



KNJIGA SAŽETAKA



XI. međunarodni skup

OSNAŽIVANJE POTENCIJALA ZA PREVENTIVNE AKTIVNOSTI U ZAJEDNICI

5. - 7. 2. 2026.

Organizator



FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Odsjek za psihologiju

Suorganizatori

The University of Huelva, Department of Social, Developmental and Educational Psychology
Sveučilište u Tuzli, Filozofski fakultet
Društvo psihologa Osijek
Hrvatska psihološka komora
Hrvatsko psihološko društvo

KNJIGA SAŽETAKA

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

5. veljače – 7. veljače 2026.
Filozofski fakultet u Osijeku

Urednice:

Gabrijela Vrdoljak i Sandra Brezetić

Programsko-organizacijski odbor:

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

Studenti volonteri:

Nika Bulić, Karla Bulum, Luka Ćurin, Mirna Grujić, Marta Hac, Ines Horvat, Ena Jakob, Lucija Keleković, Dino Klobučar, Una Kraljević, Ela Lazarević, Dunja Ljubojević, Klara Malnar, Ena Markulak, Ana Marušić, Karla Mikinac, Petra Mišković, Anja Novak, Petra Olij, Karla Papa, Gabrijella Stella Stanković, Vanessa Šapina, Marla Vidaković,

ORGANIZATOR:

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

SUORGANIZATORI:

THE UNIVERSITY OF HUELVA, DEPARTMENT OF SOCIAL, DEVELOPMENTAL AND
EDUCATIONAL PSYCHOLOGY
Calle Dr. Cantero Cuadrado, 6, 21004 Huelva, Španjolska

SVEUČILIŠTE U TUZLI, FILOZOFSKI FAKULTET
Dr. Tihomila Markovića 1, Tuzla Grad 75000, Bosna i Hercegovina

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 978-953-314-284-5
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



OSJEČKO-BARANJSKA ŽUPANIJA



NAKLADA SLAP



FILIR



PREDGOVOR	1
POZVANA PREDAVANJA	3
SIMPOZIJI.....	8
USMENA PRIOPĆENJA	20
RADIONICE	53
OKRUGLI STOL	58
POSTER PRIKAZI	60
PREDSTAVLJANJA KNJIGA	70

Poštovane kolegice i poštovani kolege,

u ime Programsko-organizacijskog odbora želim vam srdačnu dobrodošlicu na **XI. međunarodni skup „Osnaživanje potencijala za preventivne aktivnosti u zajednici“**, koji se održava od 5. do 7. veljače 2026. godine na Filozofskom fakultetu u Osijeku, u organizaciji Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Osijeku, uz suorganizaciju Sveučilišta u Huelvi (*Department of Social, Developmental and Educational Psychology*), Sveučilišta u Tuzli (Filozofski fakultet), te domaćim strukovnim udruženjima Hrvatskom psihološkom komorom, Hrvatskim psihološkim društvom i Društvom psihologa Osijek.

Cilj je ovoga skupa poticanje razmjene znanstvenih spoznaja i praktičnih iskustava u području prevencije i promicanja mentalnog zdravlja u zajednici, kao i jačanje suradnje između znanstvenika, stručnjaka iz prakse te studenata. U suvremenom društvenom kontekstu, obilježenom ubrzanim tehnološkim razvojem, promjenama u obrazovnim i radnim okruženjima te rastućim izazovima za mentalno zdravlje djece, mladih i odraslih, pitanja prevencije i ranih intervencija postaju sve važnija. Upravo zato skup nastoji obuhvatiti širok raspon tema i pristupa, od istraživanja rizičnih i zaštitnih čimbenika, preko evaluacije preventivnih programa, do primjene znanstvenih spoznaja u različitim sustavima i lokalnim zajednicama.

Program skupa odražava tu raznolikost i aktualnost s preko 60 izlaganja, uključujući pozvana predavanja, usmena priopćenja, poster prikaze, simpozije, radionice, okrugli stol te predstavljanjima knjiga i priručnika. Posebno nas veseli što će sudionici skupa imati priliku poslušati niz pozvanih predavanja uglednih domaćih i inozemnih stručnjaka. Prof. dr. sc. Matt Lee govorit će o suvremenim izazovima i prijetnjama visokom obrazovanju i psihologiji, s posebnim osvrtom na društvene, institucionalne i političke procese koji oblikuju akademski rad i obrazovne sustave. Izv. prof. dr. sc. Zrinka Greblo Jurakić u svojem će se izlaganju baviti skrivenom cijenom sportskog uspjeha, analizirajući obilježja, posljedice i mogućnosti prevencije nasilja u sportu. Marina Vidović predstaviti će pristupe promicanju kulture oporavka te važnost sustavne podrške osobama s iskustvom mentalnih poteškoća, naglašavajući ulogu zajednice i stručnjaka u procesima oporavka. Prof. dr. sc. Daniela Šincek usmjerit će svoje izlaganje na izazove odrastanja u digitalnom okruženju, s posebnim naglaskom na rizična ponašanja mladih na internetu i implikacije tih pojava za preventivne intervencije.

Zahvaljujem svim autorima i izlagačima na vrijednim doprinosima, kao i sudionicima skupa na interesu i aktivnom sudjelovanju. Posebnu zahvalnost upućujem Upravi Filozofskog fakulteta u Osijeku, suorganizatorima, volonterima i studentima psihologije koji su svojim angažmanom omogućili uspješnu organizaciju ovoga skupa. Na kraju, zahvaljujem i svim članovima Programsko-organizacijskog odbora na predanom radu i suradnji.

Vjerujem da će vam ovaj skup pružiti poticajno okruženje za učenje, raspravu i umrežavanje te doprinijeti daljnjem razvoju preventivnih inicijativa u zajednici.

Izv. prof. dr. sc. Ana Kurtović,

predsjednica Programsko-organizacijskog odbora

INFORMACIJE O SKUPU

Vrijeme i mjesto održavanja

5. veljače – 7. veljače 2026.

Znanstveno-stručni dio programa održat će se na Filozofskom fakultetu u Osijeku, Lorenza Jäger 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

Izazovi odrastanja u digitalnom svijetu: rizična ponašanja mladih online

Daniela Šincek

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Osijek

dsincek@ffos.hr

Rizična ponašanja mladih u digitalnom okruženju obuhvaćaju različite oblike komunikacijskih i ponašajnih rizika koji proizlaze iz sve veće uključenosti digitalnih konteksta u svakodnevni život i razvojni kontekst mladih. U predavanju će se predstaviti spoznaje prikupljene istraživanjima posljednjih desetak godina. Usmjerenje tih istraživanja je bilo na vršnjačko nasilje na internetu, seksting te problematično korištenje interneta i prekomjerno igranje igara. U osmišljavanju istraživanja osnove su bile opće teorije poput Jessorove teorije rizičnog ponašanja ili Bronfenbrennerova ekološkog modela, koji omogućuju razumijevanje međudjelovanja individualnih, obiteljskih i vršnjačkih čimbenika u oblikovanju digitalnih navika i obrazaca ponašanja, ali i specifični modeli poput Caplanova modela kompulzivnog korištenja interneta ili Griffithsova komponentnog modela prekomjernog igranja igara. Dok se za nasilje na internetu empatija pokazuje ključnim zaštitnim čimbenikom, nisko samopoštovanje, pojačana osjetljivost na vršnjački pritisak i rodne razlike doprinose sklonosti činjenju takvog nasilja i sekstingu koji može biti imati rizična obilježja. Obiteljska podrška i kvaliteta odnosa s roditeljima ublažavaju te rizike te potiču razvoj sigurnijih obrazaca korištenja interneta. Za buduća istraživanja i djelovanje posebnu važnost ima razvojna perspektiva: mladi koji su bili u središtu ranijih istraživanja sada ulaze u razdoblje odraslosti u nastajanju, što otvara pitanja o kontinuitetu i transformaciji digitalnih ponašanja u prijelazu prema odraslom životu pa i u modeliranju ponašanja u digitalnom svijetu iz pozicije roditelja budućih generacija digitalnih starosjedilaca.

S naše strane kauča - promicanje kulture oporavka

Marina Vidović

Udruga za promicanje mentalnog zdravlja Feniks Split

marina.vidovic.st@gmail.com

U želji da doprinesemo prestanku marginalizacije, stigmatizacije i socijalne isključenosti osoba s mentalnim poteškoćama, temeljem vlastitog iskustva kao udruga osnovana od strane osoba sa mentalnim poteškoćama za takve osobe, osmislili smo različite projekte koji nude PAKET BESPLATNIH USLUGA PSIHOSOCIJALNE PODRŠKE u zajednici. CILJ nam je doprinijeti kvaliteti života osoba sa mentalnim oboljenjima i njihovoj socijalnoj integraciji kroz aktivnosti koje im omogućuju korištenje vlastitih vještina, iskustava, kreativnosti, sposobnosti i stvaranje pozitivnog traga i osjećaja korisnosti u zajednici. Sudionici kroz različite radne i volonterske akcije imaju priliku ostaviti važan pozitivan trag, imaju priliku tražiti i dobiti podršku u procesu oporavka , ali i sami postati dio sustava podrške za druge.

Threats to Higher Education and Psychology in the US

Matt Lee

Northeastern University, Boston, SAD

drmattlee2026@gmail.com

In this keynote lecture, Dr. Matt Lee discusses the politics of teaching psychology in the US given nationwide threats to education and their harmful effects on free speech, intergroup dialogue, and academic freedom. Lee reviews challenges in the classroom and at institutions navigating how to function while preserving an ethical duty to the profession of psychology, what the experience has been like for faculty and students in 2025, and adaptations and adjustments to teaching in the current environment. Lee concludes with examples of individual and institutional efforts to resist the anti-educational attacks and persevere.

Skrivena cijena sportskog uspjeha: Obilježja, posljedice i prevencija nasilja u sportu

Zrinka Greblo Jurakić

Odsjek za psihologiju, Fakultet hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu

zgreblo@fhs.hr

Poznato je da bavljenje sportom može značajno unaprijediti tjelesno i mentalno zdravlje djece i adolescenata. Međutim, istraživanja u kojima je analizirana povezanost sudjelovanja u sportu s različitim aspektima psihosocijalne dobrobiti mladih sportaša rezultirala su kontradiktornim empirijskim nalazima, što upućuje na zaključak da se pozitivni učinci sportskih aktivnosti ne podrazumijevaju i ne javljaju automatizmom. Posljedično, pored izučavanja činitelja koji doprinose ostvarenju pozitivnih potencijala sporta, sve više pažnje posvećuje se istraživanju činitelja koji mogu imati negativan učinak na tjelesno i mentalno zdravlje sportaša, sportsku izvedbu i motivaciju za bavljenje sportom. Rezultati novijih istraživanja pokazuju da odnos između sudjelovanja u organiziranim sportskim aktivnostima i psihosocijalne dobrobiti mladih sportaša u velikoj mjeri ovisi o kvaliteti interpersonalnih odnosa u sportskom timu, o sustavu vrijednosti koji se promiče u određenom sportskom klubu ili organizaciji te o obilježjima šireg socijalnog okruženja. U prilog navedenom govori i podatak da se u sportskim aktivnostima koje obilježava snažan imperativ pobjede često zanemaruje razvojna i odgojna uloga sporta, a različiti oblici nasilnog ponašanja pripisuju se pozitivnoj težnji za ostvarenjem što boljih sportskih rezultata. Na predavanju će biti predstavljeni rezultati istraživanja o štetnim učincima pristupa prema kojem „cilj opravdava sredstvo“ kao i podaci o zastupljenosti, obilježjima i posljedicama različitih oblika nasilja u sportu mladih u Hrvatskoj. Empirijski nalazi analizirat će se u kontekstu stavova i vjerovanja koji doprinose pojavi i većem stupnju tolerancije nasilja u sportskom okruženju. Na predavanju će se biti prikazane i različite aktivnosti koje se u Hrvatskoj provode s ciljem osiguravanja prava djece na bavljenje sportom u nenasilnoj, sigurnoj i poticajnoj okolini.

Akademsko poštenje: utopija ili mogućnost?

Voditeljice: Jasmina Tomašić Humer i Ana Babić Čikeš

anababic.os@gmail.com

Obrazovanje bi za ciljeve, u širem smislu, trebalo imati povećanje razine znanja i kompetencija učenika i studenata te izgradnju vrijednosti koje podržavaju opću dobrobit ljudi i prirode. Da bi ti ciljevi bili ostvareni potrebno je moći što pouzdanije i valjanije procijeniti razinu znanja i kompetencija studenata u različitim točkama njihovog obrazovnog puta. No, učenici i studenti, da bi mogli doći do zadovoljavanja zahtjeva s kojima se u obrazovanju susreću, a onda posredno i do ostvarenja dugoročnih životnih ciljeva, ponekad koriste sredstva koja ne omogućuju nastavnicima takvu, točnu, procjenu. Od samog početka školovanja učenici traže načine kako povećati vjerojatnost da budu pozitivno ocijenjeni ne ulažući potreban trud, te se pri tome koriste i nepoštenim sredstvima. Varanje je prisutno u obrazovnim sustavima svih društava i obrazovnih institucija, pa tako i u našem društvu, te predstavlja prepreku u ostvarenju ranije navedenih ciljeva, a suvremena tehnološka dostignuća, čini se, šire mogućnosti varanja u akademskom okruženju. Cilj ovog simpozija je predstaviti recentne rezultate istraživanja koje se bavi temom akademskog nepoštenja u našem kulturnom kontekstu, specifičnije, na sveučilištu Josipa Jurja Strossmayera korištenjem kvantitativne i kvalitativne metodologije. U prvom radu bit će prezentirani rezultati kvalitativnog dijela istraživanja (fokus grupe) kojima je dobiven uvid u studentsku percepciju akademskog nepoštenja (autorica Babić Čikeš i Tomašić Humer). Drugi rad predstavlja rezultate zastupljenosti različitih nepoštenih ponašanja na uzorku studenata sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera (autorice Tomašić Humer i Babić Čikeš). U trećem radu autorice (Palinkaš i Babić Čikeš) su usmjerene na doprinos individualnih osobina neetičnom ponašanju, specifičnije, prikazuje se odnos osobina ličnosti prema HEXACO modelu i nepoštenog ponašanja studenata. Četvrti rad ispituje doprinos individualnih faktora (stavova i akademskog stresa) neetičnom ponašanju učenika srednjih škola (autorice Pejić i Tomašić Humer).

Ključne riječi: akademsko nepoštenje, varanje, studenti, učenici, obrazovanje

Kako studenti gledaju na akademsko nepoštenje?

Ana Babić Čikeš, Jasmina Tomašić Humer

anababic.os@gmail.com

Napretkom tehnologije i sve većim udjelom studenata u populaciji mladih osoba mijenjaju se načini i uzroci varanja u akademskom okruženju. S ciljem prikupljanja informacija o načinima varanja kod današnjih studenata, ali i njihovoj percepciji učestalosti varanja, uzroka i posljedica varanja, proveli smo kvalitativno istraživanje metodom fokus grupa. Na uzorku od ukupno 13 studenata s različitih sastavnica osječkog sveučilišta provedene su dvije fokus grupe. Razgovori u fokus grupama vođeni su na polustrukturirani način, korištenjem protokola s unaprijed definiranim pitanjima. Provedeni razgovori su transkribirani te analizirani metodom analize okvira. Na temelju prikupljenih podataka zaključeno je da studenti koriste nove tehnološke mogućnosti u svrhu varanja na fakultetu, ali također i tradicionalne metode. Najzastupljeniji oblici varanja, prema navodima studenata, su upotreba umjetne inteligencije za pisanje različitih vrsta radova, prepisivanje tijekom pismenih provjera znanja, potpisivanje studenata koji nisu prisutni na predavanju te prezentiranje radova koje je napravio neki drugi student. Za razloge varanja studenti navode različite individualne (npr. nedovoljno naučeno gradivo ili potencijalni izvor adrenalina) i kontekstualne faktore (npr. izostanak sankcija ili ponavljanje ispitnih pitanja), pri čemu kontekstualne navode češće. Studenti prepoznaju kratkoročne (npr. udaljavanje s ispita ili oduzimanje bodova) i dugoročne posljedice varanja (npr. pad godine na studiju ili smanjena stručnost), kao i izostanak sustavnog djelovanja u području prevencije akademskog nepoštenja.

Ključne riječi: akademsko nepoštenje, studenti, kvalitativno istraživanje, fokus grupe, obrazovanje

Akademsko nepoštenje: pojavnost neklih oblaka akademski nepoštenih ponašanja u našem kontekstu

Jasmina Tomašić Humer, Ana Babić Čikeš, Anja Novak

jtomasic@gmail.com

Akademsko nepoštenje uključuje ponašanja kojima se krše pravila rada na testu (npr. prepisivanje tijekom ispita) ili pravila izvršavanja zadatka (npr. ChatGPT-a za pisanje seminarskog rada). Varanje je prisutno u obrazovnim sustavima svih društava i obrazovnih institucija, a suvremena tehnologija olakšava i povećava načine i mogućnosti varanja u akademskom okruženju. Budući da istraživanja u hrvatskom kontekstu nisu česta, cilj ovog istraživanja bio je ispitati pojavnost neprihvatljivih akademskih ponašanja u našem kontekstu. Istraživanje pojavnosti različitih oblika akademski nepoštenih ponašanja provedeno je na prigodnom uzorku studenata različitih fakulteta Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku. Sudjelovalo je ukupno $N = 497$ studentica i studenata u dobi od 19 do 40 godine ($M = 21.39$, $SD = 1.73$). Studentice su bile zastupljenije ($N = 328$; 66 %) od studenata. Većina sudionika bili su studenti treće godine prijediplomskog studija (njih 81 %). Sudionici su odgovarali na svojim mobitelima putem Google obrasca u učionicama na fakultetima. Korištena je Skala neetičnog ponašanja u akademskom kontekstu (Stephens i sur., 2024) kojom je ispitana učestalost različitih neprimjerenih ponašanja u akademskom kontekstu za period od prethodnih 12 mjeseci. Sudionici su za različite oblike neprihvatljivog ponašanja odgovarali na skali s ponuđenim odgovorima: 0 = nikada, 1 = jednom, 2 = 2-4 puta, 3 = 5-10 puta i 4 = 11 ili više puta ili pak izborom nije primjenjivo na moj program. U radu ćemo se osvrnuti na dobivene rezultate, najčešće oblike nepoštenih ponašanja te utvrđene razlike u pojavnosti akademski nepoštenih ponašanja obzirom na sociodemografske podatke sudionika.

