

2. Rostoharjevi dnevi

14.–15. november 2014

Filozofska fakulteta, Ljubljana



Organizator srečanja

Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Organizacijski in programski odbor srečanja

Andreja Avsec
Boštjan Bajec
Ljubica Marjanovič Umek
Vlado Mihelj
Anja Podlesek
Mojca Poredoš
Melita Puklek Levpušček
Gregor Žvelc

Zbornik povzetkov uredila

Anja Podlesek

Klinična in zdravstvena psihologija

Varovalni dejavniki prilagoditve družine na življenje s cistično fibrozo

Darja Potočnik Kodrun

UKC Ljubljana, Pediatrična klinika, Oddelek za pljučne bolezni

Kontakt: darja.kodrun@gmail.com

Celostno obravnavanje obolelega zajema pridobitev različnih informacij, ki zdravstvenemu osebu pomagajo pri načrtovanju intervencij zanj in za njegove svojce. Pomembne so informacije o soočanju z njihovimi čustvi, negotovostjo ter ocena obremenitev, ki jo kronična bolezen prinaša v (družinski in skupnostni) sistem. To pomeni, koliko družina sodeluje pri (o)skrbi za bolno osebo, kakšna je vloga članov po diagnozi, kakšni so načini spoprijemanja s prejšnjimi in sedanjimi stresi, kakšne so družinske navade in pretekle izkušnje, ki bi lahko ovirali izražanje čustev ali motile razvijanje varnega odnosa s kronično bolno osebo in njegovo vključevanje v domače okolje. Oceniti želimo varovalne dejavnike in dejavnike tveganja za učinkovito prilagoditev na neozdravljivo bolezen družinskega člana. Cistična fibroza je najbolj pogosta redka prirojena bolezen, ki prizadane eksokrine žleze, ki izločajo sluz zlasti v dihalnih poteh, pljučih, trebušni slinavki in črevesju. V raziskavi je sodelovalo 15 družin, ki so vodene v CF centru. Preko apliciranja vprašalnikov se je ocenjevalo družinsko delovanje, kot npr. družinske vloge, pravila, komunikacijske vzorce (Family Assessment Measurement – FAM III; Skinner, Steinhauer in Santa Barbara, 1995) in doživljanje ter spoprijemanje s kronično somatsko boleznijo (Coping response inventory – CRI; Moos in Moos, 1989). Družine s CF dosegajo na več področjih družinskega delovanja klinično pomembno povišane rezultate. Najbolj pogosta strategija soočanja s CF je miselno izogibanje. Skozi proces soočanja se družina poveže, a hkrati postane tudi bolj ranljiva. Gre za študijo na majhnem vzorcu redke dedne bolezni. Poleg tega je soočanje zelo osebni proces, zato pridobljenih zaključkov ne moremo širše posploševati, vendar rezultati nakazujejo smer nadaljnjega raziskovalnega in kliničnega dela psihologa v CF centru.

Samopodoba, samospoštovanje in emocionalna inteligentnost pri osebah, odvisnih od drog, od alkohola, in pri osebah z motnjami hranjenja

Saša Učman¹ in Darja Kobal Grum²

¹Psihiatrična klinika Ljubljana

²Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: sasa.ucman@gmail.com

Nižje vrednosti samospoštovanja, samopodobe in emocionalne inteligentnosti so povezane s številnimi zapleti na področju duševnega zdravja. Osrednji problem naše

raziskave je bil podrobneje raziskati nekatere značilnosti ter medsebojno povezanost konstruktov pri treh kliničnih skupinah oseb, ki so bile vključene v bolnišnično obravnavo na Psihiatrični kliniki v Ljubljani: oseb z motnjami hranjenja ($n = 97$), oseb, odvisnih od alkohola ($n = 137$), in oseb, odvisnih od prepovedanih drog ($n = 117$) ter jih primerjati z vrednostmi oseb iz primerjalne skupine ($n = 139$). Rezultati kažejo, da se vse tri klinične skupine oseb pomembno nižje ocenjujejo od skupine zdravih oseb na področju splošne, telesne in socialne samopodobe. Osebe z motnjami hranjenja so klinična skupina z najnižjim mnenjem o sebi, celo pomembno nižjim od ostalih dveh preučevanih kliničnih skupin. Primerjava med spoloma razkriva statistično pomembno nižje vrednosti nekaterih vidikov samopodobe pri ženskah odvisnih od drog ali alkohola. Tudi na področju globalnega samospoštovanja se osebe s psihično motnjo vrednotijo nižje od zdravih oseb. Polje znanstvenih raziskav doslej še ni ponudilo odgovora o vrednostih celotnega konstrukta emocionalne inteligentnosti na kliničnem vzorcu oseb. Naša študija zapolnjuje vrzel v literaturi in potrjuje, da so na osnovi samoocenjevalnega vprašalnika emocionalne kompetence oseb z motnjami hranjenja v primerjavi z zdravimi osebami v celoti nižje, če pa slednje primerjamo z osebami, odvisnimi od prepovedanih substanc, pa so vrednosti nižje pri dimenziji nadzorovanje in uravnavanje emocij. Nadaljnja analiza je pokazala, da je skupina oseb z motnjami hranjenja tista, ki na tem področju zaznava največji primanjkljaj. Ob preverjanju vpliva dimenzij emocionalne kompetentnosti na splošno samopodobo in samospoštovanje se izkaže, da največ variance pri vseh skupinah preizkušancev tako za splošno samopodobo kot za globalno samospoštovanje pojasnjuje dimenzija nadzorovanje in uravnavanje emocij. Izsledki raziskave kažejo, da bi morda lahko s krepitvijo veščin na področju nadzorovanja in uravnavanja emocij vplivali tudi na splošno samopodobo ter samospoštovanje.

Težave pozunanjenja in ponotranjenja pri triletnih otrocih in mladostnikih: rezultati empirične primerjave dimenzionalnih in kategoričnih modelov

David Gosar¹ in Rok Holnhaner²

¹UKC Ljubljana, Pediatrična klinika, Oddelek za otroško, mladostniško in razvojno nevrologijo

²Dispanzer za pedopsihiatrijo, ZD dr. Adolfa Drolca, Maribor
Kontakt: DavidGosar@yahoo.com

Prenova Diagnostičnega in statističnega priročnika duševnih motenj (DSM) je spodbudila vrsto zanimivih raziskovalnih vprašanj o kategorični oz. dimenzionalni naravi psihopatologije pri otrocih in mladostnikih. Medtem ko so bila ta vprašanja v preteklosti večinoma predmet teoretične razprave, nam sodobna statistična metodologija omogoča, da nanje odgovorimo tudi z empiričnega vidika. V naši raziskavi smo na vprašanje dimenzionalne oz. kategorične narave težav pozunanjenja in ponotranjenja poskušali odgovoriti s pomočjo podatkov skupine 26018

otrok, ki so se udeležili sistematskega psihološkega pregleda triletnikov (Praper, 1980) ter skupine 1561 mladostnikov s povprečno starostjo 16 let, ki so izpolnili Vprašalnik za ocenjevanja osebnosti PAI-A (Morey, 2007). Za skupino triletnih otrok smo na osnovi eksploratorne faktorske analize vprašanj o znakih neadekvatne adaptacije izluščili devet dimenzij psihopatologije, vključno z dimenzijama težav pozunanjenja in ponotranjenja. Za postavke, vključene v obe dimenziji, smo nato s pomočjo konfirmatorne faktorske analize (CFA) in analize latentnih razredov (LCA) ocenili, ali jih je mogoče najbolje opisati s pomočjo dimenzionalnega ali kategoričnega modela. Za skupino mladostnikov smo s pomočjo CFA in analize latentnih profilov ocenili, ali je pojavnost težav ponotranjenja in pozunanjenja, zajetih v PAI-A, bolj smiselno opredeliti s pomočjo nadrednih dimenzij ali pa latentnih kategorij. Ob primerjavi indeksov prileganja (Bayesian Information Criterion - BIC) smo ugotovili, da lahko pri triletnih otrocih simptome težav ponotranjenja (pon.) in pozunanjenja (poz.) najbolje opišemo ne z dimenzionalnima modeloma ($BIC_{poz.} = 120705,6$, $BIC_{pon.} = 172925,1$), temveč s kategoričnima modeloma s štirimi oz. petimi razredi ($BIC_{poz.} = 120249,0$, $BIC_{pon.} = 172876,2$). Pri mladostnikih je bilo strukturo težav ponotranjenja in pozunanjenja prav tako najbolj smiselno opisati s pomočjo kategoričnega ($BIC = 65490,2$) in ne dvofaktorskega dimenzionalnega modela ($BIC = 65907,0$).

Samopoškodbeno vedenje pri vedenjsko motenih mladostnikih

Darija Peterec Kotar
Vzgojno-izobraževalni zavod Višnja Gora
Kontakt: peterec.d@gmail.com

Prispevek predstavlja rezultate raziskave, s katero je želela avtorica ugotoviti pojavnost in oblike impulzivnega samopoškodbenega vedenja pri vedenjsko motenih mladostnikih ter poiskati morebitne varovalne dejavnike ter dejavnike tveganja za razvoj tovrstnega vedenja. V raziskavo je bilo vključenih 171 udeleženk in udeležencev, starih od 14 do 19 let, ki so bili za določeno obdobje med leti 1997 in 2012 nameščeni v Vzgojno-izobraževalnem zavodu Višnja Gora. Rezultati so pokazali prisotnost impulzivnega samopoškodovanja pri nekaj več kot tretjini udeležencev v vzorcu, pri tem je bilo največkrat zabeleženo samopoškodovanje z rezanjem kože ter zaužitjem tablet. Pri mladostnicah je bilo ugotovljenega več samopoškodovanja v obliki rezanja, praskanja kože in zaužitja tablet, pri mladostnikih pa več brcanja ob predmete. Kot varovalni dejavnik pri razvoju samopoškodovalnega vedenja se je izkazala manjša disfunkcionalnost v družinskih odnosih. Dejavniki tveganja, ki so se povezovali z višje zaznamim samopoškodovalnim vedenjem pri udeležencih, so predstavljali travmatski dogodki, kot so smrt starša, spolna zloraba, oddaja v rejništvo, zloraba alkohola in droge pri udeležencih. V raziskavi smo našli nekatere statistično pomembne razlike v posamičnih faktorjih na

Freiburškem osebnostnem vprašalniku med skupinama »z« in »brez« samopoškodbenega vedenja. Udeleženci, ki so se samopoškodovali, so na osebnostnem vprašalniku izražali statistično pomembno več simptomov depresivnosti, psihosomatskih motenj, opisovali so se kot čustveno manj stabilni z višjo mero samokritičnosti. Prav tako je bila za udeležence, ki so se samopoškodovali, značilna višja impulzivnost, neobvladanost, nemirnost in potreba po spremembah. Rezultati raziskave so pokazali, da so osebnostne lastnosti udeležencev s samopoškodbami podobne opisu mejne osebnostne motnje.

Osebnost in inteligentnost

Implicitna pojmovanja inteligentnosti in osebnosti pri učiteljih v povezavi z njihovo osebnostno strukturo in inteligentnostjo

Barbara Debeljak Rus
Gimnazija Jesenice
Kontakt: barbara.debeljak@guest.arnes.si

Posameznik uporablja pri razlagi inteligentnosti enega izmed dveh različnih miselnih setov (teorija danosti ali teorija rasti), ki sooblikuje implicitno pojmovanje inteligentnosti in osebnosti (Dweck, 1999, 2006). Glavni namen raziskave je bil raziskati odnos med posameznikovimi izraženimi osebnostnimi lastnostmi po modelu Velikih pet ter vrsto posameznikovega implicitnega pojmovanja inteligentnosti, znotraj tega pa še odnos med osebnostno strukturo in dejansko inteligentnostjo na eni ter implicitnimi pojmovanji inteligentnosti in osebnosti na drugi strani. V raziskavi, ki je potekala od maja 2009 do junija 2012, je v treh različnih študijah sodelovalo 151 učiteljev drugega in petega razreda iz 54 različnih osnovnih šol primorske, ljubljanske in mariborske regije (64 jih je sodelovalo dvakrat) ter 117 študentov treh slovenskih pedagoških fakultet, smer razredni pouk. V raziskavi smo uporabili standardne mere inteligentnosti in osebnosti ter določene prirejene merske instrumente. Znanstvena vrednost izvedene raziskave je v zapolnitvi vrzeli med vrsto implicitnega pojmovanja inteligentnosti (teorija danosti oziroma teorija rasti) in osebnostno strukturo posameznika – kaže se šibka povezanost med vrsto implicitne teorije inteligentnosti ter osebnostnimi temeljnimi tendencami energijo, odprtostjo in vestnostjo ter neznatna povezanost delovnih izkušenj posameznika z njegovimi dejanskimi osebnostnimi lastnostmi in vrsto njegove implicitne teorije inteligentnosti; praktično uporabnost rezultatov pa vidimo v oblikovanju seminarjev stalnega strokovnega izobraževanja na področju vzgoje in izobraževanja o pomembnosti vrste učiteljevega implicitnega pojmovanja inteligentnosti za samozaznavanje učenca na katerikoli ravni izobraževanja ter morebitnem spreminjanju vrste posameznikovega implicitnega pojmovanja inteligentnosti ali osebnosti.

