utjecaja i održivosti rezultata projekta. Vanjsko vrednovanje obuhvatilo je obavljanje objektivne i sustavne analize ostvarivanja elemenata projekta te objektivne analize i vrednovanja indikatora postignuća projektnih ciljeva. Podaci za vanjsko vrednovanje prikupljeni su analizom relevantne projektne dokumentacije, analizom vidljivosti te kreiranim Upitnikom o zadovoljstvu uslugom, Upitnikom o učincima savjetovanja obitelji korisnika i udomiteljskih obitelj i Upitnikom o jačanju kapaciteta stručnjaka za rad s djecom. U proces vanjskog vrednovanja uključeno je 26 djece i mladih koji trenutno koriste usluge organiziranog stanovanja, poludnevnog boravka i hitnog privremenog smještaja, četiri člana stručnog tima koji pružaju uslugu savjetovanja i pomaganja roditeljima djece iz poludnevnog boravka i udomiteljskim obiteljima te 14 stručnjaka koji su kroz projekt jačali kapacitete za organiziranje i pružanje izvaninstitucionalnih socijalnih usluga i provedbu procesa deinstitucionalizacije. Vanjskim vrednovanjem utvrđeno je kako su planirani projektni rezultati i pokazatelji uspješno ostvareni, kako je doprinos projekta horizontalnim načelima osiguran načelom jednakih mogućnosti i načelom dobrog upravljanja te kako je poželjna daljnja prijava i provedba projekata koji za cilj imaju širenje mreže podrške u zajednici za djecu i mlade.

Ključne riječi: djeca i mladi, podrška u zajednici, prevencija izdvajanja djece iz obitelji, vanjsko vrednovanje projekta

Odrednice stigmatizacije bazirane na prekomjernoj tjelesnoj težini kod adolescenata

Barbara Kalebić Maglica, Ana Kurtović, Tamara Mohorić

barbarakm@uniri.hr

Cilj je rada ispitati efekte osobina ličnosti petofaktorskog modela na stigmatizaciju baziranu na tjelesnoj težini kod adolescenata. Osim toga, ispitani su medijacijski efekti socijalne podrške u odnosu između osobina ličnosti i stigmatizacije. U istraživanju je sudjelovalo 1014 sudionika prosječne dobi od 16 godina. Sudionici su ispunjavali upitnik vezan uz doživljaj stigmatizacije zbog vlastite tjelesne težine, upitnik ličnosti (neuroticizam, ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i otvorenost za iskustva) i socijalne podrške (obitelj i prijatelji). Dobiveni rezultati pokazuju da adolescenti koji postižu više rezultate na skali neuroticizma izvještavaju o učestalijem doživljaju stigmatizacije zbog vlastite tjelesne težine. Podrška je prijatelja medijator u odnosu između ekstraverzije i stigmatizacije te ugodnosti i stigmatizacije, dok je podrška obitelji medijator u odnosu između ugodnosti i stigmatizacije te savjesnosti i stigmatizacije bazirane na vlastitoj tjelesnoj težini. Dobiveni rezultati ukazuju na važnost ispitivanja socijalne podrške obitelji i prijatelja u odnosu između osobina ličnosti i stigmatizacije zbog tjelesne težine.

Ključne riječi: stigmatizacija, tjelesna težina, ličnost, socijalna podrška, adolescenti

Preventivni projekt „Suradnjom do trijeznog suživota“

Siniša Brlas

sinisa.brlas@zzjzvpz.hr

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije proveo je tijekom 2022. i 2023. godine preventivni projekt „Suradnjom do trijeznog suživota“. Ovdje se predstavlja projekt i publikacija u okviru projekta.

Globalni cilj projekta bio je osnažiti kapacitete dionika u Virovitičko-podravskoj županiji za indiciranu prevenciju alkoholizma i alkoholom uvjetovanih poremećaja uključivanjem što većega broja liječenih alkoholičara u sustav klubova liječenih alkoholičara. Specifični ciljevi usmjereni su specifičnoj edukaciji dionika o važnosti intervencija usmjerenih suzbijanju posljedica štetnog djelovanja alkohola te o povezanosti pijenja alkohola i razvoja ovisnosti, osnaživanju i motiviranju liječenih alkoholičara u samozaštitnim ponašanjima osvješćivanjem rizika od pijenja alkoholnih pića i podrškom u samokontroli usmjerenoj izbjegavanju rizika, osnaživanju međusektorske suradnje zdravstvenog sustava i organizacija civilnog društva u indiciranoj prevenciji i suzbijanju ovisnosti od alkohola te mobilizaciji lokalnih resursa kako bi se povećala svijest o važnosti očuvanja zdravlja.

Naglasak je na indiciranoj prevenciji i suzbijanju pijenja alkohola, jednog od vodećih javnozdravstvenih rizika za zdravlje. Važan je segment sljedivost aktivnosti te se projekt nadovezuje na aktivnosti prethodnih projekata koji su u mrežu međusektorske suradnje povezali i u suradnji osnažili dionike u prevenciji i suzbijanja ovisnosti o alkoholu. Suradnjom s klubovima liječenih alkoholičara kao partnerima u projektu iskorišteni su potencijali suradnje te je provedena specifična edukacija dionika u zajednici kako bi oni bili bolje osposobljeni za podršku u liječenju alkoholičara. Supervizijom i unutarnjom i vanjskom evaluacijom procesa i ishoda provoditelj i partneri osiguravaju ujednačene standarde kvalitete kako bi se na razini indicirane prevencije dokinule veze između rizičnih ponašanja (pijenje alkohola) i nepoželjnih ishoda (razvoj alkoholizma).

Pripremljena je i publikacija koja je dodana vrijednost projektu jer doprinosi trajnosti preventivnog djelovanja u populaciji. Publikacija „Kako ne utopiti život i obitelj u alkoholu“ interdisciplinarnu je skupinu autora (psiholozi, pedagog, epidemiolog i psihijatri) te je u formi vodiča džepnog formata namijenjena liječenim alkoholičarima tijekom provedbe aktivnosti u projektu.

Ključne riječi: ekološka momentarna procjena, adolescencija, afekt, mentalno zdravlje, prevencija

Street corner work kao primarno preventivni oblik rada

Josip Janković

joja3491@gmail.com

Cilj ovog akcijskog istraživanja u kojemu je korištena metoda promatranja sa sudjelovanjem i savjetovanje u kriznoj situaciji bio je otkrivanje kriznih situacija u vanjskim prostorima (dječja igrališta, trgovački centri, terase kafića, plaže) na kojima nekompetentni roditelji dovode svoju djecu predškolske dobi u stres koji kulminira do vrhunca kada stručnjak-savjetovatelj ulazi u situaciju, vraća roditelja u njegovu ulogu čime se prekida kriza, dijete dobiva neophodnu roditeljsku brigu i pomalo izlazi iz stresa, a roditelj uz kratak brifing o tome što se upravo događalo, situaciji pripadajuće informacije o psihologiji djeteta, literaturi i aktivnostima koje će ubuduće spriječiti izazivanje krizne situacije.

Projekt je trajao 1,5 godinu, iako je planirano trajanje od dvije godine, zbog općeg zatvaranja izazvanog pandemijom. Tijekom tog vremena autor je obilazio javna mjesta na koja dolaze roditelji s predškolskom djecom i otkrivao krizne situacije kojih je u tom razdoblju bilo 18 s isto toliko djece, a odraslih je bilo 24, od kojih je 15 ženskog i 9 muškog spola. Od toga je bilo 19 roditelja i 5 drugih osoba. Procjena intenziteta stresa kod djece pokazala je da ih je 12 bilo u vrlo intenzivnom stresu, 4 u intenzivnom i 2 u blagom. Trenutak ulaženja autora u situaciju bio je u 12 slučajeva vrhunac krizne situacije, kod 5 tijekom prolongirane stresne situacije i 1 nakon što je krizna situacija prošla. Kod ulaženja u kriznu situaciju u kojoj su stresom preplavljena predškolska djeca potrebno je djelovati oprezno kako se i tako krajnje nepovoljno stanje za dijete, njegovu dobrobit pa i zdravlje ne bi još pogoršalo. Stoga su korišteni prelazni objekti, aktivnost ili situacija u 12 slučajeva. U 5 djeca u vlastitoj pratnji, autoritet struke i zakona, a u 1 posredno roditelji. Samo u 1 slučaju nije postignuto povoljno razrješenje. Psiholog nije to samo na radnom mjestu nego uvijek!

Ključne riječi: stres, predškolska djeca, razrješavanje krize, vraćanje roditelja u ulogu, savjetovanje

Učinci povratne informacije na radnu uspješnost zaposlenika

Lovro Borić, Ana Belajdžić

lovro.boric3@gmail.com

Suvremeni poslovni svijet traži rezultate. Uspješnost organizacije rezultat je individualne radne uspješnosti svakog zaposlenika. Može li organizacija pospješiti radnu uspješnost svojih zaposlenika samim pružanjem konstruktivne povratne informacije o istoj? Ovim se istraživanjem na uzorku od $N = 295$ zaposlenih u privatnom i javnom sektoru nastojao ispitati doprinos pružanja povratne informacije rukovoditelja o radnoj uspješnosti objašnjenju radne uspješnosti zaposlenika. Dodatno, provjerena je i medijacijska uloga pravednosti rukovoditelja te povjerenja u rukovoditelja u međuodnosu između pružanja povratne informacije o radnoj uspješnosti te radne uspješnosti zaposlenika. Zaposlenici su ispunili *online* Upitnik o sociodemografskim podacima, Skalu interpersonalnog povjerenja u rukovoditelja, Ljestvicu uspješnosti u radnim zadacima, Skalu pružanja povratne informacije o radnoj uspješnosti i Upitnik pravednosti u organizacijskom kontekstu. Rezultati su pokazali da pružanje povratne informacije o radnoj uspješnosti značajno pozitivno doprinosi samoprocjeni radne uspješnosti zaposlenika. Dodatno, potvrđen je i potpuni medijacijski učinak povjerenja u rukovoditelja u navedenom međuodnosu. Drugim riječima, zaposlenici koji smatraju da dobivaju učestalu i pravednu povratnu informaciju o vlastitoj radnoj uspješnosti od strane rukovoditelja te drže da njihov nadređeni objašnjava razloge promjena koje utječu na njihov rad, ali i prepoznaje te priznaje dobro odrađen posao, ujedno procjenjuju i vlastitu radnu uspješnost višom – upravo iz razloga što ti zaposlenici imaju i veće povjerenje u vlastitog rukovoditelja. Pravednost rukovoditelja nije se pokazala značajnim medijatorom. Raspravlja se o teorijskim i praktičnim implikacijama dobivenih nalaza za razvoj procesa upravljanja ljudskim potencijalima.

Ključne riječi: povratna informacija o radnoj uspješnosti, radna uspješnost, povjerenje u rukovoditelja, pravednost rukovoditelja

Suočavanje sa stresom i mentalno zdravlje zatvorenika

Martina Lotar Rihtarić, Martina Pleško

martina.lotar.rihtaric@erf.unizg.hr

Zatvorsko okruženje može biti vrlo štetno za mentalno zdravlje pojedinca. U usporedbi s općom populacijom zatvorenici imaju izrazito nižu razinu percepcije kvalitete života i samopoštovanje, a višu razinu anksioznosti i depresije. Način suočavanja zatvorenika sa stresom važan je čimbenik kada se ispituje efekt zatvorskog okruženja na njihovo mentalno zdravlje. No, rezultati istraživanja nisu dosljedni kada je u pitanju odnos različitih strategija suočavanja sa stresom i mentalnog zdravlja ili psihološke dobrobiti općenito. Stoga je cilj ovog rada bio istražiti odnos strategija suočavanja sa stresom i mentalnog zdravlja u okviru zdravstvene teorije suočavanja. Prema zdravstvenoj teoriji suočavanje predstavlja kognitivne i bihevioralne reakcije koje mogu biti zdrave ili nezdrave u kontekstu njihove potencijalne štetnosti za cjelokupno zdravlje osobe. I zdrave i nezdrave strategije suočavanja dovode do smanjenja intenziteta neugodnih emocija poput tuge ili straha i do kratkoročnog smanjenja stresa, no nezdrave strategije imat će i neželjene štetne posljedice za mentalno zdravlje pojedinca. U istraživanju su sudjelovali svi muški zatvorenici koji su minimalno mjesec dana smješteni u Centru za dijagnostiku u Zagrebu. Uzorak čini 125 zatvorenika u dobi od 20 do 71 godine ($M = 40,08$; $SD = 11,967$). Primijenjene su Višedimenzionalna skala suočavanja, DASS-21 te su sudionici zamoljeni da procijene intenzitet doživljene tuge i straha u posljednjih tjedan dana. Podaci su prikupljeni tijekom lipnja i srpnja 2023. godine. Rezultati su pokazali kako zatvorenici prilikom suočavanja sa stresom u većoj mjeri koriste akciju, pozitivno i racionalno mišljenje, a u najmanjoj mjeri negiranje. U skladu s postavkama zdravstvene teorije suočavanja pokazalo se kako su nezdrave strategije suočavanja sa stresom značajan medijator između stresa i depresije, odnosno između stresa i anksioznosti, dok zdrave strategije nisu značajan medijator u navedenim odnosima. Osim toga, rezultati ne potvrđuju postavku teorije prema kojoj je korištenje strategija suočavanja povezano s manjim intenzitetom doživljene tuge i straha.

Ključne riječi: suočavanje sa stresom, anksioznost, depresija, zatvorenici

Apeli straha o klimatskim promjenama i prookolišno ponašanje: postoji li povezanost?

Ivana Vrselja, Martina Lotar Rihtarić

ivana.vrselja@unicath.hr

Klimatske promjene globalni su izazov koji zahtijeva djelovanje svih društvenih segmenata. Pojedinci mogu pridonijeti smanjenju negativnih utjecaja klimatskih promjena recikliranjem, smanjenjem potrošnje energije i razdvajanjem otpada. Istraživanja pokazuju da takvo prookolišno ponašanje češće prakticiraju osobe koje percipiraju velik rizik od klimatskih promjena. Na percepciju rizika od klimatskih promjena može djelovati niz čimbenika, a jedan od su njih poruke u medijima. U literaturi postoji neslaganje o tome treba li u porukama o klimatskim promjenama koristiti negativne emocije (npr. strah) ili pozitivne emocije (npr. nadu).

Prema nekim autorima, apeli straha mogu potaknuti ljude na određena ponašanja. Drugi upozoravaju da apeli o opasnosti od masovnog izumiranja zbog klimatskih promjena mogu izazvati osjećaj bespomoćnosti, smanjujući uključenost u prookolišna ponašanja. U Hrvatskoj nedostaje istraživanja odnosa između izloženosti apelima straha vezanih za klimatske promjene, percepcije rizika od klimatskih promjena i prookolišnog ponašanja. Stoga će se u radu provjeriti postoji li izravan i/ili neizravan učinak izloženosti apelima straha vezanih za klimatske promjene na prookolišno ponašanje kroz percepciju rizika od klimatskih promjena. Podatci su prikupljeni preko interneta na kvotnom uzorku od 1075 sudionika (51.9 % žena), u dobi između 18 i 79 godina. Sudionici su procijenili koliko su zastrašujuće poruke o klimatskim promjenama koje čitaju ili o kojima slušaju u medijima, svoju percepciju rizika od klimatskih promjena te koliko se često ponašaju na način kojim se štiti okoliš. Rezultati medijacijske analize u PROCESS makrou za SPSS pokazali su da ne postoji izravan učinak izloženosti apelima straha o klimatskim promjenama na prookolišna ponašanja, ali da postoji neizravan učinak kroz percepciju rizika. Odnosno, izloženost apelima straha bilo je povezano s izraženijom percepcijom rizika od klimatskih promjena, a koje je povezano s učestalijim prookolišnim ponašanjem. Rezultati će se razmotriti u okviru postojećih socijalno-psihologijskih teorija na ovom području te smjernica za buduća istraživanja.

Ključne riječi: apeli straha, klimatske promjene, percepcija rizika, prookolišno ponašanje

Klimatske promjene i mentalno zdravlje: odnos anksioznosti zbog klimatskih promjena i proaktivnih ekoloških ponašanja

Sanja Lješćak, Silvija Dmejhal

ljescaksanja@gmail.com

Klimatske promjene predstavljaju jedan od najvećih izazova 21. stoljeća, a stručnjaci se slažu kako su uzrokovane uglavnom ljudskim djelovanjem. Poznato je njihovo djelovanje na fizičko zdravlje, no nedovoljno se govori o utjecaju na mentalno zdravlje i kvalitetu života. Ovo istraživanje ispituje odnos anksioznosti zbog klimatskih promjena i proaktivnog ekološkog ponašanja te istražuje potencijalne prediktore. Provedeno je na prigodnom uzorku studenata (N= 458) u dobi od 18 do 44 godine (M = 21.75, SD = 2.94), pri čemu je nešto više bilo muških sudionika (N= 249; 54.4 %). Sudionici su ispunjavali Skalu anksioznosti zbog klimatskih promjena, Skalu povezanosti s prirodom – skraćena verzija, Skalu anksioznosti, Skalu ekološke samoefikasnosti, Skalu zadovoljstva životom te Upitnik proaktivnog ekološkog ponašanja.

Utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost opće anksioznosti, povezanosti s prirodom, ekološke samoefikasnosti i proaktivnog ekološkog ponašanja s anksioznosti zbog klimatskih promjena te ekološke samoefikasnosti i kvalitete života s proaktivnim ekološkim ponašanjem. Provedenom hijerarhijskom regresijskom analizom kao prediktori anksioznosti zbog klimatskih promjena pokazali su se opća anksioznost i povezanost s prirodom, a kao prediktori proaktivnih ekoloških ponašanja pokazali su se kvaliteta života i ekološka samoefikasnost. Ovo je istraživanje među prvima koje pruža informacije o odnosu klimatskih promjena i mentalnog zdravlja osoba u Hrvatskoj. Također pruža informacije kako potaknuti ljude na očuvanje okoliša, a samim time i na očuvanje fizičkog i mentalnog zdravlja.

Ključne riječi: klimatske promjene, anksioznost zbog klimatskih promjena, proaktivno ekološko ponašanje, mentalno zdravlje

Prevenција kroz nastavu psihologije u srednjoj školi

Lea Buljević, Ivana Azenić

ivana.azenich@gmail.com

Preventivne aktivnosti u školi često se provode kroz dodatne, izvannastavne aktivnosti i projekte škole. Ipak, sama primarna prevencija trebala bi se odvijati na razini cijele populacije, za što su primjerenije aktivnosti unutar same nastave. Zadatak je nastavnika prepoznati mogućnosti preventivnog djelovanja unutar svog predmeta te u suradnji s drugim djelatnicima koordinirati svoje djelovanje k učinkovitim intervencijama.

Nastava psihologije, uz druge predmete, predstavlja izvrstan izvor za preventivno djelovanje s obzirom na to da obuhvaća teme socioemocionalnih vještina, bez obzira na vrstu programa koji se u školi provodi. Nužno je prepoznati specifične potrebe učenika određene škole te usmjeriti nastavne aktivnosti prema tim potrebama. Učenici koji se obrazuju po gimnazijskom programu iskazuju potrebu za prevencijom u području mentalnog zdravlja, što se očituje u broju internaliziranih poteškoća mentalnog zdravlja kod učenika. Preventivni rad u nastavi psihologije u II. gimnaziji Osijek usmjerava se na zaštitne mehanizme poput informiranja i identifikacije predrasuda o mentalnom zdravlju i poteškoćama, povećanja svjesnosti i uvježbavanja novih strategija suočavanja. Kod učenika koji se obrazuju po programu strukovnih škola očituju se potrebe za boljom regulacijom ponašanja i prepoznavanja rizičnih čimbenika. U nastavi psihologije u Ugostiteljsko-turističkoj školi obrađuju se teme vezane uz održavanje granica u odnosima, seksualnost, nasilje i destigmatizaciju osoba sa psihičkim poremećajima.

Dvije nastavnice psihologije usporedit će svoja iskustva u radu s adolescentima iz različitih skupina te podijeliti primjere dobre prakse iz nastave. Cilj je predavanja informirati sudionike o aktivnostima koje se već provode u redovnoj školi te ukazati na daljnje potrebe adolescenata u Osijeku.

Ključne riječi: prevencija, nastava, mentalno zdravlje, adolescencija

Uloga individualnih čimbenika kod učitelja i stručnih suradnika u provedbi odgojno-obrazovne inkluzije

Marina Vidaković, Jasmina Vrkić Dimić, Ana Marija Iveljić

amrogic@unizd.hr

Cilj je ovog preglednog rada istraživanje i utvrđivanje značaja individualnih čimbenika učitelja i stručnih suradnika u provedbi odgojno-obrazovne inkluzije. Analiza aktualnih rezultata empirijskih istraživanja utemeljenih na suvremenim teorijskim pristupima ističe važnost konteksta odgojno-obrazovnog rada koji pored užih i širih socijalnih interakcija te kulturno-povijesnih čimbenika imanentnih konkretnom vremenu u kojem se odgojno-obrazovna djelatnost ostvaruje obuhvaća i individualne čimbenike samih učenika i njihovih učitelja / stručnih suradnika pri čemu se izdvajaju kompetencije, osobine ličnosti i stavovi učitelja i stručnih suradnika. Prema dosadašnjim istraživanjima tri su ključne skupine kompetencija učitelja, ali i stručnih suradnika koji neposredno rade s učenicima i učiteljima: pedagoške, socijalne i emocionalne. Uz navedene kompetencije ličnost učitelja pokazala se važnom determinantom i korelatom njihove emocionalne regulacije, profesionalne kompetentnosti, radne motivacije i radne uspješnosti. Sukladno tome, osobne karakteristike učitelja poput fleksibilnosti, empatije i otpornosti imaju presudnu ulogu u poučavanju učenika s teškoćama, uzimajući u obzir akademsko postignuće, ali i psihološku dobrobit učenika. Pregledom relevantnih istraživanja utvrdit će se važnost specifičnih kompetencija i osobina ličnosti učitelja i stručnih suradnika u ostvarenju inkluzivne prakse. Također, brojna istraživanja ističu ulogu stavova učitelja i stručnih suradnika prema učenicima s teškoćama u razvoju pri čemu se pozitivni stavovi povezuju s trudom i posvećenošću u radu, ali i s uspješnošću uspostavljanja kvalitetnih odnosa s učenicima i roditeljima. Sukladno tome, dobri odnosi s učiteljem kod učenika s teškoćama u razvoju potiču motivaciju za učenjem, doprinose njihovu socijalnom i kognitivnom razvoju te olakšavaju njihovu prilagodbu. Negativni stavovi mogu proizlaziti iz manjka iskustva u poučavanju učenika s teškoćama u razvoju, odnosno učitelji se ne osjećaju kompetentno i samopouzdana poučavati učenike s teškoćama. Sintezom identificiranih individualnih čimbenika dobit će se smjernice za izradu budućih programa stručnih usavršavanja učitelja i stručnih suradnika s ciljem unaprjeđenja sustava podrške učenicima s teškoćama u razvoju.

Ključne riječi: kompetencije učitelja i stručnih suradnika, kontekst, odgojno-obrazovna inkluzija, osobine ličnosti, stav

Prevenција prekomjernog korištenja društvenih mreža među djecom primarnog stupnja obrazovanja

Loreta Kovačević

lkovacevic2@gmail.com

U današnjici modernog i suvremenog vremena sve je više zastupljena tehnologija među djecom i mladima. Tradicionalne igre među djecom zamijenili su mobilni uređaji te razne aplikacije na njima. Djeca primarnog stupnja obrazovanja već uvelike imaju mobilne uređaje, pa tako i popularne aplikacije poput TikToka, Snapchata, Instagrama i slično. Mali i veliki odmori u školama gube smisao druženja s vršnjacima i igru, a razgovor među njima zamijenile su aplikacije, odnosno virtualni svijet. Nove društvene mreže razvijaju se iz dana u dan i na taj način svakodnevno imaju utjecaj na djecu i mlade. Stoga je od izuzetne svrhe da se taj utjecaj novonastalih društvenih mreža na cijelu populaciju učestalo istražuje. Potrebno je osmišljavati nove preventivne aktivnosti koje će biti u paraleli s novonastalim društvenim mrežama. Cilj je ovog rada ispitati stajališta učitelja primarnog stupnja obrazovanja o potrebnim prevencijama, odnosno preventivnim aktivnostima radi prekomjernog korištenja društvenih mreža među djecom primarnog stupnja obrazovanja. Koje aktivnosti i na koji način ih provoditi s djecom? Što donosi prekomjerno korištenje društvenih mreža? Zašto je važno razvijati komunikaciju i igru sa svojim vršnjacima? Istraživanje će se provesti kvantitativnom metodologijom, koristit će se anonimni upitnik u kojem će ispitanici biti učitelji primarnog stupnja obrazovanja. Preliminarni rezultati pokazuju jasna stajališta ispitanika o iznimnoj važnosti provođenja preventivnih aktivnosti radi suzbijanja prekomjernog korištenja društvenih mreža, kao i o učenju djece u razvijanju njihove svijesti o bitnosti druženja s vršnjacima. Očekuje se da će dani rezultati istraživanja pomoći budućim istraživanjima, ali isto tako svim učiteljima primarnog stupnja obrazovanja u što boljim, potrebitijim i uspješnijim preventivnim aktivnostima u njihovu radu.

Ključne riječi: tehnologija i aplikacije, prevenција prekomjernog korištenja društvenih mreža, učitelji primarnog stupnja obrazovanja, djeca primarnog stupnja obrazovanja, pozitivne i negativne strane virtualnog svijeta

Pozitivan razvoj mladih – prikaz rezultata prve i druge točke mjerenja

Gabrijela Vrdoljak, Miranda Novak, Lucija Šutić, Hana Gačal, Josipa Mihić, Toni Maglica, Darko Roviš

gpiri@ffos.hr

Koncept pozitivnog razvoja mladih opisuje mlade kao vrijedne članove zajednice koji mogu doprinijeti njezinu razvoju. Jedan je od aktualnih modela pozitivnog razvoja 5C model koji uključuje pet čimbenika: kompetencija, samosvijest, povezanost s drugima, karakter i brižnost. Izraženost tih čimbenika povezana je s nizom pozitivnih ishoda, pa tako i s većom otpornošću, boljim mentalnim zdravljem te manje rizičnih ponašanja. Ukoliko mladi odrastaju u poticajnoj i podržavajućoj okolini, izraženost tih čimbenika bit će veća. Pozitivan razvoj mladih kod hrvatskih srednjoškolaca istražuje se u okviru projekta „Testiranje 5C modela pozitivnog razvoja mladih: tradicionalno i digitalno mobilno mjerenje (P.R.O.T.E.C.T.)“. Cilj je projekta pratiti srednjoškolce od početka do kraja njihova školovanja te pokušati odgovoriti na tri ključna pitanja: 1. Kako 5C karakteristike pozitivnog razvoja predviđaju razvojne ishode – pozitivno mentalno zdravlje, rizična ponašanja te probleme mentalnog zdravlja?, 2. Kako karakteristike važnih odraslih predviđaju pozitivan razvoj adolescenata? i 3. Kako obiteljsko i školsko okruženje utječu na pozitivan razvoj adolescenata? U prvoj točki mjerenja obuhvaćeno 3464 učenika srednje škole, 1710 roditelja te 1018 nastavnika iz osam gradova u Hrvatskoj (Zagreb, Varaždin, Osijek, Vinkovci, Rijeka, Split, Trogir i Dubrovnik). U izlaganju će biti predstavljen dio rezultata prve i druge točke te njihova usporedba.

Ključne riječi: pozitivan razvoj mladih, srednjoškolci, mentalno zdravlje, rizična ponašanja

Prikaz rada Ureda za psihološko savjetovanje studenata na Filozofskom fakultetu u Osijeku

Ana Kurtović, Sanja Diósy, Maja Matković

akurtovi@ffos.hr

U veljači 2023. godine osnovan je Ured za psihološko savjetovanje studenata na Filozofskom fakultetu u Osijeku u kojem su stalno zaposlene dvije psihologinje, obje s edukacijom iz kognitivno-bihevioralne terapije. Iako je osnovan na Filozofskom fakultetu, djelatnost Ureda namijenjena je svim studentima Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku. Prije osnivanja Ureda na Sveučilištu je djelovalo Psihološko savjetovište u kojem su honorarno radile nastavnice Filozofskog fakulteta i Fakulteta za odgojne i obrazovne znanosti. S obzirom na nerazmjernu potrebu za psihološkom pomoći i podrškom studentima Sveučilišta te kadrovskim mogućnostima Psihološkog savjetovišta, čekanje na termin kod psihologa trajalo je u prosjeku tri do šest mjeseci, dok se tijekom pandemije virusa SARS-CoV-19 zbog povećane potrebe za psihosocijalnom podrškom i smanjenih kapaciteta Savjetovišta čekanje odužilo na preko godinu dana. Osnivanjem Ureda na Filozofskom fakultetu i zapošljavanjem psihologinja zatečeno stanje liste čekanja bilo je 300 studenata. Od osnivanja Ureda provedeno je preko 700 individualnih psiholoških savjetovanja, kao i nekoliko psihoedukativnih predavanja i tribina. Do siječnja 2024. broj studenata na listi čekanja smanjio se na 97. Iako se smanjenje liste čekanja djelomično može objasniti činjenicom da određen broj studenata više nije imao potrebu za savjetovanjem, ono jasno ilustrira nužnost kontinuirane dostupnosti psihološke podrške studentima. Također, ovi rezultati ukazuju na prednost zapošljavanja psihologa na puno radno vrijeme na fakultetima i sveučilištima naspram honorarnog i volonterskog rada u svrhu kontinuirane dostupnosti psihosocijalne podrške. Također, usprkos značajnom smanjenju liste čekanja vrijeme čekanja na termin psihološkog savjetovanja i dalje je blizu godinu dana, što sugerira da je potrebno strateški planirati daljnji razvoj Ureda i unaprjeđenja psihosocijalne podrške studentima.

Ključne riječi: psihološko savjetovanje, studenti, podrška

Prikaz rezultata SDQ upitnika za rano otkrivanje rizika za probleme mentalnog zdravlja

Tihana Gorjanac Midžić

tihana411@gmail.com

Od školske godine 2012./2013. započeo je projekt „Screeninig – rano otkrivanje rizika za probleme mentalnog zdravlja” u osnovnim i srednjim školama na području grada Osijeka. Projekt se nastavio provoditi svake sljedeće školske godine na području Osječko-baranjske županije. Cilj je projekta rano otkrivanje čimbenika rizičnog ponašanja mladeži, prevencija svih oblika problema u ponašanju, zlorabe alkohola i drugih psihoaktivnih tvari i delinkventnog ponašanja. U svrhu odabira i procjene rizične skupine djece i mladih primijenjen je Upitnik snaga i poteškoća, koji je namijenjen pregledu emocionalnih i ponašajnih problema djece i adolescenata (samoprocjena djece/adolescenata). Upitnik čine Skala emocionalnih simptoma, Skala problema u ponašanju, Skala hiperaktivnosti, Skala problema u odnosima s vršnjacima i Skala prosocijalnog ponašanja uz dodatnu mjeru Utjecaj simptoma. Ukupno je do sada upitnik ispunilo 10612 učenika sedmih razreda iz 41 osnovne škole i učenika prvih razreda iz 20 srednjih škola (od šk. god. 2016./2017.) s područja Osječko-baranjske županije. Do sada prikupljeni podaci ukazuju da učenici imaju najviše poteškoća s hiperaktivnošću i emocionalnim simptomima. Također, unazad nekoliko godina značajno su u porastu prosocijalno ponašanje i utjecaj simptoma. Djevojčice i djevojke imaju više emocionalnih simptoma i više teškoća s hiperaktivnosti te su prosocijalnije u odnosu na dječake i mladiće. Više problema u ponašanju i problema s vršnjacima imaju dječaci i mladići u odnosu na djevojčice i djevojke. Učenici osnovnih škola izvještavaju o više emocionalnih simptoma i problema s vršnjacima u odnosu na učenike srednjih škola.

Ključne riječi: Screeninig projekt, rizična ponašanja, prevencija, SDQ upitnik, mentalno zdravlje djece i adolescenata

Evaluacija izmijenjenog programa „Prevenција nasilja preko interneta“

Sladana Vukojević, Daniela Šincek, Tena Bogut, Karla Dude, Ana Fišer, Dora Vuković

sladana.vukojevic@gmail.com

Zbog pandemije COVID-19 značajno se među djecom povećala komunikacija preko interneta, što je dovelo do toga da su djeca pod povećanim rizikom za sudjelovanje u nasilju u digitalnom okruženju. Stoga se pokazala povećana potreba uvesti u programe osnovne škole preventivne mjere i razgovarati o sigurnom ponašanju na internetu te posljedicama neprihvatljivog ponašanja. Kako se navike korištenja društvenih mreža brzo mijenjaju, postojeći su priručnici o internetskom nasilju zastarjeli. Stoga je cilj ovog izlaganja prikazati proces osuvremenjivanja radionica i rezultate evaluacije istog. Za potrebe OŠ August Šenoa Osijek korišten je priručnik Prevenција nasilja preko interneta koji su osuvremenile studentice prijediplomskog studija Psihologije Filozofskog fakulteta u Osijeku pod vodstvom školske psihologinje i profesorice s Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Osijeku. Doručene radionice prezentirane su učenicima osmih razreda ove škole te su prikupljene njihove povratne informacije o prilagođenosti programa za pete razrede. Na temelju prikupljenih podataka radionice su dodatno prilagođene. Izmijenjeni program od četiri radionice proveden je u dva pete razreda (N = 30, 18 djevojčica) te je mjesec dana prije i tjedan dana poslije provođenja radionica primijenjena „Skala činjenja i doživljavanja nasilja preko interneta – 2021“. Kako bi se provjerilo je li program učinkovit, na prikupljenim podacima proveden je t-test za ponovljena mjerenja. Utvrđeno je da su učenici, nakon provedenih radionica, uz razinu rizika od 10 %, nešto manje doživljavali ($M_1 = 1.22$; $M_2 = 1.16$) i činili ($M_1 = 1.09$; $M_2 = 1.07$) nasilje preko interneta ($t_{(doživljavanje)} = 1.86$; $t_{(činjenje)} = 1.99$; $p < .1$). Unatoč malom broju sudionika (N = 30) i kratkom vremenu između predtestiranja i posttestiranja dobiveni rezultati upućuju na to da su izmijenjene i provedene radionice imale poželjne učinke. Uzimajući u obzir da su učenici u radionicama imali priliku razvijati stavove o prihvatljivom i neprihvatljivom obliku ponašanja na internetu, može se zaključiti kako su ove radionice doprinos preventivnim nastojanjima. Sukladno navedenom, objedinjene radionice prikazat će se u novom preventivnom priručniku.