Ključne riječi: akademsko nepoštenje, studenti, sociodemografske varijable

Odnos osobina ličnosti i nepoštenog ponašanja studenata

Petra Palinkaš, Ana Babić Čikeš

anababic.os@gmail.com

U posljednjih nekoliko godina autori izvješćuju o porastu akademski nepoštenih ponašanja, kao što su plagiranje, varanje na ispitima, apsentizama, nedozvoljena suradnja, falsificiranje i mijenjanje laboratorijskih i istraživačkih podataka te neprimjereno korištenje resursa fakulteta. U dosadašnjim istraživanjima se pokazalo kako osobine ličnosti značajno predviđaju sklonost akademskom nepoštenju, no većina istraživanja je koristila Petofaktorski model ličnosti. Cilj ovog istraživanja bio je istražiti odnos osobina ličnosti prema HEXACO modelu i nepoštenog ponašanja studenata. Očekivalo se da će dimenzije iskrenost-poniznost, savjesnost i ugodnost prema HEXACO modelu biti negativno povezane s akademskim nepoštenjem te da će iste osobine negativno predviđati neetično akademsko ponašanje. U istraživanju je sudjelovalo 253 studenta prijediplomskih i diplomskih studija sa 16 sastavnica Sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku u rasponu dobi od 19 do 29 godina, od toga je 154 (60.9%) ženskog spola, 97 (38.3%) muškog spola i dvije (0.8%) transrodne i rodno varijabilne osobe. Sudionici su upitnik o sociodemografskim podatcima, Skalu neetičnog ponašanja u akademskom kontekstu i upitnik HEXACO-60 ispunjavali tijekom nastave u učionicama. Pokazalo se kako su osobine iskrenost-poniznost, ugodnost, savjesnost i otvorenost kao iskustvima negativno povezane s neetičnim ponašanjem tijekom studija. Nadalje, iskrenost-poniznost i savjesnost su se pokazale značajnim prediktorima neetičnog akademskog ponašanja, pri čemu je dimenzija iskrenost-poniznost naj snažniji prediktor neetičnog akademskog ponašanja. U radu će biti prikazani rezultati za svaku pojedinu subskalu neetičnog ponašanja u akademskom kontekstu. Rezultati ovog istraživanja mogu se koristiti u svrhu prevencije nepoštenog ponašanja na studiju, ali i na radnom mjestu, budući da istraživanja pokazuju kako su pojedinci skloni nepoštenim ponašanjima u akademskom kontekstu skloni takvim ponašanjima i u radnom okruženju.

Ključne riječi: akademsko nepoštenje, varanje na studiju, osobine ličnosti, HEXACO model ličnosti

Neetično ponašanje učenika: doprinos moralnih stavova i akademskog stresa

Katarina Pejić, Jasmina Tomašić Humer

jtomasic@gmail.com

Neetična ponašanja, u školskom kontekstu, obuhvaćaju različita ponašanja koja su u suprotnosti s etičkim načelima. U srednjoškolskom okruženju to se najčešće očituje kroz različite oblike akademskog nepoštenja, poput prepisivanja tuđih radova, varanja na ispitima, plagiranja, neovlaštenog dijeljenja materijala te predstavljanja tuđeg intelektualnog doprinosa kao vlastitog. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati doprinos stresa vezanog za školu i moralnih stavova (moralno distanciranje i moralna neprihvatljivost) objašnjenju neetičnih ponašanja kod srednjoškolaca. Istraživanje je provedeno na uzorku učenika srednjih škola ($N = 360$) u dobi od 15 do 19 godina. Podaci su prikupljeni uživo u učionicama putem online anketnog upitnika, a korišteni su sljedeći mjerni instrumenti: Skala moralnog distanciranja (Rettinger i sur., 2024), Skala moralne neprihvatljivosti (Rettinger i sur., 2024), Skala percepcije akademskog stresa (Hasanagić i Andrić, 2020) te Skala neetičnog ponašanja (Rettinger i sur., 2024), uz pripadajuća sociodemografska pitanja. Utvrđen je pozitivan odnos između akademskog stresa i neetičnog ponašanja, moralnog distanciranja i neetičnog ponašanja, te moralne neprihvatljivosti i neetičnog ponašanja učenika. S porastom razina akademskog stresa, raste i vjerojatnost upuštanja u neetično ponašanje. Nadalje, što se učenici više moralno distanciraju od neetičnog ponašanja, više se upuštaju u takvo ponašanje. Nadalje, neočekivan je nalaz pozitivne veze između moralne neprihvatljivosti i neetičnog ponašanja. Učenici koji neetična ponašanja procjenjuju moralno neprihvatljivima češće ih prakticiraju.

Ključne riječi: akademski stres, moralno distanciranje, moralna neprihvatljivost, neetično ponašanje, učenici srednjih škola

Tjelesna aktivnost i mentalno zdravlje: motivacijske odrednice, medijatori odnosa i primjena u zajednici

Voditeljica: Irena Pavela Banai

irena.pavela@gmail.com

Tjelesna aktivnost prepoznata je kao jedan od ključnih zaštitnih čimbenika mentalnog zdravlja. No, učinci kretanja na psihološku dobrobit ne proizlaze isključivo iz same aktivnosti, već i iz niza psiholoških procesa, individualnih razlika i socijalnog konteksta u kojem se aktivnost odvija. Cilj ovog simpozija jest integrirati suvremene nalaze o povezanosti tjelesne aktivnosti i mentalnog zdravlja te prikazati psihološke mehanizme koji objašnjavaju te odnose, s naglaskom na motivaciju, medijatore odnosa tjelesne aktivnosti i psihološke dobrobiti te direktnu primjenu znanstvenih spoznaja u zajednici. Prvo izlaganje (autori Milner, Kuna i Pavela Banai) usmjereno je na motivacijske obrasce rekreativnih trkača, pri čemu se analiziraju razlike u motivima s obzirom na spol i način treniranja, naglašavajući važnost socijalne pripadnosti i individualiziranog pristupa u poticanju dugoročne ustrajnosti. U drugom izlaganju (autorice Biberović i Pavela Banai) fokus je na usporedbi mentalnog zdravlja rekreativnih trkača i tjelesno neaktivnih osoba, pri čemu nalazi potvrđuju niže razine depresije, anksioznosti i stresa kod trkača te impliciraju preventivni potencijal trčanja. Treće izlaganje (autor Glavaš) bavi se ulogom samopercepcije tjelesne aktivnosti i mentalne čvrstoće u objašnjenju psihološke dobrobiti, ukazujući na posredničke psihološke procese između aktivnosti i mentalnog zdravlja. Četvrto izlaganje (autori Užarević, Grubor, Zuber i Glavaš) odnosi se na ispitivanje razlika u mentalnoj dobrobiti s obzirom na razinu tjelesne aktivnosti i uvjerenja o njezinoj koristi. U završnom petom izlaganju (autorice Pavela Banai, Pucić, Grujić i Brčina) predstavlja se inicijativa Trčimo za mentalno zdravlje kao primjer uspješne primjene znanstvenih spoznaja u javnozdravstvenoj i zajednici bliskoj praksi, s ciljem destigmatizacije mentalnih poteškoća i jačanja otpornosti pojedinaca i zajednice.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, psihološka dobrobit, mentalno zdravlje

Što motivira rekreativne trkače?

Leon Milner, Danijela Kuna, Irena Pavela Banai

leon.milner13@gmail.com

Motivacija predstavlja temeljni psihološki mehanizam koji potiče ljudsko djelovanje i omogućuje dugoročnu ustrajnost u različitim područjima života, osobito u sportu i tjelesnoj aktivnosti. Ovo istraživanje provedeno je s ciljem ispitivanja razlika u motivaciji za trčanje među rekreativnim trkačima s obzirom na spol i način treniranja. U istraživanju je sudjelovalo 464 rekreativnih trkača (310 žena i 154 muškarca), u dobi od 18 do 64 godine. Uz prikupljanje sociodemografskih podataka i informacija o navikama trčanja, motivacija za trčanje procijenjena je primjenom Upitnika motivacije za vježbanje EMI-2 (Exercise Motivation Inventory-2). Analizom dobivenih rezultata utvrđene su statistički značajne razlike u više motivacijskih dimenzija s obzirom na spol. Žene su ostvarile statistički značajno više vrijednosti u motivima povezanim sa zdravljem, regulacijom tjelesne mase i izgledom tijela, dok su muškarci iskazali višu razinu motivacije u aspektima natjecanja i postignuća, pri čemu su utvrđene male do umjerene veličine učinka. U odnosu na način treniranja (u klubu ili samostalno), utvrđene su statistički značajne razlike u dvjema motivacijskim dimenzijama. U odnosu na samostalne trkače, trkači uključeni u trkačke klubove postigli su više vrijednosti kada je riječ o motivima pripadnosti i natjecanju. Dobiveni rezultati ukazuju na to da se motivacijski profili rekreativnih trkača razlikuju s obzirom na spol i socijalni kontekst treniranja. Sukladno tome, planiranje i provedba rekreativnih trkačkih programa trebali bi se temeljiti na diferenciranom i individualiziranom pristupu koji uvažava dominantne motivacijske obrasce različitih skupina trkača, uključujući spolne razlike i razinu socijalne uključenosti, s ciljem poticanja dugoročne motivacije, ustrajnosti i zadržavanja sudionika u trčanju.

Ključne riječi: motivacija, rekreativno trčanje, spol, pripadnost klubu

Usporedba mentalnog zdravlja rekreativnih trkača i tjelesno neaktivnih osoba

Lucija Biberović, Irena Pavela Banai

irena.pavela@gmail.com

Prethodna istraživanja pokazuju značajne pozitivne učinke bavljenja rekreativnim trčanjem na različite aspekte mentalnog zdravlja. Stoga je cilj ovog istraživanja bio usporediti razine depresije, anksioznosti i stresa rekreativnih trkača i osoba koje nisu redovito tjelesno aktivne. Istraživanje je provedeno online te je u njemu sudjelovalo 717 sudionika. Od ukupnog broja sudionika, u uzorku je bilo 465 trkača i 252 sudionika u skupini koja se ne bavi tjelesnom aktivnošću. Dobni raspon skupine koja se ne bavi tjelesnom aktivnošću je od 18 do 65 godina, pri čemu skupinu čine 202 (80.2%) žene i 50 (19.8%) muškaraca. Skupina rekreativnih trkača ima dobni raspon od 18 do 64 godine, pri čemu je u skupini 309 (66.5%) žena, 154 (33.1%) muškarca, dok se dvije osobe nisu izjasnile po pitanju roda. Uz prikupljanje sociodemografskih podataka, ispitane su navike bavljenja tjelesnom aktivnosti čime su identificirani sudionici koji se redovito bave rekreativnim trčanjem. Pored toga, korištena je Skala depresivnosti, anksioznosti i stresa. Sukladno očekivanjima, uz kontrolu dobi i roda, rezultati su pokazali značajno niže razine depresije, anksioznosti i stresa u skupini rekreativnih trkača u usporedbi sa sudionicima koji se ne bave nikakvom tjelesnom aktivnošću. Generalno, nalazi ovog istraživanja ukazuju na pozitivne vrijednosti trčanja kao tjelesne aktivnosti u kontekstu psihološke dobrobiti. Također, čini se kako trčanje ima veliku potencijalnu vrijednost kao preventivna mjera za očuvanje mentalnog zdravlja.

Ključne riječi: rekreativno trčanje, anksioznost, depresija, stres

Tjelesna aktivnost i psihološka dobrobit zaposlenih odraslih: uloga samopercepcije i mentalne čvrstoće

Dragan Glavaš

dragan.glavas@unicath.hr

Unatoč empirijskim dokazima koji pokazuju pozitivne učinke tjelesne aktivnosti (TA) na mentalno zdravlje, mehanizmi koji povezuju TA i mentalno zdravlje još uvijek nisu u potpunosti jasni. Stoga je cilj ovog istraživanja bio ispitati posredujuću ulogu samopercepcije TA i mentalne čvrstoće u odnosu između TA i psihološke dobrobiti. U ovom presječnom istraživanju sudjelovala je 381 zaposlena odrasla osoba u dobi između 21 i 42 godine (64,53 % žena), koja je ispunila skale za procjenu intenziteta TA, mentalne čvrstoće i psihološke dobrobiti te procijenila vlastitu razinu TA. Podaci su analizirani serijskom medijacijskom analizom. Rezultati su pokazali statistički neznatjan izravni doprinos TA psihološkoj dobrobiti. Serijski medijacijski put pozitivnog doprinosa TA psihološkoj dobrobiti putem povećane samopercepcije TA i više razine mentalne čvrstoće pokazao se statistički značajnim. Nalazi upućuju na to da se odnos između intenziteta TA i psihološke dobrobiti može objasniti kroz samopercepciju TA i mentalnu čvrstoću pojedinca. Osobe koje se bave intenzivnijom TA imaju tendenciju percipirati sebe tjelesno aktivnijima, što je povezano s višom razinom mentalne čvrstoće, a posljedično i s izraženijom psihološkom dobrobiti.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, psihološka dobrobit, samopercepcija, mentalna čvrstoća, zaposleni odrasli

Mentalna dobrobit studenata sportaša, rekreativnih vježbača i tjelesno neaktivnih studenata: uloga uvjerenja o koristima vlastite tjelesne aktivnosti

Katarina Užarević, Patrik Grubor, Nika Zuber, Dragan Glavaš

kuzarevic@unicath.hr

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati mentalnu dobrobit studenata različitih razina tjelesne aktivnosti te ulogu njihovih uvjerenja o koristima tjelesne aktivnosti u objašnjenju mentalne dobrobiti. U istraživanju je sudjelovalo 468 studenata (Nstudentice = 326) u dobi od 18 do 29 godina od kojih je 164 studenta sportaša, 158 rekreativno aktivnih studenata te 146 studenata rijeko ili nikada bili uključeni u sport i tjelovježbu. Mentalna dobrobit mjerena je The Warwick-Edinburgh skalom mentalne dobrobiti, a sudionici su temeljem odgovora o stupnju uvjerenja o koristi njihove tjelesne aktivnosti za mentalno zdravlje podijeljeni u skupinu s izraženijim i s manje izraženijim uvjerenjem o koristi njihove tjelesne aktivnosti za mentalno zdravlje. Rezultati složene analize varijance pokazali su izraženiju mentalnu dobrobit studenata sportaša u usporedbi s rekreativno aktivnim studentima i studentima koji su rijetko ili nikad uključenim u sport i tjelovježbu, pri čemu razlika potonje dvije skupine nije bila statistički značajna. Nadalje, studenti s izraženijim uvjerenjem o koristi vlastite tjelesne aktivnosti za mentalno zdravlje pokazali su izraženiju mentalnu dobrobit. Statistički neznačajna interakcija razine tjelesne aktivnosti i uvjerenja upućuje na to da učinak uvjerenja jednak u sve tri skupine studenata. Rezultati su razmotreni u okviru teorijskih pristupa koji naglašavaju ulogu uvjerenja i očekivanja u oblikovanju ishoda ponašanja.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, studenti sportaši, uvjerenja, mentalna dobrobit

Predstavljanje inicijative Trčimo za mentalno zdravlje

Irena Pavela Banai, Mia Pucić, Mirna Grujić, Mia Brčina

irena.pavela@gmail.com

Brojna istraživanja potvrđuju da tjelesna aktivnost, osobito aerobnog tipa, predstavlja jedan od najučinkovitijih, dostupnih i dugoročno održivih zaštitnih čimbenika mentalnog zdravlja. Redovito kretanje povezano je s nižom razinom depresivnih i anksioznih simptoma, boljom regulacijom stresa, kvalitetnijim snom, većim osjećajem vitalnosti te povoljnim promjenama u kognitivnom i emocionalnom funkcioniranju. U kontekstu porasta psihičkih poteškoća u općoj populaciji, a osobito među mladima, potreba za preventivnim i zajednici bliskim intervencijama postaje sve izraženija. Dodatno, pokazano je da pozitivni učinci tjelesne aktivnosti na mentalno zdravlje bivaju izraženiji kada je osoba informirana i uvjerena u njezinu psihološku vrijednost, što naglašava važnost edukacije i javne promocije. Na tim znanstvenim i praktičnim spoznajama temelji se inicijativa Trčimo za mentalno zdravlje, pokrenuta u Osijeku 2022. godine s ciljem podizanja svijesti o važnosti mentalnog zdravlja te destigmatizacije psihičkih poteškoća kroz kretanje i zajedništvo. U sklopu inicijative, povodom Svjetskog dana mentalnog zdravlja, svake se godine organizira utrka na 5 kilometara, otvorena osobama različite životne dobi, razine tjelesne spreme i prethodnog sportskog iskustva. Od prvog izdanja do danas, događaj je prerastao u jednu od najmasovnijih rekreativnih utrka u regiji, okupljajući više od 500 sudionika te ostvarujući suradnju s lokalnom zajednicom, stručnjacima iz područja mentalnog zdravlja, civilnim udrugama, medijima i turističkim sektorom. Inicijativa time nadilazi okvir sportskog događaja te djeluje kao platforma za jačanje individualne i zajedničke otpornosti, promicanje brige o mentalnom zdravlju i stvaranje podržavajućeg društvenog okruženja.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, trčanje, mentalno zdravlje, prevencija

USMENA PRIOPĆENJA

Tijelo u pokretu, oči na ekranu: Prediktori dječjeg motoričkog funkcioniranja

Marina Kotrla Topić, Ana-Marija Ćorić, Marija Džida, Andreja Brajša-Žganec, Tihana Brkljačić, Lana Lučić

marina.kotrla.topic@pilar.hr

Razumijevanje čimbenika koji oblikuju motoričko funkcioniranje djece ključno je za poticanje njihova zdravog razvoja. Budući da suvremeno djetinjstvo obilježava sve veća zastupljenost uređaja digitalne tehnologije, cilj istraživanja je ispitati u kojoj se mjeri vrijeme provedeno u fizičkim aktivnostima, kao i vrijeme provedeno uz uređaje DT, može koristiti za predviđanje dječjeg motoričkog funkcioniranja.

Podatci su prikupljeni u dvije vremenske točke longitudinalnog istraživanja u sklopu projekta DigiLitA: Utjecaj okoline na razvoj djeteta. Sudionici su 203 roditelja (83.9% su majke) djece polaznika prvog razreda osnovne škole koji su na početku prvog razreda procjenjivali koliko vremena djeca provedu uz uređaje digitalne tehnologije te u fizičkoj aktivnosti tijekom tipičnog dana u tjednu ili tijekom vikenda. Na kraju prvog razreda, roditelji su pomoću Upitnika poteškoća razvojne koordinacije (DCDQ, Wilson i sur., 2009) procjenjivali motoričku koordinaciju djeteta. Faktorska analiza upitnika ukazuje na tri zasebna faktora: manipulativne motoričke vještine, lokomotorne vještine te fina motorika.

Rezultati pokazuju kako vrijeme pred uređajima DT ima slabe negativne povezanosti s finom motorikom ($r = -.15$, $p < .05$), dok vrijeme provedeno u fizičkim aktivnostima ima umjerene pozitivne korelacije s manipulativnim motoričkim ($r = .26$, $p < .01$) te lokomotornim vještinama ($r = .25$, $p < .01$). Provedene su tri hijerarhijske regresijske analize sa tri vrstama motoričkog funkcioniranja kao kriterijskim varijabala. U prvom su koraku uključeni dob i spol učenika, a u drugom prosječno vrijeme provedeno u fizičkim aktivnostima ili u korištenju uređaja DT. Sva su tri modela značajna, ali se doprinos pojedinih prediktora razlikuje u svakom modelu. Fizička aktivnost je najdosljedniji i najjači pozitivni prediktor motoričkih vještina, posebno manipulativnih motoričkih i lokomotornih vještina. Vrijeme uz uređaje DT u regresijama značajno predviđa lošije lokomotorne vještine te slabiju finu motoriku. Dob i spol imaju mali ili selektivni efekt: spol je važan samo za finu motoriku, a dob ima slab negativni efekt na lokomotorne vještine. Objašnjena varijanca je kod sva tri modela mala što sugerira da motoričke kompetencije ovise o više faktora nego što su obuhvaćeni životnim navikama.