Poleg tega je pomemben doprinos raziskave tudi v tem, da so implicitna pojmovanja inteligentnosti in implicitna pojmovanja osebnosti med seboj zmerno povezana in nanje z ustreznimi argumentiranimi delavnicami lahko vplivamo (jih spreminjamo). Do podobnih rezultatov raziskav, ki so pokazali, da je možno posameznikovo implicitno pojmovanje inteligentnosti z ustrezno argumentiranim gradivom spremeniti (predvsem pri spreminjanju implicitnega pojmovanja inteligentnosti iz teorije danosti v teorijo rasti) je prišlo še nekaj drugih raziskovalcev (Da Fonseca, Cury, Bailly in Rufo, 2004; Heslin, Latham in VandeWalle, 2005).

Osebnostne dimenzije spolne promiskuitete

Matjaž Regovec
Institut IPAL
Kontakt: matjaz@ipal.si

Psihologija osebnosti v povezavi s spolno promiskuiteto je malo obdelano področje znanstvenega raziskovanja. Predstavljeni bodo rezultati relativno široko zastavljene raziskave, ki je potekala na vzorcu 123 moških in 397 žensk starosti od 18 do 75 let. Pet velikih dimenzij osebnosti različno napoveduje spolno promiskuiteto pri spolih. Za posebej zanimivo se je izkazala napovedovalna moč velikih pet v kombinaciji z drugimi prediktorji. Med temi drugimi so pomembni zlasti temna trojica (makiavelizem, psihopatija in narcisizem), spolne sheme (pozitivna in negativna maskulinitet, pozitivna in negativna femininitet), spremenljivke spolnega gona (med njimi tudi seksualna kompulzivnost), stališča do promiskuitete in določene vrednote (merjene z Muskovo lestvico vrednot). Za razliko od že uveljavljenih konstruktov, ki merijo na primer socioseksualnost, smo za odvisne spremenljivke, ki merijo promiskuiteto, opredelili samo tiste, ki neposredno merijo spolno vedenje, in smo jih ločili od tistih, ki merijo druge aspekte socioseksualnosti (gre predvsem za spremenljivke spolnega gona, spolnih fantazij in spremenljivke stališč do prostega spolnega vedenja). Za nekatere med njimi se izkaže, da tudi dejansko uspešno napovedujejo promiskuiteto – se pravi, promiskuitetno spolno obnašanje. Moški in ženske se ne razlikujejo pomembno glede velikosti oziroma obsega promiskuitetnega obnašanja, pojavljajo pa se velike pomembne razlike v jakosti spolnega gona. Spolni gon tudi napoveduje moško promiskuiteto, medtem ko pri ženski promiskuiteti to ni bilo ugotovljeno, se je pa v multiplem regresijskem modelu pokazalo, da spolni gon vseeno napoveduje žensko promiskuiteto, in sicer v kombinaciji z ekstravertnostjo. Pri napovedovanju promiskuitete je bila ugotovljena pomembna interakcija med spolnim gonom in nevroticizmom, a samo pri moških. Moški z visoko stopnjo nevroticizma so bili ob enaki višini spolnega gona pomembno manj promiskuitetni od srednje in nižje nevrotičnih.

Odnos med impulzivnostjo, temperamentom, hitrostjo procesiranja informacij in splošno inteligentnostjo

Iztok Žilavec¹ in Valentin Bucik²

¹SIRIUS AM d.o.o.

²Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: iztok.zilavec@matejtusak.si

Skušali smo odgovoriti, kako se med seboj povezujejo različne vrste impulzivnosti, lastnosti temperamenta, kot jih opredeli Pavlov, hitrost procesiranja informacij in konstrukt splošne inteligentnosti. Za te konstrukte smo se odločili, ker se vsi dotikajo bioloških osnov in jih obstoječe teorije razlagajo predvsem z lastnostmi centralnega živčnega sistema, zato smo med njimi pričakovali ustrezno sovariranje. V zbiranje podatkov smo vključili Eysenckov vprašalnik impulzivnosti, Dickmanov vprašalnik impulzivnosti, Strelauov vprašalnik temperamenta po Pavlovu, Ravenove zahtevne progresivne matrice in tri mere hitrosti procesiranja informacij – test kodiranja, Test d2 – Aufmerksamkeits-Belastungs-Test in test povezovanja števil – Zahlen-Verbindungs-Test. Podatke smo pridobili na vzorcu študentov ($N = 71$), ki smo jih zaradi obsežnosti in zahtevnosti preizkušenj testirali v dveh ločenih sklopih. Rezultati so pokazali, da se višja inteligentnost in hitrejša procesiranje informacij povezuje z višjo funkcionalno impulzivnostjo, močnejšim, bolj uravnoteženim in mobilnejšim živčnim sistemom ter nižjima nefunkcionalno impulzivnostjo in impulzivnostjo po Eysencku. Predpostavljen je bil tudi model povezanosti med konstrukti, prileganje le-tega zbranim podatkom pa je zadovoljiva. Raziskava osvetljuje povezave med konstrukti, ki se vključujejo na področje zmogljivosti kognitivnega aparata in odpira nekatera nova vprašanja za natančnejše preverjanje povezanosti med obravnavanimi spremenljivkami.

Sebstvo in spletne kamere: Samozavedanje v kontekstu računalniško posredovane komunikacije

Andrej Preglej¹, Bojan Musil¹, Nenad Čuš Babič² in Tadevž Ropert¹

¹Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

²Univerza v Mariboru, Fakulteta za gradbeništvo, Katedra za gradbeno in prometno informatiko

Kontakt: andrejpreglej00@gmail.com

Pred več kot štiridesetimi leti sta Duvalova and Wicklund (1972) s teorijo objektivnega samozavedanja vnesla nov vidik v empirično raziskovanje sebstva, natančneje v samorefleksivno kvaliteto zavedanja. Po njuni teoriji lahko govorimo o stanju objektivnega samozavedanja, ko je posameznikova pozornost usmerjena navznoter in je objekt svojega zavedanja. Ko je posameznikova pozornost usmerjena navzven k zunanjim objektom,

je subjekt svojega zavedanja in v stanju subjektivnega samozavedanja. Raziskave od leta 1970 podpirajo predpostavke omenjenega teoretičnega pristopa, da različni dražljaji, ki usmerjajo pozornost na sebstvo (npr. ogledala, kamere, zvočni posnetki, pristnost drugih), inducirajo stanje samozavedanja, ki je usmerjeno bodisi na posameznikove lastnosti (informacije, ki so dostopne samo njemu) bodisi na posameznikovo zunanost (informacije, ki so dostopne tudi drugim ljudem). Z razvojem in posledično dostopnostjo, zmogljivostjo ter opremljenostjo sodobnih (prenosnih) računalnikov se odpira potencialno novo zanimanje za teorijo objektivnega samozavedanja. Avtorji pričujočega prispevka smo v eksperimentalno zasnovani raziskavi preizkušali osnovne predpostavke teorije objektivnega samozavedanja v okolju računalniško posredovane komunikacije. Natančneje, naša raziskava je poskušala odgovoriti na osnovno raziskovalno vprašanje, ali imajo spletne kamere učinek na različne vidike samozavedanja. V eksperimentalnih pogojih, kjer so posamezniki reševali vprašalnike v navezavi na različne vidike samozavedanja ob prisotnosti njihove statične ali dinamične slike, so rezultati pokazali zgolj manjši učinek na privatno samozavedanje v pogoju statične slike udeleženca. Rezultati imajo potencialne praktične implikacije za psihologijo, tehnologijo in komunikacijske študije.

Pedagoška psihologija

Motivacija za učenje slovenskih učencev v obdobju zgodnjega mladostništva

Melita Puklek Levpušek
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: melita.puklek@ff.uni-lj.si

V zgodnjem obdobju mladostništva se zgodijo številne spremembe na telesnem, spoznavnem in socialnem področju posameznikovega razvoja. Spreminjata se tudi odnos do učenja in učna uspešnost, zlasti v zadnjem triletju devetletke in v srednji šoli. Številne raziskave v svetu in pri nas konsistentno kažejo, da v zgodnjem mladostništvu upadajo tako zunanji kot notranji vidiki učne motivacije, veselje do učenja posameznih predmetov, prepričanja o koristnosti in uporabnosti šolskih predmetov, zaupanje v svoje zmožnosti uspešnega učenja ter aktivno vključevanje in sodelovanje pri pouku. Avtorica v prispevku sintezno prikazuje rezultate mednarodnih (TIMSS, PISA) in nekaterih slovenskih študij na področju stališč in motivacije do učenja naravoslovnih predmetov, matematike ter motivacije za branje. Prikazane bodo primerjave med OECD povprečjem, Slovenijo in nekaterimi najuspešnejšimi državami na področju mladostnikovega doživljanja šole, učnih predmetov, zavzetosti in motivacije za učenje posameznih predmetov ter prepričanj o sebi na področju učenja. Rezultati kažejo, da so slovenski mladostniki manj motivirani za učenje

posameznih predmetov kot (v povprečju) njihovi vrstniki v drugih državah. V primerjavi s povprečjem držav OECD imajo tudi nižjo raven bralne pismenosti ter nizko motivacijo za branje. Učitelj je tako pred izzivom, kako v takšnih okoliščinah voditi kakovosten pouk in hkrati krepiti učenčevo zanimanje in pripravljenost za aktivno udejstvovanje pri njegovem predmetu.

Sem opazovalec medvrstniškega nasilja: kaj lahko naredim?

Sonja Pečjak in Tina Pirc
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: sonja.pecjak@ff.uni-lj.si

Skupina učencev-opazovalcev je pri medvrstniškem nasilju prevladujoča in hkrati zelo heterogena skupina, saj se lahko vsak učenec – tudi nasilnež ali žrtev – znajde v vlogi opazovalca. Zato ima ta skupina veliko potencialno moč za zmanjševanje tega nasilja. Z delovanjem na učence, ki sicer zavzemajo različne vloge pri medvrstniškem nasilju, lahko tako dosežemo vsaj premik od manj k nekoliko bolj produktivni interakciji. V raziskavi je sodelovalo 590 učencev osnovne in srednje šole. Zanimalo nas je, v kakšnih vlogah se pojavljajo učenci kot opazovalci medvrstniškega nasilja ter kakšna je povezanost med vlogami učencev opazovalcev in spolom, stopnjo šolanja ter njihovo učno uspešnostjo. Uporabili smo dva instrumenta, in sicer Vprašalnik nasilja v šoli (Cheng, Chen, Liu in Chen, 2011) in Vprašalnik vloge opazovalcev (Parada, 2006; v Marsh, Nagengast, Morin, Parada, Craven in Hamilton, 2011). Ugotovili smo, da se učenci nasilneži, tudi ko so v vlogi opazovalcev, pomembno pogostejše kot drugi obnašajo kot aktivni ali pasivni spodbujevalci drugih nasilnežev. Med zagovorniki žrtve je največ tistih, ki sicer sploh niso udeleženi v medvrstniškem nasilju, in učencev, ki so v drugih situacijah tudi sami žrtve. Nadalje smo ugotovili, da so v vlogi spodbujevalcev nasilneža (pasivnih ali aktivnih) pomembno pogostejše fantje, osnovnošolci in učno manj uspešni učenci. V vlogi ignorantov se pomembno pogostejše znajdejo dijaki in učno bolj uspešni učenci, ki se delajo, da se jih izvaja nasilje ne tiče. V vlogi zagovornikov žrtve se pogostejše pojavljajo dekleta in dijaki.