Ključne riječi: nasilje preko interneta, preventivni program, evaluacija, učenici

Prikaz preventivnog projekta „Psihološka otpornost srednjoškolaca“

Josipa Samardžija

josipasb@yahoo.com

Preventivni projekt „Psihološka otpornost srednjoškolaca“ obuhvaća univerzalnu prevenciju, a namijenjen je učenicima srednje strukovne škole, njihovim roditeljima i nastavnicima. Cilj je projekta izgradnja i jačanje psihološke otpornosti kroz pet čimbenika koji određuju razinu psihološke otpornosti: Kognicija (optimizam, ustrajnost i snalažljivost); Emocije (emocionalna iskustva i emocionalna regulacija); Ponašanje (aktivno rješavanje problema); Fizička aktivnost (tjelovježba, odmor, spavanje); Okolinski faktori (obitelj, zajednica, društvo). Projekt je realiziran sljedećim aktivnostima:

- edukacija učenika, roditelja i nastavnika (predavanja, pedagoške radionice, izrada edukativnih plakata i letaka, literarno izražavanje, kviz, debata, filmska matineja)
- iskustveno učenje u prirodi (poticanje tjelesne aktivnosti, vježbanje komunikacijskih vještina, timskog rada i vještina rješavanja problema, razvoj zajedništva, optimizma, ustrajnosti i snalažljivosti)
- generacijske fokus grupe učenika.

Projekt je proveden u školskoj godini 2022./2023. uz pozitivnu evaluaciju svih sudionika. Učenici su sudjelovanjem u ovom projektu imali priliku bolje upoznati sebe, svoje i tuđe emocije te usvojiti važne životne vještine koje povećavaju otpornost u školskoj svakodnevnici. Roditelji i nastavnici više su senzibilizirani za potrebe, emocije i probleme mladih. Uz nova znanja i vještine spremniji su pružiti podršku i pomoć u slučaju prepoznatih teškoća s mentalnim zdravljem učenika.

Ključne riječi: psihološka otpornost, mentalno zdravlje, srednjoškolci, iskustveno učenje

Mama, a kako se igra Život?

Ena Kolak, Marko Mešin

marko.mesin.mesko@gmail.com

Podsjetite se kada ste zadnji put pili kavu u kafiću i vidjeli djecu koja trče oko vas? Što je s djecom koja oko vas sjede mirna „kao bubice“ gledajući u igračku zbog koje su sve druge igračke izgubile posao – mobitel? Prosječni osmogodišnji Amerikanac provede 6 sati pred ekranom, dok osamnaestogodišnjaci provedu gotovo trećinu dana – 7 i pol sati. Svako dijete, posebice u prvih nekoliko godina života, treba se susresti s dovoljno obradivih informacija iz stvarnog svijeta u kojemu će provesti ostatak života da bi bio spreman za sve izazove koji će ga u tom svijetu dočekati. Što će biti s djecom kojoj oduzmemo tu priliku dajući im virtualnu alternativu svaki put kada zaplaču? Virtualni autizam, također poznat kao poremećaj socijalne komunikacije, novoprepoznati je oblik poremećaja iz autističnog spektra koji nastaje kao posljedica povećane izloženosti ekranima u ranom životnom razdoblju što za posljedicu ima simptome iz navedenog spektra kao što su smanjene kognitivne funkcije, usporen razvoj govora, hiperaktivnost, nagle promjene raspoloženja, smanjeno održavanje pažnje i iritabilnost. Vjeruje se i da je virtualni autizam uzrokovan kombinacijom genetskih i okolišnih čimbenika. Međutim, simptomi su često izraženiji u okruženjima s više osoba i mogu dovesti do poteškoća u stvaranju i održavanju odnosa s drugima. Virtualni autizam relativno je nova dijagnoza i još uvijek treba mnogo naučiti o njegovim uzrocima i učinkovitim mogućnostima liječenja. Međutim, neki stručnjaci sugeriraju da intervencije usmjerene na razvoj snažnih komunikacijskih i socijalno-emocionalnih vještina, *online* i *offline*, mogu biti od pomoći osobama s virtualnim autizmom. Važno je napomenuti da virtualni autizam nije poremećaj odvojen od klasičnog autizma, već podtip koji pogađa pojedince u specifičnom kontekstu. Kao i kod klasičnog autizma, rana dijagnoza i intervencija ključni su za osobe s virtualnim autizmom kako bi mogle živjeti ispunjene živote i ostvariti svoj puni potencijal. Cilj je ovoga predavanja predstaviti problematiku digitalnog autizma i metode prevencije istoga.

Ključne riječi: autizam, hiperaktivnost, mobitel, virtualni autizam

Provođenje preventivnih programa Udruge Breza u kontekstu pružanja socijalnih usluga

Suzana Vargović

udrugabreza@gmail.com

Cilj je rada predstaviti preventivne programe Udruge Breza iz Osijeka koje pruža u kontekstu socijalnih usluga usmjerenih na djecu u riziku, obitelji, udomitelje te djecu i mlade smještene izvan obitelji. Uz opis poznatih programa gdje se predstavlja usluga poludnevnog boravaka u ruralnim zajednicama za djecu u riziku od izdvajanja iz obitelji, te usluge savjetovanja za obitelj i pojedince, izdvajaju se i škole za roditelje kojima se jačaju roditeljske kompetencije i preveniraju roditeljski stres. Posebno su istaknuti inovativni programi koji se prvi put provode u našoj zemlji, a to su Program podrške za udomitelje; RESPIT SKRB koji omogućavaju odmor od skrbi kao i Program podrške za djecu i mlade koji su izdvojeni iz matičnih obitelji; TIME-OUT koji preveniraju krizne situacije u grupi korisnika u instituciji ili alternativnom smještaju. Pilot-programi omogućeni su trogodišnjim financiranjem od strane Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike u sklopu projekta razvoja socijalnih usluga u RH.

Ključne riječi: prevencija, djeca, roditelji, udomitelji, inovativni programi

Opće i posebno: osobitosti čitanja u hrvatskom jeziku

Marija Jozipović, Mirjana Lenček, Lea Radulović

marija.jozipovic@erf.unizg.hr

Usvajanje vještine čitanja na početku formalnog školovanja usmjereno je na svladavanje tehnike čitanja (brzine i točnosti) te potom i ostvarivanje konačnog cilja čitanja – razumijevanja i čitanja radi učenja. Premda se ovaj proces nerijetko čini jednostavnim, u pozadini je složeni niz kognitivnih i lingvističkih operacija od dekodiranja i prepoznavanja cijelih riječi do inferencijalnog zaključivanja iz teksta. Prema istraživačkim podacima nekih zemalja čak 17,5% učenika ima probleme u učenju čitanja tijekom prve tri godine školovanja. Dio će učenika prevladati početne teškoće, dok će kod nekih teškoće biti rani znak disleksije kao najčešćeg specifičnog poremećaja učenja. Sa svrhom prevencije problema u učenju izuzetno je važno razlikovati razvojne pogreške od znakova odstupanja radi pravovremenog pružanja podrške (tretmana i primjerenog oblika školovanja).

Istraživanje je provedeno s 45-ero djece urednog jezičnog razvoja na kraju drugog razreda osnovne škole, odnosno na kraju faze početnog čitanja i pisanja. Cilj je, uvažavajući osobitosti hrvatskog jezika i pisma, opisati obilježja čitanja na tri vrste zadataka: na listi (pseudo)riječi i riječi koje progresivno rastu duljinom i segmentalnom složenošću te tekstu koji je duljinom, sadržajem i jezičnom složenošću prikladan obrazovnoj dobi sudionika. Svrha je istraživanja jasnije definirati očekivanja u razini točnosti čitanja i razumijevanja kao prevenciju odstupanja, odnosno poremećaja.

Dobiveni rezultati analizirani su kvantitativno i kvalitativno. Ni jedno dijete ne čita predstavljene zadatke bez pogreške, a pogreške se povećavaju na duljim, složenijim i manje poznatim riječima. Kvalitativna analiza potvrđuje da se i kod djece čiji je materinski jezik hrvatski javljaju pogreške opisane u stranoj literaturi: zamjene, dodavanja i ispuštanja grafema/fonema i slogova, ali su definirane i pogreške osobite za hrvatski jezik i pismo (npr. pogreške vezane uz čitanje riječi s digrafima). Kako je ovo pilot ispitivanje, dio praćenja obilježja čitanja i pisanja od rane školske do odrasle dobi pridonosi jasnijem definiranju kriterija te kvantitativnih i kvalitativnih pokazatelja odstupanja koji ukazuju na potrebu za logopedskom dijagnostikom i prevencija su teškoća učenja.

Ključne riječi: razvojne pogreške u čitanju, disleksija, hrvatski jezik

Prikaz rada mobilnog stručnog tima IK Zvono

Tena Anić, Marija Mandić

tena@udrugazvono.hr

Psihosocijalna podrška kroz rad edukacijskog rehabilitatora, psihologa i socijalnog radnika potreba je manjih lokalnih zajednica koje nemaju razvijene kvalitetne socijalne usluge za osobe s invaliditetom i njihove obitelji. Podrška djeci s teškoćama u razvoju, osobama s invaliditetom i njihovim obiteljima nužno je potrebna od najranije dobi pa sve do odrasle dobi. Na području gradova Belišće i Valpovo nedostaje kvalitetna i kontinuirana psihosocijalna podrška kroz individualan i grupni rad navedenih stručnjaka. Mnoge osobe s invaliditetom i njihove obitelji stanuju u ruralnim dijelovima lokalne zajednice te su im time usluge još nedostupnije zbog čega se javlja potreba za mobilnim stručnim timovima koji će raditi kod pružatelja usluge, ali i u domu korisnika te surađivati s ostalim institucijama koje pružaju podršku korisnicima u različitim sustavima.

Inkluzivna kuća Zvono koja razvija programe i socijalne usluge za osobe s invaliditetom u partnerstvu s Gradom Valpovo provela je projekt Inkluzivni val čiji je cilj bio poboljšati kvalitetu života djece s teškoćama u razvoju, osoba s invaliditetom i starijih osoba u lokalnoj zajednici kroz pružanje psihosocijalne podrške i poludnevni boravak.

U ovom radu predstaviti ćemo rad mobilnog stručnog tima koji je djelovao kroz projekt Inkluzivni val, aktivnosti mobilnog tima te postignute rezultate.

Aktivnostima je mobilni stručni tim pružao podršku više od 115 osoba kroz više od 1500 sati. Članice mobilnog stručnog tima bile su psihologinja, socijalna radnica i edukacijska rehabilitatorica koje su svaka iz svog područja pružali podršku ciljanim skupinama i njihovim obiteljima te više od godinu dana pratili njihov napredak te individualnim pristupom i timskim radom radili na poboljšanju kvalitete života.

Pozitivne povratne informacije korisnika znak su uspješnosti provedenih aktivnosti, a zajednički rad članica tima te nastavak suradnje i komunikacije s korisnicima daje smjernice i za rad u budućnosti za kojim postoji velika potreba.

Ključne riječi: podrška, rad s obitelji, transdisciplinarni pristup

Preventivni program razvoja socijalnih i emocionalnih vještina
„Veselo i radosno u školu“ u Osnovnoj školi „Davorin Trstenjak“
Čađavica

Andrej Hodonj

andrej.hodonj@gmail.com

U vrijeme pandemije COVID-19 nametnulo se pitanje razvoja i brige o mentalnom zdravlju djece i mladih, posebice onih najranjivijih skupina učenika od 1. do 4. razreda osnovne škole. Potresi i pandemija, kao i nastava na daljinu uvelike su utjecali na razvoj socijalnih i emocionalnih vještina učenika. Stoga je ovaj preventivni program usmjeren na razvoj emocionalnih i socijalnih vještina kod učenika od 1. do 4. razreda osnovne škole, prepoznavanje njihovih emocija i osjećaja, poticanje samopoštovanja i pozitivne slike o sebi. Program se zasniva na radu s učenicima, radu s učiteljima i radu s roditeljima. Rad s učenicima usmjeren je na provođenje različitih oblika pedagoških radionica, a kako bi učenike naučili prepoznati svoje emocije i osjećaje te osjećaje svojih prijatelja i vršnjaka u razredu. Rad s učiteljima usmjeren je na razvoj njihovih emocionalnih i socijalnih kompetencija stručnim usavršavanjem u području međupredmetne teme Osobni i socijalni razvoj. Rad s roditeljima usmjeren je na razvoj njihovih socijalnih i emocionalnih kompetencija potrebnih za uspješno i kvalitetno poticanje samopoštovanja i samopouzdanja kod svojega djeteta.

Takvim preventivnim programom učenicima se omogućuje da svoje stečene emocionalne i socijalne kompetencije na pedagoškim radionicama primjenjuju u svakodnevnim školskim situacijama u razgovoru sa svojim vršnjacima i prijateljima, učiteljima ili nekim drugim odraslim osobama. Učitelji stječu kompetencije za pružanje podrške učenicima koji imaju različite oblike teškoća u socijalizaciji i ostvarivanju vršnjačke interakcije, dok roditelji imaju priliku i mogućnost razvijati i unaprjeđivati svoje odgojne metode i strategije.

Ključne riječi: socijalne i emocionalne vještine, učenici od 1. do 4. razreda osnovne škole, učitelji, roditelji

Pričam ti priču – pozitivne priče koje potiču razvoj samopoštovanja i samopouzdanja kod učenika s teškoćama u razvoju

Dejana Varnica, Ivana Kurtušić

dejana.varnica@gmail.com

Priče i bajke uobičajen su dio odrastanja djece i moćni su odgojno-obrazovni alati u kognitivnom, emocionalnom, psihološkom i pedagoškom smislu. Priče obično nude „strategije“ za nošenje sa stresnim iskustvima u djetinjstvu ili djeca u njima pronalaze rješenja za svoje probleme.

Uživjeti se u priču znači da se dijete može identificirati s različitim ulogama u priči, stoga dječja književnost pomaže u prilagodbi djece i olakšava razvoj socio-emocionalnih vještina. Međutim, u dječjoj literaturi rijetko se pojavljuju likovi osoba s invaliditetom. Tada se prikazuju u pozitivnom svjetlu, imaju značajne interakcije s vršnjacima, ali su rijetko glavni likovi. Time se šalje poruka da su manje zanimljivi i cijenjeni članovi društva. S druge strane, izlaganje djece pozitivnim uzorima (modelima) kroz priče može utjecati na njihovo samopoštovanje i socijalni identitet, može poboljšati interakcije s drugima te povećati emocionalnu povezanost s knjigom odnosno pričom. Djeca kroz priče upoznaju različite likove te inspirirani njima mogu usmjeravati vlastite emocije i misli.

Erasmus+ projekt „Role models“ usmjeren je na poticanje razvoja samopouzdanja i samopoštovanja učenika s teškoćama u razvoju kroz različite priče i likove s kojima se mogu identificirati, promicanje inkluzije i prihvaćanje različitosti te poticanje razvoja ključnih kompetencija i temeljnih vještina učenika, kao što su pismenost i digitalne vještine. U izlaganju će biti predstavljen priručnik za učitelje o poticanju samopouzdanja i samopoštovanja kao ključnih čimbenika u odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama u razvoju te zbirka kratkih inspirativnih priča u obliku e-knjige čiji su glavni likovi upravo djeca i mladi s teškoćama u razvoju, a koje su javno dostupne za uporabu na 4 europska jezika (engleski, francuski, talijanski i hrvatski). Također, bit će predstavljen i javno dostupan „ready to use“ alat za stručnjake koji rade s učenicima mlađe osnovnoškolske dobi za izradu sličnih poučnih priča zajedno s učenicima, a na način da se usmjere na pozitivne aspekte njihova svakodnevnog života i rada.