Ključne riječi: digitalna tehnologija, fizička aktivnost, srednje djetinjstvo, motoričko funkcioniranje

Digitalni svijet prvašića: obrasci korištenja i rizici problematične upotrebe medija kod djece prvog razreda

Ana-Marija Ćorić, Marina Kotrla Topić, Katarina Perić Pavišić, Marina Merkaš, Marina Perković Kovačević

ana-marija.coric@pilar.hr

Rana školska dob predstavlja ključan razvojni period u kojem se formiraju obrasci digitalnog ponašanja djece, no malo je sustavnih podataka o tome koliko i kako djeca u prvom razredu koriste uređaje digitalne tehnologije (DT). Cilj ovog istraživanja bio je ispitati obrasce korištenja uređaja DT djece prvog razreda osnovne škole te u kojoj mjeri različite digitalne aktivnosti predviđaju problematičnu upotrebu medija. Podatci su prikupljeni u prvom valu longitudinalnog istraživanja projekta DigiLitA. U istraživanju je sudjelovalo 211 roditelja učenika prvih razreda osnovne škole koji su izvještavali o prosječnom dnevnom vremenu koje dijete provede uz uređaje DT, učestalosti različitih digitalnih aktivnosti te razini problematične upotrebe medija (PMUM; Domoff i sur., 2019). Deskriptivni podatci pokazuju da učenici u prosjeku provode između jednog i dva sata dnevno uz uređaje DT, pri čemu su najzastupljenije aktivnosti igranje zabavnih igara i gledanje YouTube sadržaja. Provedena je hijerarhijska regresijska analiza s problematičnom upotrebom uređaja DT kao kriterijskom varijablom te sociodemografskim karakteristikama, prosječnim vremenom koje djeca provode na uređajima DT, kao i različitim aktivnostima na uređajima DT kao prediktorskim varijablama. Rezultati pokazuju kako sociodemografske karakteristike (spol i broj djece u obitelji) ne doprinose objašnjenju varijance problematične upotrebe medija. Prosječno vrijeme provedeno na uređajima DT pokazalo se značajnim prediktorom ($\beta=.257$; $p<.001$). Uključivanjem specifičnih digitalnih aktivnosti dolazi do značajnog poboljšanja modela ($\Delta R^2=.204$, $p<.001$) pri čemu prosječno vrijeme na uređajima DT ostaje značajan, ali slabiji prediktor ($\beta=.132$; $p<.05$). Dodatno, problematičnu upotrebu medija pozitivno predviđaju učestalije gledanje YouTube isječaka ($\beta=.243$; $p<.001$) i igranje zabavnih igara ($\beta=.269$; $p<.01$), dok je igranje edukativnih igara negativan prediktor ($\beta=-.224$; $p<.001$). Dobiveni rezultati naglašavaju da, uz vrijeme provedeno na uređajima DT, važnu ulogu u objašnjenju problematične upotrebe medija imaju i specifične aktivnosti poput gledanja YouTube isječaka te igranja zabavnih i edukativnih igara, što ima važne implikacije za daljnja istraživanja, ali i preventivne intervencije.

Ključne riječi: digitalne navike, problematična upotreba medija, srednje djetinjstvo

„Samo da provjerim tko zove“ - učinci ometanja mobitelom na interakcije očeva i djece

Matea Bodrožić Selak, Marina Merkaš, Miranda Novak, Marija Šakić Velić

matea.selak@unicath.hr

Cilj istraživanja je ispitati učinke ometanja interakcije otac–dijete uzrokovanog očevim korištenjem mobitela na roditeljska ponašanja. U istraživanju je sudjelovalo 66 očeva prosječne dobi od 39 godina ($M = 39$; $SD = 4.47$, raspon od 30 do 52), te 28 djevojčica i 38 dječaka prosječne dobi od 5 i pol godina ($M = 5.56$; $SD = 0.50$). Očevi su popunili online upitnik koji je obuhvaćao njihovu samoprocjenu vlastitih internetskih vještina (Internet Skills Scale, ISS; van Deursen i sur., 2016) i poteškoća u regulaciji emocija (Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS-16; Bjureberg i sur., 2016) te sociodemografske podatke. Potom su očevi i djeca snimani tijekom videopoziva dok su zajedno izrađivali skice u programu Etch A Sketch Online koristeći tipkovnicu. Sudionici su bili podijeljeni u dvije grupe – kontrolnu grupu, u kojoj dijade očeva i djece nisu bile ometane za vrijeme rješavanja zadatka, i eksperimentalnu grupu, u kojoj su dijade očeva i djece bile izložene intervenciji ometanja tehnologijom pozivima na očevo mobitel. Ponašanja očeva (pozitivna kontrola, negativna kontrola, pozitivni afekt, negativni afekt, responzivnost, upornost, verbaliziranje) kodirani su uz pomoć Sustava interakcija roditelja i djece (PARCHISY; Deater-Deckard i sur., 1997). Rezultati pokazuju da očevi s lošijim internetskim vještinama u situaciji ometanja tehnologijom imaju viši negativni afekt i manje responzivno reagiraju na ponašanja djece. Očevi koji teže reguliraju vlastite emocije, u uvjetima ometanja tehnologijom učestalije iskazuju nepodržavajuća ponašanja prema djeci. Dobiveni nalazi ukazuju na potrebu za izradom edukativnih i preventivnih programa usmjerenih na korištenje mobitela u obitelji, s ciljem smanjenja negativnih učinaka ometanja tehnologijom na ponašanja roditelja i odnos roditelja i djece.

Ključne riječi: ometanje tehnologijom, djeca, očevi, internetske vještine, regulacija emocija

Roditeljska medijacija kao oblik prevencije u digitalnom okruženju: uloga pismenosti o digitalnim tehnologijama

Matea Bodrožić Selak, Lana Batinić, Mario Pandžić, Ana Žulec Ivanković, Marija Šakić Velić, Lovro Knežević, Ana Haramina, Snježana Mališa, Lana Ciboci Perša, Toni Ćosić, Josip Ježovita, Klara Bilić, Jasminka Maravić, Marina Merkaš

matea.selak@unicath.hr

Cilj ovoga rada bio je ispitati doprinos nekih sociodemografskih varijabli, digitalne pismenosti i pismenosti o umjetnoj inteligenciji u objašnjenju učestalosti korištenja strategija roditeljske medijacije kod roditelja/skrbnika djece osnovnoškolske dobi. U radu se koriste podatci iz istraživanja provedenog u okviru projekta „Primjena digitalnih tehnologija temeljenih na umjetnoj inteligenciji u obrazovanju – BrAIn“ od siječnja do svibnja 2025. godine. U analizama su korišteni odgovori 494 roditelja/skrbnika (89,1 % majki/skrbnica; prosječna dob 43,5 godina) učenika od 5. do 8. razreda iz 24 osnovne škole na području Hrvatske koji su popunili upitnik konstruiran za potrebe istraživanja. Roditelji/skrbnici procjenjivali su vlastite digitalne vještine (18 čestica) i znanja (5 čestica), pismenost o umjetnoj inteligenciji (UI) (10 čestica) te učestalost korištenja roditeljske medijacije (12 čestica). Čestice o roditeljskoj medijaciji grupirale su se u tri faktora: nadzor i restrikcije, aktivna medijacija i zajedničko korištenje. Provedene su tri hijerarhijske regresijske analize, zasebno za svaku strategiju medijacije. Kao prediktori u prvom koraku uvrštene su sociodemografske varijable (dob, spol, razina obrazovanja), a u drugom koraku pokazatelji digitalne i UI pismenosti, pri čemu su kriterijske varijable bile strategije roditeljske medijacije. Rezultati su pokazali da su vještine digitalne pismenosti značajan pozitivni prediktor korištenja sve tri strategije roditeljske medijacije, dok je pismenost o UI dodatni značajan pozitivni prediktor aktivne medijacije i zajedničkog korištenja digitalne tehnologije s djecom. Rezultati su pokazali da očevi/skrbnici izvještavaju o rjeđem korištenju aktivne medijacije i zajedničkog korištenja digitalne tehnologije s djecom, da mlađi roditelji/skrbnici izvještavaju o učestalijem korištenju nadzora i restrikcija, te da roditelji/skrbnici više razine obrazovanja izvještavaju o rjeđoj aktivnoj medijaciji. Dobiveni nalazi upućuju na to da bi preventivne aktivnosti trebale biti usmjerene na jačanje digitalnih vještina i pismenosti o UI kod roditelja/skrbnika kako bi se unaprijedila kvaliteta roditeljske podrške djeci u digitalnom okruženju.

Ključne riječi: roditeljstvo, digitalna pismenost, pismenost o umjetnoj inteligenciji, roditeljska medijacija

Razvojem vrlina i karaktera do zdravog razvoja učenika: procesna evaluacija preventivnog projekta katoličkih škola

Ana Matković i Katarina Vilić Baltić

amatkovic7@gmail.com

Istraživanja pokazuju kako su učenici današnjice sve slabije upoznati s moralnim i etičkim vrijednostima (Maltar Okun, 2019) te izloženi sve većem broju rizičnih čimbenika – od osobnih karakteristika i sklonosti, preko obiteljskih prilika, do uvjeta u zajednici u kojoj odrastaju. Posljedično su kod većine djece i mladih ugrožene mogućnosti za rast i razvoj cjelovite osobe (Vuletić i sur., 2015). U takvim okolnostima djeci i mladima potrebna je sustavna podrška i vođenje kako bi se uspješno nosili s izazovima života u suvremenom, kompleksnom društvu. Budući da učenici značajan dio dana provode u školskom okruženju, a škola je, uz obitelj, jedan od najvažnijih prenositelja vrijednosti (Maltar Okun, 2019), nužno je osigurati poticajno odgojno okruženje koje podupire cjelovit razvoj učenika. Odgoj karaktera odnosi se na proces razvijanja dobrog karaktera utemeljenog na vrlinama koje su korisne za pojedinca i zajednicu te predstavljaju preduvjet uspješnog suočavanja s izazovima odrastanja. Istraživanja pokazuju da učenici koji sudjeluju u aktivnostima usmjerenima na razvoj vrlina iskazuju više razine životnog zadovoljstva i bolje međuljudske odnose (Proctor i sur., 2011). Ovaj rad istražuje zadovoljstvo sudionika preventivnim projektom katoličkih škola usmjerenim na razvoj ljudskih vrlina koje doprinose zdravom tjelesnom, mentalnom i duhovnom razvoju učenika. Projekt obuhvaća dvanaest edukativno-interaktivnih radionica i projektnih zadataka o vrlinama uklopljenih u sate razrednog odjela i širi školski život, a provodi se uz suradnju učitelja, stručnih suradnika i roditelja. Procesnom evaluacijom radionica ispitano je zadovoljstvo djelatnika i učenika osnovnih i srednjih katoličkih škola u Republici Hrvatskoj. Očekivani rezultati upućuju na pozitivne učinke projektnog pristupa te na spremnost učenika i djelatnika za primjenu stečenih vrlina u svakodnevnom životu, što će poslužiti kao smjernice za izradu jedinstvenog preventivnog programa usmjerenog na jačanje karaktera učenika i unaprjeđenje mentalnog zdravlja.

Ključne riječi: odgoj karaktera, vrline, preventivni program katoličkih škola, cjelovit razvoj

Posebni odgojni postupak kao model selektivne prevencije problema u ponašanju djece u zajednici: preliminarni nalazi iz školskog okruženja

Danijel Vasilj, Lejla Musić, Eldar Ćerim

danijel.vasilj@untz.ba

Cilj rada je prikazati Posebni odgojni postupak (POP) kao inovativni model selektivne prevencije problema u ponašanju djece u zajednici, s posebnim naglaskom na školu kao prirodno i dostupno preventivno okruženje. Program se temelji na socijalnopedagoškom pristupu, konceptu pozitivnog razvoja mladih, teoriji rizičnih i zaštitnih faktora te restorativnom pristupu radu s djecom, pri čemu povezuje odgojno-obrazovni sustav, obitelj i lokalnu zajednicu u zajedničkom preventivnom djelovanju. POP program započeo je u rujnu 2025. godine i predstavlja prvi i zasad jedini program ovog tipa u Bosni i Hercegovini. Provodi se u jednoj osnovnoj školi na području grada Tuzle. U program je uključeno osmero učenika osnovne škole, u rasponu od četvrtog do osmog razreda, temeljem preporuke školskog pedagoga uz suglasnost roditelja ili staratelja. Program se provodi u grupnom formatu tri puta tjedno u trajanju od tri sata nakon redovne nastave, uz dodatne individualne savjetodavne susrete prema procijenjenim potrebama učenika. Struktura susreta obuhvaća uvodni krug refleksije, rad na školskim obavezama, strukturirano slobodno vrijeme kroz kreativne i iskustvene aktivnosti te preventivne radionice usmjerene na razvoj životnih i socijalnih vještina, čime se osigurava kontinuirana i razvojno usmjerena podrška djeci u njihovoj svakodnevnoj zajednici. Evaluacija programa je u tijeku te se provodi kombinacijom kvalitativnih i kvantitativnih metoda, uključujući strukturirana opažanja, procjene školskih pedagoga i nastavnika, praćenje indikatora školskog uspjeha te standardizirani upitnik Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) s dodatkom za nastavnike. Preliminarni rezultati ukazuju na pozitivne promjene u ponašanju i funkcioniranju učenika, pri čemu je od početka školske godine zabilježeno prosječno povećanje općeg školskog uspjeha za 1,2 ocjenske jedinice u odnosu na prethodnu školsku godinu. Uz to, uočeno je smanjenje rizičnih ponašanja, poboljšanje samoregulacije i socijalnih vještina te jačanje odnosa s odraslima. Škola i roditelji izražavaju visoko zadovoljstvo uočenim napretkom djece i načinom provedbe programa. Iako su nalazi preliminarni, oni ukazuju na potencijal Posebnog odgojnog postupka kao učinkovitog modela selektivne prevencije u zajednici te naglašavaju potrebu za nastavkom provedbe i daljnjom evaluacijom programa.

Ključne riječi: posebni odgojni postupak, prevencija u zajednici, selektivna prevencija, problemi u ponašanju djece, škola

Pripadnost i povezanost u školi – preventivni resursi

Josipa Samardžija

josipasb@yahoo.com

Osjećaj pripadnosti i povezanosti sa školom prepoznat je u brojnim istraživanjima kao jedan od ključnih zaštitnih čimbenika u prevenciji rizičnih ponašanja i očuvanju mentalnog zdravlja adolescenata. Preventivni projekt „Škola i ja: pripadnost i povezanost“ imao je za cilj jačanje školskog zajedništva, kvalitetnih odnosa i pozitivne školske klime kroz sustavno i participativno preventivno djelovanje. Projekt je proveden tijekom školske godine 2023./2024. u srednjoj strukovnoj školi te je obuhvatio univerzalnu i selektivnu razinu prevencije. Metodološki pristup uključivao je edukacije učenika i nastavnika, debatne i kreativne aktivnosti, volonterski i projektni rad, vršnjačko poučavanje, fokus grupe te grupni rad s učenicima u riziku. Poseban naglasak stavljen je na uključivanje učenika koji se osjećaju socijalno isključeno, učenika s teškoćama u razvoju, ponavljača i odlikaša, s ciljem poticanja tolerancije, empatije i međusobne suradnje. U sklopu projekta provedeno je istraživanje školske klime iz perspektive učenika i nastavnika. Rezultati pokazuju da većina učenika školu doživljava kao sigurno i poticajno okruženje u kojem se osjećaju prihvaćeno i imaju dostupnu podršku odraslih, dok nastavnici iskazuju visoku razinu profesionalne odgovornosti i pripadnosti ustanovi. Analiza rezultata dodatno je istaknula potencijal škole za daljnje jačanje preventivnih aktivnosti i unapređenje osjećaja sigurnosti i povjerenja u školskom okruženju. Projekt potvrđuje važnost cjelovitog, zajednici usmjerenog preventivnog djelovanja škole u jačanju otpornosti učenika i razvoju pozitivne školske kulture.

Ključne riječi: osjećaj pripadnosti, školska klima, prevencija, mentalno zdravlje, zajednica

Karakteristike pozitivnog razvoja, problemi mentalnog zdravlja i dobrobit učitelja

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

gpiri@ffos.hr

U literaturi prethodnih desetljeća pozitivni razvoj mladih uglavnom se spominjao u kontekstu odsutnosti negativnih ili nepoželjnih ponašanja. Novija istraživanja sve se više usmjeravaju na potencijale i resurse mladih te na načine njihova poticanja. Jedan od suvremenih modela pozitivnog razvoja mladih jest model 5C, koji uključuje pet komponenti: kompetenciju, samosvijest, karakter, brižnost i povezanost. S obzirom na to da bi škola trebala imati važnu ulogu u poticanju pozitivnog razvoja, nameće se pitanje: u kojoj mjeri učitelji posjeduju obilježja pozitivnog razvoja? Cilj ovog istraživanja bio je ispitati komponente pozitivnog razvoja kod srednjoškolskih učitelja te njihovu povezanost s problemima mentalnog zdravlja i dobrobiti. U istraživanju je sudjelovalo 889 srednjoškolskih učitelja. Primijenjeni su: Upitnik pozitivnog razvoja za odrasle, Skala depresije, anksioznosti i stresa (DASS – 21) te Warwick-Edinburgh upitnik mentalne dobrobiti (WEMWBS). Regresijska analiza pokazala je da su pokazatelji pozitivnog razvoja (osim brižnosti) značajni pozitivni prediktori dobrobiti, dok su se depresivnost i stres pokazali kao značajni negativni prediktori dobrobiti. Također, Hayesov proces pokazao je da su depresivnost i stres značajni medijatori između pozitivnog razvoja i dobrobiti. Učitelji s izraženijim obilježjima pozitivnog razvoja izloženi su manjem stresu te iskazuju manje simptoma depresivnosti što ima efekt na zadovoljstvo i kvalitetu života. Takvi će učitelji vjerojatno poticati ugodno školsko okruženje i razvoj 5C komponenata kod svojih učenika.

Ključne riječi: pozitivan razvoj, problemi mentalnog zdravlja, dobrobit, učitelji

Edukacijsko - senzibilizacijski program Nova beba

Slavica Dikšić Trupina, Sanja Milković Šipek

slavica.trupinadiksic@socskrb.hr; smsipek@socskrb.hr

Obiteljski centar, PS Virovitičko-podravska od 2008. godine provodi edukacijsko-senzibilizacijski program Nova beba. Ovim radom prikazat će se ciljevi programa, korisnici, aktivnosti te iskustva korisnika i voditelja programa. Trudnoća žene je priprema za velike promjene koje dolaze u obitelji, a preuzimanje uloge roditelja je za svaku ženu i muškarca individualni proces koji prate brojne emocionalne promjene. Javlja se strah za dijete, preispituju se vlastite sposobnosti, traži se brzo učenje vještina vezanih uz brigu o djetetu te se stvaraju novi odnosi unutar obitelji. Osim toga, pomiruju se dosadašnje uloge kćeri, sina, supruge/a, zaposlenice/ka s ulogom roditelja, koja zna biti preplavljajuća. Primarni skrbnici, najčešće majke, prvih godinu dana života djeteta većinu vremena provode uz svoje dijete. Prate djetetov razvoj, svakodnevno primjećuju razlike i napredak postavljajući si pitanja o normalnosti razvoja. Dobivanjem provjerenih informacija i savjeta od strane stručnjaka iz pojedinih područja uključenih u program Nova beba, roditeljima se olakšava prilagodba na novu situaciju u kojoj se obitelj nalazi. Svaki susret je usmjeren na jednu temu te uključuje novog stručnog predavača i stalnu voditeljicu skupine, stručnu radnicu Obiteljskog centra. Kroz program godišnje prođe oko dvadeset roditelja koji se kontinuiranim susretima u Obiteljskom centru međusobno povezuju i razmjenjuju iskustva. Tijekom provedbe programa uz roditelje su prisutna i djeca, stoga je spavanje, hranjenje, igranje i vježbanje s djecom sastavni dio susreta. Program se svake godine nadograđuje novim temama kako bi odgovorio na potrebe zajednice. Iz evaluacija programa vidljivo je zadovoljstvo korisnika temama i načinom provedbe programa, osjećajem pripadnosti grupi te dijeljenjem osobnih iskustava i briga. Svoje zadovoljstvo dijele s potencijalnim korisnicima u svom okruženju te se time informacije o korisnosti programa šire i neformalnim putevima.