Ali participacija učencev in dijakov v šoli spodbuja medetnično prijateljstvo?

Alenka Gril
Pedagoški inštitut Ljubljana
Kontakt: alenka.gril@pei.si

Prispevek obravnava vlogo aktivne participacije učencev in dijakov v šoli na njihova medetnična stališča. Zmanjševanje etničnih predsodkov je, glede na Allportovo kontaktno teorijo, možno dosegati z neposrednimi medosebimi stiki med pripadniki različnih etničnih skupin. Tako smo predpostavili, da bo sodelovanje med

učenci/dijaki iz različnih etničnih skupin spodbudilo vzajemno sprejemanje in naklonjenost med vrstniki z različnim etničnim ozadjem. Hipotezo smo preverjali v študiji, izvedeni na slovenskih osnovnih ($N=8$) in srednjih šolah ($N=27$), ki so bile izbrane po metodi dvostopenjskega stratificiranega vzorčenja klastrov. V študiji so sodelovali učenci 6. in 9. razredov osnovnih šol in dijaki 3. letnika srednjih šol ($N=868$) ter njihovi učitelji ($N=333$). Učenci/dijaki in učitelji so izpolnjevali vprašalnike, sestavljene iz lestvic participativne šolske klime, razredne kohezivnosti in stališč do multikulturalizma. Učenci/dijaki so poročali še o medetničnih stikih z vrstniki (na lestvici socialne distance) in lastni etnični identiteti. Učitelji pa so poročali še o pogostosti aktivnih metod učenja in pouka o socialni različnosti ter stališčih do participacije učencev na šoli. Z multinomsko logistično regresijo smo preverili učinke participacije učencev/dijakov v šoli na njihova etnična stališča. Z multiplo regresijsko analizo pa smo preverili učinke participativne šolske in razredne klime ter učiteljevih stališč na aktivni pouk. Rezultati so pokazali, da (1) učenci/dijaki iz bolj kohezivnih in etnično raznolikih razredov izražajo manj etničnih predsodkov in so naklonjeni multikulturalizmu; (2) aktivne metode učenja so pogostejše med učitelji, ki so naklonjeni multikulturalizmu in participaciji učencev/dijakov v šoli in poučujejo v bolj kohezivnih razredih ter pogostejše poučujejo o socialni različnosti. Ti rezultati predstavljajo obetajoče izhodišče za pedagoške implikacije za medkulturno vzgojo.

Vrline učiteljev, vodenje razreda in zadovoljstvo učencev

Polona Gradišek¹ in Sonja Pečjak²

¹Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta

²Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: polona.gradisek@gmail.com

Klasifikacija vrlin predstavlja enega ključnih konceptov na področju pozitivne psihologije. Raziskovalci so v raziskavah na splošni populaciji ugotovili številne koristi posameznikovega poznavanja lastnih vrlin in uporabe teh v vsakdanjem življenju. Vrline učiteljev kot specifične populacije do sedaj skorajda niso bile raziskane. Ker imajo učitelji pomemben vpliv na učenje in osebni razvoj učencev, smo v naši raziskavi preučevali vrline učiteljev v razrednem kontekstu. V raziskavi je sodelovalo 408 osnovnošolskih in srednješolskih učiteljev (80,8 % žensk) iz 39 slovenskih šol in 1151 njihovih učencev (53,3 % deklet) iz 9. razreda osnovne šole oz. 3. letnika srednje šole. Učitelji so izpolnili Vprašalnik vrlin VIA-IS, učenci pa vprašalnike Učiteljeve vrline, Spodbujanje vrlin, Vprašalnik o učiteljevem vodenju razreda – VUVR in Lestvico zadovoljstva z učiteljem. Rezultati so pokazali, da se z učinkovitim vodenjem razreda povezujejo predvsem vrline človečnosti (prijaznost, ljubezen, socialna inteligentnost) in transcendentnosti (humor, upanje, hvaležnost, cenjenje odličnosti,

duhovnost), te vrline učiteljev pa tudi učenci v največji meri prepoznavajo pri svojih učiteljih. Učenci so najbolj zadovoljni z učitelji, pri katerih prepoznavajo naslednje vrline: vodenje, ljubezen, ustvarjalnost, vztrajnost in perspektiva; ter s tistimi učitelji, ki v razredu spodbujajo humor, radovednost, ustvarjalnost, cenjenje odličnosti in prijaznost. Z večnivojskim linearnim modeliranjem smo preučevali odnos med učiteljevimi vrlinami, njegovim vodenjem razreda in zadovoljstvom učencev ter ugotovili, da je za zadovoljstvo učencev pomembnejša njihova lastna zaznava učiteljevih vrlin kot izraženost vrlin, o kateri poročajo učitelji sami.

Portfolio pri pedagoški psihologiji

Mojca Juriševič in Polona Gradišek

Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta

Kontakt: polona.gradisek@gmail.com

Portfolio spodbuja učenje z razumevanjem in omogoča avtentično ocenjevanje. Študenti med pripravo portfolia poglobljajo pridobljeno znanje skozi refleksije, teoretsko znanje povezujejo s praktičnimi izkušnjami in spremljajo lastni (učni) razvoj in napredek na določenem področju. V raziskavi je sodelovalo 110 študentov 2. letnika razrednega pouka s Pedagoške fakultete UL (generaciji 2010/2011 in 2013/2014). Ob zaključku semestra, v katerem so pripravljali portfolio pri predmetu pedagoška psihologija, so poročali o svojem pogledu na portfolio: o njegovi koristnosti, zahtevnosti, uporabnosti, o zadovoljstvu z izdelanim portfoliom ter o portfoliu kot ocenjevalnem instrumentu. Rezultati so pokazali, da so bili študenti na splošno zelo zadovoljni s svojimi portfoliji, s prejetimi povratnimi informacijami in z ocenami, ki so bile v povprečju visoke (ocena portfolia predstavlja pomemben del končne ocene pri predmetu). Študentom se zdi portfolio koristen z vidika usvajanja znanja pri pedagoški psihologiji. Njegov smisel vidijo predvsem v razvijanju spretnosti pisanja refleksij in utemeljevanja, v spodbujanju kritičnega mišljenja ter v tem, da se v portfoliu odraža tudi tisto, česar na izpitu ne morejo pokazati (npr. odnos do predmeta, študija in bodočega poklica). Kljub precejšnjemu časovnemu vložku, potrebnem za pripravo portfolia, bi vsi razen dveh študentov ohranili portfolio kot ocenjevalni instrument tudi v prihodnje, saj jih motivira k sprotnemu in aktivnemu učenju in nekoliko zmanjša pritisk na pisni in ustni del izpita. Z vidika akcijskega raziskovanja je zanimiva tudi primerjava med generacijama, ki je pokazala, da so študenti kasnejše generacije prepoznali večjo koristnost portfolia in mu pripisali večjo vlogo pri motiviranju za učenje pedagoške psihologije.

Socialna psihologija v akciji: Študentsko projektno delo

Bojan Musil¹ in Vita Poštuvan^{1,2}

¹Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

²Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora

Kontakt: bojan.musil@um.si

Že od samih začetkov znanstvene socialne psihologije obstaja precejšnja vzajemna pretočnost med teoretskimi spoznanji in raziskovanjem v praksi. Povezanost znanstvenoraziskovalnega delovanja z reševanjem ožjih in širših družbenih problemov je od druge polovice 20. stoletja stalnica v socialnopsihološki literaturi, hkrati pa je današnja slika aplikacije socialne psihologije izrazito kompleksna. Na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Mariboru smo v preteklih letih v okviru predmeta Aplikativna socialna psihologija na drugostopenjskem študijskem programu psihologije poskušali slediti konceptualnim okvirjem Lewinovega akcijskega raziskovanja, zasnovanem v 40. letih 20. stoletja, v katerem smo študente skozi projektno delo usmerjali v reševanje konkretnih družbenih problemov. Študentski projekti preteklih let so obravnavali raznolike tematike, od ekološkega vedenja, izgrajevanja skupnosti, zdravja in z zdravjem povezanega vedenja, sovražnega govora, prometnega vedenja, prosocialnega vedenja, nasilja, politične participacije in nakupovalnega vedenja s potrošništvom; hkrati pa so skozi njihovo obravnavo posegli v različne družbene podsisteme, in sicer zdravstvo, pravosodje in policijo, izobraževanje, socialo, politiko, ekonomijo in tudi medije. V pričujočem prispevku bomo orisali konceptualni okvir projektnega dela pri predmetu Aplikativna socialna psihologija, predstavili konkretne primere projektov in v nadaljnjem podali analizo dosedanjega dela.

Razvojna psihologija

Učinek starševskega vključevanja v igro malčkov/otrok na vsebino in obliko njihove simbolne igre

Ljubica Marjanovič Umek, Urška Fekonja Peklaj in Anja Podlesek

Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: ljubica.marjanovic@ff.uni-lj.si

V raziskavi smo z namenom preučevanja igralnega vedenja starša kot napovednika vsebine in oblike simbolne igre malčkov/otrok ocenjevali vključevanje staršev v skupno igro malčkov/otrok, in sicer z naborom izbranih igrač, ki jih je testatorka prinesla v družino. V vzorec je bilo vključenih 58 družin z malčki/otroki, starimi od 2;6 do 6 let. Malčke/otroke in njihove starše smo posneli med 30-minutno

skupno igro na njihovem domu. Igro, tako vključevanje staršev kot odzivanje malčkov/otrok, smo analizirali s pomočjo Sheme za opazovanje skupne igre starša in malčka/otroka (Marjanovič Umek in Fekonja Peklaj, 2012). Opazovalna shema vključuje pet skupin igralnega vedenja starša (Vsebina igre, Okvir igre, Neposredno vodenje igre, Simbolne pretvorbe v igri in Vzdrževanje igre) in štiri skupine igralnega vedenja malčka/otroka (Vsebina igre, Okvir igre, Simbolne pretvorbe v igri in Vzdrževanje igre). Ugotovili smo, da se igralno vedenje otrok znotraj različnih skupin igre zmerno do visoko pozitivno povezuje z igralnim vedenjem staršev. Rezultati regresijske analize so pokazali, da starševo oblikovanje simbolnih pretvorb med igro z malčkom/otrokom najvišje napoveduje malčkovo/otrokovo igralno vedenje, in sicer vsebino in okvir igre ter oblikovanje simbolnih pretvorb v igri. Izsledki raziskave imajo tudi praktično vrednost, predvsem v smislu razumevanju vloge odraslega pri spodbujanju malčkove/otrokove igre v območju bližnjega razvoja.