Ključne riječi: samopouzdanje, samopoštovanje, priče, uzori (modeli)

Utjecaj slobodnog vremena na kvalitetu života roditelja djece s teškoćama u razvoju

Mila Puljiz

milapuljiz.st@gmail.com

Slobodno vrijeme, temeljeno na ljudskim pravima, predstavlja kompleksan koncept povezan s fenomenom slobode i globalnim zadovoljstvom životom. Omogućava pojedincu da, vodeći se vlastitim željama, interesima i sposobnostima, odabire aktivnosti koje će obavljati u tom vremenu, pridonoseći istovremeno njegovu samoodređenju. Međutim, svakodnevne obveze i zahtjevi modernog društva često ograničavaju slobodno vrijeme pojedinca, posebice kada su u pitanju roditelji djece s teškoćama u razvoju. Briga o djetetu s razvojnim teškoćama zahtijeva dodatnu pažnju i predstavlja teret koji često ograničava njihovo slobodno vrijeme. Povećane razine stresa i opadanje blagostanja njihova su svakodnevnica, što negativno utječe na sposobnost ispunjavanja drugih zahtjeva poput posla, brige o sebi, odnosa s drugima i osjećaja autonomije. Omogućavanje roditeljima da se uključe u aktivnosti koje doprinose njihovu zadovoljstvu može imati pozitivan utjecaj na njihovo emocionalno stanje i opće blagostanje. Analizom dostupne literature cilj je prikazati kako subjektivni koncept slobodnog vremena pridonosi poboljšanju kvalitete života roditelja djece s teškoćama u razvoju, pružajući im strategije za uspješnije savladavanje izazova roditeljstva te optimalno funkcioniranje.

Ključne riječi: slobodno vrijeme, roditelji, djeca s teškoćama u razvoju, kvaliteta života

Kvaliteta spavanja osječkih adolescenata

Ana Perić, Ana Babić Čikeš

anaperic969@gmail.com

Procjenjuje se da na globalnoj razini jedno od sedmero (14 %) djece i adolescenata u dobi od 10 do 19 godina ima problema s mentalnim zdravljem. Jedan je od čimbenika koji značajno utječu na dobrobit i mentalno zdravlje adolescenata kvaliteta njihova spavanja. Istraživanje kvalitete spavanja postaje sve važnije s obzirom na sveprisutne promjene u načinu života i tehnološke inovacije. U ovom se radu predstavljaju rezultati istraživanja kvalitete spavanja osječkih adolescenata. U istraživanju je sudjelovalo 206 sudionika III. osječke gimnazije u dobi od 14 do 19 godina, od toga 123 (59.7 %) ženskog spola, 79 (38.3 %) muškog spola i četvero (1.9 %) se nije željelo izjasniti. Upitnik kvalitete spavanja sudionici su popunjavali tijekom redovite nastave. Rezultati ukazuju na to da 85.4 % sudionika ima narušenu kvalitetu spavanja, pri čemu djevojke imaju lošiju kvalitetu spavanja u odnosu na mladiće. Stariji adolescenti imaju lošiju kvalitetu spavanja u odnosu na mlađe. U radu će biti prikazani rezultati za svaku od subskala upitnika kvalitete spavanja te će se rezultati komentirati u kontekstu razvojnih zadataka adolescencije i izazova suvremenog načina života.

Ključne riječi: kvaliteta spavanja, adolescencija, spolne razlike, dobne razlike, Pittsburgh indeks kvalitete spavanja

Povezanost perfekcionizma, doživljaja stresa i mentalnog zdravlja

Helena Tomšek

helena.tomsek@hotmail.com

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost adaptivnog i neadaptivnog perfekcionizma, doživljaja stresa i mentalnog zdravlja. Sudjelovalo je 555 sudionika od toga N = 111 (20 %) muškog spola, a N = 444 (80 %) ženskog u dobi od 18 do 60 godina. Prosječna dob sudionika bila je M = 30.68 (SD = 11.30) godina. U svrhu ispitivanja navedenih varijabli u ovom istraživanju korištena je Revidirana skala težnje perfekcionizmu, Kratki inventar percipiranog stresa i Hrvatska verzija upitnika za mentalno zdravlje. Dobiveni rezultati ukazuju na pozitivnu povezanost adaptivnog perfekcionizma (skale Visoki standardi i Urednost) s mentalnim zdravljem, na negativnu povezanost neadaptivnog perfekcionizma (skala Diskrepanca) s mentalnim zdravljem, zatim negativnu povezanost doživljaja stresa s mentalnim zdravljem, pozitivnu povezanost doživljaja stresa i skale Diskrepanca, dok se adaptivni perfekcionizam i doživljaj stresa nisu pokazali značajno povezanima. Provedbom hijerarhijske regresijske analize uočeno je kako je značajan pozitivan prediktor mentalnog zdravlja skala Visoki standardi, a negativni su prediktori skala Diskrepanca i doživljaj stresa. Dodatno, uočen je djelomični medijacijski efekt skale Diskrepanca na odnos doživljaja stresa i mentalnog zdravlja. Unatoč postojanju pojedinih ograničenja ovo istraživanje doprinosi boljem razumijevanju ispitivanih konstrukata, a na temelju utvrđenih prediktora mentalnog zdravlja moguće je kreirati brojne programe primarne i sekundarne prevencije, npr. u organizacijama i školama.

Ključne riječi: pozitivno mentalno zdravlje, adaptivni perfekcionizam, neadaptivni perfekcionizam, doživljaj stresa, medijacijski efekt, rana i srednja odrasla dob

Mediation role of child's executive functions in the association between early risk factors and child's hyperactivity symptoms

Sandra Brezetić, Silvija Ručević, Tijana Borovac, Dino Krupić

sandra.vuckovi@gmail.com

The relation between early development and family background risk factors and child's hyperactivity symptoms has been well documented in previous research. However, less is understood about child's cognitive factors, particularly executive functions, which may interfere in the association between early risk factors and child's hyperactivity symptoms. Hence, this study examines the specific role of child's executive functions in the relation between early development and family background risk factors and symptoms of hyperactivity in school-age children. A sample consisted of 175 parent/caregiver-child dyads and 36 state school teachers. Parents/caregivers completed the Early Development and Home Background (EDHB) Form—Parent/Guardian. Children solved behavioural tasks aimed at measuring executive functions and teachers filled out the Strengths and Difficulties Questionnaire – Hyperactivity Subscale. Structural equation modelling analyses confirmed a complete mediation of child's executive functions in the association of early development and family background risk factors and child's hyperactivity symptoms, controlling for the child's gender. In other words, the child's executive functions rise as a protective factor in the appearance of hyperactivity symptoms in school-age children whose parents/caregivers recognize multiple risk factors of early development and family background. On behalf of the study, we can suggest that initiatives should be aimed at promoting the child's executive functions in early school-age children in the educational and home environment.

Keywords: early development, family background, executive functions, hyperactivity, mediation

Model ritmičke pažnje objašnjava interakciju između percepcije i motorike

Dražen Domijan, Mateja Marić

drazen.domijan@uniri.hr

Novija psihofizička i neuroznanstvena istraživanja pokazuju da selektivna pažnja oscilira u sporom ritmu od 4 – 5 Hz i na taj način modulira izvedbu na perceptivnim zadacima. Ovu spoznaju uključili smo u novi model neuronske mreže za interakciju između percepcije i motorike kako bismo objasnili rezultate o aktivaciji vidnih područja kore mozga tijekom funkcionalnog oslikavanja mozga ispitanika dok usporedo rješavaju perceptivni i motorni zadatak. Prema novom modelu, koji predstavlja elaboraciju prethodnog modela o dvostrukim kontra-tokovima, postoje dva odvojena ritma pažnje koji se nalaze u suprotnim fazama. Senzorni ritam uzorkuje neuronsku aktivnost u površinskim slojevima kore mozga i ta aktivnost nije pod utjecajem motornih planova ili motorne izvedbe. S druge strane, senzorno-motorni ritam uzorkuje neuronsku aktivnost u dubljim slojevima kore mozga koja integrira vidne i motorne informacije. Rezultati računalnih simulacija pokazuju da model uspješno reproducira oscilacije u izvedbi na zadatku razlikovanja spacijalnih frekvencija dviju rešetki nakon izvršenja motorne radnje. Izvedba je neposredno nakon izvršenja radnje slabija, zbog aktivacije senzorno-motornog ritma, odnosno aktivnosti dubljih slojeva kore mozga. Zatim se postepeno poboljšava zbog aktivacije senzornog ritma (aktivacija površinskih slojeva) da bi zatim ponovno opadala pa rasla prateći sinusoidni ritam. Istovremeno, simulacija fMRI BOLD signala pokazuje oscilacije u jačini neuronske aktivnosti koje prate aktivaciju površinskih slojeva kore mozga jer ti slojevi generiraju jači i prostorno raspršeniji signal od dubljih slojeva. Predloženi model sugerira da bi buduća istraživanja oslikavanjem mozga trebala koristiti ultrajako magnetsko polje kako bi se mogla razlučiti aktivacija površinskih i dubljih slojeva i tako direktno testirati hipotezu da je percepcija neovisna od motorike posredovana površinskim slojevima, a senzorno-motorna integracija posredovana je dubljim slojevima kore mozga.

Ključne riječi: percepcija, motorika, selektivna pažnja, neuronski model

Iskustva u provođenju SNEP 2 Junior programa

Ana Kuric, Ivana Šteković

ivana.stekovic7@gmail.com

Predstavljanje iskustva provođenja edukacijskog i preventivnog programa udruge Ženska soba – SNEP 2 Junior kojemu je opći cilj prevencija seksualnog nasilja nad djecom. Kroz 4 teme (Seksualno nasilje i predrasude o seksualnom nasilju; Konvencija o pravima djeteta i seksualno nasilje u obitelji; Elektroničko seksualno nasilje; Seksualno nasilje u mladenačkim vezama) koje se provode sa učenicima od 5. do 8. razreda učenici uče što je seksualno nasilje, kako ga prepoznati, koje su posljedice seksualnog nasilja te kome se obratiti za pomoć i podršku. U sklopu programa predviđena je i edukacija roditelja na roditeljskim sastancima.

Udruga Ženska soba objavila je program SNEP 2 Junior kao odgovor na nedostatak sustavne i kontinuirane edukacije učitelja, stručnih suradnika, roditelja i djece o problematici seksualnog nasilja.

Cilj je izlaganja osnažiti sudionike skupa za provođenje programa u osnovnim školama.

Rezultati evaluacije pokazuju povoljan učinak na razbijanje predrasuda o seksualnom nasilju nad djecom, povećano znanje o seksualnom nasilju, povećanje empatije prema žrtvama seksualnog nasilja i veća informiranost djece o mogućnostima pomoći i podrške u slučaju doživljenog seksualnog nasilja. Učenici pozitivno reagiraju na osmišljene aktivnosti i metode rada, videomaterijali su suvremeni i učenicima atraktivni. Cjelokupan program, kao i priručnik u elektroničkoj verziji, dostupan je za edukaciju i provođenje na internetskoj stranici <https://snep2junior.zenskasoba.hr/> svim učiteljima i stručnim suradnicima.

Ključne riječi: SNEP 2 Junior, prevencija, seksualno nasilje nad djecom, predrasude o seksualnom nasilju

Program podrške učiteljima razredne nastave hagioterapijskim pristupom

Janja Lučić, Ana Perišić

janjalucic@gmail.com

Svjedoci smo kako se današnji učitelji razredne nastave susreću s brojnim izazovima i teškoćama u svom radu. Većina učitelja svakodnevno propituje svoje vrijednosti na kojima je utemeljena nastavna praksa te teže kvalitetnijim ishodima svojih djelovanja. Slijedom navedenoga provedeno je istraživanje u svibnju 2021. godine o refleksivnoj nastavnoj praksi u razrednoj nastavi. Refleksivna je praksa proces kritičkog promišljanja učitelja o svom radu. Ona učitelju osigurava poduzetniji i učinkovitiji pristup kojim promišlja i aktivno djeluje u svojoj odgojno-obrazovnoj praksi. Istraživanje je provedeno s ukupno 127 učitelja razredne nastave s područja cijele Republike Hrvatske. U istraživanju su sudjelovala 4 (3,2 %) muška i 123 (96,8 %) ženska ispitanika. Cilj istraživanja bio je ispitati mišljenja i stavove učitelja razredne nastave o refleksivnoj praksi kao sastavnom dijelu profesionalnog razvoja i cjeloživotnog učenja. U svrhu istraživanja kreiran je upitnik koji se sastojao od sedamnaest pitanja razvrstanih u tri dijela. Prvi dio upitnika odnosio se na sociodemografske podatke ispitanika, drugi dio ispitivao je stavove učitelja o refleksivnim iskustvima, a treći dio odnosio se na mišljenja i stavove učitelja o budućem planu prakticiranja refleksivne prakse. Upitnik je bio dostupan u digitalnom obliku, bio je anonimn i ispitanici su ga dobrovoljno popunjavali. Rezultati ovog istraživanja mogu pomoći u stvaranju jasnije slike o navedenoj problematici jer pokazuju da više od polovine sudionika istraživanja (58,3 %) još uvijek ne prakticira refleksivnu praksu. Za potrebe ovog rada izdvojena je čestica koja govori o neugodnim iskustvima učitelja razredne nastave u odnosu s radnim kolegama tijekom prakticiranja refleksivne prakse. Rezultati istraživanja pokazuju da su učitelji imali neugodna iskustva u školi, najviše ispitanika, njih 50 (39,4 %) doživjelo je ogovaranje, a 45 (35,4 %) ignoriranje profesionalnih postignuća od sustručnjaka. Aktualnost istraživanja očituje se u potrebi traženja novih oblika profesionalnog razvoja učitelja razredne nastave koju uvjetuju brze promjene u znanosti, tehnologiji i novim spoznajama o međuljudskim odnosima. Budući da je promjena karakteristika društvenog života, a obrazovanje je sredstvo za pripremu pojedinca za društveni život, odnosno stalne promjene koje se događaju u raznim aspektima. Kao rezultat promjena nastaju novi pristupi i prakse stručnog usavršavanja učitelja. Jedan je od novijih pristupa hagioterapijski. Hagioterapija se bavi antropološkim pristupom u proučavanju čovjeka, odnosno onim po čemu je čovjek istinski čovjek, originalno i dostojanstveno biće. Hagioterapijski pristup pokazao se pouzdan u pomoći učiteljima glede otkrivanja osobnog dostojanstva i vrijednosti poziva te nadvladanja narušenih međuljudskih odnosa.

Ključne riječi: hagioterapija, podrška, temeljne vrijednosti, teškoće, učitelji

EMO dnevnik – Dnevnik za mentalno zdravlje

Andrea Žulj Jurišić, Marina Kovačević Rohaček

udruga.dokkica@gmail.com

Dječji kreativni centar *DOKKICA* svojim djelovanjem kontinuirano promiče ideju svakodnevne brige o mentalnom zdravlju. Rad stručnjaka, psihologinja Centra s djecom i roditeljima u Savjetovalištu iznjedrio je drugačiji, kreativniji pristup brizi o mentalnom zdravlju – putem EMO dnevnika, odnosno Dnevnika za mentalno zdravlje. Cilj je EMO dnevnika potaknuti pojedince da svakodnevnom, usmjerenom provjerom vlastite dobrobiti nauče nešto novo o sebi te se upoznaju s novim alatima i tehnikama koji ih mogu učinkovitije dovesti do željenog cilja. EMO dnevnik kreativno-interaktivna je bilježnica za šest mjeseci vođenog pisanja dnevnika. Iako je primarno kreiran za populaciju djece i adolescenata, primjenom među općom populacijom uočava se kako ga mogu koristiti svi neovisno o dobi, rodu ili predznanju. Na samom početku uvodi nas u teme emocija i nošenja s njima, zahvalnosti, afirmacija, postavljanja ciljeva te predstavlja vježbe i zadatke koji imaju cilj osvijestiti misli i osjećaje, umiriti neugodne osjećaje te povećati aktivnost, samopouzdanje i samopoštovanje. Tijekom pisanja pisac – čitatelj pobliže se upoznaje sa svojim mislima, emocijama i ponašanjima, pri čemu Dnevnik omogućuje prostor za sustavni rad na sebi tijekom šest mjeseci, međutim svatko može pronaći i odrediti ritam i pristup brizi prema vlastitim željama i potrebama.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, briga o sebi, emocije, djeca i mladi

Moć slikovnica u emocionalnom opismenjavanju

Marija Jurić, Vlatka Štrk

vmijatovi@gmail.com

Projekt „Moć slikovnica u emocionalnom opismenjavanju” nastao je suradnjom školske knjižničarke i psihologinje u želji da kod učenika u dobi od 7 do 11 godina potičemo i razvijamo čitateljske navike s ciljem automatizacije vještine čitanja, a ujedno njegujemo i potičemo socioemocionalni razvoj i emocionalnu inteligenciju. Čitanjem prikladnih naslova učenike se nastoji upoznati s različitim emocijama – što su emocije, zašto su važne, kako ih prepoznati kod sebe i drugih, što nam poručuju, kako se nositi s njima u pojedinim situacijama, kako ih regulirati, kako se nositi s neugodnim emocijama, a ne povrijediti druge i sebe. Integracijom čitanja, razgovora o emocijama i poticanja učenika na izražavanje istih nastoji se potaknuti njihov emocionalni, socijalni i psihološki razvoj, ali i razvoj osnovnih vještina čitanja i pisanja. Primjenjuju se različiti materijali za kreativni izričaj učenika. Sav korišteni materijal pomno je probran i prilagođen njihovim uzrastima, kao i određena didaktika za socioemocionalni razvoj koja olakšava učenicima komunicirati o emocijama, lakše dijele iskustvo kroz priče, igru, slušanje drugih učenika, literarno/likovno izražavanje. Ono što je uz navedene ciljeve i same aktivnosti velik doprinos dijeljenje je vlastitog iskustva gdje učenici čuju jedni druge, čuju kako nisu jedini s određenom emocijom, iskustvom, odnosno kako se svatko od nas ponekad našao u sličnoj situaciji. Učenici vole sudjelovati jer je ovo prilika poučavati ih socioemocionalnim vještinama i poticati osobni i socijalni razvoj kod učenika, ono što razvijamo cijeli život, a u školskom je sustavu nedovoljno zastupljeno. Aktivnosti su također dio preventivnog programa što doprinosi većoj otpornosti učenika i prevenciji nasilnog ponašanja.