Ključne riječi: roditeljstvo, razvoj djeteta, obitelj, program

Put prema prevenciji u obitelj - uloga roditeljske psihološke kontrole i podrške autonomiji u mentalnom zdravlju adolescenata

Tamara Bolić, Andreja Brajša-Žganec, Marija Džida, Marina Kotrla Topić, Ana-Marija Ćorić

tamara.bolic@pilar.hr

Svakodnevne interakcije adolescenata s roditeljima imaju važnu ulogu u njihovu mentalnom zdravlju. S jedne strane, roditeljstvo koje je usmjereno na podržavanje adolescenata u postizanju autonomije doprinosi njihovom psihološkom rastu. Roditelji kroz zauzimanje perspektive adolescenta, uključivanje adolescenta u svrsishodne dobi primjerene odluke i pružanje smislenih razloga za postavljena pravila, potiču razvoj autonomije i podupiru dijete u zadovoljavanju osnovnih psiholoških potreba. S druge strane, roditeljske prakse koje se karakteriziraju kao kontrolirajuće, poput okrivljavanja, oštrih kazni, prijetnji i uskraćivanja ljubavi mogu dovesti do nezadovoljavanja osnovnih psiholoških potreba adolescenta. Smatra se da su konteksti koji podupiru zadovoljavanje potreba povezani s adaptivnim ishodima dok su konteksti koji ugrožavaju zadovoljavanje potreba povezani s maladaptivnim ishodima u adolescenciji. U skladu s navedenim provedeno je istraživanje u sklopu pilot istraživanja projekta TEEN-WELL (Dobrobit adolescenata u ključnim kontekstima) u kojem je sudjelovalo 241 adolescenata u dobi od 15 do 19 godina ($M=16.86$, $SD=1.04$). Sudionici su ispunjavali online upitnik u kojem su osim sociodemografskih podataka ispunili upitnike o odnosima s majkom, razinama depresivnih simptoma, usamljenosti i zadovoljstva životom. Za provjeru odnosa roditeljske psihološke kontrole i podrške autonomiji s depresivnim simptomima, zadovoljstvom životom i usamljenosti adolescenata provedeno je strukturalno modeliranje pomoću kojeg je provjerena medijacijska uloga usamljenosti u odnosu između roditeljskih praksi i ostalih mjera mentalnog zdravlja adolescenata. Psihološka kontrola bila je pozitivno povezana s usamljenosti, dok je podrška autonomiji direktno pozitivno povezana sa zadovoljstvom životom adolescenata kao i indirektno kroz usamljenost povezana sa svim mjerama mentalnog zdravlja. Naime, iskustva usamljenosti u adolescenciji mogu biti jedan od mehanizama kroz koje se odnosi s roditeljima povezuju s mentalnim zdravljem adolescenata. Navedeno upućuje na važnost preventivnih aktivnosti koje osnažuju roditelje u davanju podrške adolescentima koja će poduprijeti njihov razvoj autonomije, i stvaranje podražavajućih obiteljskih odnosa s ciljem smanjivanja usamljenosti.

Ključne riječi: adolescencija, mentalno zdravlje, autonomija, psihološka kontrola

Prediktori roditeljske psihološke fleksibilnosti: uloga obrazovanja i depresivnosti

Janina Pavić Jadrić, Matea Bodrožić Selak, Amalija Hrepić Gruić

janina.pavic@gmail.com

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati u kojoj mjeri sociodemografska obilježja roditelja (spol, dob i obrazovanje) te razine depresivnosti, anksioznosti i stresa doprinose objašnjenju roditeljskog iskustvenog izbjegavanja, odnosno niže psihološke fleksibilnosti u roditeljskoj ulozi. U istraživanju je sudjelovalo 308 roditelja u dobi od 25 do 57 godina ($M = 41.75$; $SD = 5.56$). Roditeljsko iskustveno izbjegavanje procijenjeno je upitnikom Parental Acceptance and Action Questionnaire (PAAQ; Cheron et al., 2009), koji obuhvaća 15 čestica i procjenjuje sklonost roditelja izbjegavanju neugodnih misli, emocija i situacija povezanih s djetetovim teškoćama; viši rezultat upućuje na veće iskustveno izbjegavanje, odnosno manju psihološku fleksibilnost. Depresivnost, anksioznost i stres mjereni su upitnikom DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995), koji se sastoji od tri podljestvice s po 7 čestica, pri čemu viši rezultati označavaju izraženije simptome. Za provjeru prediktivnih odnosa provedena je hijerarhijska regresijska analiza. U prvom bloku u model su uvedeni sociodemografski pokazatelji (spol, dob, obrazovanje), a u drugom bloku varijable mentalnog zdravlja (depresivnost, anksioznost i stres). Rezultati su pokazali da su se kao značajni prediktori roditeljskog iskustvenog izbjegavanja izdvojili obrazovanje i depresivnost. Roditelji s nižim stupnjem obrazovanja te roditelji s izraženijom depresivnošću izvještavali su o višim razinama iskustvenog izbjegavanja, odnosno nižoj psihološkoj fleksibilnosti. Ovi nalazi naglašavaju važnost preventivnih i intervencijskih programa usmjerenih na jačanje roditeljskih vještina i psihološke fleksibilnosti, uz pravodobno prepoznavanje i smanjenje depresivnih simptoma, posebno kod roditelja s nižim obrazovanjem.

Ključne riječi: roditelji, iskustveno izbjegavanje, depresivnost, anksioznost, stres

Iskustva studenata nakon preseljenja iz roditeljskog doma: obiteljski odnosi i dobrobit u ranoj odrasloj dobi

Nikol Bogdan

nbogdan@pravos.hr

Prijelaz na studij često uključuje preseljenje iz roditeljskog doma, što predstavlja jednu od ključnih razvojnih tranzicija u ranoj odrasloj dobi. Iako se dosadašnja istraživanja uglavnom bave akademskom prilagodbom i mentalnim zdravljem studenata, manje je pažnje posvećeno subjektivnim iskustvima mladih vezanima uz promjene u obiteljskim odnosima i dobrobiti nakon preseljenja. Cilj ovog istraživanja bio je istražiti kako studenti koji su se preselili iz obiteljskog doma doživljavaju vlastitu dobrobit te kako opisuju promjene u odnosima s roditeljima nakon preseljenja. Istraživanje je temeljeno na kvalitativnom pristupu, a podaci su prikupljeni polustrukturiranim individualnim intervjuima. Sudjelovalo je 20 redovitih studenata Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku različitih studijskih programa i godina, koji su se preselili iz roditeljskog doma radi studiranja. Podaci su analizirani tematskom analizom. Rezultati pokazuju da većina studenata preseljenje doživljava kao iskustvo koje dugoročno doprinosi njihovoj dobrobiti. Sudionici ističu razvoj novih životnih vještina, veću samostalnost, odgovornost i sposobnost postavljanja osobnih granica kao ključne pozitivne ishode preseljenja. Većina studenata navodi da su obiteljski odnosi ostali nepromijenjeni ili su se čak poboljšali nakon preseljenja, pri čemu se posebno naglašava važnost svakodnevne komunikacije putem digitalnih tehnologija te redovitih posjeta obitelji. Studenti preseljenje prepoznaju kao krucijalnu životnu fazu u vlastitom razvoju, koja doprinosi osjećaju osobne zrelosti i redefiniranju odnosa s roditeljima. Nalazi istraživanja ukazuju na važnost sagledavanja preseljenja ne samo kao potencijalnog stresora, već i kao razvojnog resursa, te naglašavaju ulogu obiteljske komunikacije u očuvanju kvalitete odnosa tijekom rane odrasle dobi.

Ključne riječi: preseljenje, studenti, obitelj, dobrobit, intervjui

Preventivni program „Kako ne prokockati mladost i budućnost“

Siniša Brlas

sinisa.brlas@zzjzvpz.hr

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije od 2024. do 2026. godine provodi preventivni program „Kako ne prokockati mladost i budućnost“. Ovdje se predstavljaju program i publikacija u okviru programa.

Program ima globalni cilj i specifične ciljeve. Globalni cilj programa je osnažiti samozaštitne kapacitete mladih u prevenciji ponašajnih ovisnosti i u afirmaciji njihova zdravlja te osnažiti kapacitete za tretman problematičnih i patoloških kockara. Specifični ciljevi su:

- educirati mlade o rizicima u internetskom prostoru i rizicima kockanja mladih,
- osnažiti mlade u samokontroli ponašanja povezanog uz internetski prostor i kockanje,
- osnažiti sustav tretmana problematičnih i patoloških kockara osnivanjem Kluba liječenih ovisnika o kocki,
- osnažiti međusektorsku suradnju dionika lokalno uključenih u prevenciju i suzbijanje ovisnosti,
- mobilizirati lokalne resurse kako bi se povećala svijest o važnosti očuvanja zdravlja te
- motivirati mlade za volontiranje u aktivnostima koje promiču zdravlje i kvalitetniju organizaciju slobodnog vremena.

Aktivnosti se provode u osnovnim i srednjim školama u obliku specifične edukacije i psihoedukacije mladih, a u zajednici u obliku motiviranja problematičnih i patoloških kockara na traženje pomoći i uključivanje u tretman odvikavanja od kockanja. Supervizijom i (unutarnjom i vanjskom) evaluacijom procesa i ishoda ovih aktivnosti osiguravaju se ujednačeni standardi kvalitete u prevenciji kako bi se dokinule veze između rizičnih ponašanja (kockanje mladih) i nepoželjnih ishoda (razvoj problematičnog i patološkog kockanja) te osnažile veze između zaštitnih činitelja i pozitivnih (razvojnih) ishoda.

Pripremljeni su plakat i publikacija koji su dodana vrijednost programu jer doprinose trajnosti preventivnog djelovanja u populaciji. Publikacija u formi vodiča „Kako ne prokockati mladost i budućnost“ džepnog je formata, interdisciplinarne skupine autora (psiholog, socijalni pedagog, epidemiolog i psihijatri), namijenjena je mladima tijekom provedbe aktivnosti u programu, objavljena je 2024. godine, a izdavač je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije.

Ključne riječi: kockanje, prevencija, preventivni program, publikacija

Mentalno zdravlje i rizična zdravstvena ponašanja studenata u razdoblju rane odrasle dobi

Ana Petak, Dora Korać

apetak@fhs.hr

Mentalno i fizičko zdravlje duboko su međusobno povezani. Recentna istraživanja bilježe porast poteškoća mentalnog zdravlja među mladima, osobito u području internaliziranih problema. Početak studija predstavlja razdoblje obilježeno brojnim socijalnim i akademskim zahtjevima, koji mogu pridonijeti narušavanju emocionalne dobrobiti te potaknuti usvajanje nepovoljnih zdravstvenih navika. U skladu s time, cilj ovog istraživanja je opisati zdravstvene navike studenata u početnim godinama studija te ispitati njihov odnos sa simptomima anksioznosti, depresije i stresa. U istraživanju provedenom 2022. godine sudjelovala su 302 studenta preddiplomskog studija, prosječne dobi od 20 godina ($M = 20.27$, $SD = 1.67$). Sudionici su metodom papir-olovka ispunjavali upitnike DASS-21 i PSQI te anketni upitnik koji je obuhvatio podatke o konzumaciji alkohola, duhana i lijekova, razini fizičke aktivnosti te sociodemografskim obilježjima. Dobiveni rezultati pokazali su da simptomi anksioznosti, depresije i stresa nisu značajno povezani s učestalošću fizičke aktivnosti, indeksom tjelesne mase niti s konzumacijom alkohola i duhana. Međutim, utvrđena je značajna povezanost između tih simptoma i kvalitete sna te navike samoinicijativnog korištenja lijekova. Moguće je da su ovakvi rezultati odraz visoke društvene prihvatljivosti konzumacije sredstava ovisnosti među mladima, zbog čega nije uočen očekivani odnos između internaliziranih i eksternaliziranih problema. Rezultati imaju važne implikacije u kontekstu preventivnih aktivnosti. Ukazuju na potrebu usmjeravanja intervencija prema smanjenju društvene tolerancije za rizična ponašanja povezana s konzumacijom sredstava ovisnosti te na važnost praćenja i poticanja zdrave higijene spavanja, kao i odgovornog korištenja farmakoloških sredstava u studentskoj populaciji.

Ključne riječi: anksioznost, depresija, stres, kvaliteta sna, rizična zdravstvena ponašanja

Povezanost sindroma kognitivnog odvajanja s internaliziranim problemima ranih adolescenata

Sandra Brezetić, Silvija Ručević, Dino Krupić, Adriana Jurić, Rea Kovačević

svuckovic@ffos.hr

Sindrom kognitivnog odvajanja noviji je konstrukt u psihologiji kojeg karakteriziraju simptomi kao što su prekomjerno dnevno sanjarenje, mentalna usporenost, poteškoće sa započinjanjem zadataka i sporije procesiranje informacija. Iako se najčešće pojavljuju zajedno sa simptomima ADHD-a, razlikuju se od njega ponajviše po prirodi i vrsti simptoma. Iako je odnos između sindroma kognitivnog odvajanja i internaliziranih problema donekle dobro dokumentiran u kliničkim istraživanjima, važno je istražiti navedeni odnos u ne-kliničkom uzorku ranih adolescenata u Hrvatskoj, kao i ulogu izvršnih funkcija u tom odnosu. Istraživanje je provedeno na području istočne Hrvatske i sudjelovalo je 303 učenika šestih razreda osnovnih škola i 23 učitelja-razrednika. Učenici su ispunili ASEBA sustav samoprocjene internaliziranih problema (anksioznosti, povučenosti i somatskih teškoća) te su rješavali bihevioralne zadatke izvršnih funkcija koji mjere radno pamćenje, inhibiciju i mentalnu fleksibilnost. Učitelji su ispunjavali ASEBA sustav procjene u svrhu mjerenja sindroma kognitivnog odvajanja te CHEXI Inventar izvršnih funkcija za pojedinog učenika. Uz kontrolu razine otpornosti učenika, rezultati hijerarhijske regresijske analize pokazali su da su simptomi sindroma kognitivnog odvajanja procijenjeni od strane učitelja prediktor samoprocijenjenih internaliziranih problema učenika (anksioznosti, povučenosti i somatskih teškoća). Procjene teškoća izvršnih funkcija od strane učitelja unatoč postojanju povezanosti nisu se pokazale prediktorom internaliziranih problema učenika, kao ni bihevioralni zadaci. Na temelju dobivenih rezultata smatramo da bi se intervencije trebale usredotočiti na osnaživanje učenika pružanjem emocionalne i socijalne podrške, osobito onih s izraženim problemima u području pažnje, uz dodatne programe za unaprijeđenje izvršnih funkcija učenika u obrazovnom kontekstu.

Ključne riječi: sindrom kognitivnog odvajanja, internalizirani problemi, izvršne funkcije, rani adolescenti

Povjeravanje chatbotovima u kontekstu mentalnog zdravlja: pregled dosadašnjih spoznaja i implikacije za prevenciju u zajednici

Valerija Križanić

vkrizanic@ffos.hr

Okretanje digitalnoj tehnologiji radi razumijevanja ili reguliranja vlastitih zdravstvenih stanja nije nova pojava. Već je desetljećima prisutno u različitim oblicima, primjerice kroz traženje informacija putem internetskih tražilica ili online zajednica. Razvojem naprednih konverzacijskih sustava temeljenih na umjetnoj inteligenciji ovaj se obrazac ubrzano mijenja. Za razliku od ranijih digitalnih izvora, tzv. chatbotovi (razgovorni agenti, odnosno digitalni sugovornici temeljeni na umjetnoj inteligenciji) omogućuju interakciju, personalizirane odgovore i dojam razumijevanja od strane digitalnog sugovornika, što otvara nova pitanja povjerenja i samootkrivanja u području mentalnog zdravlja.

Cilj ovog preglednog rada jest objediniti postojeće znanstvene spoznaje o povjerenju i samootkrivanju u interakcijama ljudi s chatbotovima te ih sagledati u odnosu na povjeravanje ljudskim izvorima podrške, poput prijatelja, terapeuta i drugih. Rad se temelji na narativnom pregledu empirijskih i teorijskih istraživanja, uključujući kvantitativne, kvalitativne i mješovite studije, koje ispituju samootkrivanje prema chatbotovima, percipirani terapijski savez, preferencije u izboru sugovornika te ishode poput emocionalnog rasterećenja i percipirane korisnosti. Posebna se pozornost posvećuje metodološkim pristupima mjerenju ovih konstrukata, kao i ulozi čimbenika poput percipirane anonimnosti, neosuđivanja, stigme i dostupnosti.

U raspravi se analiziraju implikacije dobivenih nalaza za prevenciju mentalnih poteškoća u zajednici, uključujući potencijal chatbotova u ranom javljanju i destigmatizaciji traženja pomoći. Usporedo se razmatraju i ograničenja, etički izazovi te rizici od odgađanja ili zamjene ljudske podrške. Konačno, u radu se chatbotovi razmatraju kao fenomen koji pruža uvid u suvremene potrebe i praznine u sustavima podrške u zajednici.

Ključne riječi: chatbot, samootkrivanje, povjerenje, mentalno zdravlje, prevencija

Kako učenike naučiti da “Ne“ vrijedi i online – prijedlog preventivnog programa elektroničkog seksualnog nasilja i rizičnog ponašanja

Karla Dude, Veronika Fukšić, Leonarda Nago i Lora Živolić

loraa.zivolic@gmail.com

Ideja preventivnog programa „Ne! – vrijedi i online!“ nastala je u sklopu kolegija Primijenjena socijalna psihologija I na diplomskom studiju psihologije. Razvijen je proučavanjem teorijske podloge elektroničkog seksualnog nasilja i rizičnog online ponašanja mladih te upoznavanjem sa znanstvenim istraživanjima navedenih ponašanja među mladima u Hrvatskoj. Konzultacijom sa stručnjacima ove tematike te odgojno-obrazovnim djelatnicima koji su u direktnom kontaktu s mladima, izrađen je prijedlog ovog preventivnog programa. Svrha je upoznati stručnjake mentalnog zdravlja i odgojno-obrazovnih struka s prijedlogom za provedbu preventivnog programa kako bi smanjili sve veću prevalenciju elektroničkog seksualnog nasilja i rizičnog seksualnog ponašanja na internetu te dobiti povratne informacije unaprijeđenja prije početka provedbe. Namijenjen je primjeni na učenicima prvih razreda srednjih škola s naglaskom provedbe od strane stručnjaka mentalnog zdravlja. Cilj preventivnog programa je unaprijediti znanja i vještine mladih u području nedobrovoljnog sextinga, sextbullyinga i sextortiona, osvijestiti vlastita rizična ponašanja, prepoznati opasnost na internetu te potaknuti razvoj sigurnih online ponašanja i spremnosti na traženje pomoći. Ideja preventivnog programa sastoji se od pet tematski povezanih radionica koje kombiniraju teorijska objašnjenja i uključuju uvodne anonimne upitnike znanja, rad u skupinama, analizu slučajeva, rasprave, radne listiće te emocionalnu i kognitivnu refleksiju. Učenici kroz postupno nadograđivanje sadržaja usvajaju definicije rizičnog elektroničkog seksualnog ponašanja, uče prepoznavati motive u pozadini takvih ponašanja, analiziraju rizike i posljedice te razvijaju empatiju prema žrtvama nasilja. Željeni rezultati provedenih radionica jesu porast prepoznavanja rizičnih ponašanja i mitova, veća osviještenost o posljedicama te bolja informiranost o dostupnim izvorima pomoći. Kroz aktivnosti učenici izražavaju vlastite brige, prepoznaju emocionalne reakcije žrtava i razvijaju strategije zaštitnog ponašanja, što doprinosi jačanju njihove digitalne otpornosti. Zaključno, program predstavlja učinkovit preventivni model koji integrira edukaciju, emocionalnu podršku i razvoj vještina, a može poslužiti kao vrijedan okvir za škole u unapređivanju sigurnosti učenika u online okruženju te ohrabrivanje žrtava elektroničkog seksualnog nasilja na prijavu i traženje pomoći.