Napovedniki odnosa do hrane in ocen izbranih tradicionalnih jedi pri otrocih in mladostnikih

Anja Podlesek, Luka Komidar, Melita Puklek Levpušček in Tina Pirč

Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: anja.podlesek@ff.uni-lj.si

Ustrezno prehranjevalno vedenje je pomembno za posameznikov razvoj in zdravje. Največji prepreki za raznoliko prehrano otrok sta prehrabna neofobija in izbirčnost. Zaradi njiju otroci zavračajo tudi tradicionalne jedi. V programu čezmejnega sodelovanja Slovenija-Italija 2007–2013 smo izvedli projekt o vzgoji za zdravo prehrano (projekt PESCA), v katerem smo želeli povečati sprejemanje tradicionalnih jedi. V prispevku bomo predstavili odnos slovenskih otrok in mladostnikov do hrane in povezavo tega odnosa z različnimi individualnimi in okoljskimi dejavniki. V raziskavo je bilo vključenih 300 učencev petih slovenskih osnovnih šol (starih od 6 do 14 let) in 83 dijakov prvega letnika ene od srednjih šol (starih od 14 do 15 let) ter njihovi starši. Za merjenje odnosa staršev in otrok do hrane smo uporabili prirejeno Lestvico stališč do hrane (MacNicol idr., 2003) in lestvico disfunkcionalnih reprezentacij hrane. Od staršev smo pridobili podatke o vključevanju otroka oz. mladostnika v pridelavo in pripravo hrane. Pri otrocih in mladostnikih smo izmerili znanje o hrani, ob zauživanju izbranih šestih tradicionalnih jedi pa tudi ocene vonja, videza in okusa teh jedi. Regresijska analiza je pokazala, da sta interes za hrano in izbirčnost otrok in mladostnikov naraščala s starostjo, medtem ko je prehrabna neofobija upadala. Dekleta so izražala večji interes za hrano kot fantje. Prehrabna neofobija je bila povezana z disfunkcionalnimi reprezentacijami hrane, znanjem o hrani in prehrabno neofobijo starša. Vključevanje

otroka oz. mladostnika v pridelavo in pripravo hrane je povečalo interes za hrano. Ocene senzornih značilnosti jedi so bile bolj negativne pri starejših, bolj izbirčnih in neofobičnih učencih ter pri tistih, ki jedi še niso poznali. Odkritja so pomembna za oblikovanje prehranske vzgoje, saj opozarjajo na dejavnike, ki jih je potrebno upoštevati, če želimo zmanjšati prehransko neofobijo in izbirčnost pri otrocih in mladostnikih ter povečati vnos zdrave, tradicionalne hrane.

Učinkovitost senzorno orientirane prehranske vzgoje

Luka Komidar in Anja Podlesek
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: luka.komidar@ff.uni-lj.si

Preverjali smo učinkovitost senzorne edukacije, ki predstavlja enega od možnih pristopov k prehranski vzgoji in vključuje izkustvene delavnice, s katerimi ozaveščamo vseh pet čutov med prehranjevanjem. V programu čezmejnega sodelovanja Slovenija-Italija 2007–2013 smo v projektu PESCA na učencih prve in druge triade na izbranih osnovnih šolah skozi šolsko leto izvajali delavnice senzorne edukacije in spremljevalne aktivnosti prehranske vzgoje. V šolske jedilnike smo uvedli šest tradicionalnih jedi. Za ovrednotenje učinkovitosti prehranske vzgoje smo učence na šolah razporedili v kontrolno (KS; niso bili deležni senzornih delavnic; $n = 53$) in eksperimentalno skupino (ES; so se udeležili senzornih delavnic; $n = 74$). Učenci in njihovi starši so na začetku in koncu šolskega leta izpolnili lestvico odnosa do hrane, lestvico disfunkcionalnih predstav o okusu in test znanja o izbrani hrani. Učenci so dvakrat ocenili tudi videz, okus in vonj uvedenih tradicionalnih jedi. Med projektom je v ES v primerjavi s KS prišlo do pričakovanih, a majhnih učinkov senzorne edukacije, in sicer do zmanjšanja izbirčnosti, prehranske neofobije in disfunkcionalnih predstav o okusu. Znanje o hrani se je izrazito povišalo v obeh skupinah otrok. Vsi omenjeni učinki so bili izrazitejši pri učencih prve triade. Nizek delež staršev je poročal o pozitivnih spremembah: njihovi otroci so bili ob koncu projekta manj izbirčni, poznali so več dejstev o hrani, v družini so pridelovali več hrane in se pogosteje pogovarjali o hrani. Neskladno s pričakovanji pa se pri učencih ni povečalo utemeljevanje prehranskih preferenc, prav tako so bile spremembe v njihovih senzornih ocenah tradicionalnih jedi zelo majhne. V splošnem lahko zaključimo, da so bili učinki senzorne edukacije pozitivni, a majhni in omejeni na posamezna področja prehranjevanja. Za večje in trajnejše učinke bi bilo potrebno s senzorno edukacijo začeti pri čim mlajših otrocih in omogočiti večletno izvajanje raznolikih aktivnosti prehranske vzgoje.

Interaktivni posterji

Stabilnost časovne perspektive pri mladostnikih

Tina Podlogar, Urša Mars in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: tina.podlogar@upr.si

Časovna perspektiva (ČP) je opredeljena kot pogosto nezaveden odnos do časa ter proces urejanja kontinuiranega toka osebnih in družbenih izkušenj v časovne okvire preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. ČP je povezana s subjektivnim blagostanjem in duševnim zdravjem, pri čemer je pomembna uravnoteženost časovne perspektive, ki pomeni fleksibilno prepletanje in izmenjavanje usmerjenosti v različne časovne okvire. Posameznikov profil časovne perspektive naj bi bil relativno stabilna lastnost, po drugi strani pa je ČP odvisna tudi od različnih situacijskih dejavnikov. Namen je bil raziskati stabilnost časovne perspektive pri mladostnikih. V raziskavi je sodelovalo 382 dijakov srednjih šol iz osrednjeslovenske ($n = 212$) in podravske regije ($n = 170$), od tega je bilo 257 deklet in 123 fantov. Udeleženci so bili stari med 14 in 17 let ($M = 15,2$ let; $SD = 0,7$). Uporabili smo kratko obliko vprašalnika časovne perspektive ZPTI, ki vsebuje 25 postavk in meri pet področij ČP (negativna preteklost, pozitivna preteklost, hedonistična sedanjost, fatalistična sedanjost ter prihodnost). Vprašalnik smo aplicirali med januarjem in marcem 2011, nato pa ponovno septembra in oktobra 2011. Primerjava rezultatov prvega in drugega reševanja vprašalnika (Wilcoxonov test in Cohenov d) kaže na razlike v doživljanju nekaterih dimenzij ČP: pozitivna preteklost ($M_{t1} = 4,33$; $M_{t2} = 4,27$; $p < 0,05$; $d = 0,09$), fatalistična sedanjost ($M_{t1} = 2,60$; $M_{t2} = 2,48$; $p < 0,01$; $d = 0,14$), prihodnost ($M_{t1} = 3,49$; $M_{t2} = 3,56$; $p < 0,05$; $d = 0,11$); ter uravnoteženosti časovne perspektive ($M_{t1} = 2,68$; $M_{t2} = 2,81$; $p < 0,05$; $d = 0,13$), vendar so velikosti učinka majhne. S pomočjo Kruskal-Wallisovega testa nismo ugotovili statistično pomembnih razlik med skupinami dijakov, starih 14 ($n = 56$), 15 ($n = 191$) in 16 let ($n = 129$). Na podlagi rezultatov težko govorimo o relevantnem trendu trajnih sprememb ČP pri mladostnikih. Menimo, da so opažene razlike odraz nihanj v časovni perspektivi, ki so lahko naključna ali pa vezana na časovno obdobje reševanja vprašalnikov.

Dejavniki, povezani z družino, in raba drog pri mladostnikih

Nataša Dernovšek Hafner¹ in Valentin Bucik²

¹Univerzitetni klinični center Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

²Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: natasa.dernovscekhafner@kclj.si

Družina je pomemben zaščitni dejavnik za rabo alkohola in ostalih drog pri mladostnikih, in nasprotno, pri neugodnem izidu, pomemben dejavnik tveganja. V literaturi se posebej poudarja vpliv družinskih socializacijskih dejavnikov, kot so nadzor staršev, podpora s strani staršev ter stališča staršev do rabe drog. V okviru raziskave smo preučevali vpliv zaznanega nadzora, zaznane podpore s strani staršev in zaznanih stališč staršev na rabo drog pri slovenskih vşolanih mladostnikih. Osrednja raziskovalna dilema je bila strukturirana v troje raziskovalnih vpraşanj: Ali je nadzor staršev povezan s pogostostjo rabe drog (alkohola in marihuane) pri mladostnikih? Ali je podpora s strani staršev povezana z rabo drog pri mladostnikih? Ali obstaja povezava v zaznanem stališču staršev do rabe drog in rabo drog pri mladostnikih? Rezultati raziskave kaŹejo, da je pri mladih, ki doŹivljajo pomanjkljiv nadzor staršev, nizko stopnjo podpore in katerih starši imajo pozitivna stališča do rabe drog, raba drog pogostejša kot pri njihovih vrstnikih. Razlike med skupinama mladostnikov komentiramo tudi glede na leto izvedbe presečne študije. Raziskava je osnovana na podatkovni bazi, ki je nastala na podlagi mednarodne epidemiološke ESPAD-ove raziskave na reprezentativnem vzorcu 8245 slovenskih vşolanih dijakov/dijakinj prvih letnikov srednjih şol, med 15. in 16. letom starosti. Uporabljena je baza podatkov za osemletno obdobje; şol. l. 1998/99, şol. l. 2002/03, şol. l. 2006/07. Za nabor podatkov je sluŹil samoocenjevalni vpraşalnik. Velik vzorec omogoča ustrezno posploşitev ugotovitev. Glede na predmet preuĹevanja je to prva tovrstna raziskava v slovenskem prostoru. RazpoloŹljiva praksa preventivne dejavnosti na podroĹju drog, ki bi slonela na znanstvenih dokazih, je pomanjkljiva, zato bodo rezultati raziskave sluŹili kot osnova za oblikovanje uĹinkovitejših preventivnih programov na podroĹju (zlo)rabe drog ter za širjenje teoretiĹnih in praktiĹnih spoznanj v slovenskem in mednarodnem okolju.

Profili izgorelosti slovenskih osnovnoşolskih uĹiteljev

Katja Depolli Steiner

Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: katja.depolli-steiner@ff.uni-lj.si

Izgorelost, psihološki sindrom, ki se razvije kot odgovor na kroniĹne stresorje, prisotne pri delu, opredeljujejo tri dimenzije: Ĺustvena izĹrpanost, depersonalizacija in osebna izpolnitev. Pojmovana je kot spremenljivka, ki ima razpon od nizko preko zmerno do visoko izraŹenih obĹutij.

Na visok nivo izgorelosti kaŹe kombinacija visoke Ĺustvene izĹrpanosti, visoke depersonalizacije in nizke osebne izpolnitve, na zmeren nivo izgorelosti kaŹejo zmerni rezultati na vseh treh dimenzijah, na nizek nivo izgorelosti pa kaŹe kombinacija nizke Ĺustvene izĹrpanosti, nizke depersonalizacije in visoke osebne izpolnitve. MoŹne pa so tudi druge kombinacije izraŹenosti posameznih dimenzij. Za uĹitelje tuje raziskave kaŹejo, da naj bi pri njih osrednje mesto v procesu izgorevanja pripadlo Ĺustveni izĹrpanosti, ki naprej vpliva na depersonalizacijo, neposredno in posredno (preko depersonalizacije) pa Źe na osebno izpolnitev. Zato naj bi najveĹ uĹiteljev, pri katerih je Źe prişlo do procesa izgorevanja, doŹivljalo le povişano Ĺustveno izĹrpanost, najmanj pa povişano Ĺustveno izĹrpanost, povişano depersonalizacijo in zmanŹano osebno izpolnitev. V tej raziskavi nas je zanimalo, kakşni so profili izgorelosti (tj. izraŹenost posameznih dimenzij) slovenskih osnovnoşolskih uĹiteljev. UdeleŹenci so bili uĹitelji s 14 slovenskih osnovnih şol. Sodelovalo je 230 uĹiteljev; polovica jih je pouĹevala na razredni, polovica pa na predmetni stopnji. Uporabljen je bil Vpraşalnik izgorelosti MBI-ES. Rezultati so pokazali, da so profili izgorelosti pri slovenskih uĹiteljih zelo raznoliki; prisotne so skorajda vse moŹne kombinacije izraŹenosti treh dimenzij. Nadaljnja analiza rezultatov je pokazala, da je pri skoraj vseh uĹiteljih Źe prisotno izgorevanje vsaj na eni dimenziji, in sicer predvsem kot zniŹana osebna izpolnitev in/ali povişana Ĺustvena izĹrpanost, medtem ko povişano depersonalizacijo doŹivlja relativno majhen deleŹ uĹiteljev. Taki rezultati so nepriĹakovani in zaskrbljujoĹi.