Ključne riječi: socioemocionalne vještine, emocije, prevencija nasilja, čitalačke vještine, emocionalna inteligencija

Privrženost, mentalni sklop i zadovoljstvo u romantičnim odnosima

Tea Ravnjak i Valerija Križanić

vkrizanic@ffos.hr

Zadovoljavanje potrebe za povezanošću važna je sastavnica psihološke dobrobiti čovjeka, a realizira se u bliskim vezama. Ovaj je rad usmjeren na romantične veze. Kako se različiti ishodi vezani uz romantične odnose, poput zadovoljstva vezom, dosljedno pokazuju povezanima s tjelesnim, kao i mentalnim zdravljem partnera, u radu se nastoji proširiti razumijevanje rizičnih i zaštitnih čimbenika za zadovoljstvo vezom. Cilj ovoga rada bio je istražiti odnos dimenzija privrženosti romantičnom partneru, duljine trajanja veze, dimenzija implicitnih teorija o romantičnim odnosima te zadovoljstva trenutnim romantičnim odnosom. Konstrukti su mjereni pomoću Upitnika iskustva u bliskim odnosima – strukture odnosa, Skale implicitnih teorija o vezama te Indeksa kvalitete braka. U istraživanju je sudjelovalo 256 žena koje su bile u heteroseksualnom romantičnom odnosu dulje od šest mjeseci. Provjereni su moderatorski učinci duljine trajanja veze te statičnog i razvojnog mentalnog sklopa na odnos dimenzija privrženosti i zadovoljstva vezom. U odnosu anksiozne i izbjegavajuće dimenzije privrženosti te zadovoljstva vezom ni duljina trajanja veze ni statični mentalni sklop ('vjerovanje u sudbinu') nisu se pokazali značajnim moderatorima. Razvojni mentalni sklop ('vjerovanje u rast') nije imao značajno djelovanje na odnos anksiozne privrženosti i zadovoljstva vezom, no moderirao je negativan odnos izbjegavajuće privrženosti i zadovoljstva vezom na način da je umanjilo negativno predviđanje zadovoljstva vezom. Rasprava je orijentirana na praktične implikacije nalaza. Vjerovanje u rast predviđa zdravije odnose, a uz to ima i ulogu zaštitnog faktora koji umanjuje negativan učinak izbjegavajuće privrženosti na zadovoljstvo vezom i moguće ga je oblikovati kognitivnim restrukturiranjem. Već i sama edukacija o postojanju različitih implicitnih teorija može usmjeriti vjerovanje osobe k orijentaciji na rast. Stoga bi u preventivnim programima (posebno za mlade) moglo biti korisno usmjeriti se na edukaciju o implicitnim teorijama o vezama te usmjeriti napore u razvoj vjerovanja u rast.

Ključne riječi: privrženost, mentalni sklop, implicitne teorije, romantični odnosi, zadovoljstvo vezom

Mentalno zdravlje osoba s intelektualnim teškoćama – možemo li djelovati preventivno?

Tamara Kralj, Silvana Jelavić

tamara.kralj@outlook.com

Ako osoba ima intelektualne teškoće, znači li to i da je psihički bolesna? Ne! Osobe s intelektualnim teškoćama (IT) većinom su mentalno zdrave, no mogu oboljeti od istih psihičkih bolesti od kojih obolijevaju i osobe koje nemaju IT. Razlike u odnosu na opću populaciju u patogenezi su bolesti (drugačiji su procesi koji dovode do bolesti), simptomatologiji te učestalosti obolijevanja. Prema rezultatima istraživanja osobe s IT-om obolijevaju 3 – 6 puta češće od opće populacije.

U Centar za rehabilitaciju Zagreb u različite programe (organizirano stanovanje, dugotrajna njega i skrb, dnevne radionice za osobe koje žive u obiteljima, odmor od skrb) uključeno je 429 odraslih osoba, od kojih 49,7 % pokazuje probleme mentalnog zdravlja (istraživanje stručnjaka Centra iz 2022. godine). Oni se manifestiraju kao problemi ponašanja ili psihičke teškoće koje se djelomično mogu dijagnosticirati standardnim sustavima klasifikacije mentalnih bolesti (DSM-V).

Multidisciplinarni tim za mentalno zdravlje CRZ-a sastaje se svaki tjedan, a čini ga osoblje Centra (psiholozi, edukacijski rehabilitatori, liječnik opće prakse, medicinske sestre i drugo osoblje po potrebi), roditelji/skrbnici i konzilijarni psihijatar.

Za bolje razumijevanje intrapsihičkog svijeta osoba s IT-om veliku važnost ima adekvatna procjena i dijagnostika. Razvojni biopsihosocijalni pristup i integrativna dijagnostika prof. em. Antona Došena temelji se na procjeni emocionalnog razvoja (pomoću skala SED-R2 i SED-S) te razumijevanju ponašanja i potreba koje proizlaze iz određene faze emocionalnog razvoja. Tako primjerice, osobe s težim i teškim IT-om, čiji je emocionalni razvoj u fazi adaptacije, nemaju kapacitet prilagoditi se zahtjevima okoline te iz toga često proizlaze problemi ponašanja. Edukacija osoblja o razvojnom pristupu čini razliku u razumijevanju ponašanja osoba o kojima se skrbi i prilagođavanju načina interakcije i okoline razvojnim potrebama te osobe.

U radu će se prikazati model skrbi za mentalno zdravlje osoba s IT-om, razvoj instrumentarija te primjena Došenova razvojnog pristupa u čijem središtu nije kognitivna nego emocionalna razina funkcioniranja osobe.

Ključne riječi: emocionalni razvoj, integrativna dijagnostika, mentalno zdravlje

Koliko nas košta savjetovanje – rizici za mentalno zdravlje i dobrobit stručnjaka

Dario Vučenović, Ljerka Hajncl, Katarina Jelić

kjelic@fhs.hr

Psihološka otpornost, emocionalna stabilnost, emocionalne kompetencije i fleksibilnost mišljenja samo su dio poželjnih osobina dobrog savjetovatelja. Usto je poželjno da posjeduje optimizam, vještine tolerancije stresa i frustracije te komunikacijske vještine koje olakšavaju rad s korisnicima različitih profila i tzv. teškim klijentima. Međutim, čak i pojedinci s navedenim osobinama i sposobnostima nisu imuni na nepovoljne uvjete rada, a dugoročna izloženost stresu na radnome mjestu dovodi do različitih problema s mentalnim zdravljem stručnjaka, poput sindroma profesionalnog izgaranja.

Posebno su rizične skupine stručnjaka koji rade s počiniteljima ili žrtvama nasilja. I dok se profesionalno izgaranje može javiti u svim područjima rada, kod stručnjaka koji rade sa žrtvama ili počiniteljima češće dolazi do tzv. vikarijske traume. Narušena produktivnost stručnjaka ne predstavlja samo problem za organizaciju jer njihova izloženost stresu nerijetko rezultira gubitkom empatije, a posljedice se mogu preliti i na obiteljski život.

U izlaganju će biti prikazani rizični i zaštitni čimbenici za oba ishoda koji mogu biti osobni ili organizacijski te pregled istraživanja o prediktorima narušenog mentalnog zdravlja stručnjaka uz osvrt o trenutačnim programima osposobljavanja savjetovatelja i potencijalni nedostatak kompetencija usmjerenih na pravovremenu prevenciju i zaštitu mentalnog zdravlja stručnjaka.

Ključne riječi: savjetovanje, vikarijska trauma, profesionalno izgaranje, stres

Procjena kvalitete življenja hrvatskih branitelja Grada Zagreba i Nove Gradiške

Dario Vučenović, Zoran Komar, Izidora Vrebac

dvucenovi@fhs.unizg.hr

Cilj je provedenog istraživanja utvrditi neke aspekte kvalitete življenja hrvatskih branitelja. Ispitivanjem se nastojalo utvrditi postoji li razlika u procjenama na promatranim varijablama između hrvatskih branitelja koji žive u Gradu Zagrebu i Novoj Gradišci, s obzirom na različitu izloženost tih gradova ratnim stradanjima. Dobiveni rezultati ukazuju da se skupine branitelja iz tih gradova razlikuju po zadovoljstvu životnim standardom, zatim po osjećaju sigurnosti, pripadnošću okolini, osjećaju sigurnosti glede budućnosti i životom u cjelini na način da su branitelji iz Nove Gradiške imali više rezultate na navedenim varijablama. Nadalje, njihove samoprocjene psihičkog zdravlja, ograničenja zbog fizičkih problema te doživljaja emocionalnih poteškoća zbog pandemije COVID-19 bolje su nego li one branitelja iz Grada Zagreba.

Provedenom analizom utvrđeno je da osjećaj sreće, zadovoljstvo pripadnošću okolini, zadovoljstvo odnosima s bližnjima i zadovoljstvo životnim standardom dosta dobro predviđaju zadovoljstvo životom u cjelini. U dijelu upitnika s pitanjima o zdravstvenom stanju branitelji su svoje psihičko zdravlje procijenili lošim te procjenjuju da ih umjereno ograničavaju fizičke i emocionalne poteškoće, a često ističu da imaju neke od kroničnih bolesti pa zbog toga koriste dosta lijekova. Redovito odlaze liječnicima obiteljske medicine i specijalistima te su povremeno zabrinuti oko zdravlja i osjećaju emocionalne poteškoće tijekom pandemije COVID-19. Usporedba uzorka braniteljske populacije s općom populacijom pokazuje razlike u većini ispitivanih aspekata zadovoljstva životom pri čemu hrvatski branitelji imaju niže procjene zadovoljstva životom, a razlike se nisu pokazale značajnima na česticama zadovoljstva životnim standardom i životnim postignućima, vjerojatno zbog općenito lošijeg socioekonomskog statusa većine građana Republike Hrvatske.

Ključne riječi: hrvatski branitelji, kvaliteta života, zadovoljstvo životom, zdravlje

Šiza kriza – psiholozi na radiju

Davorka Čavar-Lovrić, Vesna Jerković, Jelena Rukavina, Jelena Tadić

dacavar@gmail.com

U srpnju 2020. prijateljska skupina stručnjakinja za društveni marketing, psihologinja i radijskih zaposlenika pokrenula je inicijativu za pokretanjem radijske emisije o mentalnom zdravlju. Cilj nam je bio pružiti podršku i pomoći pri ublažavanju negativnih posljedica pandemije na mentalno zdravlje te doprinijeti jačanju psihološke otpornosti stanovnika Brodsko-posavske županije.

S emitiranjem emisije započeli smo 28. listopada 2020. na Radiju 92FM i od tada redovito srijedom u 17 sati kreće naša jednosatna emisija Šiza kriza koja je posvećena nekoj od tema iz psihologije. Urednice su emisije psihologinje, a naši su gosti kolege psiholozi koji su stručni za određena područja, stručnjaci drugih struka: učiteljice, socijalne radnice, odgajateljice, liječnici, pravnici te građanke i građani koji imaju životna iskustva: roditelji, partneri, osobe koje se suočavaju s depresijom, paničnim napadima i dr. Do sada je objavljeno više od 140 emisija. Teme emisija pokrivale su različita područja psihologije: razvojne, školske, organizacijske, starije dobi, kliničke, zdravstvene i dr.

Šiza kriza ima svoju internetsku i Facebook stranicu, emisije objavljujemo na Youtube kanalu Šiza kriza.

U prosincu 2023. godine provele smo *online* anketu među našim slušateljima koju smo objavile na Facebook stranici Šize krize. Cilj nam je bio saznati jesu li slušatelji zadovoljni emisijom i koliko im je važna briga za mentalno zdravlje. Zanimalo nas je koje bi ih teme posebno zanimalo kako bismo planirale sadržaje budućih emisija.

Rezultati ankete pokazali su veliko zadovoljstvo sadržajem emisija. Naši slušatelji procjenjuju mentalno zdravlje važnim, a određuju ga kao balans, mir sa samim sobom, stabilnost i otpornost na stresore. Naše slušatelje zanimaju teme odgoja djece i život mladih, ali i problemi mentalnog zdravlja kao što su panični napadi i poremećaji ličnosti te suočavanje s problemima na poslu, ali i inspirativne priče osoba koje su promijenile život.

Ključne riječi: radijska emisija, psihologija, mentalno zdravlje

Snaga, kreativnost i aktivnost, ali i Zlatni zmajevi

Zrinka Pandžić, Sanja Vučetić

svucetic@mioc.hr

Cilj nam je ovim izlaganjem prezentirati dva velika projekta osnaživanja psihičkog zdravlja učenika XV. gimnazije iz Zagreba provedena u školskoj 2022./2023. godini. Projekt naziva Snaga, kreativnost i aktivnost planiran je kao dio velikog međuškolskog projekta Otpornost se množi dijeljenjem, a uključivao je univerzalnu prevenciju učenika drugih i trećih razreda triju zagrebačkih gimnazija – Gornjogradske gimnazija, XV. gimnazije i II. gimnazije. Projektnim aktivnostima povezali smo tri zagrebačke gimnazije širenjem međuvršnjačke mreže podrške i promoviranjem mentalnog zdravlja učenika srednjih škola kroz jačanje psihološke otpornosti, educiranjem učenika kako analizirati vlastite emocije, misli i ponašanja, upoznavanjem učenika s konstruktom psihološke otpornosti – kognitivnom, emocionalnom i fiziološkom domenom, uvježbavanjem i primjenjivanjem praktičnih vještina iz domene psihološke otpornosti – usredotočene svjesnosti, adaptivnih načina razmišljanja i dr., educiranjem učenika kako prepoznati kod sebe i drugih probleme te aktivno ih rješavati, poticanjem aktivnog učenja kroz oblik suradničkog učenja – učenici poučavaju učenike (vršnjački edukatori). U projektu je sudjelovalo 55 vršnjaka edukatora iz tri navedene škole, a održali su radionice u 20 razrednih odjela ovih škola za generaciju učenika 2. razreda. Tijekom iste nastavne godine učenici volonteri XV. gimnazije okupljeni u volonterskom klubu naziva „Zlatni zmaj“ nastavili su provoditi projekt održavanja instrukcija i pomaganja u učenju učenicima osnovnoškolske dobi slabijeg imovnog stanja na dva punkta u Zagrebu, dva puta tjedno u večernjim satima. Voditeljice „Zlatnih zmajeva“ uspjele su za volontiranje zainteresirati i učenike drugih gimnazija kao i neke studente koji su se odazvali. Pokazalo se da vrijednost ovog projekta, odnosno dijeljenja onog u čemu su naši učenici izvrsni, a to je kako učiti i kako naučiti, prepoznaje svaka nova generacija učenika upisanih u našu školu. Vrijedni su volonteri ove godine dobili nagradu Volonterski Oskar 2023.