Ključne riječi: prevencija, sexting, elektroničko seksualno nasilje, adolescenti, digitalna sigurnost

Dobrobit majki maloljetne djece s tjelesnim i/ili osjetilnim invaliditetom – Uloga podrške obitelji, prijatelja i udruga

Marija Marković, Ana Slišković

marija.markovic2016@gmail.com

Ulogu majke djeteta s invaliditetom karakteriziraju brojni stresori, obaveze i izazovi. Osim formalne podrške, za dobrobit majki, iznimno je važna neformalna podrška. Cilj provedenog istraživanja bio je steći dublji uvid u percipiranu podršku majki maloljetne djece s tjelesnim i/ili osjetilnim invaliditetom od strane članova obitelji, prijatelja i udruga. Uzorak je obuhvatio 12 majki, iz Republike Hrvatske, čija djeca imaju primarno tjelesni i/ili osjetilni invaliditet (3. ili 4. stupnja težine). Od ukupno 12 sudionica, četiri su članice udruga roditelja djece s teškoćama u razvoju. U svrhu prikupljanja podataka, primijenjen je polustrukturirani intervju. Tematskom analizom su izdvojene tri tematske cjeline s fokusom na neformalnu podršku: Percepcija podrške od strane članova obitelji i prijatelja, Percepcija udruga roditelja djece s invaliditetom i volontera, te Sugestije majki za poboljšanje neformalne podrške. Fokus je stavljen na najvažnije izvore i oblike neformalne podrške. Uočeno je i kako različite aktivnosti u udrugama i volonteri imaju pozitivan doprinos dobrobiti majki. Sugestije majki generalno su usmjerene prema edukaciji i senzibilizaciji opće populacije, kao i povećanju broja udruga. Kroz sudjelovanje u ovom istraživanju, majkama je pružena prilika da iznesu ugodna i neugodna iskustva po pitanju podrške, kao i popratnim osjećajima. Doprinos ovog rada vidljiv je u širenju svijesti o neprocjenjivoj važnosti neformalne podrške, odnosno podrške koju ne obvezuje Zakon.

Ključne riječi: neformalna podrška, teški invaliditet, dobrobit majki, udruge, volonteri

Projekt Do you mind? MINDYI - Mentalno zdravlje u informativnom radu s mladima

Irena Mikulić

aneri.mikulic@gmail.com

Projekt "Do You Mind?" je međunarodna inicijativa usmjerena na mentalno zdravlje mladih, koju u okviru programa Erasmus+ KA2 provodi PRONI Centra za socijalno podučavanje iz Osijeka u međunarodnom konzorciju partnera i stručnjaka različitih profesija iz nekoliko europskih organizacija i mreža. Glavni cilj je osnažiti informativni rad s mladima u području mentalnog zdravlja unapređujući ulogu osoba koje rade s mladima u zajednici. Projekt prepoznaje da mentalni zdravstveni izazovi poput anksioznosti, depresije, socijalne izolacije i stigmatizacije predstavljaju značajan problem za mlade, često otežavajući njihov svakodnevni život i sudjelovanje u društvu. Kroz projekt "Do You Mind?" nastoji se stvoriti sigurno i kreativno okruženje u kojem se o mentalnom zdravlju može pričati otvoreno, bez stigme. Ključne aktivnosti projekta su razvoj trening programa MINDYI i e-treninga kao alata za jačanje kapaciteta osoba koje rade s mladima u preko 4 000 europskih informativnih centara za mlade te aktiviranje i edukacija 78 mladih ambasadora mentalnog zdravlja diljem Europe, umjetnika, aktivista i zainteresiranih mladih koji sudjeluju u kreiranju i provođenju kampanja podizanja svijesti o mentalnom zdravlju, kako u digitalnom prostoru, tako i u lokalnim zajednicama. U sklopu kampanja potiču se razgovori o dostupnim oblicima psihološke podrške, razmatraju teme poput stigme, ali i otpornosti te vršnjačke podrške. Projekt potiče i kreativno izražavanje kroz vizualnu umjetnost, koja će biti dio virtualnih i mobilnih izložbi. Projekt je uključio obuku 30 osoba koje rade s mladima, razvoj priručnika sa 54 primjera dobre prakse i 47 navedenih dodatnih izvora podrške mladima, razvoj e-learning certificiranog međunarodnog programa obuke te međunarodna umrežavanja i konferencije. Cilj nam je dugoročno ojačati kapacitete mladih i njihovih podržavatelja, potičući empatiju, prepoznavanje simptoma mentalnih poteškoća i aktivno sudjelovanje mladih u kreiranju podrške unutar zajednice.

Ključne riječi: informativni rad s mladima, mentalno zdravlje mladih, Trening MINDYI, MH Ambasadori, podrška mentalnom zdravlju mladih

Osnaživanje povjerenja djece iz perspektive hagioterapije

Janja Lučić, Ana Perišić

janjalucic@gmail.com

Rad predstavlja preventivni program „Rastimo u povjerenju“, namijenjen učenicima drugog razreda osnovne škole, utemeljen na zakonitostima hagioterapije Tomislava Ivančića i razvojnim potrebama djece rane školske dobi. Program se u radu opisuje i analizira, a ujedno je prethodno proveden u odgojno-obrazovnoj praksi, pri čemu su izneseni uvidi, zapažanja i zaključci utemeljeni na konkretnim iskustvima autorica iz provedbe radionica.

Program polazi od shvaćanja djeteta kao jedinstvene, originalne i dragocjene osobe te povjerenja promatranog iz specifično antropološke razine čovjeka. Spoznaja temeljne vrijednosti osobe doprinosi razvoju zdrave interpersonalnosti, a time i stvaranju pozitivne klime unutar razredne i šire školske zajednice.

Cilj programa je osnažiti povjerenje, osjećaj sigurnosti i pripadnosti učenika te poticati razvoj savjesti, slobode, odgovornosti i istinitosti u razrednoj zajednici. Program se sastoji od sedam strukturiranih radionica usmjerenih na razvoj dostojanstva osobe, usvajanje prihvatljivih oblika ponašanja, jačanje povjerenja u međuljudskim odnosima, razumijevanje istinitosti kao temelja odnosa te poticanje zajedništva. Aktivnosti su osmišljene u skladu s razvojnim mogućnostima djece te potiču aktivno sudjelovanje, iskustveno učenje i refleksiju.

Na temelju iskustava iz provedbe radionica uočeni su pozitivni pomaci u kvaliteti odnosa među učenicima, smanjenju straha i nesigurnosti, povećanju suradnje i odgovornog ponašanja te jačanju osjećaja pripadnosti razrednoj zajednici. Program ujedno naglašava ulogu učitelja kao svjedoka vrijednosti povjerenja i nositelja kulture istine, slobode i odgovornosti.

Zaključno, na temelju praktičnih iskustava iz provedbe programa, rad ističe da preventivni programi utemeljeni na hagioterapijskim načelima mogu značajno doprinijeti cjelovitom razvoju djeteta te dugoročnoj izgradnji i održivosti humanog odgojno-obrazovnog okruženja.

Ključne riječi: inovativne pedagoške prakse, kultura povjerenja, obrazovne politike, suradnja hagioterapijskim pristupom, školska klima

Kako emocionalne kompetencije i stilovi privrženosti oblikuju kvalitetu naših romantičnih odnosa

Dario Vučenović, Dora Gjurašin, Katarina Jelić

kjelic@fhs.hr

Kvaliteta romantičnih odnosa dosljedno je povezana s fizičkim i psihičkim zdravljem, zadovoljstvom životom, emocionalnom stabilnošću i psihološkom otpornošću (Sagone i De Caroli, 2023; Randall i Bodenmann, 2017). Osim osobinama ličnosti, kvaliteta romantičnih odnosa uključujući sklonost partnerskim sukobima i zadovoljstvo navedenim odnosom uvelike je determinirana stilom privrženosti, na način da nesigurna privrženost predviđa veći intenzitet i frekvenciju konflikata (Kamenov i Jelić, 2003). S druge strane, emocionalna inteligencija pomaže u rješavanju konflikata i regulaciji emocija (Takšić, 2002; Lefebvre i sur., 2021), ali nije dovoljno istražena u kontekstu privrženosti (Feeney, 2019). U nedostatku istraživanja o ulozi emocionalne kompetentnosti kao posredujućeg čimbenika između stilova privrženosti i ishoda u partnerskim odnosima, cilj nam je bio ispitati u kojoj mjeri emocionalna inteligencija predviđa zadovoljstvo romantičnim odnosom te razinu konflikata u tom odnosu, povrh stilova privrženosti. Konkretno, učestalost, trajanje, intenzitet konflikata, kao i učestalost iniciranja konflikta i njegovo deeskaliranje. U istraživanju je sudjelovalo 147 studenata Sveučilišta u Zagrebu (18-34 godine, $M=23,18$; $SD=3,22$) u vezi minimalno 6 mjeseci (prosjeak 2,5 godine). Korišteni su Upitnik emocionalne kompetentnosti UEK-45 (Takšić, 2002), Inventar iskustava u bliskim vezama (Kamenov i Jelić, 2003), Kratka skala zadovoljstva vezom (Brkljačić i sur., 2019) te skala konflikata temeljena na Multidimensional Emotion Questionnaireu (Klonsky i sur., 2019). Pouzdanosti svih skala su iznad 0,80 Cronbach α . Rezultati potvrđuju ulogu regulacije emocija u zadovoljstvu vezom, dok nesigurna privrženost predviđa nezadovoljstvo. Suprotno očekivanjima, osobe koje se procjenjuju emocionalno kompetentnijima izvještavaju kako češće započinju konflikte u odnosima. Navedeno je moguće posljedica njihovog aktivnog suočavanja, spremnosti da otvoreno komuniciraju o neugodnim emocijama s partnerom, bolje verbalizacije vlastitih emocija koje partneri mogu doživjeti konfrontirajuće ili su naprosto spremniji prihvatiti odgovornost za konflikte. U nastavku se osvrćemo na implikacije nalaza istraživanja na prevenciju partnerskih sukoba i/ili nasilja.

Ključne riječi: emocionalna inteligencija, privrženost, sukobi, prevencija

Od emocionalne pismenosti do socijalne povezanosti: integrirani model podrške mentalnom zdravlju u zajednici

Dajana Vinković, Vanesa Šerić

dajana.babli@gmail.com

Mentalno zdravlje predstavlja ključni aspekt kvalitete života, dobrobiti i socijalne uključenosti. U suvremenom društvu, suočenom s povećanim osjećajem usamljenosti, stresa i psihičkih poteškoća, nužno je razvijati programe koji pružaju podršku, osnažuju pojedince i potiču otvoreni dijalog o emocijama i životnim iskustvima. Udruga PUKS – Podrška u kriznim situacijama iz Belišća već dugi niz godina djeluje u području edukacije, socijalne uključenosti i podrške mentalnom zdravlju, provodeći projekte koji promiču emocionalnu pismenost, povezivanje zajednice i osnaživanje pojedinaca svih dobnih skupina. U okviru projekta „Dobre priče za dobar dan – kad si s nama nisi sam“, sufinanciranog od strane Grada Belišća i Osječko-baranjske županije, udruga je uključila preko 150 sudionika u različite aktivnosti usmjerene na smanjenje osjećaja usamljenosti, bespomoćnosti i besperspektivnosti te jačanje osjećaja pripadnosti i međusobnog uvažavanja. Cilj izlaganja je predstaviti integrirani pristup podrške mentalnom zdravlju kroz participativne aktivnosti zajednice, naglasiti važnost emocionalne pismenosti i socijalne povezanosti, te prikazati praktične strategije i iskustva iz provedbe projekta, uključujući rad s djecom, mladima i braniteljima. U sklopu projekta održane su radionice za djecu i mlade, s ciljem učenja o emocijama i jačanja emocionalne pismenosti, predavanje za hrvatske branitelje, usmjereno na osnaživanje mentalnog zdravlja, te edukativni webinar za građane s praktičnim strategijama očuvanja psihičkog blagostanja i otpornosti. Kroz ove aktivnosti projekt potiče participaciju, međusobno povezivanje i smanjenje osjećaja izolacije, gradeći zajednicu u kojoj nitko nije sam. Iskustva projekta pokazuju da integrirani pristupi koji kombiniraju edukaciju, participaciju i socijalnu podršku mogu značajno doprinijeti jačanju mentalnog zdravlja i socijalne povezanosti. Takvi modeli pružaju temelj za daljnji razvoj programa koji osnažuju pojedince i zajednice, smanjuju izolaciju i promiču otpornost na svakodnevne izazove.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, emocionalna pismenost, socijalna uključenost, podrška zajednice, participacija

Profesionalna dobrobit učitelja i nastavnika: doprinos percepcije ponašanja ravnatelja/ica i stanja osnovnih psiholoških potreba

Helena Tomšek, Aleksandra Huić

htomsek@gmail.com

Profesionalno funkcioniranje učitelja i nastavnika uvelike je oblikovano interpersonalnim ponašanjima drugih, a osobito nadređenih. Na važnost istraživanja profesionalne dobrobiti nastavnika dodatno upućuju brojna recentna istraživanja koja bilježe povišene razine profesionalnog stresa i sagorijevanja, smanjenu radnu angažiranost te zabrinjavajuće visoke stope napuštanja nastavničke profesije. Polazeći od teorije samoodređenja, cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost percepcije ponašanja ravnatelja/ica s profesionalnom dobrobiti učitelja i nastavnika (operacionaliziranom kroz profesionalnu dobrobit i sagorijevanje), kao i s njihovim namjerama napuštanja profesije i zadovoljstvom poslom. Istraživanje je provedeno na uzorku učitelja i nastavnika osnovnih i srednjih škola (N = 300). Podaci su prikupljeni primjenom samoprocjenskih upitnika kojima su mjerene percepcije podržavajućih i nepodržavajućih interpersonalnih ponašanja ravnatelja/ica, zadovoljenje i frustracija osnovnih psiholoških potreba te pokazatelji profesionalne dobrobiti, zadovoljstva poslom i namjera napuštanja posla. U svrhu provjere dvoprocenosti teorije samoodređenja, provedene su serijalne medijacijske analize radi ispitivanja mehanizama djelovanja predviđenih teorijom samoodređenja. Rezultati provedenih analiza pokazuju da su podržavajuća ponašanja ravnatelja/ica povezana sa zadovoljstvom poslom učitelja i nastavnika izravno, ali i posredno, putem serijalnog procesa koji uključuje zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba i profesionalnu dobrobit. S druge strane, nepodržavajuća ponašanja ravnatelja/ica povezana su s višim namjerama napuštanja posla izravno, ali i posredno, putem serijalnog procesa koji uključuje frustraciju osnovnih psiholoških potreba i sagorijevanje. Dobiveni rezultati pružaju snažnu potporu dvoprocenom modelu teorije samoodređenja u kontekstu obrazovanja te naglašavaju ključnu ulogu školskog vodstva u očuvanju profesionalnog mentalnog zdravlja učitelja i nastavnika. Ujedno, dobiveni rezultati mogu pridonijeti boljem razumijevanju uloge školskog vodstva u očuvanju profesionalne dobrobiti učitelja i nastavnika te poslužiti kao temelj za razvoj intervencija usmjerenih na unapređenje radnog okruženja u školama.

Ključne riječi: teorija samoodređenja, interpersonalna ponašanja ravnatelja, profesionalna dobrobit, osnovne psihološke potrebe, namjera napuštanja profesije

Kako učenici biraju srednje strukovne škole? Razlozi odabira strukovne škole i profili donošenja odluka o karijeri

Nensi Tomac, Iva Černja Rajter, Toni Babarović

nensi.tomac@pilar.hr

Odabir karijere je važan životni zadatak, posebice za učenike strukovnih škola. Dosadašnja istraživanja pokazuju da učenici strukovnih škola imaju relativno nisku usklađenost svojih profesionalnih interesa s odabranim strukovnim programom, što dovodi u pitanje razinu poznavanja vlastitih interesa te stvarne uključenosti u proces donošenja odluke. Stoga, cilj ovog istraživanja bio je opisati razloge upisa strukovne škole te ispitati obrasce donošenja odluke o karijeri kod učenika prvog razreda strukovnih srednjih škola u Hrvatskoj. Na uzorku od 1214 učenika srednjih strukovnih škola primijenjena su pitanja o sociodemografskim podacima, osnovnoškolskom uspjehu, razlozima upisa strukovne škole te tri aspekata donošenja odluke o karijeri: spremnosti i sigurnosti, samostalnosti te neuključenosti. Rezultati su pokazali da su veća važnost interesa za program i zapošljivosti prilikom odabira škole bile povezane s višom razinom spremnosti i sigurnosti te samostalnosti u donošenju odluke, dok je veća izraženost roditeljskog utjecaja bila povezana s nižom razinom samostalnosti. Viša razina neuključenosti u odluku o karijeri bila je povezana s većom važnosti financijskih mogućnosti obitelji i utjecajem vršnjaka te nižim osnovnoškolskim uspjehom. Navedeni odnosi dodatno su ispitani analizom latentnih profila te su identificirana tri profila donošenja odluke o karijeri: Samostalni i sigurni (65,24%), Nesigurni i neuključeni (32,62%) te Iznimno samostalni i sigurni, ali neuključeni (2,14%). U profilu Samostalni i sigurni kao razlozi upisa ističu se iznadprosječna važnost interesa za program i financijske mogućnosti obitelji. Profil Nesigurni i neuključeni sadrži nešto veći udio učenika te ga opisuje ispodprosječna važnost interesa za program i financijskih mogućnosti obitelji. Profil Iznimno samostalni i sigurni, ali neuključeni čine većinom mladići uz iznadprosječnu važnost financijskih mogućnosti, ispodprosječnu važnost zapošljivosti i interesa za program te ispodprosječni osnovnoškolski uspjeh. Dobiveni nalazi upućuju na potrebu za ranim, ciljanim i diferenciranim profesionalnim usmjeravanjem, koje doprinosi povećanju samostalnosti, sigurnosti i uključenosti različitih profila učenika pri procesu odabira srednje škole.