Primerjava konfirmatorne faktorske analize (CFA) ter eksploratornega strukturnega modeliranja (ESEM) pri preverjanju psihometriĹnih lastnosti vpraşalnikov MBI-SS in UWES-S

Lucija Furman, Źpela Koprivnik in Katja Kerman

Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: furman_lucija@yahoo.com

V raziskavi smo preverile faktorsko strukturo vpraşalnikov Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS) in Utrecht Work Engagement Scale – Student, ki sta prosto dostopna. Oba vpraşalnika so ştudenti prevedli v slovenşĹino, nato sta sledila neodvisen pregled ekspertke in njena korekcija prevoda. Preverjanje smo izvedle s programom Mplus, pri Ĺemer smo uporabile dve razliĹni metodi: konfirmatorno faktorsko analizo (CFA) ter eksploratorno strukturno modeliranje (ESEM). Metoda ESEM za razliko od CFA ne predpostavlja, da se postavka nasiĹuje izkljuĹno na faktor, ki ga meri, temveĹ dovoljuje manŹo povezanost postavke z ostalimi faktorji. Postavke so v praksi namreĹ zelo redko popolni indikator faktorja, ki ga merijo, ter do doloĹene mere nasiĹujejo Źe druge faktorje. Z raziskavo smo Źelele predstaviti razliĹna pristopa preverjanja psihometriĹnih lastnosti vpraşalnikov ter ugotoviti primernost priredb vpraşalnikov za nadaljnjo

uporabo. Podatki za analizo so bili zbrani na vzorcu 1426 slovenskih študentov. Zbiranje podatkov je potekalo preko elektronske ankete v dveh fazah; v prvi fazi (v letu 2012) smo rekrutirale študente z Univerze v Mariboru, v naslednji fazi (v letu 2013) pa še študente z Univerze v Ljubljani ter Univerze na Primorskem. Rezultati, pridobljeni z navedenima metodama (CFA in ESEM), za vprašalnik MBI-SS in UWES-S kažejo trifaktorsko strukturo vprašalnika, vendar rezultati ESEM metode kažejo boljše indekse prilaganja. Prav tako metoda ESEM pokaže manjše korelacije med faktorji vprašalnika, kar nakazuje na boljšo diferenciacijo med posameznimi faktorji.

Osebnost in motivacija kot napovednika zadovoljstva s prostovoljskim delom

Maruša Švigelj, Blaž Podobnik in Andreja Avsec
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: marusa.svgelj@gmail.com

Prostovoljci predstavljajo pomemben vir pomoči za mnoge neprofitne organizacije. Ker pa imajo do organizacije, v kateri delajo, le moralno in emocionalno obvezo, je pomembno poznavanje dejavnikov, ki se povezujejo z vztrajanjem pri prostovoljskem delu. Eden od teh je zadovoljstvo s prostovoljstvom. V raziskavi nas je zanimalo, v kolikšni meri lahko z velikimi petimi osebnostnimi potezami in motivi za prostovoljsko delo napovemo zadovoljstvo prostovoljcev. Prostovoljci ($N = 446$) iz preko 250 slovenskih neprofitnih organizacij so izpolnili Vprašalnik velikih pet BFI-21, Vprašalnik motivov za prostovoljstvo VFI in Vprašalnik zadovoljstva s prostovoljskim delom. Velikih pet faktorjev osebnosti je pojasnilo 12 % variance zadovoljstva s prostovoljstvom, motivi pa še dodatnih 13 %. V skladu s pričakovanji so bili bolj sprejemljivi, bolj vestni in bolj ekstravertni posamezniki bolj zadovoljni s svojim prostovoljskim delom. Motivi, ki so pomembno prispevali k zadovoljstvu, pa so bili pridobivanje novih veščin in znanj, varovanje in rast jaza, navezovanje novih in vzdrževanje starih stikov ter izražanje altruističnih in humanitarnih vrednot. Predvsem poznavanje motivov prostovoljcev je za organizacije pomembno, saj lahko tako ustvarjajo priložnosti za njihovo zadovoljitev in s tem omogočijo višje zadovoljstvo svojih prostovoljcev.

Doživljanje samomora pacienta pri medicinskih sestrah: kvalitativna študija

Anja Čuš in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: cus.anja@gmail.com

Samomor v Sloveniji in svetu predstavlja pomemben javnozdravstveni problem. Večina ljudi, ki so umrli zaradi samomora, je nekaj mesecev ali tednov pred smrtjo

obiskalo splošnega zdravnika. V študiji smo preučevali doživljanje samomora pacienta pri medicinskih sestrah, pri čemer smo uporabili kvalitativno metodo raziskovanja. Po načelih utemeljene teorije smo analizirali 11 intervjujev z medicinskimi sestrami, ki se spomnijo, da so imele v svoji delovni karieri izkušnjo samomora pacienta. Povprečen intervju je trajal 35 minut. Po analizi podatkov smo 121 kod s 1131 navedki in 3 superkodami povezali v šest konceptov: (i) Doživljanje samomora in pojasnjevanje sprožilcev za samomor, (ii) Doživljanje samomora pacienta, (iii) Delo s samomorilnim pacientom, (iv) Delo medicinske sestre, (v) Delo s pacienti in (vi) "Jaz kot medicinska sestra". Iz konceptov smo oblikovali model doživljanja samomora pacienta. Model pojasnjuje vsebine doživljanja samomora pacienta ter mediatorje, ki posredno ali neposredno vplivajo na doživljanje. Doživljanje samomora pacienta je odvisno predvsem od vzpostavljenega odnosa med medicinsko sestro in pacientom. Vzpostavljen odnos je odvisen predvsem od (ne)fleksibilnosti sistema, zaznane domene medicinske sestre in identitete (poistovetenja s socialno vlogo medicinske sestre in zanimanja sestre za paciente). Kadar se medicinske sestre spomnijo zadnjega stika s pacientom, se vsebine doživljanja razširijo (pojavi se več občutij in miselnih odzivov). Od tega, na kakšen način si medicinska sestra pojasni izkušnjo samomora pacienta, je odvisno, ali bo izkušnja imela vpliv na nadaljnjo obravnavo pacientov. Če medicinska sestra meni, da bi lahko prepoznala znake samomorilnega vedenja, se vpliv samomora pacienta lahko kaže v večji pozornosti na znake samomorilnega vedenja pri ostalih pacientih.

Model rastoče rože – nov način razumevanja reintegracije bližnjih po samomoru

Vita Poštuvan¹ in Onja Tekavčič Grad²

¹Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora

²Psihiatrična klinika Ljubljana

Kontakt: vita.postuvan@upr.si

Najbolj neposredne posledice samomora čutijo bližnji po samomoru. To je ranljiva skupina ljudi, s specifikami njihovega doživljanja, žalovanja in procesom reintegracije. V naši kvalitativni študiji smo po principih utemeljene teorije analizirali 16 poglobljenih polstrukturiranih intervjujev z bližnjimi po samomoru. V rezultatih smo 2631 navedkov, 263 neposrednih kod z več kot tremi navedki, in 30 superkod povezali v 15 osrednjih konceptov. Koncepte smo povezali v model oz. utemeljeno teorijo. Model rastoče rože vključuje štiri nivoje reintegracije po samomoru: nivoje žalujočega, družine, okolice in sistemov pomoči. Vsi nivoji so vključeni v različne vsebine reintegracije, ki so: (i) dogodek samomora, (ii) pogreb in rituali, (iii) doživljanje in izražanje čustev, (iv) občutki krivde, obsojanja in drugih negativnih reakcij, (v) iskanje pojasnil o razlogih za samomor, (vi) občutki podpore v procesu, (vii) pomen duhovnosti, ter (viii) osmišljanje izkušnje, osebna rast in spremembe

identitete žalujočega. Vsebine se pojavljajo v različnih fazah procesa reintegracije, vendar potek ni linearen. V modelu reintegracije ima pomembno vlogo tudi občutek navezanosti na pokojnika: bližnji nimajo občutka, da se odnos s pokojnikom prekine, temveč le, da se sčasoma oddalji. Študija omogoča celostno razumevanje žalovanja in reintegracije bližnjih po samomoru ter možnosti intervencij zanje.

Živ? Živ! Postaja za razumevanje samomora – razvoj preventivnih e-intervencij

Diego De Leo in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: vita.postuvan@upr.si

Samomorilno vedenje in samomor morata biti zaradi svoje kompleksnosti naslovljena s široko paleto intervencij, med katerimi se v svetu krepi število takšnih, ki temeljijo na spletnih rešitvah. Namen prispevka je predstaviti razvoj spletne strani Živ? Živ!. Spletna stran (www.zivziv.si) je od marca do oktobra 2013 nastajala v sodelovanju z medijskimi strokovnjaki. Identificirali smo štiri ključne skupine, ki jih želimo s spletno stranjo nasloviti: ranljive posameznike v stiski, vratarje sistema, bližnje po samomoru in medije. Poleg razvoja specifično prilagojenih vsebin smo veliko pozornosti posvetili tudi obliki in samemu izgledu spletne strani ter logotipu, imenu in simboliki v ozadju spletne strani. Prva javna objava spletne postaje Živ? Živ! je bila 1. novembra 2013. V nadaljnjih mesecih je stran obiskalo več kot 36.000 obiskovalcev, imela je tudi skoraj milijon zadetkov v brskalnikih. Vse to kaže na izreden pomen spletne strani, ki so jo podprli posamezniki in različne organizacije pri nas in v tujini.

Evalvacija programov psihološke preventive v Sloveniji

Alenka Leonarda Merhar in Valentin Bucik
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: alenka.leonarda@merhar.si

Preko značilnosti izvajanih programov smo opazovali značilnosti psihološke preventive (PP) v Sloveniji, katere delovanje poteka znotraj interdisciplinarnih prizadevanj za krepitev javnega duševnega zdravja. PP je predmet globalne, Evropske in državne politike, ki na nacionalni ravni oblikuje splošne smernice njenega delovanja, katerega značilnosti smo proučevali znotraj »raziskovalno zaporednega mešanega načrta«. Obravnavali smo vzorec 255 programov, identificiranih preko primarno zajetega vzorca 104 izvajalcev. Izvedbo smo ocenili tudi z vidika nekaterih nacionalnih trendov na področju duševnega zdravja. Rezultati kvalitativne obdelave kažejo 39 značilnosti, ki opisujejo izvedbene strategije vzorca in oblikujejo šest kategorij kazalnikov delovanja psihološke

preventive, kar smo uporabili za izdelavo merskega pripomočka. Rezultati merjenja oblikujejo vhodne podatke kvalitativne obdelave, znotraj katere smo s povezovanjem različnih matematičnih konceptov oblikovali metodo, katere rezultati kažejo moč povezav med kazalniki različnih kategorij. Izkazani trend je pretežno skladen tako z določenimi nacionalnimi cilji kot tudi s priporočili Evropske Unije. Obenem pa kaže obseg identificiranih značilnosti, tako z vidika krepitve duševnega zdravja kot preprečevanja duševnih motenj, možnosti vsebinske in količinske razširitve. Namen študije je bil oblikovanje pilotskeocene izvedbe javnozdravstvenih prizadevanj starih različnih vidikov, s katero želimo prispevati k nadaljnjim raziskavam na področju duševnega zdravja v Sloveniji. Za nadaljnje proučevanje bi, poleg odprave naknadno prepoznanih metodoloških omejitev, predlagali oceno primernosti nadgradnje krovne vede v smeri »finančne psihologije«. Predlagana razširitev bi lahko prispevala k ciljni učinkovitosti javnozdravstvenih prizadevanj, saj se kot pomemben dejavnik tveganja za fizično in še posebej za duševno zdravje kaže posameznikov socialno ekonomski položaj.