Ključne riječi: mentalno zdravlje učenika, psihološka otpornost, suradničko učenje

Prevenција, ne rizik – Primjer dobre prakse

Kristina Vokić, Đurđica Stanešić

kristina.vokic@yahoo.com

Učenički je dom odgojno-obrazovna ustanova koja osim smještaja, hrane i zdravstveno-higijenskih osnova osigurava kontinuiranu odgojno-obrazovnu podršku. Odgojno-obrazovni programi u učeničkim domovima doprinose ostvarivanju ciljeva u postizanju obrazovanja učenika, ali i kvalitetnijeg rasta i razvoja. U pripremi programa polazi se od individualnih potreba i interesa učenika prema određenoj paradigmi. Svrha je domske pedagogije unapređivanje domskog odgoja učenika za vrijeme boravka u domu. Prema sustavu nacionalne strategije preventivnih programa izrada i provedba programa zahtijeva interdisciplinarni pristup i pravilnu implementaciju prilagođenu dobi učenika. Neki su od ciljeva preventivnih programa razvijanje znanja, vještina, kompetencija i vrijednosti, koje imaju pozitivan utjecaj na rizična ponašanja, poučavaju zdravim stilovima življenja, promoviraju zdravlje i preveniraju rane oblike problema u ponašanju. Tijekom petogodišnjeg boravka u učeničkom domu učenice sudjeluju na godišnjoj razini u nekoliko radionica na kojima obrađuju teme: higijenske navike, zdravlje, mentalno zdravlje, preventivni programa sigurnosti (fizičke i virtualne sigurnosti), prevencija ovisnosti te osobni razvoj. Program se odvija različitim oblicima radionica koje vode zdravstveni voditelji i/ili odgajatelji, a tijekom vremena učenice preuzimaju aktivnu ulogu i postaju mentori mlađim kolegicama. Zajedničke aktivnosti doprinose osjećaju zajedništva, uvažavanju i toleranciji što pozitivno utječe na emocionalno i socijalno blagostanje učenika u učeničkom domu. Prikazom preventivnog rada u učeničkom domu vidljivo je da su tijekom petogodišnjeg školovanja i boravka u učeničkom domu učenice sudjelovale na oko 30 radionica preventivnog programa. Sudjelovalo je oko 100 učenica u svakoj tematskoj radionici. Učinkovitost provedenih radionica kontinuirano se evaluira na završetku radionica te na kraju školske godine. Polaznice radionica svoja znanja kontinuirano usavršavaju i primjenjuju u edukaciji drugih učenica pod stručnim vodstvom nastavnika. Ostvareni ishod preventivnih programa vidljiv je u primjeni usvojenih znanja i stavova što ima direktan učinak na promjenu ponašanja i životne izbore.

Ključne riječi: prevencija, zdravlje, mentalno zdravlje, preventivni program

Odrednice spremnosti traženja psihološke pomoći studenata Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku

Patrik Atanasovski, Maša Brozović, Sabina Mešnjak, Dorotea Vargašević

patanasovski@ffos.hr

Istraživanje o odrednicama spremnosti traženja psihološke pomoći kod studenata provodilo se kako bi se proširila znanja o mentalnom zdravlju studenata, toleranciji stigme te spremnosti studenata na traženje psihološke pomoći. Preciznije, sve što je prethodno navedeno nastojalo se ispitati kod studenata Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku kako bi Psihološko savjetovanište za studente imalo uvid u njihove stavove i potrebe. U skladu s tim, ovim istraživanjem ispitivala se povezanost stupnja izraženosti problema, informiranosti o mentalnom zdravlju te tolerancije stigme prema traženju psihološke pomoći sa spremnosti na traženje psihološke pomoći. Dakle, obuhvaćeno je više čimbenika koji potencijalno utječu na spremnost studenata da potraže pomoć. U istraživanju je sudjelovao 301 student Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku. Za provedbu je korišten Google obrazac na kojem su se nalazili upitnici koji su ispitivali studentske probleme, stavove o traženju psihološke pomoći, toleranciju stigme te informiranost o mentalnom zdravlju. Dobiveni rezultati ukazivali su na nepostojanje značajne izravne povezanosti stupnja izraženosti problema studenata i spremnosti na traženje pomoći. Ipak, rezultati su ukazali na to da postoji medijacijski učinak informiranosti o mentalnom zdravlju i tolerancije stigme na odnos između stupnja izraženosti problema i spremnosti da se potraži pomoć. Iz toga se da zaključiti da su studenti s izraženijim problemima manje spremni tražiti pomoć zbog toga što imaju manje znanja o mentalnom zdravlju i manje su tolerantni na stigmatu. No, informiranjem o mentalnom zdravlju i povećanjem tolerancije na stigmatu moguće ih je potaknuti na traženje pomoći. Takvi su rezultati iznimno važni za stručnjake mentalnog zdravlja koji upućuju na to da bi se studente trebalo educirati o mentalnom zdravlju i bolestima, stigmati te o psihološkom savjetovanju.

Ključne riječi: studentski problemi, tolerancija stigme, traženje psihološke pomoći, informiranost o mentalnom zdravlju, savjetovanje

Projekt „U moja četiri zida“

Leonarda Nago

leonarda.nago@gmail.com

Projekt „U moja četiri zida“ društveno je angažirana predstava s ciljem osvještavanja šire javnosti o problematici mentalnog zdravlja muškaraca, specifičnije samoubojstava kod muškaraca. Predstavu čine tri čina kroz koja se provlači tema depresivnosti, otuđenosti i izoliranosti, reaktivnost okoline na nove obrasce ponašanja, samoubojstvo, traženje pomoći, i privatne i profesionalne (psihoterapeut). Poslije predstave predviđeno je kratko predavanje u trajanju od 15 minuta koje bi vodio psihoterapeut u kojem bi publici sumirao znakove koji prethode samoubojstvu, potaknuo ih na osjetljivost te uputio na moguće službe kojima se mogu obratiti ukoliko se oni ili njihovi bližnji nalaze u toj situaciji. Projekt će se održati u tri dijela. Prvi je dio već u tijeku i trajat će do ožujka, a to je prikupljanje glumačke ekipe koja će sudjelovati u projektu, nakon toga slijedi drugi dio projekta, od ožujka do srpnja ili listopada, a to je uvježbavanje predstave, te je treći dio sama izvedba predstave. Cilj je s predstavom obići Hrvatsku i okolne države te na jedan sasvim drugačiji način govoriti o tematici mentalnog zdravlja muškaraca i destigmatizaciji „činjenice“ da muškarcu uvijek moraju biti jaki i dobro. Kao medij prenošenja odabrana je baš predstava i kazalište kao takvo jer se nama ljudima lakše i prirodnije poistovijetiti s nekime koga vidimo i čiju priču pratimo. U usmenom predavanju ukratko bih izložila statistiku pokušaja samoubojstava, počinjenih samoubojstava, izloženost stereotipima kod muškaraca te nešto više informacija o samom projektu.

Ključne riječi: mentalno zdravlje muškaraca, samoubojstvo, psihoterapija, predstava, destigmatizacija

Analiza učinka tretmana u eksperimentalnoj indukciji kolektivne inteligencije – preliminarni rezultati pilot-istraživanja

Monika Kiris, Ema Magdalena Jukić, Emma Konjević, Dominik Iveković, Mia Pucić, Damir Marinić

miapucic23@gmail.com

Kolektivna inteligencija emergentno je svojstvo koje u najvećoj mjeri proizlazi iz grupne dinamike. Znanstvena istraživanja ovog fenomena relativno su nova i uglavnom su usmjerena na utvrđivanje karakteristika pojedinaca i obrazaca komunikacije koji facilitiraju pojavu kolektivne inteligencije. Međutim, do sada nisu provedena istraživanja koja bi razmatrala mogućnost indukcije kolektivne inteligencije, odnosno svjesnog i namjernog upravljanja kolektivnom inteligencijom. U sklopu Ljetne istraživačke škole 2023. osmislili smo eksperimentalni nacrt kojim smo nastojali utvrditi mogućnost indukcije kolektivne inteligencije u manjim skupinama ljudi posredstvom kooperativnih igara i dijaloških radionica. U ovom radu prikazan je dio preliminarnih rezultata pilot-istraživanja doprinosa i učinkovitosti metoda induciranja kolektivne inteligencije, koji se odnosi na analizu faktora koji doprinose učinkovitosti metoda induciranja kolektivne inteligencije. U pilot-istraživanju je sudjelovalo 75 studenata psihologije Filozofskog fakulteta Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku koji su nasumično podijeljeni u sedam eksperimentalnih ($n = 35$) te osam kontrolnih ($n = 40$) skupina od 5 sudionika. U istraživanju su korištene skale za mjerenje individualističkih i kolektivističkih tendencija sudionika: Kvocijent empatije, Skala konformističkih stavova, Skala kooperativne/kompetitivne strategije, Skala konformizma i Gudjonssonova skala usklađenosti. Za mjerenje individualne razine kolektivne inteligencije u pretestiranju i posttestiranju korištena je Skala kolektivne inteligencije, dok je za mjerenje indukcije tretmana korištena posebno konstruirana skala refleksije za potrebe ovog istraživanja. Rezultati istraživanja pokazali su kako su skupine sudionika međusobno izjednačene prema mjerama individualističkih i kolektivističkih tendencija te da iste nemaju značajnog utjecaja na razinu kolektivne inteligencije mjerenu u posttestiranju. Također, sudionici u eksperimentalnim uvjetima značajno su više koristili integracijske strategije, a manje egocentrične strategije nego sudionici u kontrolnim uvjetima, a iste su se pokazale značajnim prediktorom kolektivne inteligencije u oba uvjeta. Osim što će pružiti značajniji uvid u mehanizme kolektivne inteligencije, rezultati istraživanja imaju i značajne praktične implikacije u oblikovanju programa povećanja organizacijske učinkovitosti za organizacije različitih profila.

Ključne riječi: kolektivna inteligencija, kooperativne strategije, eksperimentalna indukcija

RADIONICE

Mjere li psihološki instrumenti (koje koristimo u praksi) ono za što su namijenjeni? Mjerna invarijantnost u praksi

Dino Krupić

dkrupic@ffos.hr

Da bi kreirali stručno mišljenje ili donijeli za pojedinca važnu odluku, psiholozi se koriste mjernim instrumentima poput testova inteligencije i upitnika ličnosti. Neki mjerni instrumenti imaju izvrsnu reputaciju među praktičarima, ali ne i među psihometričarima. Takvi instrumenti nerijetko se koriste više desetljeća i u njihovu se upotrebljivost ne sumnja. Međutim, od pojave prvih programa za statističku analizu nastao je niz statističkih analiza koje mogu ispitivati vrlo specifične aspekte vezane uz valjanost mjernih instrumenata. Ovom edukacijom planira se približiti važnost mjerne invarijantnosti onima koji u svom svakodnevnom poslu koriste psihodijagnostička sredstva, ali i znanstvenicima koji su zainteresirani za psihometrijska svojstva instrumenata koje koriste u svom znanstvenom području. Osim konceptualnog upoznavanja s mjernom invarijantnosti provest će se i demonstracija ove analize u statističkom programu JASP za čije korištenje nije potrebno nikakvo predznanje.

Kako strateški planirati razvoj ljudskih potencijala? – pitaj mentora

Zoran Sušanj

zsusanj@ffri.hr

Bez obzira jeste li student psihologije koji tek razmišlja o svojoj karijeri ili već iskusan stručnjak koji radi u području razvoja ljudskih potencijala, na pravom ste mjestu! Uz šalicu jutarnje kave s našim ćete mentorom imati priliku raspravljati o suvremenim (ili ipak vječitim?!) izazovima strateškog planiranja razvoja ljudskih potencijala: Kako promišljati budućnost kad se sve tako brzo mijenja? Odakle pri planiranju razvoja ljudi uopće krenuti? Koje bi sve podatke bilo dobro prikupiti i kako ih analizirati? Što bi prethodno morali pitati menadžere, a što bi im morali znati reći? Trebamo li u strateško planiranje razvoja uključiti zaposlenike i ako da, koje i kako? Koliko su nam u tom procesu važni ciljevi i strategije poslovanja? Jesu li nam „lijepo rečenice“ iz misije i vizije poduzeća uopće upotrebljive? I konačno – kakve veze kultura i pravda imaju s tim?

Interdisciplinarni pristup zaštiti mentalnog zdravlja učenika

Durđica Kaurlo Martinić, Jadranka Buvinić

durdica.kaurlo-martinic@azoo.hr

Cilj je radionice osnaživanje sudionika za aktivno sudjelovanje u planiranju i provedbi preventivnih aktivnosti u području zaštite mentalnog i socijalnog zdravlja učenika. Rano prepoznavanje i intervencija kod rizika poremećaja ponašanja i mentalnih poremećaja ključni je čimbenik u njihovu djelotvornom sprječavanju i liječenju. Programi i aktivnosti koji mogu pomoći u sprječavanju i suzbijanju problema mentalnog zdravlja trebaju biti usmjereni učenicima, učiteljima i roditeljima.

Dijeljenjem iskustva tijekom radionice sudionici će utvrditi kako svojim znanjem i stručnošću mogu aktivno doprinosti provedbi školskih preventivnih programa koji se planiraju Godišnjim planom i programom rada škole, kao i Školskim kurikulumom.

Analizirat će metode i oblike rada za realizaciju preventivnih programa kojima će pripremiti i osnažiti učenike za odgovorno ponašanje prema osobnom i životu drugih te im u svakom trenutku poslati poruke i smjernice za odabir pravih životnih vrednota i pronalaženje osobnoga puta prema ostvarenju konstruktivnih životnih planova.

Radionica pruža inspiraciju i priliku za razmišljanje o proširivanju suradnje sa stručnjacima iz drugih sektora u području mentalnog zdravlja (lokalnom zajednicom, tj. udrugama, centrima, savjetovalištimama koji se uključuju svojim temama i stručnjacima kao realizatorima aktivnosti u školi, ali i educiraju stručne suradnike i učitelje za provedbu određenih programa).

Sudionici će raspraviti o tome koliko je za ostvarivanje tih aktivnosti važno školsko okruženje u kojemu se aktivnosti provode. Za učenike bi škola trebala biti sigurno i privlačno okruženje koje im omogućava nesmetano učenje, rast i razvoj. Stvaranje pozitivnoga školskog ozračja doprinosi razvijanju odgovornog ponašanja i zdravlju pojedinca.

Poseban značaj za razvoj znanja i kompetencija za unapređivanje mentalnog zdravlja imaju međupredmetne teme Zdravlje i Osobni i socijalni razvoj. U njima su definirani ciljevi, očekivanja te date preporuke za ostvarivanje poželjnih kompetencija kod učenika.

Timskim radom tijekom radionice promiče se i važnost timskog pristupa za postizanje što boljeg uspjeha u zaštiti i unaprjeđenju mentalnog zdravlja učenika i škole.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, interdisciplinarnost, suradnja, prevencija, kurikulum

Neurofeedback – metoda samoregulacije moždane aktivnosti

Josipa Bosak Miklenić

josipabosak.jb@gmail.com

Neurofeedback je vrsta *biofeedback* metode koja koristi povratnu informaciju o električnoj aktivnosti mozga u svrhu optimizacije kognitivnih i emocionalnih procesa. U biti je to primijenjena neuroznanost. Proizašla je iz znanstvenih laboratorija i istraživanja te se u potpunosti temelji na znanstvenim načelima. U neuroznanosti razlikujemo pet osnovnih moždanih valova: delta, theta, alpha, beta i gamma. Svaki od njih vežemo uz određena ponašanja, vještine, sposobnosti. Direktnim treningom moždanih valova na način da optimiziramo moždano funkcioniranje možemo prevenirati pojavu teškoća, razviti svoje mogućnosti i direktno utjecati na ponašanje. Na radionici će polaznici moći iz prve ruke vidjeti kako izgleda uređaj koji se koristi u radu, što je sve potrebno za provedbu te koja je uloga trenera u *neurofeedback* procesu. Moći će i isprobati samu metodu te naučiti u koje se sve svrhe metoda može koristiti te s kojom populacijom. Također će dobiti informacije koje vrste *neurofeedback* metode postoje, koje su razlike, ali i informacije o važnosti edukacije i supervizije te u kojoj mjeri je ona dostupna u Hrvatskoj.

Ključne riječi: *neurofeedback*, samoregulacija, trening mozga

POSVOJENA DJECA I NJIHOVE OBITELJI – senzibilizacijska radionica

Minja Vukadinović, Renata Milanković Belas

psiholog@vrtic-vrbik.hr

Program „Rastimo zajedno u novoj obitelji“ novi je član velike obitelji „Rastimo zajedno“, programa koji okupljaju roditelje i djecu u učenju, druženju i dijeljenju iskustava. Namijenjen je posvojiteljima i posvojenoj djeci pružajući podršku posvojiteljskim obiteljima, uzimajući u obzir da posvojenje sa sobom nosi izazove kao i svako roditeljstvo, ali i neke specifične. Kroz senzibilizacijsku radionicu pokušat ćemo povećati znanje o tome što sve posvojenje nosi sa sobom: proces gubitka i tugovanja, svjesnost o važnosti djetetovih životnih iskustava prije dolaska u novu obitelj, razumijevanje djetetovih razvojnih potreba i roditeljeve uloge u odnosu na njih, upoznati se sa specifičnim poteškoćama posvojenog djeteta, potaknuti na promišljanje o ulogama drugih u životu djeteta. Radionica je namijenjena odgojiteljima, učiteljima, stručnim suradnicima i drugim roditeljima, kao i široj javnosti.