Ključne riječi: srednje strukovne škole, donošenje odluke o karijeri, razlozi upisa škole, karijerna zrelost

Od uvjeta rada do namjera za karijernim promjenama: samoupravljanje karijerom i osobna dobrobit kao preventivni mekanizmi kod mladih radnika

Marija Kostanić, Iva Šverko

Marija.Kostanic@pilar.hr

Radna okruženja današnjice povećavaju kompleksnost karijernih ishoda, a mladi radnici češće mijenjaju poslove i zemlje rada (Krzaklewska, 2019; OECD, 2023). Iz perspektive prevencije mogućih negativnih posljedica ovih tranzicija za pojedinca i ekonomiju, važno je razumjeti međuodnos radnih uvjeta i namjera za odlaskom putem psiholoških procesa koji se odražavaju na dobrobit mladih. Takav proces jest samoupravljanje karijerom, na koje utječu kontekstualni radni uvjeti, poput organizacijske podrške (Sturges i sur., 2005), a čiji su opaženi ishodi zadovoljstvo karijerom i opća dobrobit (Praskova i sur., 2015). Cilj ovog istraživanja bio je ispitati kako psihosocijalne karakteristike radnog okruženja određuju namjere mladih radnika da napuste svoj posao i da se zaposle u zemljama Europe putem samoupravljanja karijerom i različitih aspekata dobrobiti.

Podaci su prikupljeni na nacionalno reprezentativnom uzorku hrvatskih radnika u dobi od 19 do 35 godina ($N = 1528$), a provedena je analiza traga s testiranjem neizravnih učinaka bootstrap metodom. Percepcija radnih uvjeta mjerena je pomoću tri dimenzije SUPERB modela kvalitete radnog života: svrhe (Purpose), osnaživanja (Empowerment) te odnosa na poslu (Relationships) (Galić, 2025). Samoupravljanje karijerom ispitano je kao ključni mehanizam karijerne agencije. U mjere dobrobiti uključeno je zadovoljstvo poslom te različiti aspekti zadovoljstva životom. Ishodi uključuju namjeru promjene posla i rada u zemljama EU.

Sve tri dimenzije SUPERB modela pozitivno su povezane sa samoupravljanjem karijerom, pri čemu je doživljaj svrhovitosti rada najsnažniji prediktor. Samoupravljanje karijerom pozitivno je povezano s nekim pokazateljima dobrobiti. Zadovoljstvo poslom najjači je prediktor namjere napuštanja posla, a osobna i nacionalna dobrobit namjere rada u EU. Neizravni efekt SUPERB varijabli na ishode, preko samoupravljanja karijerom i dobrobiti, bio je statistički značajan, ali malen.

Dobiveni nalazi ukazuju na kvalitetu radnog života kao važnu preventivnu točku intervencije. Poticanje odgovornosti, smislenosti rada i kvalitetnih odnosa na radnom mjestu može ojačati karijernu agenciju i dobrobit te smanjiti prijevremene odlaske s posla kod mladih radnika.

Ključne riječi: samoupravljanje karijerom, SUPERB, dobrobit, namjera napuštanja posla, radne migracije

Frustracija psiholoških potreba i percipirana samoefikasnost kao prediktori spremnosti na promjenu načina života i rada u kontekstu klimatskih promjena

Marija Neralić, Marina Maglić, Renata Franc

Marija.Neralić@pilar.hr

Klimatske promjene jedan su od najvažnijih problema današnjice koji zahtijevaju značajne promjene u životnom stilu, kako na kolektivnoj, tako i na individualnoj razini. U tom kontekstu, uvjerenje o samoefikasnosti i frustracija psiholoških potreba mogu se promatrati kao psihološki čimbenici s važnom ulogom u objašnjenju spremnosti na promjenu s ciljem ublažavanja učinaka klimatskih promjena.

Sukladno tome, ovim istraživanjem ispitana je uloga frustracije psiholoških potreba i percipirane samoefikasnosti u objašnjenju spremnosti za promjenu načina života i rada. Podaci su prikupljeni online anketom na heterogenom uzorku opće populacije (N = 408) provedenom 2025. godine. Sveukupno, modelom je objašnjeno 25.55% varijance spremnosti za promjenu. Rezultati pokazuju kako je, uz kontrolu socio-demografskih karakteristika i političke orijentacije, frustracija psiholoških potreba značajan negativan prediktor spremnosti na promjenu, a percipirana samoefikasnost značajan pozitivan prediktor spremnosti na promjenu povrh frustracije psiholoških potreba. Dodatno, podaci upućuju na percipiranu samoefikasnost kao potencijalni medijator učinka frustracije psiholoških potreba na spremnost za promjenu. Na općoj razini, nalazi upućuju na važnost psiholoških potreba i percipirane samoefikasnosti za razumijevanje spremnosti za promjenu načina života i rada s ciljem ublažavanja učinaka klimatskih promjena.

Ključne riječi: frustracija psiholoških potreba, klimatske promjene, percipirana samoefikasnost, DISINFO klima

Strategije suočavanja sa školskim neuspjehom, traženje socijalne podrške, dob i rod kao prediktori školskog uspjeha i zadovoljstva školom

Melisa Husarić, Ljubica Tomić Selimović, Andrej Simić, Erna Emić, Alija Selimović, Adrian Soltoković, Alisa Divković

melisa.husaric@untz.ba

Upotreba proaktivnih strategija suočavanja sa školskim neuspjehom i traženja podrške od drugih važne su sastavnice samoregulacije procesa učenja učenika, te indirektno doprinose akademskim postignućima učenika. Cilj rada bio je ispitati u kojoj mjeri strategije suočavanja sa školskim neuspjehom i strategije traženja socijalne podrške, te demografske karakteristike učenika (starost i rod), doprinose predviđanju objektivnog (prosječni akademski uspjeh) i subjektivnog (zadovoljstvo školom) školskog uspjeha učenika. U istraživanju je sudjelovalo 515 učenika osnovnih škola uzrasta između 11 do 16 godina, koji su popunjavali Skalu suočavanja s školskim neuspjehom, Skalu traženja socijalne podrške, Skalu zadovoljstva školom i sociodemografski upitnik (dob, rod, uspjeh iz bosanskog/hrvatskog/srpskog jezika, stranog jezika i matematike). Rezultati multiple hijerarhijske regresione analize pokazali su da su rod učenika i strategija suočavanja s neuspjehom usmjeravanjem na problem značajni prediktori akademskog uspjeha učenika. S druge strane, strategije suočavanja udaljavanjem emocija i usmjeravanjem na problem, te traženje socijalne podrške od nastavnika i roditelja su značajno predviđali prijavljeno zadovoljstvo školom učenika. Stoga, dok su za objektivni akademski uspjeh mnogo važnije individualne vještine nošenja s neuspjehom, u povećanju percipiranog zadovoljstva školom važnu ulogu bi mogla imati i percipirana socijalna podrška važnih odraslih osoba (roditelja i nastavnika) u životu učenika.

Ključne riječi: strategije suočavanja sa školskim neuspjehom, strategije traženja socijalne podrške, dob, rod, objektivni i subjektivni školski uspjeh

Dimenzionalna procjena patologije ličnosti – item analiza skraćene verzije upitnika DAPP-BQ100

Ljubica Tomić Selimović, Alija Selimović

ljubica.tomic@untz.ba

Cilj rada bio je evaluacija psihometrijskih odlika inventara Dimenzionalna procjena patologije ličnosti (DAPP-BQ) i konstrukcija skraćene verzije Inventara pogodne za trijažnu primjenu u procjeni patologije u općoj populaciji. Ispitivanjem je obuhvaćeno 700 sudionika iz nekliničke populacije (440 ženskih - 62%). Starost sudionika kretala se u rasponu od 19 do 43 godina ($M=24.30$; $SD=1.47$). Skraćena verzija DAPP-BQ100 formirana je na bazi SEM metodologije. Prije primjene GRM modela, provjerena je pretpostavka jednodimenzionalnosti za svaku subskalu. Za analizu tvrdnji korišten je Model stepenastog odgovora (Graded Response Model). Proces redukcije tvrdnji za skraćenu verziju primarno se oslanjao na parametre diskriminacije (a) i funkcije informacija tvrdnji (IIF). Originalni inventar DAPP-BQ sastojao se od 290 tvrdnji, a nakon GRM analize odabrano je 100 tvrdnji koje su pokazale najveću diskriminativnu snagu (kriterij $a \geq 1.70$). Broj tvrdnji po facetama kreće se u rasponu od četiri do osam tvrdnji. Analiza parametara težine/pragova (b) upućuje da zadržane tvrdnje adekvatno pokrivaju širok raspon kontinuuma latentnih crta iz prostora patologije, s posebnim fokusom na više nivoe patologije ($\theta > 0$). Uspoređivanjem funkcija informiranja testa (TIF) originalne i skraćene verzije, utvrđeno je da skraćena verzija zadržava visoku preciznost mjerenja. Iako je broj tvrdnji smanjen za 65%, kriva informacija upućuje da je gubitak informacija minimalan u “pozitivnom” dijelu skale. Ukupno, na bazi svih kriterija najadekvatnijim su se pokazale facete: anksioznost, problemi identiteta, samopovređivanje i submisivnost, dok se kao najslabija pokazala faceta problemi s intimnošću. Korelacije θ rezultata originalne i skraćene verzije bile su u rasponu od .85 do .94 ($Mdn = .90$) što sugerira da skraćena forma inventara mjeri isti konstrukt kao i originalna, ali uz značajno povećanje ekonomičnosti.

Keywords: DAPP-BQ, skraćena verzija DAPP-BQ100, procjena patologije, GRM

Analiza dobrobiti studenata učiteljskog studija kroz teoriju školske dobrobiti

Ines Majstorić

ines.majstoric@gmail.com

Dobrobit se općenito razumijeva kao ostvarenje fizičkih, emocionalnih, socijalnih i duhovnih potencijala pojedinca, što omogućuje razvoj osobnih sposobnosti, učinkovito suočavanje sa svakodnevnim izazovima te konstruktivan doprinos široj zajednici. U posljednjim je godinama dobrobit studenata učiteljskih studija dobila sve veću pozornost, budući da predstavlja ključan temelj njihova profesionalnog razvoja, osobnog osnaživanja i pripreme za zahtjeve suvremenog obrazovnog sustava. Osiguravanje odgovarajuće razine dobrobiti tijekom inicijalnog obrazovanja učitelja važno je ne samo za akademski uspjeh, nego i za dugoročnu kvalitetu njihove buduće profesionalne prakse. Teorija školske dobrobiti (Hascher, 2004.; 2023) nudi sveobuhvatan okvir za analizu studentske dobrobiti kroz pet međusobno povezanih dimenzija. Tri pozitivne dimenzije — pozitivan stav prema inicijalnom obrazovanju, uživanje u studiju i pozitivan akademski samokoncept — odražavaju povoljne aspekte studentskog obrazovnog iskustva. Dvije negativne dimenzije — zabrinutost vezana uz studij i tjelesne tegobe povezane s inicijalnim obrazovanjem — ukazuju na izazove koji mogu narušiti psihosocijalno funkcioniranje studenata. Zajedno, ove dimenzije omogućuju nijansirano razumijevanje čimbenika koji potiču ili narušavaju ukupnu dobrobit studenata u akademskom kontekstu. Cilj ovog rada je prikazati važnost studentske dobrobiti kroz analizu relevantnih empirijskih nalaza utemeljenih na teoriji školske dobrobiti. Posebna se pozornost posvećuje čimbenicima koji oblikuju dobrobit, poput akademskih zahtjeva, angažmana, socijalne povezanosti i emocionalnih reakcija, kao i mogućim posljedicama smanjene dobrobiti, uključujući stres, emocionalnu iscrpljenost i povećani rizik od napuštanja studija. Rad naglašava potrebu za sustavnim praćenjem i strukturiranom podrškom dobrobiti studenata učiteljskih studija. Također zagovara uključivanje koncepta školske dobrobiti kao strateške sastavnice obrazovnih politika i kurikulumske dizajna u visokom obrazovanju, s ciljem osiguravanja kvalitetne pripreme i dugoročne profesionalne održivosti budućih učitelja.

Ključne riječi: dobrobit studenata, inicijalno obrazovanje učitelja, školska dobrobit, teorijski okvir, učiteljski studij

Izravna replikacija učinka složenosti zadatka i višezadačnosti na performanse vidne pretrage

Sara Rimac i Mateja Marić

mateja.maric@pravos.hr

Učestali nalazi o krizi replikabilnosti u psihologiji doveli su u pitanje pouzdanost znanstvenih rezultata te naglasili važnost izravnih replikacija kao temeljne metode provjere robusnosti empirijskih nalaza. Polazeći od modela kognitivne obrade informacija koji pretpostavljaju ograničen kapacitet pažnje i mogućnost interferencije pri višezadačnosti, cilj ovog istraživanja bio je ispitati učinke složenosti zadatka i višezadačnosti na brzinu i točnost vidne pretrage kroz izravnu replikaciju prethodnog istraživanja (Rimac, 2025). Istraživanje je provedeno u skladu s načelima otvorene znanosti te je unaprijed preregistrirano na platformi Open Science Framework. Eksperimentalnom metodom na namjernom uzorku studenata ($N = 32$), sudionici su po slučaju raspoređeni u eksperimentalnu i kontrolnu skupinu. Istraživanje je provedeno individualno, u izravnom kontaktu sa studentima u računalnoj učionici. Zadatak vidne pretrage proveden je korištenjem platforme PsyToolkit, dok je višezadačnost ispitana dodatnim verbalnim zadatkom u obliku liste riječi. Rezultati su potvrdili nalaze originalnog istraživanja. Porast broja distraktora značajno je usporio vrijeme reakcije sudionika u eksperimentalnoj skupini, dok točnost odgovora nije bila značajno narušena. Suprotno očekivanjima, prisutnost višezadačnosti nije imala značajan negativan učinak na izvedbu vidne pretrage niti je utvrđena značajna interakcija između složenosti zadatka i višezadačnosti. Provedena izravna replikacija potvrđuje robusnost prethodnih nalaza te upućuje na to da višezadačnost ne mora nužno narušiti izvedbu vidne pretrage kada dodatni zadaci nisu izrazito kognitivno zahtjevni. Nalazi imaju implikacije za obrazovne i profesionalne kontekste obilježene povećanim kognitivnim opterećenjem.

Ključne riječi: replikacija, vidna pažnja, vidna pretraga, kognitivno opterećenje, višezadačnost

(Patriotsko) Socijalno poduzetništvo kroz prizmu roda: konstruktivni patriotizam jednako koristi muškim i ženskim socijalnim poduzetnicima

Adrian Soltoković i Andrej Simić

adrian.soltokovic@untz.ba

Socijalni poduzetnici često se suočavaju sa skepticizmom. Istražili smo kako rod i patriotizam utječu na te percepcije, testirajući dvije suprotstavljene pretpostavke: hipotezu iskazivanja brige, prema kojoj muškarci patriotizmom signaliziraju prosocijalnost, te hipotezu iskazivanja inicijative, prema kojoj žene njime signaliziraju kompetentnost. U Studiji 1 (N = 272), percepcije socijalnih poduzetnika kao konstruktivnih patriota predviđale su pozitivniji opći dojam poduzetnika. Rod poduzetnika, percepcije slijepog patriotizma, te interakcija roda s dvije dimenzije patriotizma nije bila statistički značajna. U četiri eksperimentalna istraživanja (N = 1,501), ispitanici su nasumično raspoređeni u jednu od četiri situacije. Manipulirali smo rodom poduzetnika (muškarac vs. žena) i izražavanjem patriotizma (konstruktivni vs. slijepi) i promatrali efekte takve manipulacije na različite ishode povezane s uspjehom socijalnih poduzetnika: percipirana društvena vrijednosti, namjere za financiranjem, spremnost za rad i namjere za kupovinom proizvoda poduzetnika. Svaki ishod mjeren je na dva načina. Prvo, koristili smo skale procjene koje predstavljaju adaptaciju upitnika autora Barona i suradnika (2006) te Alniacika i suradnika (2011). Drugo, primijenili smo kvazibiheviornalne mjere prilagođene specifičnom kontekstu svake studije: ispitanici su dodjeljivali novčana sredstva za projekt ili proizvod poduzetnika, nominirali poduzetnika za nagradu ili su iskazali interes za čitanje njegovog oglasa za posao. Konstruktivni patriotizam je značajno povećao percipiranu društvenu vrijednost (Studija 2), namjere financiranja (Studija 3) te spremnost na rad (Studija 4), dok interakcija patriotizma i roda nije bila prisutna. Studija 5 pokazala da je konstruktivni patriotizam značajno povećao namjeru kupnje kod ženskih poduzetnica, ali ne i kod muških. Dakle, rod je imao ograničenu ulogu u percepciji patriotskog socijalnog poduzetništva, budući da je konstruktivni patriotizam, u usporedbi sa slijepim, djelovalo kao snažan pozitivan signal koji je koristio i muškim i ženskim poduzetnicima. Konstruktivni patriotizam može služiti kao alat za socijalne poduzetnike oba roda u jačanju njihove percipirane vrijednosti i osiguravanju potpore za njihove organizacije.

Ključne riječi: konstruktivni patriotizam, slijepi patriotizam, rod, socijalno poduzetništvo, poduzetnički uspjeh

Za bolju (ili lošiju) budućnost: Temporalni kontinuitet od sadašnjosti do budućnosti predviđa zadovoljstvo životom u emigraciji

Andrej Simić, Alija Selimović, Ljubica Tomić Selimović, Erna Emić, Melisa Husarić, Alisa Divković, Adrian Soltoković

andrej.simic@untz.ba

Migracija predstavlja izazov za čovjekov osjećaj kontinuiteta, što se odražava na doživljaj sebe, obiteljskih veza i kulture iz koje dolazi. Snažna povezanost između sadašnjosti i budućnosti, odnosno osjećaj da su čovjekova sadašnjost i budućnost neraskidivo vezane, od presudnog je značaja za životno zadovoljstvo tijekom takvih tranzicija. U ovom istraživanju smo ispitali kako percepcija temporalnog kontinuiteta od sadašnjosti do budućnosti na tri različite razine (osobnoj, obiteljskoj i kolektivnoj) predviđa zadovoljstvo životom emigranata. Stotinu ispitanika koji su emigrirali iz Bosne i Hercegovine u posljednje tri godine izvještavalo je o trenutnom osjećaju budućeg kontinuiteta (osobnog, obiteljskog i kolektivnog) i ocjenjivalo svoje zadovoljstvo životom u migraciji pet puta dnevno tijekom sedam uzastopnih dana. Primjena hijerarhijskih regresionih modela sa mješovitim učincima ukazala je na različite prediktivne obrasce u ovisnosti od vrste i nivoa kontinuiteta. Kontinuitet osobnog i obiteljskog identiteta značajno je predviđao zadovoljstvo životom, kako na razini između, tako i na razini unutar pojedinaca. Ovakav obrazac sugerira da ova dva oblika kontinuiteta doprinose blagostanju migranata na više načina: pomažu u postavljanju stabilne osnove općeg blagostanja, ali su važni i za razumijevanje dnevnih oscilacija u raspoloženju. S druge strane, kolektivni kontinuitet pokazao je tek mali značajan učinak na razini unutar pojedinaca, dok na razini između pojedinaca nije bio statistički značajan. Prema tome, osjećaj temporalnog kontinuiteta predstavlja dinamičan i višestran resurs koji može biti relevantan za uspješno suočavanje sa izazovima koje donosi migracija.

Ključne riječi: osobni kontinuitet, kontinuitet obitelji, kontinuitet kolektiva, zadovoljstvo životom, emigranti

Kako napisati znanstveni rad koji vam sigurno neće proći recenziju (a možda neće ni doći do nje)?