Dejavniki delovnega okolja in zavzetost zaposlenih v različnih gospodarskih panogah v Sloveniji

Eva Boštjančič, Maruška Ozimek in Gaja Zager Kocjan
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: eva.bostjancic@ff.uni-lj.si

V zadnjih letih je postal koncept delovne zavzetosti ena izmed najpopularnejših tem znotraj številnih znanstvenih disciplin, ki se ukvarjajo z zaposlenim posameznikom v organizaciji. To ni presenetljivo, saj raziskave kažejo, da se pozitiven učinek zavzetosti odraža v boljšem opravljanju dela, nižjem absentizmu, večjem vlaganju truda na različna področja dela in večjem zadovoljstvu pri delu. Prav tako pretekle raziskave ugotavljajo, da se zavzetost pri delu tesno povezuje z delovnimi pogoji, kot so različni delovni viri in zahteve. Cilj naše raziskave je bil primerjati gospodarske panoge v Sloveniji glede na delovne pogoje ter zavzetost zaposlenih. Uporabili smo Vprašalnik delovnih zahtev in resursov – DZR ter Utrechtsko lestvico delovne zavzetosti – UWES. V raziskavi je sodelovalo 833 zaposlenih iz 15 organizacij s področja izobraževanja (60 %), zdravstva in socialnega varstva (18 %), trgovine (11 %) ter kulturnih in drugih poslovnih dejavnosti (8 %). Analiza rezultatov je pokazala, da so najbolj zavzeti zaposleni, ki delajo v kulturni, razvedrilni ter rekreacijski panogi (sledita trgovina in izobraževanje), najmanj pa na področju zdravstva. Zaposleni na področju kulturnih, razvedrilnih ter rekreacijskih dejavnosti poročajo tudi o najnižji stopnji splošnih delovnih zahtev ter najvišji opori nadrejenega in sodelavcev. Nasprotno zaposleni na področju zdravstva poročajo o najnižji opori nadrejenega ter najnižji avtonomiji pri delu. Ugotovitve lahko

prenesemo v prakso in zaključimo, da je ustrezna stopnja avtonomije na delovnem mestu, učinkovita komunikacija ter opora s strani nadrejenega in sodelavcev pogoj za oblikovanje zavzetih zaposlenih.

Zavzetost zaposlenih kot mediator v odnosu med osebnostjo in okoljem ter zanosom pri delu

Gaja Zager Kocjan in Andreja Avsec
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: gajazkocjan@gmail.com

V naši raziskavi smo s strukturnim modelom preverili, kakšna je vloga delovnega okolja ter posameznikove osebnosti pri napovedovanju fenomenološke izkušnje zanosu pri delu. Predpostavili smo, da ima zavzetost pri delu mediacijsko vlogo v odnosu med delovnimi pogoji in osebnostjo na eni strani ter zanosom pri delu na drugi strani. V raziskavi je sodelovalo 318 udeležencev (povprečna starost 39,8 let; 67 % žensk) zaposlenih v različnih podjetjih oz. organizacijah, ki so izpolnili Vprašalnik velikih pet – BFI, Vprašalnik delovnih zahtev in resursov – DRZ, Utrechtsko lestvico delovne zavzetosti – UWES ter Lestvico doživetega zanosu – CFSS. Rezultati so potrdili predpostavljeni model in pokazali polno mediacijo zavzetosti pri napovedovanju zanosu tako z osebnostjo kot z delovnimi pogoji. Dobljeni rezultati kažejo, da osebnost in delovni pogoji ne učinkujejo neposredno na fenomenološko doživetje zanosu, ampak spodbujajo splošno zavzetost posameznika pri delu. Šele z zavzetostjo zaposlenega lahko nadalje napovedujemo konkretno izkušnjo zanosu. Te ugotovitve so skladne s preteklimi raziskavami, ki ugotavljajo, da je zavzetost zaposlenih povezana z večjo nagnjenostjo k doživljanju zanosu, saj ustvarja pogoje (npr. intenzivna osredotočenost, jasni cilji, notranja motivacija), pod katerimi se zanos kot situacijsko specifična in kratkotrajna izkušnja verjetneje pojavi.

Zrcalni nevroni in medosebni odnos

Anja Ibrčič
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: anja.ibr17@gmail.com

Prispevek opisuje razmeroma nov, v zgodnjih devetdesetih letih prejšnjega stoletja odkrit fenomen: posebno strukturo v naših možganih, ki so ga raziskovalci poimenovali zrcalni nevroni (angl. *mirror neurons*). Zrcalne nevrone so odkrili ob izvajanju eksperimentov z opicami makaki v njihovem prefrontalnem korteksu (področje F5). Opazili so, da se sprožijo ob izvajanju določene dejavnosti in prav tako ob opazovanju te iste dejavnosti. Sistem naj bi tako povezoval vizualno in motorično možgansko področje. Ob nadaljnjih študijah so ugotovili, da obstaja podoben sistem s podobno možgansko lokalizacijo tudi pri človeku. Preko sprožanja zrcalnih nevronov dobimo vpogled ne le v to,

kaj druga oseba počne, ampak tudi, s kakšnim namenom to počne. To je bil povod, da so o zrcalnih nevronih začeli razmišljati kot o pomembnem dejavniku pri socialni kogniciji, s katerim se ukvarja mlada veja nevroznanosti, socialna nevroznanost. Preko poznavanja delovanja zrcalnega sistema se je oblikovala tudi teorija branja misli, sposobnosti predstavljanja mentalnih stanj drugih. Pomaga nam predvideti reakcije drugih ljudi in ustvarjati funkcionalne medosebne odnose. Pojavljata se dve razlagi omenjenega koncepta: teorija teorija (angl. *Theory theory*), ki zagovarja razumevanje s pomočjo zdravega razuma, in teorija simulacije (angl. *Simulation theory*), ki govori o sposobnosti posnemanja mentalnih stanj drugih. Več podpore je zaslediti v prid slednji. Psihično stanje drugih lahko ugotavljamo tudi z opazovanjem njihove telesne govorice, pomembna je neverbalna komunikacija. Zrcalni mehanizem naj bi bil bistven mehanizem pri učenju družbenih vzorcev, zato bi lahko bil bistven dejavnik pri preučevanju medosebnih odnosov. Preko zrcalnih nevronov lahko tudi bolje razumemo fenomen empatije. Vsekakor pa naj bi bil ta novejši in še ne dokončno raziskan zrcalni sistem uporaben v procesu (psiho)terapije, saj naj bi terapevtu in klientu pomagal ustvariti tesnejši, kakovostnejši terapevtski odnos, ki je osnova za uspešno terapijo. Kljub vsem naštetim potencialno uporabnim idejam, je fenomen zrcalnega sistema v stroki še precej odprta tema, saj večina izsledkov temelji na raziskavah, kjer so bili subjekti opice. Na ljudeh so bila verjetno iz etičnih razlogov izvedena le nekatera funkcijska slikanja, ki pa so precej manj natančna in lahko pokažejo aktivacijo relativno večjih delov možganov. Tako (še) ne moremo z gotovostjo trditi, da ljudje sploh imamo te nevrone in ali opravljajo enako funkcijo. Po drugi strani pa obstajajo pokazatelji, ki govorijo v prid zrcalnih nevronov pri ljudeh, na primer dejstvo, da se pri testih pokaže aktivacija določenih delov parietalnega in frontalnega korteksa, ki lokacijsko ustreza mestom zrcalnih nevronov pri makaki opicah. Zrcalni sistem tako ostaja predmet nadaljnjega raziskovanja in razprav strokovnjakov, kaže pa na velik potencial pri razumevanju medosebnih odnosov.

Preventiva in raziskovanje samomorilnega vedenja v sloveniji

Upad samomorilnega količnika v Sloveniji med leti 1997–2010: Kakšen je bil vpliv preventivnih aktivnosti?

Saška Roškar¹, Maja Zorko¹ in Anja Podlesek²

¹Nacionalni inštitut za javno zdravje

²Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: saska.roskar@nizj.si

Umrljivost zaradi samomora je v Sloveniji v zadnjem desetletju precej upadala. Samomorilni količnik se je znižal s 30/100.000 prebivalcev na 20,1/100.000, kolikor je znašal v letu 2010. Namen pričujoče študije je bil narediti

pregled preventivnih aktivnosti po posameznih regijah, raziskati trende samomorilnega količnika v posameznih slovenskih regijah in ugotoviti, ali so regionalne preventivne aktivnosti vplivale na upad samomorilnega količnika v teh regijah. Območne enote nacionalnega inštituta za javno zdravje (OE) smo prosili, naj navedejo vse s samomorom povezane preventivne aktivnosti, izvajane v obdobju 1997–2010. Iz Baze umrlih smo pridobili četrtnetne samomorilne količnike za zdravstvene regije. Podatke smo analizirali z regresijo preloma (angl. *joinpoint regression*), da bi ugotovili, ali je prišlo do spremembe v trendu upadanja samomorilnega količnika. V opazovanem obdobju so regije implementirale štiri različne vrste preventivnih programov: izobraževanje vratarjev sistema, ozaveščanje laične javnosti, komuniciranje z javnostmi, strokovne konference. Samomorilni količnik je v tem obdobju statistično pomembno upadel v šestih izmed devetih regij. Po uvedbi preventivnih aktivnosti v nobeni izmed regij ni prišlo do statistično pomembne spremembe trenda. Kljub številnim preventivnim aktivnostim je samomorilni količnik v opazovanem obdobju upadal s konstantno hitrostjo. Med preventivnimi aktivnostmi, ki so jih izvajale OE, in upadom samomorilnega količnika torej nismo ugotovili statistično pomembne povezave. Upad samomorilnega količnika je bil verjetno posledica številnih drugih vplivov (npr. socioekonomskega razvoja, z zdravjem povezanih determinant, preventivnih dejavnosti drugih izvajalcev). V Sloveniji je potreben bolj organiziran pristop do preprečevanja samomora na področju javnega zdravja, predvsem pa je potrebno več pozornosti nameniti evalvaciji obstoječih in novonastalih programov.

Ali so policisti vratarji sistema na področju preprečevanja samomorov?

Dejan Kozel, Ana Petrovič in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: dejan.kozel@gmail.com

V Sloveniji je bilo na dan 31.12.2013 35 policistov na 10.000 prebivalcev. Policisti so nenehno v stiku z ljudmi in so prisotni tudi v vsakem primeru tragične smrti. Vendarle za njih ni organiziranega izobraževanja oz. usposabljanja na temo samomora, z izjemo zadnjih nekaj let delujoče manjše skupine policijskih zaupnikov ter specialne enote. Namen študije je bil raziskati, kakšne izkušnje imajo policisti s samomorilnim vedenjem, kakšna so njihova prepričanja o preprečevanju le-tega in njihovi vlogi pri tem, kakšna znanja, spretnosti ali sredstva bi potrebovali za večanje lastne vloge pri preprečevanju samomora in evalvirati usposabljanje. Treh 4-urnih delavnic se je skupno udeležilo 26 policistov iz celjske regije. Delavnica je bila hkrati fokusna skupina ter izobraževalni modul. Uporabili smo kvantitativne in kvalitativne metode raziskovanja. Rezultati kažejo, da sodelujoči policisti relativno dobro prepoznajo samomorilno ogroženost ter dejavnike

tveganja. Med njimi obstaja velika potreba po pogovoru o lastnih izkušnjah in prepričanjih. Pri preventivnem delu jim primanjkuje podpora neposredno nadrejenih; njihova vloga vratarja sistema pri preprečevanju samomora je torej precej odvisna od organizacije dela ter stališč nadrejenih. Delavnica je dosegla pričakovanja udeležencev. Večina sodelujočih ($n = 22$) doslej še ni bila vključena v podobno izobraževanje. Različne vidike delavnice so na 5-stopenjski ocenjevalni lestvici ocenili visoko: organizacija ($M = 4,58$; $SD = 0,64$), metode dela ($M = 4,46$; $SD = 0,81$), razumljivost ($M = 4,62$; $SD = 0,64$) ter uporabnost vsebine ($M = 4,42$; $SD = 0,76$). Rezultati ponujajo izhodišče za razumevanje načinov in pogostosti srečevanja policistov s samomorilnim vedenjem. V nadaljevanju bodo potrebna dodatna izobraževanja v različnih regijah Slovenije. Izobraževanje policistov in strukturirane oblike diskusije o temah, povezanih s samomorom, se kaže kot obetavna intervencija za preprečevanje samomora preko javnega servisa na nacionalni ravni.