Ključne riječi: posvojenje, biološko i adoptivno roditeljstvo, gubitak

POSTER PRIKAZI

Prikaz dobre prakse preventivnih aktivnosti OŠ Matije Gupca Jarmina

Iva Šlogar, Jasna Varga

islogar1997@gmail.com

Oснаživanje potencijala u zajednici očituje se u brojnim procesima, pa tako i u procesu implementacije učenika s teškoćama u redovne razredne odjele s razvijenom svijesću o važnosti prihvaćanja drugih onakvima kakvi jesu. Osnovna škola Matije Gupca Jarmina broji 13 razrednih odjela, razredna nastava njih 6, a predmetna nastava 7 razrednih odjela, s ukupno 151 učenikom. Od tog se izdvaja 12 učenika s teškoćama s primjerenim oblikom školovanja. Brojna istraživanja potvrđuju kako su djeca s teškoćama izložena različitim oblicima nasilja. Svjesni činjenice da je inkluzivni pristup u nastavi složen proces u kojem moraju sudjelovati svi subjekti odgojno-obrazovnog procesa, svake se godine odlučujemo osnaživati naše potencijale u školi provođenjem preventivnih programa, a jedan je od njih i „Nasilju ne, prihvaćanju za sve“, a cilj mu je prevencija oblika neprihvatljivih ponašanja vezana uz stigmatizaciju učenika s posebnim potrebama i zaštita mentalnog zdravlja učenika s teškoćama, kao i poticanje zajedništva i zdrave klime. U okviru projekta održana je radionica za članove Učiteljskoga vijeća, pribavljeni su materijali za rad s učenicima s jezično-govornim teškoćama, planirane su radionice o prihvaćanju svih članova zajednice, nediskriminaciji i nenasilju. Dječja predstava Pale sam na svijetu bila bi odgledana tijekom drugog polugodišta u travnju, a popratile bi je radionice o osjećajima, odbačenosti i neprihvaćanju. Na Vijeću učenika učenici će iznositi ideje o njegovanju prihvaćanja i nenasilju prema posebno ranjivoj skupini – djeci s posebnim potrebama. Na glazbeno-stvaralačkim radionicama učenika razredne nastave „Svi kao jedan“ glazbeno-stvaralačka aktivnost orkestra na simboličan način doprinosi shvaćanju važnosti zajedništva i važnosti svakog pojedinca za zajednicu. Očekivani su rezultati promicanje važnosti prihvaćanja sve djece bez obzira na njihove osobitosti, njegovanje prijateljstva, podrške i empatije, promicanje svijesti o važnosti inkluzivnog pristupa u odgoju i obrazovanju, o nenasilju i neprihvatljivim oblicima ponašanja u zajednici, druženje sve djece Osnovne škole Matije Gupca i stvaranje zajednice, kao i osnaživanje mogućnosti pomoći i promicanja mentalnog zdravlja učenika s teškoćama.

Ključne riječi: uspješna komunikacija, afazija, logoped, psiholog, mentalno zdravlje

The Big Five Personality Traits and Risky Behaviors

Bojana M. Dinić, Selka Sadiković, Snežana Smederevac, Dušanka Mitrović

bojana.dinic@ff.uns.ac.rs

The aim of this research is to explore the relationships between the Big Five personality traits and the tendency toward various risky behaviors. The sample was convenient, comprised 389 participants (62% women) aged 18-65 ($M=32.39$) from the general population in Serbia. The Serbian adaptation of the Big Five Inventory-2 (BFI-2) and items from the Behavior Report Form referring to risky behaviors were applied. Results showed that personality traits explained between 2% (spending money on gambling) and 10% (alcohol consumption) of risky behavior, over and above gender and age effects. The number of alcohol drinks per week was explained by all personality traits, of which only Extraversion and Negative Emotionality showed positive relationships. Extraversion was the dominant predictor, showing positive relationships with risky sexual activities, cigarettes and alcohol consumption habits, and the number of traffic tickets, but negative relationships with the number of daily smoked cigarettes. Furthermore, Conscientiousness showed negative relationships with cigarette and alcohol consumption habits, while Openness showed a negative contribution in the explanation of alcohol consumption habits and spending money on gambling. Results revealed the role of specific personality traits in the explanation of certain forms of risky behaviors.

Keywords: Big Five, risky behaviors, substance abuse, traffic, gambling

Može li nas dvojezičnost zaštititi od demencije?

Ana Došen

ana.dosen@erf.unizg.hr

U 2015. godini 46.8 milijuna svjetskog stanovništva imalo je demenciju, a pretpostavlja se da će 2050. godine broj porasti na 131.5 milijun. Činjenica je da prevalencija demencije raste sa starenjem stanovništva pa se dob smatra neizbježnim čimbenikom rizika. Međutim, postoje i drugi čimbenici rizika na koje se može utjecati i tako prevenirati ili usporiti razvoj do 40 % demencija. Različitim istraživanjima istaknuta je važnost izlaganja kognitivnim i tjelesnim stimulacijama s ciljem zaštite od kognitivnog propadanja. Među zaštitnim čimbenicima istaknula se i dvojezičnost. Pregledom dostupne literature ovim radom htjelo se pojasniti zašto istraživači spominju dvojezičnost u kontekstu prevencije demencije te može li dvojezičnost doista spriječiti demenciju. Literatura se pretraživala pomoću baze Google znalac. Bitali su se noviji i relevantni istraživački radovi, sustavni pregledi literature i metaanalize koje su mogle dati odgovore na ta pitanja. Čini se da razlog spominjanja dvojezičnosti u kontekstu prevencije demencije proizlazi iz neuralne i kognitivne rezerve. Dvojezični govornici imaju veću kognitivnu rezervu i posljedično pokazuju bolje kognitivno funkcioniranje od jednojezičnih govornika unatoč istoj ili sličnoj neuropatologiji. Kada dvojezični i jednojezični govornici pokazuju jednako kognitivno funkcioniranje, tada postoje razlike u neuropatologiji, na način da dvojezični govornici imaju veću količinu neuropatologije, ali ju bolje „trpe“ i zbog toga mogu jednako kognitivno funkcionirati kao jednojezični govornici s manjom količinom neuropatologije. Dvojezičnost može odgoditi pojavu kliničkih simptoma, ali ne može spriječiti razvoj bolesti. Zbog toga, kada se simptomi pojave, dolazi do bržeg kognitivnog propadanja. Krajnja je točka progresije bolesti jednaka bez obzira na veličinu kognitivne i neuralne rezerve.

Ključne riječi: prevencija, demencija, dvojezičnost

Indikatori mentalnog zdravlja kod odraslih osoba – što istražujemo i smatramo pod pojmom mentalno zdravlje

Kristina Perišić, Marko Toth, Talija Tatalović

kristina.perisic@vvg.hr

Prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije mentalno je zdravlje „stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s normalnim životnim stresovima, može raditi produktivno i plodno te je sposoban(na) pridonositi svojoj zajednici“ (WHO, 2001). Sama definicija uključuje brojne koncepte, a i istraživanja pokazuju da na mentalno zdravlje odraslih osoba utječu brojni čimbenici. Sve to rezultira korištenjem cijelog niza različitih indikatora mentalnog zdravlja prilikom provođenja istraživanja o mentalnom zdravlju.

Cilj je ovog rada iz dostupne literature proučiti koji se indikatori i instrumenti koriste za istraživanje mentalnog zdravlja kod odraslih osoba. Pretraženi su dostupni radovi prema ključnim riječima te su popisani korišteni indikatori i korišteni instrumenti. Već inicijalni rezultati pokazuju manjak istraživačkih radova u ovom području (kada su ključne riječi prema kojima se pretražuje „mentalno zdravlje“) i na raznolikost indikatora i instrumenta za mjerenje mentalnog zdravlja.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, indikatori mentalnog zdravlja, odrasle osobe

Kompetencije nastavnika za rad s učenicima s teškoćama

Ana Boras, Marinela Boras

marinelaboras@gmail.com

S obzirom na to da u odgojno-obrazovnom sustavu dolazi do sve većeg uključivanja djece s teškoćama u redovan sustav obrazovanja, važno je da nastavnici posjeduju specifične osobne i profesionalne kompetencije kako bi se obrazovna inkluzija uspješno provodila. Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi samoprocjenu kompetencija nastavnika za rad s učenicima s teškoćama te provode li nastavnici i na koji način individualizirane odgojno-obrazovne programe u nastavi. U prvom dijelu istraživanja korištena je Skala samoprocjene kompetencija nastavnika za rad s učenicima s teškoćama kao adaptirana verzija Skale samoprocjene kompetencije studenata za rad u inkluzivnoj nastavi. Skala se sastoji od Skale kognitivne kompetentnosti i Skale emocionalne nesigurnosti. U drugom dijelu istraživanja korišteno je sustavno promatranje nastave te videozapisi nastave koji su potom analizirani u aplikaciji za analizu videozapisa.

Rezultati dobiveni na Skali kognitivne kompetentnosti i Skali emocionalne nesigurnosti ukazuju na to da se nastavnici procjenjuju djelomično kompetentnima za rad s učenicima s teškoćama, tj. da ne posjeduju u dostatnoj mjeri kompetencije za rad s učenicima s teškoćama. Utvrđeno je da postoji statistički značajna negativna povezanost između samoprocjena na Skali kognitivne kompetentnosti i Skali emocionalne nesigurnosti. Rezultati sustavnog promatranja nastave i analize videozapisa nastave pokazali su da nastavnici provode individualizirane odgojno-obrazovne programe u nastavi. Nastavnici su uz pripremu učionice za učenike ovisno o stupnju teškoće primijenili različite strategije podrške, kao što su prilagodba metoda i sredstava. Ovim istraživanjem željelo se ispitati kako nastavnici procjenjuju svoje kompetencije za rad s učenicima s teškoćama te kako provode individualizirane odgojno-obrazovne programe u nastavi te rezultati mogu poslužiti kako bi se poboljšala obrazovna inkluzija i nastavna praksa.

Ključne riječi: kompetencije nastavnika, učenici s teškoćama, videozapisi nastave, obrazovna inkluzija

(NE)zadovoljstvo romantičnim odnosom – doprinos privrženosti,
ljubomora i partnerskog nadzora

Ana Kovačević, Jasmina Tomašić Humer

ana.kovacevic982@gmail.com

Cilj ovoga istraživanja bio je ispitati mogu li nesigurna privrženost (dimenzije izbjegavajuće i anksiozne privrženosti), ljubomora (kognitivna, emocionalna i ponašajna) te nadzor partnerova ponašanja na društvenim mrežama predvidjeti zadovoljstvo romantičnim odnosom.

Istraživanje je provedeno na prigodnom uzroku N = 387 sudionika (158 žena i 229 muškaraca) u dobi od 18 do 30 godina koji su trenutno u romantičnom odnosu. Sudionici su ispunili skraćenu verziju Inventara iskustava u bliskim vezama, Skalu interpersonalnog elektronskog nadzora, Multidimenzionalnu skalu ljubomora, Upitnik procjene zadovoljstva vezom te su odgovorili na nekoliko pitanja o sociodemografskim karakteristikama (npr. dob, rod). Utvrđena je negativna povezanost između zadovoljstva vezom i obje dimenzije nesigurne privrženosti (izbjegavajuća i anksiozna) te kognitivne i ponašajne ljubomora. Emocionalna ljubomora i zadovoljstvo odnosom bili su pak u pozitivnoj korelaciji. Nadalje, utvrđena je pozitivna korelacija između interpersonalnog nadzora i svih dimenzija ljubomora te negativna između nadzora i zadovoljstva odnosom. Provedena hijerarhijska regresijska analiza pokazala je da su značajni negativni prediktori zadovoljstva odnosom izbjegavajuća privrženost te kognitivna i ponašajna dimenzija ljubomora. Uzimajući u obzir dobivene rezultate te da subjektivni osjećaj zadovoljstva romantičnim odnosom narušavaju ljubomorne misli i ideje kao i ljubomorna ponašanja partnera te izbjegavanje bliskosti i intimnosti, važnost istih očituje se i u primjenjivosti tih saznanja pri poboljšanju kvalitete romantičnih odnosa u npr. savjetovateljskom radu. Razmotreni su i mogući problemi u interpretaciji dobivenih nalaza te dane okvirne smjernice i prijedlozi za buduća istraživanja.

Ključne riječi: zadovoljstvo ljubavnom vezom, privrženost, ljubomora, interpersonalni nadzor

Program jačanja obitelji „Brižan dom za svako dijete“ – primjer dobre prakse

Tihana Starčević

tihana.starcevic@sos-dsh.hr

Analiza stanja pokazuje da je u Osječko-baranjskoj županiji velik broj obitelji niskog socio-ekonomskog statusa, niže stope obrazovanja i koji žive u ruralnim područjima na kojima nema ili su slabije dostupne izvaninstitucionalne socijalne usluge. Uz to, podaci MUP-a ukazuju na porast nasilja nad djecom u obitelji. Više od 100 roditelja izgubilo je roditeljsku skrb na području OBŽ-a, a dodatni podaci za Osijek, Đakovo, Valpovo i Donji Miholjac govore o više od 500 djece čijim je roditeljima izdana upozorenje ili neka od mjera stručne pomoći. Posebno zabrinjava činjenica da je u OBŽ-u pružena samo 61 usluga psihosocijalne podrške od strane nadležnih Centara za socijalnu skrb u 2022. godini. U razvojnoj strategiji prepoznate su neke slabosti, poput nedostatka mobilnih timova, nedostatka socijalnih usluga u ruralnim sredinama i nedovoljno razvijene usluge psihosocijalne podrške i na njih ovim programom odgovaramo. Tako smanjujemo rizik za socijalnu isključenost djece, mladih i obitelji, stigmatizaciju djece i obitelji, probleme s integracijom u socijalno okruženje, za neadekvatnim odgovaranjem na psihološke, fiziološke, emocionalne i druge razvojne potrebe djece, kao i rizik izloženosti različitim oblicima zlostavljanja i zanemarivanja te izdvajanja djece iz obiteljskog okruženja i smještaja u ustanove socijalne skrbi.

Jedno od zajedničkih obilježja uspješnih intervencija, a koje djelatnici mobilnog tima SOS Dječjeg sela Ladimirevci primjenjuju prilikom kreiranja i provođenja programa, visoka je strukturiranost intervencija koja sadržava dosljednu primjenu, savjetodavne tehnike rada, omogućavanje prilagodbe intervencije konkretnim potrebama korisnika te usmjerenost na ublažavanje djelovanja rizičnih čimbenika u okruženju korisnika. Program jačanja obitelji djeluje u suradnji s HZSR PU Valpovo, Našice i Donji Miholjac te razvija mrežu podrške u suradnji s lokalnim odgojno-obrazovnim ustanovama. Glavna je misija zadržati dijete ili mladu osobu u njegovu okruženju, a pri tome mu pružiti kvalitetnu i sveobuhvatnu pomoć i podršku te unaprijediti kvalitetu života.

Ključne riječi: preventivni program, psihosocijalna podrška, smanjenje rizika, mobilni tim, SOS Dječje selo Ladimirevci

Identifikacija vanjskih mehanizama osnaživanja kod kronične tuge u roditelja djece s teškoćama u razvoju

Katarina Jerković Gavran, Štefica Mikšić, Željko Mudri, Marija Barišić, Željka Dujmić

zmudri@fdmz.hr

Prvotnu definiciju kronične tuge postavio je sociolog Olshansky 1962. koji ju definira kao odgovor na roditeljstvo djetetu s teškoćama u razvoju. Kvalitativnim istraživačkim pristupom Burke, Eakes, Hainsworth 1999. dodatno istražuju i definiraju koncept kronične tuge u okviru teorije srednjeg opsega kao pojavu prožimajućih osjećaja nalik žalovanju koji se pojavljuju periodično tijekom života u osoba s kroničnim bolestima, kod njihovih njegovatelja i ožalošćenih. Tugovanje pritom nastaje kao odgovor na trajno prisutnu nejednakost (disparitet) koji je nastao uslijed gubitka, a čije okončanje nije predvidivo. U kontekstu roditeljstva roditelji tuguju zbog narušavanja unaprijed stvorenih očekivanja od djeteta (odgoda ili izostanak prvih riječi kod djeteta, prvih koraka) ili gubitak mogućnosti samoostvarenja djeteta i integracije sa socijalnim normama. Slijedom trajnosti teškoća u razvoju roditelji komuniciraju sa zdravstvenim djelatnicima, stoga je cilj ovoga istraživanja bio ispitati karakteristike vanjskih mehanizama upravljanja osjećajima vezanih uz pomoć i podršku zdravstvenih djelatnika roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Istraživanje je provedeno metodom ankete na uzorku od 115 roditelja djece s teškoćama u razvoju pri čemu je korišten instrument Burke/Eakes Chronic Sorrow Assessment Tool. Rezultati upućuju na podatak da roditeljima u kontekstu vanjskih mehanizama nošenja s osjećajima najviše pomaže kada im zdravstveni djelatnici dopuste postavljanje pitanja, pružaju dobru njegu i odgovaraju iskreno, a u manjoj mjeri kada ih slušaju i prepoznaju njihove osjećaje. U kvalitativnom dijelu istraživanja roditelji su naveli da im pomaže kada ih zdravstveni djelatnici ne sažalijevaju i kada pokazuju da im je stalo do djeteta. Identifikacija vanjskih mehanizama za nošenje s osjećajima u kroničnoj tuzi preduvjet je planiranja intervencija. Ujedno, navedenim se postulira osnaživanje potencijala za preventivne aktivnosti u zajednici kojima je moguće doprinijeti boljoj emocionalnoj osnaženosti roditelja djece s teškoćama u razvoju pri kontaktu sa zdravstvenim djelatnicima.