Dino Krupić

dkrupic@ffos.hr

Mnoge kolegice i kolege u znanosti na početku karijere nalaze se u nezahvalnoj situaciji u kojoj se od njih traži da budu znanstveno produktivni kako bi napredovali u profesiji, no istovremeno rijetki imaju adekvatnu podršku u tom pogledu. Cilj ove edukacije jest govoriti upravo o onim temama koje su esencijalne za svakog znanstvenika, a o kojima se ne govori dovoljno u sklopu formalnog obrazovanja.

Teme ove edukacije uključuju:

- kako saznati bavite li se aktualnom temom,
- kako oblikovati rad da bi zadovoljio kriterije prestižnijih znanstvenih časopisa,
- kakva je struktura znanstvenog rada i
- na što treba paziti kako biste smanjili vjerojatnost tzv. desk rejectiona, tj. da urednik uopće ne proslijedi vaš rad na recenziju.

Ključne riječi: struktura znanstvenog rada, znanstveni časopisi, recenzijski postupak

Male kreativne socijalizacijske skupine u sustavu primarne i sekundarne prevencije

Josip Janković

Joja3491@gmail.com

Radionica se sastoji od tri dijela: predavanja, prikaza kratke Street corner psihoterapije i radionice. Predavanju i prikazu kratke Street corner psihoterapije može prisustvovati neograničeni broj sudionika, dok je broj sudionika za radionicu ograničen na 10.

Male kreativne socijalizacijske skupine (MKSS) je pristup osmišljen 1982. godine u Osnovnoj školi I. Cankara u Zagrebu kao reakcija na incident u kojem je, zbog delikventnog ponašanja skupine maloljetnika, obustavljena nastava. U razgovoru s njima prepoznata je odgojna zapuštenost i neadekvatni pristupi rješavanju problema u školi, te je nastavljen terapijski rad sa skupinom adolescenata koji se kasnije proširio i na druge skupine djece. Tijekom rada izgrađena je teorijska osnova, sustav edukacije voditelja, evaluacije rada te su objavljeni radovi i dvije knjige posvećene ovom cjelovitom, specifičnom i nedirektivnom pristupu djeci i njihovim obiteljima. Pristup je uspješno primjenjivan sve šire po osnovnim školama i vrtićima prije Domovinskog rata te nakon njega u pojedinim školama. Na žalost, tijekom godina je Ministarstvo rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike prestalo podržavati primjenu ovog pristupa prevenciji.

Potreba za kratkim oblicima psihoterapije javila iz raznih razloga: ubrzanog načina života, nedostatak materijalnih uvjeta, preveliki izdaci pacijenata, potreba za bržim prevladavanjem patologije, nepostojanje uvjeta za višegodišnju psihoterapiju. Tijekom intervencija u sklopu Street corner pristupa, primijećeno je kako dio tih „intervencija“ provedenih u slobodnom prostoru, na dječjim igralištima, trgovačkim centrima, terasama kafić i sl., prerasta osnovni plan djelovanja. Osim razrješavanja krizne situacije dinamika rada s djecom i roditeljima dobila je karakteristike ali i ostvarila postignuća koja su daleko nadilazila jednokratnu intervenciju. Biti će prikazana analiza jednog od primjera provedenih procesa. Prikaz je instruktivan utoliko što omogućava, pod uvjetom educiranosti iz nekih drugih psihoterapijskih pravaca i višegodišnjeg iskustva u radu s djecom i obiteljima, primjenu ovog oblika kratke psihoterapije s djecom i roditeljima, naravno uz superviziju za ovakvu praksu.

Na radionici će se iskustvenim pristupom osvijestiti važnost značajnih drugih osoba u vlastitom rastu, razvoju, sazrijevanju i profesionalnom snalaženju pri vođenju Malih kreativnih socijalizacijskih skupina.

Ključne riječi: male kreativne socijalizacijske skupine, Street corner rad, prevencija

Praktični uvod u kognitivno-bihevioralne tehnike za rad s "unutarnjim kritičarem"

Sanja Diósy

sdiosy@ffos.hr

Iskustva iz savjetodavnog rada sa studentima pokazuju da se značajan broj studenata suočava s ispitnom anksioznošću, prokrastinacijom, perfekcionizmom i sniženim samopoštovanjem. U podlozi navedenih teškoća najčešće se nalaze negativne automatske misli i negativni samogovor koji oblikuju negativna predviđanja, povećavaju strah od pogreške te potiču izbjegavanje akademskih obaveza.

Cilj radionice je osnažiti studente za konstruktivno nošenje s negativnim samogovorom te im omogućiti iskustveni uvid u praktičnu primjenu kognitivno-bihevioralnog pristupa.

Radionica je koncipirana kao uvodna, iskustveno orijentirana i visoko primjenjiva te se temelji na kognitivno-bihevioralnom (KBT) okviru. Kroz kratka teorijska pojašnjenja i strukturirane praktične vježbe sudionici će naučiti prepoznati vlastiti negativni samogovor, razumjeti njegovu povezanost s emocijama i ponašanjem, primijeniti osnovne KBT tehnike (evidenciju automatskih misli, sokratovska pitanja, formuliranje alternativnih interpretacija) te oblikovati jednostavne bihevioralne eksperimente usmjerene na smanjenje izbjegavanja i jačanje "dovoljno dobrog" djelovanja u akademskom kontekstu. Radionica uključuje i suvremene integrativne tehnike iz područja trećeg vala KBT.

Ključne riječi: kognitivno-bihevioralne tehnike, negativne automatske misli, ispitna anksioznost, akademski stres, mentalno zdravlje studenata

Kazalištem do razgovora: Mrtva priroda kao polazište za analizu obiteljskih odnosa i nasilja u mladenačkim partnerskim vezama

Leonarda Nago, Daniela Šincek, Ana Babić Čikeš, Iris Tomić, Beatrica Kurbel, Luka Adžić, Josip Turalija, Ana-Marija Đurđević, Lara Božić, Karlo Vranješ

leonarda.nago@gmail.com

Predložena programska cjelina povezuje umjetnički i psihološki pristup s ciljem otvaranja strukturirane stručne rasprave o emocionalnom i elektroničkom seksualnom nasilju u mladenačkim vezama, kao i o razvojnim i obiteljskim čimbenicima koji povećavaju ranjivost mladih osoba. Poseban naglasak stavlja se na ulogu umjetničkih formata u prevenciji, osvještavanju i edukaciji u zajednici. Program se sastoji od dva međusobno povezana dijela: 45-minutnog scenskog čitanja dramskog teksta Mrtva priroda autorice Beatrice Kurbel te 45-minutne stručno vođene rasprave. Scensko čitanje izvodi umjetnički tim udruge Malo drama, malo art (Luka Adžić, Leonarda Nago, Ana-Marija Đurđević i Josip Turalija), uz produkciju i mentorsko vodstvo Iris Tomić, Lare Božić i Karla Vranješa. Dramski tekst kroz fragmentiranu strukturu prikazuje odrastanje protagonistice obilježeno disfunkcionalnim obiteljskim odnosima, nesigurnim formiranjem identiteta te ulaskom u partnerski odnos karakteriziran emocionalnom manipulacijom, kontrolom i elektroničkim seksualnim nasiljem. Izvedbeni dio služi kao iskustveni okvir koji potiče empatiju i omogućuje konkretnu analizu prikazanih odnosa i obrazaca ponašanja. Stručni dio moderira autorica koncepta Leonarda Nago, dok u raspravi sudjeluju prof. dr. sc. Daniela Šincek i izv. prof. dr. sc. Ana Babić Čikeš. Njihovi znanstveno utemeljeni istraživački uvidi i bogato praktično iskustvo omogućuju analizu razvojnih rizika, psiholoških posljedica nasilnih odnosa te uloge formalnih i neformalnih sustava podrške u prevenciji nasilja u zajednici, pri čemu raspravu usmjeravaju prema razumijevanju povezanosti obiteljskog konteksta, partnerskih odnosa i mentalnog zdravlja mladih. U raspravi sudjeluje i dr. sc. Iris Tomić, asistentica na AUKOS-u i predsjednica udruge Malo drama, malo art, koja doprinosi perspektivom umjetničke prakse, rada s mladima i primjene dramskih metoda u obradi osjetljivih društvenih tema. Ovakav format povezuje iskustveni umjetnički sadržaj sa stručnom interpretacijom i znanstveno utemeljenim uvidima, stvarajući okvir za promišljanje prevencije nasilja i mentalnog zdravlja mladih u zajednici.

Ključne riječi: emocionalno zlostavljanje, elektroničko seksualno zlostavljanje, obiteljski odnosi, mladenačke veze, umjetnički pristup

POSTER PRIKAZI

Medijska edukacija i mentalno zdravlje: izazovi digitalnog odrastanja

Jasenska Tisucki

jasenska.hrv@gmail.com

Djeca i mladi danas odrastaju u okruženju u kojem su mediji stalno prisutni te imaju snažan utjecaj na oblikovanje njihovih stavova, vrijednosti i ponašanja. Mediji više nisu samo izvor informacija, već aktivno sudjeluju u procesu odrastanja, zbog čega je razvoj medijske pismenosti iznimno važan. Stjecanje medijskih kompetencija pomaže djeci i mladima razumjeti i kritički promišljati medijske sadržaje, omogućuje im sigurno korištenje interneta i društvenih mreža, potiče pozitivnu upotrebu medija u svrhu učenja, istraživanja i komunikacije te jača sposobnost prepoznavanja lažnih i štetnih sadržaja.

Istodobno, mediji imaju značajan utjecaj na mentalno zdravlje djece i mladih koji velik dio vremena provode u digitalnom okruženju. Izloženost neprimjerenim sadržajima, pritiscima društvenih mreža i negativnim porukama može nepovoljno utjecati na njihovo samopouzdanje, emocionalno stanje i međuljudske odnose. Stoga je nužna kontinuirana edukacija i razvoj kritičkog mišljenja kako bi se osigurao pozitivan utjecaj medija na njihov cjelokupni razvoj.

U radu će biti prikazani primjeri dobre prakse koji učiteljima mogu poslužiti kao podrška u jačanju medijskih i socijalno-emocionalnih kompetencija učenika, a to su: Dan sigurnijeg interneta, Festival prava djece, Budi internet genijalac, Dani medijske pismenosti te SEL – socijalno-emocionalno učenje za učenike. Navedeni primjeri pokazuju kako se kroz strukturirane aktivnosti i projekte može poticati odgovorno, sigurno i osviješteno korištenje medija.

Cilj rada je istaknuti važnost medijske pismenosti u kontekstu mentalnog zdravlja djece i mladih te kroz primjere dobre prakse prikazati mogućnosti njezine uspješne primjene u odgojno-obrazovnom radu, s ciljem osnaživanja učenika da postanu sigurni, informirani i kritični sudionici digitalnog društva.

Ključne riječi: medijska pismenost, mentalno zdravlje, kritičko promišljanje

Kada film postane stvarnost: romantični filmovi i očekivanja u ljubavnim vezama

Josipa Antunović, Silvija Ručević

josipaantunovic@gmail.com

Popularnost romantičnih filmova kao medijskih sadržaja može oblikovati značenja ljubavi te utjecati na funkcioniranje romantičnih odnosa. S obzirom na relativnu rijetkost istraživanja koja se bave učincima romantično orijentiranih filmskih sadržaja, osobito u hrvatskom kontekstu, cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost čestine gledanja romantičnih filmova s očekivanjima intimnosti u ljubavnim vezama i vjerovanjima o romantičnoj ljubavi, pritom razmatrajući ulogu stilova privrženosti kao individualnih čimbenika na isto i prijedloga potencijalnih preventivnih mjera. Istraživanje je provedeno na online uzorku od 1282 sudionika (30.5% muškog i 69.5% ženskog roda) od 18 do 76 godina koji barem rijetko gledaju romantične filmove, koristeći sociodemografski upitnik, Inventar o filmskim navikama i preferencijama, Skalu romantičnih vjerovanja, Skalu očekivanja intimnosti i hrvatsku verziju Modificiranog Brennanovog Inventara iskustava u bliskim vezama. Rezultati parcijalne korelacijske analize, uz kontrolu roda i dobi, ukazali su da je čestina gledanja ljubavnih filmova negativno povezana s očekivanjima intimnosti, dok je istodobno pozitivno povezana s romantičnim vjerovanjima općenito, uključujući idealizaciju ljubavi, vjerovanje „u jedinu i pravu ljubav“, u „ljubav na prvi pogled“ i vjerovanja da ljubav uvijek pronalazi način. Nadalje, medijacijskim analizama utvrđeno je da odbijajući i plašljivi stil privrženosti imaju djelomične medijacijske efekte na odnos čestine gledanja ljubavnih filmova i očekivanja intimnosti, dok odbijajući stil također djelomično posreduje odnos između čestine gledanja ljubavnih filmova i romantičnih vjerovanja općenito. Rezultati ovog istraživanja doprinose boljem razumijevanju načina na koji romantizirane filmske naracije mogu oblikovati očekivanja i uvjerenja o ljubavnim odnosima. Zaključno, dobiveni rezultati ukazuju na potrebu razvoja preventivnih programa usmjerenih na jačanje medijske pismenosti i kritičkog razmatranja romantičnog medijskog sadržaja, kao i psihoedukativnih intervencija usmjerenih na razvoj realističnih očekivanja u partnerskim odnosima, čime se može doprinijeti očuvanju mentalnog zdravlja i kvaliteti romantičnih veza u zajednici.

Ključne riječi: romantični filmovi, vjerovanja o romantičnoj ljubavi, očekivanje intimnosti, stil privrženosti, prevencija

Repetitivno mišljenje među mladima: faktorska analiza mjera ruminacije i brige

Ana Petak, Sanja Narić, Roberta Matković

apetak@fhs.hr

Repetitivno mišljenje predstavlja transdijagnostički proces uključen u pojavnost i održavanje emocionalnih poremećaja. Odnosi se na ponavljajuće razmišljanje o prošlim događajima (ruminacija) ili budućim ishodima (briga), a obilježavaju ga teškoće prekidanja negativnog misaonog toka i svojevrsna „zarobljenost“ u nepovoljnim mislima. Iako ruminacija i briga dijele zajedničku komponentu repetitivnosti, riječ je o različitim procesima. Aktualne svjetske krize i opća nesigurnost poticajno su okruženje za razvoj i intenziviranje ovih oblika repetitivnog mišljenja. Cilj istraživanja je opisati obrasce ruminacije i brige u nadolazećoj odraslosti te ispitati njihov odnos primjenom faktorske analize (FA). Istraživanje je provedeno 2022. godine. Sudjelovala su 302 studenta preddiplomskog studija ($M = 20,27$ godina; 79,8 % studentica) koji su ispunili subskalu ruminacije iz Upitnika emocionalne kontrole (Roger i Najarian, 1989) te Upitnik za procjenu briga (Meyer i sur., 1990). Rezultati pokazuju da su studentice sklonije brizi u odnosu na studente, dok spolne razlike u ruminaciji nisu utvrđene. Također, nisu pronađene razlike u ruminaciji i brizi s obzirom na godinu studija. Ruminacija i briga pozitivno su korelirane ($r = .502$, $p < .001$), no u zajedničkoj FA njihove čestice uglavnom se razdvajaju na odvojene faktore. Pri tome se čestice ruminacije dodatno grupiraju u dvije dimenzije: želju za uzvraćanjem u situacijama doživljene nepravde te ruminaciju o uznemirujućim slikama/iskustvima. Iako spolne razlike nisu prisutne u ukupnom rezultatu skale ruminacije, mladići postižu više rezultate na faktoru „želja za uzvraćanjem“. Tri dominantna faktora zajedno objašnjavaju 45 % varijance repetitivnog mišljenja. Rezultati potvrđuju da su ruminacija i briga povezani, ali ipak različiti procesi repetitivnog mišljenja. Posebno je značajno što se ruminacija pokazala višedimenzionalnim konstruktom, s dimenzijama podložnima spolnim razlikama. Ovi nalazi ukazuju na potrebu da se u budućim istraživanjima i kliničkoj praksi ruminacija i briga promatraju kao srodni, ali odvojeni te kompleksni misaoni procesi. Razumijevanje njihovih specifičnosti može pridonijeti razvoju učinkovitijih intervencija usmjerenih na smanjenje repetitivnog mišljenja.

Ključne riječi: briga, faktorska analiza, repetitivno mišljenje, ruminacija

Prikaz rada Tima za mentalno zdravlje Centra za rehabilitaciju Zagreb

Tamara Kralj, Anja Šepčević Sudar, Zrinka Katarina Stepić, Silvana Jelavić, Franina Cikatić

tamara.kralj@outlook.com

U Centru za rehabilitaciju Zagreb prije 22 godine je oformljen Tim za mentalno zdravlje. Cilj ovog rada je prikazati razvoj timskog rada i pristupa pružanju podrške osobama s intelektualnim teškoćama i problemima mentalnog zdravlja. U svojim počecima, glavni zadatak Tima bio je multidisciplinarno praćenje korisnika Centra s problemima mentalnog zdravlja, uz neizostavnu podršku konzilijarnog psihijatra. Prije 5 godina napravili smo veliki zaokret: nakon studentske posjete ustanovama koje skrbe o osobama s intelektualnim teškoćama (IT) u Belgiji, krenuli smo s edukacijom osoblja Centra (stručnih radnika i osoblja u podršci) te potom 2023. pokrenuli projektne aktivnosti s partnerima Edukacijsko-rehabilitacijskim fakultetom Sveučilišta u Zagrebu i udrugom Korablja. Višegodišnji projekt u suradnji s partnerima iz Belgije ima za cilj osnažiti stručnjake u Hrvatskoj za pružanje podrške osobama s IT u području mentalnog zdravlja i razviti usluge podrške primjenom emocionalnog razvojnog pristupa prof. Antona Došena. Projekt se provodi kroz nekoliko faza. Cilj prve faze je osigurati dostupnost skala za procjenu emocionalnog razvoja osoba s IT - SEO-R2 (Morisse & Došen 2016) i SED-S (Sappok & sur. 2022) i provesti psihometrijska istraživanja. Sljedeće faze imaju za cilj razvoj edukacijskog programa za primjenu skala emocionalnog razvoja i podrške osobama s IT te u konačnici stvaranje mreže stručnjaka koja bi doprinijela vidljivosti i utjecala na donositelje odluka za stvaranje zakonskih uvjeta za pružanje podrške u području mentalnog zdravlja osoba s IT.