A (se) štekaš?!? – Preprečevanje samomorilnega vedenja in krepitev duševnega zdravja mladostnikov

Nuša Zadravec Šedivy, Janina Žiberna in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: nusa.sedivy@iam.upr.si

Samomor je tretji najpogostejši vzrok smrti v obdobju mladostništva. Ob tem širši pojem samomorilnega vedenja mladostnika vključuje tudi samomorilne misli in samomorilne poskuse, ki jih je med mladostniki še precej več kot dejanskih samomorov. A (se) štekaš?!? je preventivno-intervencijski projekt promocije in krepitev duševnega zdravja ter preprečevanja samomorilnega vedenja med mladostniki, starimi med 13 in 18 let. Temelji na integriranem pristopu dela na šolah in v središčih organiziranih prostočasnih dejavnosti za mladostnike. Cilj tovrstnega pristopa je ustvarjanje široke mreže pomoči za krepitev duševnega zdravja in zmanjševanja samomorilnega vedenja. Projekt zajema tako mladostnike samekottudit. i. vratarjesistema (učitelje, šolske svetovalne delavce, starše in izvajalce prostočasnih aktivnosti). V šolskem letu 2013–2014 se je v projekt vključilo 13 šol, znotraj teh pa 397 učencev in dijakov, 223 učiteljev in 160 staršev. V projekt smo zajeli tudi 8 izvajalcev prostočasnih aktivnosti. S projektom smo se še posebej osredotočili na podeželska območja podravske in koroške regije, kjer je samomorilni količnik med najvišjimi v Sloveniji, dostopnost storitev na področju duševnega zdravja pa slaba. Preliminarni rezultati kažejo, da so tovrstne intervencije v Sloveniji potrebne, saj so tako mladostniki kot tudi vratarji sistema razmeroma slabo informirani o obravnavani tematiki, hkrati pa je projekt predstavljal tudi priložnost za neposredno iskanje pomoči in podpore. Čeprav projekt prinaša boljše opremljenost mladostnikov in vratarjev sistema za prepoznavanje težav v duševnem

zdravju in ukrepanje, predstavlja pomanjkanje učinkovitih dolgoročnih intervencij na področju duševnega zdravja v podeželskih območjih veliko oviro pri zagotavljanju nadaljnje ustrezne obravnave oseb s tovrstnimi težavami.

Evalvacija izobraževanja za zaposlene na šolah v okviru projekta A (se) štekaš?!?

Janina Žiberna, Urša Mars in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: janina.ziberna@upr.si

Zgodnje odkrivanje mladostnikov v stiski je pomembno, saj s tem vplivamo na zmanjšanje verjetnosti za razvoj samomorilnega vedenja, depresije in tveganih vedenj. Pri tem so velikega pomena vratarji sistema – osebe, ki prihajajo v pogost stik z ranljivimi skupinami in lahko predstavljajo povezavo med ranljivimi posamezniki in strokovno pomočjo. Pri mladostnikih so to učitelji, drugi zaposleni na šoli, izvajalci prostočasnih dejavnosti, saj lahko zaradi vsakodnevnega oz. pogostega stika opazijo spremembe pri mladostnikih in njihovo stisko. Projekt A (se) štekaš?!? je namenjen krepitvi duševnega zdravja in zmanjševanju samomorilnega vedenja med mladostniki preko ustvarjanja široke mreže pomoči za mladostnike. V okviru projekta med drugim potekajo izobraževanja za učitelje in starše o duševnem zdravju, duševnih stiskah, dejavnostih tveganja za samomorilno vedenje, prepoznavanju stisk pri mladostnikih in virih strokovne pomoči. V študiji je sodelovalo 218 od 223 osnovnošolskih in srednješolskih učiteljev, ki so se udeležili izobraževanj v okviru projekta. Izobraževanja so potekala na šolah, večinoma v popoldanskih urah in so trajala v povprečju dve polni uri. Po izvedenem predavanju smo aplicirali evalvacijski vprašalnik, s katerim smo s pomočjo vprašanj odprtega in zaprtega tipa preverjali: koristnost, razumljivost, vsečnost metod dela in gradiva, ter morebitne dodatne predloge izboljšav. Rezultati evalvacije kažejo, da so bila izobraževanja za učitelje na vseh sodelujočih šolah zelo dobro sprejeta in visoko ocenjena ($Mdn = 5$; $max = 5$, $min = 2$). Najnižje ocenjena kategorija so metode dela ($M = 4,50$), najboljše ocenjena pa razumljivost podanega ($M = 4,87$). Na podlagi evalvacije izpostavljamo možnosti in potrebe po izboljšavah, predvsem pri metodah dela in načinu podajanja znanja. Predvsem je potrebno k učiteljem pristopiti na bolj interaktiven način, ob tem pa imeti v mislih ozke časovne okvire, ki jih šole običajno namenjuje tovrstnim izobraževanjem.

Programi čuječnosti v Sloveniji

Implementacija in prvi vtisi glede učinkovitosti Programa NARA – obvladovanje stresa in depresije skozi čuječnost

Alenka Tančič Grum^{1,2} in Vita Poštuvan¹

¹Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora

²Nacionalni inštitut za javno zdravje
Kontakt: alenka.tancic@gmail.com

Program obvladovanja stresa in depresije skozi čuječnost, ki smo ga poimenovali Program NARA (beseda "nara" v sanskrtu pomeni človek), smo začeli razvijati leta 2011. Izhajali smo iz na čuječnosti temelječe kognitivne terapije (angl. *Mindfulness-based cognitive therapy* – MBCT), ki uspešno kombinira prvine budistične meditacije in filozofije ter nekatere tehnike in pristope kognitivne psihoterapije. MBCT se je v tujini na začetku uveljavila predvsem na področju obvladovanja kronične telesne bolečine ter preprečevanja ponovitve depresije, kasneje pa se je izkazala kot zelo učinkovita tudi pri drugih težavah v duševnem zdravju (stresu, preventivi samomorilnega vedenja, motnjah hranjenja ...). Zaradi njene dokazane učinkovitosti in slabše uveljavljenosti v Sloveniji smo se odločili za oblikovanje Programa NARA, ki smo ga želeli pilotno preizkusiti na različnih ciljnih skupinah. Dvoletno poglobljeno izobraževanje pod mentorstvom certificirane učiteljice MBCT iz Velike Britanije je pomenilo prvi korak pri razvoju programa. Udeležila se ga je skupina 11 univerzitetno diplomiranih psihologov z izkušnjami s psihoterapevtskim delom oz. na področju duševnega zdravja. Usposabljanje za izvajanje programa je kontinuiran proces, saj poleg formalnega izobraževanja zahteva osebno izkušnjo rednega prakticiranja čuječnosti ter poglobljanja v obliki vsakoletnega "Tedna v tišini". Sledil je prevod, adaptacija in priprava vseh materialov za izvajalce in udeležence (priročnik za izvajalce, delovni listi in zgoščenka za udeležence). Po izoblikovanju programa se je jeseni 2012 s promoviranjem začela njegova implementacija. Rekrutacija udeležencev je bila hitra, saj je potekala prek različnih virov (zloženka, spletna stran, zdravstvene organizacije, NVO-ji ...). V okviru pilotne izvedbe programa smo oblikovali 13 skupin (skupaj 126 udeležencev), ki so bile glede na problematiko oz. značilnosti precej homogene (depresivne motnje, kronične telesne težave, starostniki ...). Program se je odvijal v okviru 9 tedenskih srečanj. Evalvacija je potekala s pomočjo vprašalnikov, ki smo jih aplicirali na začetku, koncu in 6–12 mesecev po koncu programa, ter kvalitativnih intervjujev. Začetni evalvacijski podatki kažejo, da se različni vidiki duševnega zdravja po udeležbi v programu pomembno izboljšajo. Prav tako se je pristop izkazal kot učinkovit pri različnih ciljnih skupinah in predstavlja spodbudo za širšo implementacijo programa, pokazale pa so se tudi možnosti za njegovo nadgradnjo.

Izkušnje udeležencev v programu NARA: kvalitativna študija

Maja Rahne in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski
center za raziskovanje samomora
Kontakt: maja.rahne1@gmail.com

Kljub mnogim empiričnim dokazom, ki pričajo o učinkovitosti pristopa in tehnik čuječnosti, ostaja ogromno neraziskano polje razumevanja mehanizmov na delu oz. procesa, zaradi katerega pride do sprememb, ki jih zazna posameznik po vključenosti v program čuječnosti. Predmet raziskave je podrobna seznanitev z izkušnjami udeležencev Programa NARA – obvladovanje stresa in depresije skozi čuječnost (v nadaljevanju »Program NARA«) in s področjem sprememb, ki so jih zaznali udeleženci po zaključenem 8-tedenskem Programu NARA. Eden izmed ciljev je tudi kvalitativna evalvacija programa. S pomočjo stratificiranega namenskega vzorčenja je bilo v raziskavo vključenih 15 udeležencev, ki so se razlikovali glede na demografske podatke. Podatke smo pridobili s polstrukturiranim intervjujem, ki je v povprečju trajal 102 minuti. Kvalitativno pridobljene podatke smo analizirali po načelih utemeljene teorije (ang. *grounded theory*). S pomočjo osrednjih konceptov, podkonceptov in modela so tako predstavljena spoznanja o procesih, ki se odvijajo v ozadju pristopa čuječnosti (npr. motivacija idr.). Potrdili smo predpostavke raziskovanja, in sicer udeleženci po zaključenem programu čuječnosti poročajo o spremembah na več področjih (osrednji koncepti): (i) v vsakdanjem funkcioniranju, (ii) splošnem počutju, (iii) v odnosu do sebe in drugih ter (iv) da celostna izkušnja s čuječnostjo vpliva na spremembe v posameznikovem doživljanju. Kažejo se tudi spremembe v impulzivnosti. Rezultati študije so lahko v pomoč voditeljem Programa NARA, prav tako so lahko zanimivi za udeležence tovrstnih programov čuječnosti.

Odnos med čuječnostjo in časovno perspektivo

Tina Podlogar¹, Urša Mars¹, Vita Poštuvan¹ in Alenka Tančič Grum^{1,2}

¹Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora

²Nacionalni inštitut za javno zdravje
Kontakt: tina.podlogar@upr.si

Časovna perspektiva (ČP), pogosto nezaveden odnos do časa, je povezana s psihičnim blagostanjem in duševnim zdravjem. Pri tem je pomembna uravnoteženost časovne perspektive, tj. fleksibilnost v odnosu do dimenzij preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. Čuječnost izhaja iz budizma in pomeni usmerjanje pozornosti; z namenom, v sedanjem trenutku ter neobsojajoče. Vključuje prakse meditacije in tehnike usmerjanja pozornosti na sedanj

trenutek. Program NARA je 8-tedenski program na čuječnosti temelječe kognitivne terapije. Namen študije je bil raziskati povezanost čuječnosti s časovno perspektivo in morebitne spremembe ČP pri udeležencih Programa NARA. Programa NARA se je skupaj udeležilo 126 udeležencev (22 moških in 104 ženske). Uporabili smo vprašalnik čuječnosti FFMQ (Five-Facet Mindfulness Questionnaire), ki meri pet komponent čuječnosti (opazovanje, opisovanje, delovanje z zavedanjem, neobsojanje notranjega doživljanja in nereagiranje na doživljanje), in kratko obliko vprašalnika časovne perspektive ZTPI, s katerim ocenjujemo pet lestvic ČP (negativna preteklost – NP, pozitivna preteklost – PP, hedonistična sedanjost – HS, fatalistična sedanjost – FS ter prihodnost – P). Vprašalnike smo aplicirali pred in po sodelovanju v programu. Rezultati kažejo, da se čuječnost (skupni dosežek na vprašalniku) povezuje s skoraj vsemi dimenzijami ČP (z NP $\rho = -.50$; $p < .001$; s PP $\rho = .40$; $p < .001$; s HS $\rho = -.24$; $p < .05$ in s P $\rho = .26$; $p < .05$), ter z uravnoteženo časovno perspektivo ($\rho = .38$; $p < .01$). Zanimalo nas je tudi, ali je pri udeležencih prišlo do kakšnih sprememb zaradi udeležbe v programu. Ugotovili smo spremembe v doživljanju NP ($M_{prej} = 3.43$, $M_{po} = 3.07$; $p < 0.001$; $d = 0.40$) in čuječnosti ($M_{prej} = 15.23$, $M_{po} = 16.42$; $p < .001$; $d = 0.47$). Korelacija med razlikama obeh dosežkov pred in po sodelovanju v programu ($\rho = -.54$; $p < .001$) potrjuje medsebojno povezanost opaženih sprememb. Udeležba v Programu NARA bi lahko skozi prakticiranje in krepitev čuječnosti vplivala na znižanje stopnje ruminiranja ter spremembo odnosa do preteklosti.