Ključne riječi: djeca s teškoćama u razvoju, kronična tuga, roditelji, zdravstveni djelatnici

Doprinos dimenzija privrženosti izraženosti simptoma psorijaze u odrasloj dobi

Ivana Mišić Birtić, Ivana Marčinko

imarcinko@ffos.hr

Cilj istraživanja bio je ispitati kako razlike u dimenzijama privrženosti (Anksioznost, Izbjegavanje) u odrasloj dobi doprinose izraženosti simptoma psorijaze. Istraživanjem je obuhvaćeno 107 osoba dijagnosticiranih sa psorijazom vulgaris od čega je 64 sudionika bilo ženskog spola (59.8 %), a 43 sudionika muškog spola (40.2 %), raspona dobi sudionika od 20 do 80 godina s tim da je prosječna dob sudionika iznosila 56 godina ($M=56.45$, $SD=11.948$). Dimenzije privrženosti ispitale su se Upitnikom privrženosti prema ljubavnim partnerima, a izraženost simptoma bolesti Indeksom zahvaćenosti kože psorijazom i težine psorijaze. Provjera izravnog doprinosa dimenzija privrženosti u odrasloj dobi zastupljenosti kliničkih simptoma psorijaze provedena je hijerarhijskom regresijskom analizom uz kontrolu sociodemografskih varijabli. Rezultati analize pokazali su kako nakon kontrole sociodemografskih varijabli samo dimenzija izbjegavanja doprinosi izraženosti simptoma psorijaze.

Ključne riječi: dimenzije privrženosti, anksioznost, izbjegavanje, simptomi psorijaze

Stavovi o seksualnosti i motivacija za sekstingom: spolne i kroskulturalne usporedbe

Arta Dodaj, Kristina Sesar, Irena Pavela Banai, Katarina Šimić, Krešimir Prijatelj

ipavelabanai@ffos.hr

Suvremena digitalna komunikacija danas predstavlja glavni socijalizacijski alat među mladima, zbog čega ima i veliku ulogu u njihovu seksualnom životu. S tim u vezi, razmjena seksualno eksplicitnih sadržaja preko elektroničkih medija, odnosno seksting, postala je sastavnim dijelom seksualnog ponašanja mladih osoba. Stoga je cilj istraživanja bio steći dodatni uvid u individualne i kroskulturalne korelate sekstinga. Konkretno, u istraživanju provedenom u sklopu projekta „Priroda i odrednice sekstinga među adolescentima i mladima: kroskulturalno istraživanje (SextYouth)“, Hrvatska zaklada za znanost (broj projekta: 3553), ispitivao se doprinos stavova o seksualnosti u predviđanju motivacije za sekstingom na uzorku studenata iz Hrvatske (N=219) i Bosne i Hercegovine (N=208). Korištena je adaptirana verzija Skale seksualnih stavova kojom se ispituje seksualna permissivnost te stavovi o kontracepciji, seksualnom odnosu kao vidu zajedništva i instrumentalnost seksualnih odnosa. Glavni motivi za uključivanjem u seksting ispitani su Skalom motivacije za sekstingom koja uključuje tri skupine motiva: seksualne svrhe, instrumentalni razlozi te poboljšavanje slike o sebi. Kada je riječ o spolnim razlikama, očekivano, muškarci pokazuju izraženije instrumentalne motive za sekstingom te veću razinu permissivnosti. Suprotno, žene više vide seksualni odnos kao vid zajedništva. Kroskulturalne usporedbe pokazuju izraženije stavove o seksualnom odnosu kao vidu zajedništva na uzorku studenata iz BiH. Nadalje, u ispitivanju doprinosa pojedinih stavova u predviđanju motivacije za sekstingom analizom traga utvrđeno je da su permissivnost, instrumentalnost i stav o seksualnom odnosu kao zajedništvu značajni prediktori, uz određene spolne i kroskulturalne razlike. Opisani nalazi daju dodatni doprinos u razumijevanju prirode sekstinga u okviru teorijskog modela čimbenika rizika i motivacijskih mehanizama.

Ključne riječi: seksting, seksualni stavovi, motivacija, kroskulturalno

Motivacije i prepreke za kolektivne akcije (MotiKA): predstavljanje projekta

Renata Franc, Vanja Dergić, Marina Maglić, Marko Mustapić, Tomislav Pavlović, Benjamin Perasović, Hilary Pilkington, Roger Soler-i-Martí, Ines Sučić, Zoran Sušan, Ivana Vrselja, Ana Belajdžić

renata.franc@pilar.hr

Opći cilj znanstveno-istraživačkog projekta MotiKA (četverogodišnji projekt koji financira HRZZ) jest istražiti ključne motivatore i barijere koji utječu na sudjelovanje u kolektivnim akcijama (KA) u hrvatskom kontekstu. Teorijsko je polazište socijalno identitetski model kolektivnih akcija (SIMCA) koji kao tri temeljna motivatora KA ističe: izraženu socijalnu, osobito politiziranu, identifikaciju, izražen doživljaj nepravde te izraženu grupnu efikasnost. Sveobuhvatnim, interdisciplinarnim pristupom uzimamo u obzir ograničenja, kao i recentna proširenja SIMCA modela, među ostalim fokusirajući se i na važnost sadržaja društvenih politiziranih identiteta, nenormativne oblike KA, te na razloge i odrednice nesudjelovanja u KA. Pritom, želimo utvrditi kako hrvatski građani općenito, te članovi udruga, razumiju i koja značenja pripisuju KA, motivatorima i preprekama. Istražit ćemo i valjanost višedimenzionalnih konceptualizacija doživljaja pravednosti i nepravde te vjerovanja o efikasnosti akcija, kao i ulogu dimenzija doživljaja nepravde i efikasnosti akcija, te percipiranih prepreka sudjelovanja, uz kontrolu temeljnih odrednica KA prema proširenom SIMCA modelu, u objašnjenju (ne)sudjelovanja u različitim oblicima KA. Nadalje, ispitat ćemo doprinos osobnih dispozicija u objašnjenju (ne)sudjelovanja u različitim oblicima KA površ i u kombinaciji s temeljnim odrednicama i preprekama za KA. U konačnici, integracijom spoznaja iz kvalitativnog i kvantitativnog istraživanja utvrdit ćemo sličnosti i razlike u motivatorima i preprekama za različite oblike KA među građanima i članovima udruga. Miješani metodološki pristup uključuje eksplorativno sekvencijalni nacrt, započinjući s kvalitativnom fazom koja obuhvaća polustrukturirane intervjue s građanima i članovima udruga, koju slijedi kvantitativno istraživanje putem *online* panel ankete. Anketiranje će se provesti u tri vala na nacionalno reprezentativnom uzorku, kao i na uzorku članova udruga. Rezultati projekta, osim doprinosa znanstvenim spoznajama, pružit će i praktične smjernice za kreatore javnih politika i voditelje udruga. Očekuje se da će nalazi poslužiti kao temelj za razvoj strategija koje promiču građansko sudjelovanje uz prevenciju nasilnih KA, kao i za identifikaciju i uklanjanje prepreka sudjelovanju u mirnim KA u Hrvatskoj.

Ključne riječi: kolektivne akcije, odrednice, motivatori, prepreke, SIMCA

STUDENTSKI POSTER PRIKAZI

„Iza predrasuda: Razbijamo predrasude, gradimo mostove” – prikaz projekta

Ana Jović, Bernarda Veselovac, Ena Jakob, Ines Horvat, Ivana Ivanko, Karla Dude, Katja Lončar, Lara Luketić, Rea Kovačević, Nika Kovačić, Nika Regušić, Mihaela Stojanović, Lina Šutić, Tatjana Djedović, Vanessa Šapina, Veronika Fukšić, Mia Pucić

miapucic23@gmail.com

Projekt „Iza predrasuda: Razbijamo predrasude, gradimo mostove“ predstavlja inicijativu Kluba studenta psihologije Psihos pod mentorstvom izv. prof. dr. sc. Ane Kurtović, uz podršku Društva studenata psihologije Psihomnia te PsiHelp projekta. Provedba projekta planirana je od 6. prosinca do kraja akademske 2023./2024. godine. Cilj je ovog projekta poticanje svijesti o ključnoj važnosti razumijevanja, poštovanja i podrške osobama s invaliditetom te promicanje inkluzivnosti u društvu. Aktivnosti će biti usmjerene na razvoj empatije, razumijevanje i podizanje svijesti o izazovima s kojima se osobe s invaliditetom suočavaju u svakodnevnim životima. Projekt će se sastojati od tri faze – upoznavanja, stručnog dijela i primjene. U fazi upoznavanja organizirat će se četiri okrugla stola na temu različitih vrsta invaliditeta s gostima iz udruga i stručnjacima. Faza stručnog dijela uključivat će edukativna predavanja i radionice vođene studentima i stručnjacima (npr. zapošljavanje osoba s invaliditetom, pravni aspekti, obrazovanje). Završna faza, nazvana „Primjena“ obuhvatit će radionice, edukativna predavanja (primjerice učenje znakovnog jezika) i događanja (primjerice, športske aktivnosti) s ciljem doprinosa stvaranju inkluzivnijeg društva koje će ostaviti utjecaja i nakon završetka provedbe projekta. Ciljna su publika projekta svi koji žele sudjelovati u stvaranju inkluzivnijeg društva s posebnim naglaskom na studente, a aktivnosti su otvorene za studente, stručnjake i širu javnost. Na društvenoj mreži Instagram (profil @iza.predrasuda) dijeli se relevantan sadržaj povezan s projektom. Projekt ima ambiciju potaknuti pozitivne promjene u percepciji i pristupu osobama s invaliditetom te doprinijeti izgradnji inkluzivnijeg i suosjećajnijeg društva. Sudjelovanje u projektu pruža priliku za osobni rast, razvoj empatije te doprinos stvaranju okoline koja cijeni raznolikost. Organizatori projekta dijele strastveni angažman za inkluzivnost, a svaka podrška ovom projektu predstavlja korak prema društvu koje promiče jednakost i razumijevanje.

Ključne riječi: invaliditet, inkluzija, iza predrasuda

PREDSTAVLJANJA KNJIGA

Psihologija u skrbi za mentalno zdravlje

Gorka Vuletić, Siniša Brlas, Ena Kantor

enakantorrr@gmail.com

Psihologija se sve značajnije aktivno uključuje u rješavanje društveno relevantnih javnozdravstvenih pitanja u područjima koja su do nedavno mahom bila „rezervirana“ za medicinsku struku. To je i razumljivo jer je psihologija ponikla iz medicine kao prirodne znanosti i filozofije kao društvene znanosti. Područje ili resor zdravstva za psihologiju jest, dakle, oduvijek bio prirodni ambijent. Suvremeni trendovi u psihologiji struku danas pozicioniraju u interdisciplinarnom kontekstu nužne suradnje s drugim strukama, pa još i mlađim znanostima, u odgovoru na aktualne javnozdravstvene izazove. Psiholozi su, dakle, ravnopravni i neizostavni članovi multidisciplinarnih timova koji imaju zadaću sve više proaktivno djelovati u zajednici. Ovaj nastavni (sveučilišni) priručnik razmatra kapacitete psihologije kao struke za djelotvorne intervencije u očuvanju mentalnog zdravlja. Daje se kratak povijesni presjek mjesta i uloge psihologije u očuvanju zdravlja (zdravstvene psihologije), pozicionira se struka u zdravstvenom sustavu, a potom se razmatraju proaktivni i reaktivni aspekti skrbi o mentalnom zdravlju, osobito smjernice za proaktivno djelovanje u očuvanju mentalnog zdravlja. Na kraju se naglašava važnost interdisciplinarnog i međusektorskog pristupa u suradničkom kontekstu očuvanja mentalnog zdravlja kao dio općeg zdravlja ljudi.

Ključne riječi: zdravstvena psihologija, mentalno zdravlje, proaktivna skrb, reaktivna skrb, interdisciplinarna suradnja

Socijalni utjecaj

Ivana Vrselja

ivana.vrselja@unicath.hr

Sveučilišni udžbenik Socijalni utjecaj objavljen je u izdanju Hrvatske sveučilišne naklade i Hrvatskog katoličkog sveučilišta. U ovom su udžbeniku sveobuhvatno obrađene različite teme iz područja socijalne psihologije koje čine uže područje socijalnog utjecaja. U 12 poglavlja udžbenika definiraju se i objašnjavaju osnovni pojmovi, teorijski pristupi i pojedinačne teorije u području socijalnog utjecaja, pri čemu su posebno analizirani glavni oblici socijalnog utjecaja: uvjeravanje, pokoravanje autoritetu, popuštanje, konformizam (utjecaj većine) te utjecaj manjine. Posebno je poglavlje posvećeno mogućnostima odupiranja (poglavito sumnjivu) socijalnom utjecaju.

Udžbenik je namijenjen studentima studija psihologije te studentima različitih studija u području društvenih i ostalih znanosti koji pohađaju predmete u kojima se obrađuju teme iz socijalne psihologije (studenti sociologije, komunikologije, ekonomije, socijalne pedagogije...).

S obzirom na to da su postojeći udžbenici iz područja socijalne psihologije na hrvatskom jeziku dominantno prijevodi stranih udžbenika, bitna je prednost ovog udžbenika povezivanje te ilustriranje gradiva s nalazima domaćih istraživanja te brojnim aktualnim i životnim primjerima. Zbog takve kontekstualizacije gradiva udžbenik je dodatno zanimljiv i aktualan te će olakšati učenje i razumijevanje socio-psiholoških pristupa i spoznaja u području socijalnog utjecaja te primjenu toga znanja u osobnom i/ili poslovnom životu.

Iako je riječ o sveučilišnom udžbeniku, knjiga može biti zanimljiva i poučna i svima ostalima koji su zainteresirani za različite teme vezane uz oblike socijalnog utjecaja (poput popuštanja, pokoravanja autoritetu, konformizma, utjecaja manjine), ali i stavove te promjenu stavova koji se u knjizi razmatraju kao cilj različitih oblika socijalnog utjecaja.

Ključne riječi: sveučilišni udžbenik, socijalna psihologija, socijalni utjecaj

Sokratovim stopama do nekompetentnih roditelja – *Street corner work* s obiteljima

Josip Janković

joja3491@gmail.com

Predstavlja se znanstvena knjiga u kojoj se u samom uvodu predstavlja znanstveni pogled na ulicu kao javni prostor koji se kroz povijest razvija i mijenja svoju ulogu od obične transportne, preko mjesta na kojemu se razvija socijalna patologija do vrijedne kulturne i umjetničke. U 13 poglavlja na 288 stranica nudi se opsežan materijal na više razina. Predstavljajući ključna terenska socioantropološka istraživanja Whitea, Liebowa, Andersona i Malinowskog smješta se ovo istraživanje u skupinu kojoj pripada s tim da ono ima psihosocijalnoantropološki karakter. Samo istraživanje uz znanstveno ima i stručno značenje dajući praktičarima psiholozima, pedagogima, socijalnim radnicima i psihijatrima detaljne prikaze intervencija u krizne situacije izazvane roditeljskom nekompetencijom, narcizmom ili narušenim partnerskim odnosima u kojima su djeca predškolske dobi dovedena u stres visokog intenziteta štetan za njihovo mentalno zdravlje. Stručnjacima, ali i roditeljima, što je treća razina, uz izlaganja brojnih tema vezanih za rizične intervencije u odgoju djece, ponuđeni su odgovarajući prikazi iz prakse psihologa i drugih stručnjaka koji se bave djecom, te su im ponuđene promjene za djecu pogubnih pravaca u poticajne i iscjeljujuće. Knjiga ima i četvrtu razinu na kojoj se razmatraju nepovoljni općedruštveni čimbenici poput dekadencije zapadne civilizacije i gospodarenja kapitala nad čovjekom, što se inače zanemaruje držeći da za te teme nema mjesta u ovakvim publikacijama. No više nije moguće zanemariti visoki kriminal, korupciju, rušenje i odbacivanje najviših vrednota od „očeva nacije“, objekata identifikacije novih naraštaja. Isto tako zakonodavstvo ne sankcionira kriminal visoko pozicioniranih s dodatnim ponderom za negativni odgojni i društveni utjecaj. Pravni sustav štiti kriminalce i nasilnike, zastarama i drugim pravnim smicalicama, a žrtve izlaže višekratnim ponižavanjima, nasilju sustava i stavlja u poziciju krivca. Time se zaokružuju svi aspekti negativnih utjecaja na razvoj djece i nude potrebne promjene za bolji svijet. Knjiga je tiskana na preporuku i uz financijsku potporu Ministarstva znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske.

Ključne riječi: stres, predškolska djeca, razrješavanje krize, vraćanje roditelja u ulogu, savjetovanje