Tim za mentalno zdravlje Centra za rehabilitaciju Zagreb danas ima višestruku ulogu. Tim i dalje nastavlja s multidisciplinarnim praćenjem i podrškom korisnicima Centra (psiholozi, edukacijski rehabilitatori, psihijatar, liječnik obiteljske medicine, med.sestre, osobe u izravnoj podršci, skrbnici...). Uz sveobuhvatnu timsku procjenu korisnika, članovi Tima organiziraju intervizijske i supervizijske sastanke stručnjaka na kojima se raspravlja i odlučuje o mogućim smjerovima podrške. Tim također sudjeluje u pripremi novih projektnih aktivnosti, te priprema i provodi edukacije osoblja Centra s ciljem razumijevanja emocionalnog razvojnog pristupa prof. Došena i njegove adekvatne primjene u praksi.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, emocionalni razvojni pristup, osobe s intelektualnim teškoćama

Stavovi učenika predmetne nastave o preventivnim programima u školi

Zvončica Kučanda

z.kucanda@yahoo.com

Posterom će biti prikazani rezultati istraživanja Stavovi učenika predmetne nastave o programima prevencije rizičnih ponašanja, nasilja i ovisnosti u školi. Cilj istraživanja je ispitati stavove učenika predmetne nastave prema programima prevencije rizičnih ponašanja, nasilja i ovisnosti koji se provode u njihovoj školi. Evaluacija i učinkovitost školskih preventivnih programa se provodi najčešće u ispitivanju znanja i/ili promjene ponašanja kod učenika, zadovoljstva sadržajem programa od strane učenika i osoba koji ih provode no rijetko su istraživanja usmjerena na stavove samih učenika a koji uvelike utječu na uspješnost provedbe i učinak školskih preventivnih programa. U istraživanju su sudjelovali učenici predmetne nastave, oba spola, u dobi od 10. do 15. godina jedne osnovne škole. Koristio se upitnik kreiran za svrhe ovog istraživanja uz preuzete prilagođene dijelove upitnika iz ranijih radova usmjerenih na slične teme. Prikupljeni su podaci od dobi, spolu i razredu, iskustvu sudjelovanja u nekom obliku preventivnog programa u školi i ocjenu tog programa. Osim toga, prikupljene su (1) procjene učinkovitosti preventivnih programa, (2) stav o važnosti i koristi preventivnih programa u školi, (3) stav o ulozi škole u prevenciji vršnjačkog nasilja i (4) stav o vlastitoj ulozi u prevenciji vršnjačkog nasilja.

Istraživanje ukazuje na podjednaku informiranost i neinformiranost učenika o provedbi preventivnih programa u školi. Učenici koji su upoznati s provedbom preventivnih aktivnosti identificiraju ključne teme obuhvaćene radom: mentalno zdravlje, prevenciju vršnjačkog i mrežnog nasilja, sigurnost u prometu, zlouporabu sredstava ovisnosti (alkohol i droge), regulaciju emocija te razvoj socijalnih vještina. Opća percepcija učinkovitosti programa, mjerena na skali Likertovog tipa (1–5), iznosi 3. Učenici sedmih razreda procjenjuju program učinkovitijim u odnosu na učenike petih i šestih razreda. Slično je procijenjena i subjektivna važnost i korisnost sadržaja. Učenici iskazuju veći interes za predavanja vanjskih stručnjaka (policijskih službenika, liječnika, djelatnika Crvenog križa i drugih) u odnosu na radionice koje vode razrednice/i i/ili stručne suradnice škole. Analiza odgovornosti u prevenciji nasilja ukazuje na to da učenici vlastitu ulogu smatraju značajnijom od uloge institucije škole, pri čemu stariji učenici obje uloge (osobnu i institucionalnu) procjenjuju višim ocjenama. Iako ispitanici prepoznaju vlastitu motivaciju i angažman kao ključne faktore uspješnosti preventivnih programa, nisu u istoj mjeri spremni sudjelovati u kreiranju samih programskih sadržaja.

Iako se naglasak stavlja na ulogu škole u provođenju programa prevencije, dobiveni podaci sugeriraju da bi isti imali bolji učinak i bolje rezultate ukoliko bi ih provodili vanjski suradnici i stručnjaci a ne djelatnici škole.

Ključne riječi: stavovi, školski preventivni program, učenici

Preliminarni rezultati provedbe kolegija Psihološko osnaživanje studenata

Ana Kurtović

akurtovi@ffos.hr

Mentalno zdravlje studenata važno je javnozdravstveno i obrazovno pitanje, s obzirom na visoku prevalenciju anksioznih i depresivnih simptoma, stresa i emocionalne iscrpljenosti u studentskoj populaciji te izražen jaz između potreba i dostupne stručne pomoći. Krovne organizacije i tijela preporučuju razvoj univerzalnih, preventivnih i razvojno utemeljenih intervencija unutar visokoškolskih institucija, usmjerenih jačanju psiholoških resursa i otpornosti studenata. U tom je kontekstu osmišljen kolegij Psihološko osnaživanje studenata kao strukturirani program usmjeren promicanju dobrobiti i mentalnog zdravlja studenata. Kolegij je prvi put proveden u ljetnom semestru ak. godine 2024./2025. u trajanju od 15 tjedana. Kolegij je uključivao sadržaje usmjerene na prepoznavanje i mijenjanje negativnih kognicija, bihevioralne eksperimente, uz integraciju elemenata terapije usmjerene na prihvatanje i posvećenost (ACT) te terapije usmjerene na suosjećanje (CFT), s ciljem razvoja psihološke fleksibilnosti, smanjenja iskustvenog izbjegavanja i jačanja samosuosjećanja.

Ukupno 54 studenata (48 ženskog roda) prve i druge godine Prijediplomskog studija psihologije je sudjelovalo na kolegiju. Na početku i na kraju kolegija primijenjeni su Upitnik depresivnosti, anksioznosti i stresa (DASS-21; Lovibond i Lovibond, 1995), Upitnik prihvatanja i akcije (AAQ-II; Bond i sur., 2011), Upitnik kognitivne fleksibilnosti (CFI; Dennis i Vander Wal, 2010), Skala opće samoeфикаsnosti (Ivanov, 2002), Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1965) i Skala osjećaja općeg zadovoljstva životom (Penezić, 2002).

Rezultati t-testova za zavisne uzorke pokazali su statistički značajno povećanje simptoma stresa, ali i kognitivne fleksibilnosti (dimenzija kontrole) i osjećaja općeg zadovoljstva životom. Također, pokazali su se statistički značajno niži rezultate na Upitniku prihvatanja i akcije koji mjeri iskustveno izbjegavanje. Rezultati na upitnicima samoeфикаsnosti i samopoštovanja pokazali su trend povećanja ali razlika nije dosegla razinu statističke značajnosti od .05.

Nalazi su u skladu s preporukama koje naglašavaju potrebu za razvojem univerzalnih, razvojno utemeljenih intervencija usmjerenih jačanju psiholoških resursa, čak i u kontekstima povećanog stresa. Naime, rezultati sugeriraju da ovakvi programi mogu doprinijeti jačanju adaptivnih procesa relevantnih za dobrobit studenata, a promjene u razini stresa su vjerojatno vezane uz povećane zahtjeve i opterećenja studenata na kraju akademske godine u odnosu na sredinu.

Ključne riječi: mentalno zdravlje studenata, psihološko osnaživanje, univerzalne intervencije

Stavovi o društvenoj pravdi, percipirana bihevioralna kontrola i društvene norme kao prediktori sudjelovanja u kolektivnim akcijama

Iva Sušilović, Ana Belajdžić, Zoran Sušan, Renata Franc

Iva.Susilovic@pilar.hr

Kolektivne akcije mogu se definirati kao sve aktivnosti u koje se pojedinac uključuje kao član grupe, a kojima je cilj unaprjeđenje grupnih interesa i stvaranje društvene promjene. Pod ovime se podrazumijevaju razne aktivnosti, uključujući prosvjedovanje, potpisivanje peticija, protestno glasanje i sl. Iako su mehanizmi u podlozi kolektivnog djelovanja vrlo popularna tema, broj istraživanja proveden na hrvatskoj populaciji nije velik. Uzimajući u obzir Ajzenovu (1991) teoriju planiranog ponašanja, cilj istraživanja bio je istražiti kako su stavovi o društvenoj pravdi, percipirana bihevioralna kontrola i društvene norme povezani s namjerom za sudjelovanjem u kolektivnim akcijama. Kako bi se ispitao međuodnos navedenih varijabli, provedeno je online anketno istraživanje uz sudjelovanje 214 studenata četiriju hrvatskih sveučilišta, pri čemu je 87% sudionika bilo ženskog spola, 10% muškoga te 3% ostalih. Korištena je Ljestvica društvene pravde po uzoru na Torres-Harding i suradnike (2012). Višestrukom regresijskom analizom utvrđeno je da stavovi o društvenoj pravdi, percipirana bihevioralna kontrola te društvene norme značajno pozitivno predviđaju namjere promicanja društvene pravednosti, pri čemu se percipirana bihevioralna kontrola ističe kao najsnažniji prediktor. Osim znanstvenog doprinosa, dobiveni rezultati imaju bitne praktične implikacije u vidu poticanja građana na kolektivno djelovanje te preuzimanje aktivne uloge u izgradnji vlastitih zajednica i promicanju društvene pravednosti.

Ključne riječi: kolektivne akcije, društvena pravednost, percipirana bihevioralna kontrola, društvene norme

Preventivni potencijal socijalne podrške u medijaciji između suživota i kognitivnog funkcioniranja u ruralnim zajednicama

Marko Krnjajić, Mudri Željko, Barać Ivana, Barišić Marija, Čebihin Maja, Lovrić Robert, Vujanić Jasenka

zeljkomudri96@gmail.com

Starenje je višedimenzionalan proces obilježen biološkim, psihološkim i socijalnim promjenama, čiji tijek i intenzitet uvjetuju individualni, okolišni i genetski čimbenici. Dobno uvjetovani kognitivni pad je očekivana biološka promjena u rasponu od očuvanih do značajno narušenih kognitivnih funkcija. Kontinuirana kognitivna aktivnost i poticanje neuroplastičnosti omogućuju ublažavanje ili djelomično reverziranje negativnih posljedica starenja na moždane funkcije. Koncept kognitivne rezerve objašnjava individualne razlike u očuvanju kognitivnih funkcija, pri čemu viša razina rezerve korelira s boljim performansama u starijoj dobi. Socijalna podrška djeluje kao čimbenik očuvanja kognitivne rezerve, osiguravajući emocionalnu sigurnost, socijalnu uključenost i osjećaj pripadnosti kroz pouzdane i emocionalno bliske mreže socijalnih odnosa. Stoga je cilj provedenog istraživanja bio ispitati postoji li povezanost između percipirane socijalne podrške i kognitivnog funkcioniranja kod osoba starije životne dobi, te ispitati ulogu percipirane socijalne podrške kao medijatora između suživota s drugim osobama i kognitivnih funkcija u ruralnom području Vukovarsko-srijemske županije. U istraživanju je sudjelovalo 265 osoba kronološke dobi 65 i više godina, regrutiranih metodom snježne grude u ruralnim zajednicama između ožujka i srpnja 2025. Instrumenti su uključivali Montrealovu skalu procjene kognitivnih funkcija te višedimenzionalnu skalu percipirane socijalne podrške. Rezultati upućuju da je veća razina percipirane socijalne podrške od strane obitelji, prijatelja i značajnih drugih statistički značajno povezana s boljim kognitivnim funkcioniranjem. Medijacijskom analizom potvrđena je uloga percipirane socijalne podrške kao medijatora između suživota s drugim osobama i kognitivnih funkcija, dok sam direktni učinak suživota nije bio značajan. Rezultati naglašavaju važnost socijalne podrške kao poveznice između društvenog okruženja i kognitivnog funkcioniranja. Također potvrđuju potrebu za osnaživanjem podrške i održavanjem društvenih mreža kod starijih osoba, što može poslužiti kao preventivna mjera za očuvanje kognitivnih funkcija.

Ključne riječi: osobe starije životne dobi, kognitivne funkcije, medijacijska uloga, ruralna populacija

Medijacijski učinak srama na odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca

Ivana Marčinko, Jelena Samac

imarcinko@ffos.hr

Zbog poteškoća u izražavanju emocija i drugačijeg načina iskazivanja psiholoških problema u odnosu na žene, mentalno zdravlje muškaraca ne samo da je manje istraženo, već manji postotak muškaraca traži psihološku pomoć. Stoga je važno razumjeti čimbenike koji osobama muškog posla često otežavaju traženje stručne pomoći. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati medijacijski učinak srama na odnos između sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. U istraživanju je sudjelovalo 267 sudionika muškog spola raspona dobi od 18 do 60 godina. Korišteni instrumenti su Skraćena verzija skale sukoba rodnih uloga, Skala srama iz Skale diferencijalnih emocija te Inventar stava o traženju stručne psihološke pomoći. Rezultati medijacijske analize su pokazali da je sram medijator odnosa između sukoba rodnih uloga i stava o traženju psihološke pomoći. Točnije, muškarci koji imaju višu razinu sukoba rodnih uloga, preko više razine doživljenog srama, imaju negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći. Spoznaje iz ovog rada nude smjernice kako pristupiti i promovirati potražnju psihološke pomoći među muškarcima.

Ključne riječi: sram, sukob rodnih uloga, stav o traženju psihološke pomoći kod muškaraca

STUDENTSKI POSTER PRIKAZI

The effects of gender and intimate status on online self-presentation strategies

Jovana Derajić, Isidora Majstorović, Bojana Bodroža, Bojana M. Dinić

jovana.derajic1@gmail.com

Online self-presentation is a socially embedded process shaped by normative expectations and relational goals, making gender and intimate relationship status particularly relevant factors for understanding how individuals manage impressions in digital environments. The aim of this study was to examine the effects of gender (men vs. women) and intimate relationship status (in the relationship/marriage vs. not in an intimate relationship), as well as their interaction, on online self-presentation strategies. The study was conducted on a sample of 360 participants from Serbia (61.2% women; 50.7% in a relationship or marriage), aged 18–56 years ($M = 22.60$). The Serbian adaptation of the Facebook Self-Presentation Questionnaire was used, with items modified to refer to online self-presentation in general, regardless of platform (scales real self, ideal self, and three forms of false self: self-deception, self-exploration, and self-compare/impress). Results of a multivariate analysis of covariance, with age controlled as a covariate, indicated a significant main effect of gender on the real self, with women scoring higher than men. Intimate relationship status did not show significant main effects; however, a significant interaction between gender and intimate status was found for the false self–compare/impress strategy. Specifically, women who were not in a relationship scored higher on this strategy than women who were in a relationship, whereas no differences related to intimate status were observed among men. These findings highlight the importance of considering the joint role of gender and intimate relationship status in understanding strategic forms of online self-presentation, particularly those aimed at comparison and impression management.

Key words: online self-presentation, gender, intimacy status, intimate relationships

Psihološki faktori rizika za nezadovoljstvo fizičkim izgledom: uloga samoobjektivizacije i diskrepance slike tela

Kristina Puzović, Bojana M. Dinić

kristinapuzovici6@gmail.com

Nezadovoljstvo fizičkim izgledom predstavlja značajan faktor rizika za različite poteškoće u mentalnom zdravlju i sve se češće prepoznaje kao važna meta preventivnih aktivnosti u zajednici. Polazeći od Teorije self-diskrepance i Teorije objektivizacije, cilj ovog istraživanja bio je da se ispita uloga diskrepance između idealne i percipirane slike tela, kao i procesa samoobjektivizacije, u objašnjenju nezadovoljstva fizičkim izgledom. U istraživanju je učestvovalo 360 ispitanika (52,7% ženskog pola) koji su dali podatke o trenutnoj i idealnoj slici tela, telesnim merama, internalizaciji kulturnih standarda lepote, telesnom nadzoru i zadovoljstvu fizičkim izgledom. Diskrepanca slike tela operacionalizovana je kao razlika između percipirane trenutne i idealne slike tela. Podaci su analizirani hijerarhijskom regresionom analizom kako bi se procenio jedinstveni doprinos psiholoških i sociokulturnih faktora, nezavisno od objektivnih telesnih karakteristika. Rezultati su pokazali da je diskrepanca slike tela snažan negativan prediktor zadovoljstva fizičkim izgledom ($\beta = -.50$, $p < .001$), čak i nakon kontrole indeksa telesne mase i drugih pokazatelja telesne konstitucije. Pored toga, komponente samoobjektivizacije, odnosno internalizacija kulturnih standarda lepote ($\beta = -.13$, $p = .014$) i telesni nadzor ($\beta = -.18$, $p = .001$), takođe su bile povezane sa nižim nivoima zadovoljstva fizičkim izgledom. Objektivne telesne mere nisu imale značajan doprinos nakon uključivanja psiholoških varijabli. Ovi nalazi ukazuju na to da je nezadovoljstvo fizičkim izgledom u većoj meri povezano sa subjektivnim procenama tela i sociokulturnim pritiscima nego sa objektivnim telesnim karakteristikama. Iz perspektive prevencije, rezultati naglašavaju značaj diskrepance slike tela i samoobjektivizacije kao ključnih faktora rizika koji mogu biti ciljevi psihoedukativnih programa, medijske pismenosti i preventivnih intervencija u zajednici.

Ključne riječi: diskrepanca slike tela, samoobjektivizacija, nezadovoljstvo fizičkim izgledom, sociokulturni uticaji, prevencija

PREDSTAVLJANJA KNJIGA

Prevenција ovisnosti

Siniša Brlas

sinisa.brlas@zzjzvpz.hr

Ovisnost je jedan od vodećih društvenih problema i veliki javnozdravstveni izazov. U tome je kontekstu prevencija imperativ učinkovitog suzbijanja ovisnosti. S obzirom na biopsihosocijalnu narav ovisnosti kao društvenog fenomena, pretpostavka učinkovite prevencije nužno uključuju interdisciplinarnu suradnju stručnjaka različitih profila, a psiholozi su jedna od stožernih struka u tome kontekstu. Na tome je tragu nastala i knjiga „Prevenција ovisnosti“ koja u podnaslovu opisuje kako se radi o priručniku za planiranje, programiranje i evaluaciju preventivnih aktivnosti, što znači da je namijenjena svima koji se u svojem radu susreću s potrebom osmišljavanja i provedbe preventivnih aktivnosti u zajednici. Knjiga u 19 poglavlja donosi temeljne informacije o važnosti prevencije u kontekstu borbe protiv ovisnosti, opisuje razvojni put prevencije, te se u glavni tema bavi metodološkim pitanjima važnima za osmišljavanje, provedbu i evaluaciju učinkovitih preventivnih aktivnosti. Snažno je naslonjena na profesionalno iskustvo autora koji se prevencijom i psihologijom ovisnosti bavi gotovo 30 godina i jedan je od vodećih domaćih stručnjaka u području psihologije ovisnosti. Na kraju knjige je rječnik osnovnih pojmova u području ovisnosti, čime se ova autorova knjiga naslanja na njegov „Terminološki opisni rječnik ovisnosti“ kod istoga nakladnika. Završna su poglavlja u formi priloga ustvari prijedlozi instrumenata koji se mogu koristiti u provedbi i evaluaciji aktivnosti. Ovako koncipirana, sadržajno je to prva takva knjiga kod nas, ali i u regiji, te je dodana vrijednost prevenciji jer doprinosi trajnosti i učinkovitosti preventivnog djelovanja u zajednici. Ujedno snažno afirmira psihologiju kao neizostavnu struku u kontekstu borbe protiv ovisnosti. Autor knjige je profesor psihologije i specijalist kliničke psihologije Siniša Brlas, izdavač je Medicinska naklada iz Zagreba, a knjiga je objavljena 2025. godine.

Ključne riječi: ovisnost, prevencija, publikacija

Maštarij-predstavljanje vježbenice za poticanje razvoja

Josipa Mamužić, Ivan Alagić

josipa.mamuzic@gmail.com

Autori će predstaviti vježbenicu za poticanje kognitivnog razvoja, kreativnog i kritičkog mišljenja. Vježbenica obuhvaća aktivnosti utemeljene na spoznajama suvremene razvojne i kognitivne psihologije do kojih su doveli raznoliki programi poticanja razvoja kreativnosti. Aktivnosti su proizašle iz odgojno-obrazovnog rada s djecom različite dobi, od predškolske do osnovnoškolske, ali i iz rada s odgojno-obrazovnim stručnjacima koji se bave ovom tematikom u vrtićima i školama. Vježbenica je podijeljena u tri dijela, a obuhvaća raspon godina od 5. godine do 15. godine.

Ključne riječi: kreativnost, kritičko mišljenje, kognitivni razvoj