Možnosti izobraževanja za voditelje MBCT programov – lastna izkušnja iz tujine

Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: vita.postuvan@upr.si

Na čuječnosti temelječa kognitivna terapija (MBCT) se za voditelje uči kot samostojni trening ne glede na modalitete psihoterapevtskega predznanja oz. pristop terapevta. Pri tem je trening v prvem letu navadno sestavljen iz lastne izkušnje osnovnega tečaja, kontinuiranega izvajanja čuječnosti v vsakodnevem življenju in študija literature, pri čemer vse te elemente preverja supervizor oz. učitelj treninga. Pred pričetkom treninga za učitelje 1 morajo imeti (bodoči) vaditelji tudi izkušnjo poglobljenega izvajanja čuječnosti, kot je umik v tišini (angl. *silent retreat*). Trening za učitelje 2 in 3 so nadgradnje osnovnemu izobraževanju in predstavljajo pomemben korak pri kontinuirani skrbi voditelja za delo na sebi. Treningi so tudi tematsko zastavljeni in obravnavajo izkušnjo čuječnosti z različnih vidikov: čuječe gibanje, čuječnost v komunikaciji z drugimi, uporaba pristopov vedenjsko-kognitivne terapije pri učenju čuječnosti, uporaba poezije v čuječnosti. V

slovenskem prostoru se treningi šele uvajajo, zato je za voditelje ključno povezovanje s strokovnim kadrom iz tujine. Želimo si, da bi sistem učenja MBCT pristopa tudi pri nas lahko postal bolj reguliran, s čimer bi zagotovili kakovostno obravnavo pacientov in zaščito stroke.

Umik v tišini – doživljanje, okoliščine in motivacija za udeležbo: preliminarni rezultati kvalitativne študije

Urša Mars, Tina Podlogar in Vita Poštuvan
Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora
Kontakt: ursa.mars@upr.si

Umik v tišini predstavlja možnost za poglobljeno prakticiranje čuječnosti. Tovrstni umiki navadno trajajo od 5 do 10 dni in imajo utečen dnevni urnik, ki vsebuje tako formalno prakso čuječnosti – različne meditacije kot tudi aktivnosti, ki omogočajo prakticiranje čuječnosti v vsakdanjem življenju (hoja, sprehodi, hranjenje). Udeleženci umika v tišini med seboj ne komunicirajo, prav tako ne berejo ali pišejo. V ospredju je koncept biti in ne delati. Vsakoletni umiki v tišini predstavljajo tudi pomemben del izobraževanja za učitelje MBCT programov. Namen študije je bil s pomočjo kvalitativne metode raziskovanja bolje razumeti, kako voditelji Programa NARA doživljajo umik v tišini in kako dojemajo pojem čuječnosti. Po načelih utemeljene teorije smo analizirali šest intervjujev z udeleženci umika v tišini, ki so v procesu izobraževanja za voditelje programov MBCT. Umik v tišini je potekal julija 2014, intervjuji pa julija in avgusta 2014, povprečen intervju je trajal 41 minut. Intervjuje smo analizirali v programu Atlas.ti. Z analizo smo dobili 712 navedkov, ki so se združevali v 335 kod. Kode so tvorile različne koncepte – (i) doživljanje umika, (ii) notranji procesi, (iii) značilnosti umika, (iv) pričakovanja, (v) uvidi, (vi) spremembe po umiku, (vii) dojemanje čuječnosti in (viii) strokovno vodenje – ki smo jih povezali v splošen model, vsak izmed konceptov pa predstavlja tudi bolj specifičen model. V prispevku podrobneje predstavljamo koncepte doživljanja umika, motivacije za udeležbo na umiku ter okoliščine, ki spremljajo umik v tišini. Na podatkih utemeljeno razumevanje izkušnje umika v tišini lahko pomaga voditeljem pri izvajanju programov ter udeležencem programov pri lažjem razumevanju konceptov, povezanih s čuječnostjo.

Kognitivna znanost

Velikost zenice omogoča vpogled v dejavnike in mehanizme prostorskega delovnega spomina

Martina Starc in Grega Repovš
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: martina.starc@psy.ff.uni-lj.si

Pupilometrija omogoča spremljanje procesov delovnega spomina z visoko časovno ločljivostjo in je v primerjavi s tehnikami EEG in fMR dostopnejša. Velikost zenice napoveduje obseg delovnega spomina, ni pa še znano, ali enako velja tudi za kakovost reprezentacij. V raziskavi smo želeli preveriti, ali lahko velikost zenice uporabimo kot indeks natančnosti prostorskega delovnega spomina. Trideset udeležencev (15 žensk, starih 19–31 let) smo prosili, da si zapomnijo položaj okroglih slik, prikazanih na različnih položajih na skriti krožnici. Po premoru so zapomnjeni položaj obnovili z uporabo igralne palice. Na ta način smo zbrali parametrične podatke o njihovi natančnosti v vsakem poskusu. Med nalogo smo spremljali gibanje oči in velikost zenice s sledilcem očesnih gibov. Velikost zenice se je povezovala z natančnostjo delovnega spomina, vendar le po izločitvi kotne pristranskosti. Korelacije med velikostjo zenice v posameznih časovnih točkah poskusa ter natančnostjo odgovora so bile nizke ($r \approx 0.10$), zaradi česar je vprašljiva njihova uporabnost v vlogi tekočega indeksa natančnosti, nakazujejo pa, kateri časovni intervali med poskusom bi lahko bili še posebno pomembni (zgodnje vkodiranje, pozno vzdrževanje in zgodnji odziv). Rezultati nakazujejo, da natančnost delovnega spomina zahteva zgodnjo pripravo in vzdrževano pozornost. Pri razlagi rezultatov je potrebno upoštevati strategije udeležencev, saj so bile navedene povezave prisotne le pri udeležencih, ki so v povprečju izkazali manj kotne pristranskosti. Možno je, da se pri njih pristranskost pojavi le, če jim pozornost upade v kasnejših fazah vzdrževanja, kar vodi v uporabo alternativnih strategij. Nasprotno pa zgodnja aktivacija pri vkodiranju in odzivanju ter angažiranost skozi celoten poskus vodijo do natančnejših odzivov. Spremljanje velikosti zenice med izvajanjem naloge prostorskega delovnega spomina se ni izkazalo kot robusten tekoči indeks natančnosti, omogoča pa pomembne nove vpogled v udeležene procese, umski napor in uporabo strategij, kar nakazuje njeno uporabnost v nadaljnjem preučevanju delovnega spomina.

Pupilometrija intenzivnih čustvenih odzivov na glasbo

Urša Bernardič

Univerza na Primorskem, Fakulteta za matematiko, naravoslovje in informacijske tehnologije, Oddelek za psihologijo

Kontakt: ursa.bernardic@gmail.com

Poslušanje glasbe pogosto izzove intenzivni čustveni ter fiziološki odziv, ki je opisan kot "čustvena ganjenost", "vznemirjenje" ali "vzdraženost". Fenomen je pogosto povezan s kompleksnim fiziološkim odzivom pilorekacije, tremorjem, solzami, spremembami v srčnem utripu, aktivnostjo specifičnih možganskih področij ter z drugimi telesnimi spremembami. Namen raziskave je bil z uporabo pupilometrije (metode, ki beleži podatke o spremembi, dilataciji, ter fiksacijah zenic, ki niso pod posameznikovim zavestnim nadzorom) preučiti vpliv intenzivnega čustvenega odziva na zenice, ob poslušanju glasbe. Udeleženci ($N = 28$) so poslušali tri skladbe, ki so jih predhodno izbrali in označili kot čustveno bogate, ter tri skladbe, izbrane s strani raziskovalcev. Ob poslušanju obeh skupin skladb so s pritiskom na tipko poročali o čustveni ganjenosti. Na izbranem vzorcu smo potrdili, da se čustvena ganjenost ob poslušanju glasbe pozitivno povezuje z odzivom dilatacije; razširitve zenic. Ugotovili smo, da se fenomen ohranja tako pri osebno izbranih skladbah kot ob skladbah, izbranih s strani raziskovalcev, vendar hkrati udeleženci o čustveni ganjenosti pogosteje poročajo ob osebno izbranih skladbah. Pokazalo se je tudi, da čustveno ganjenost ob glasbi pogosteje doživljajo udeležence ženskega spola. Naša raziskava je torej potrdila, da fenomen povzroči dilatacijo zenic, kar nakazuje na višjo mentalno aktivnost ob doživljanju čustvene ganjenosti pri poslušanju glasbe.

Uporaba heuristik pri okoljevarstvenih odločitvah v povezavi s teorijo načrtovanega vedenja

Tamara Gomilšek¹, Mirta Galesic² in Karin Bakračević Vukman¹

¹Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

²Max Planck Institute for Human Development, Center for Adaptive Behavior and Cognition

Kontakt: tamara.gomilsek@gmail.com

Namen raziskave je bil preveriti, na kakšen način sprejemajo udeleženci okoljevarstvene odločitve. Zanimalo nas je, ali bodo udeleženci pri svojih odločitvah upoštevali vse tri postavke Ajzenove teorije načrtovanega vedenja (stališče do vedenja, subjektivno normo, zaznan vedenjski nadzor), in na podlagi teh postavk sprejeli odločitve, ali pa bodo uporabili druge strategije, kot so na primer heuristike, pri katerih smo se osredotočili na: leksikografsko heuristiko, heuristiko »ena postavka« in heuristiko »enaka teža postavk«. Sestavili smo vprašalnik,

v okviru katerega so udeleženci v prvem delu odgovarjali na vprašanja postavk teorije načrtovanega vedenja in v zadnjem delu sprejeli dokončne odločitve. Prvih deset odločitev se je navezovalo na transport, kjer so se odločali, s katerim prevoznim sredstvom bi raje potovali (vlak ali letalo). Pri drugih desetih odločitvah pa so se odločali med ponudniki električne energije. Pri izvedbi raziskave smo uporabili sledilec oči, ki je omogočil natančnejši vpogled v uporabljene strategije. Za vsako strategijo odločanja smo sprogramirali model odločanja. S pomočjo modelov smo napovedali udeleženčeve odločitve, ki smo jih primerjali z dejanskimi odločitvami udeležencev. Za vsako nalogo smo izračunali odstotek odgovorov udeležencev, ki jih je pravilno napovedal vsak posamezni model. Pri vseh modelih in izračunih smo upoštevali, (a) da bodo udeleženci uporabili vse postavke in (b) da bodo udeleženci uporabili postavke, ki so jih gledali minimalno 100 milisekund (podatki pridobljeni s sledilcem oči). Rezultati raziskave so pokazali, da vsi modeli enako dobro napovedujejo udeleženčeve odločitve. V scenariju transporta je model teorije načrtovanega vedenja pravilno napovedal 83 % udeleženčevih odločitev in leksikografski model 79 % udeleženčevih odločitev. V scenariju električnih ponudnikov pa je model teorije načrtovanega vedenja pravilno napovedal 89 % udeleženčevih odločitev in leksikografski model 88 % udeleženčevih odločitev.

Psihoanalitično razumevanje govorice telesa prek dela Wilhelma Reicha in sodobnih nevropsiholoških spoznanj

Meti Brus

Univerza na Primorskem, Fakulteta za matematiko, naravoslovje in informacijske tehnologije, Oddelek za psihologijo

Kontakt: metybruskety@gmail.com

V prispevku smo skušali povezati delo Wilhelma Reicha s sodobnimi psihološkimi spoznanji in najti način, s katerim bi omenjena spoznanja o govorici telesa lahko uporabili v praksi. Reich je telo in psiho skušal razložiti kot celoto prek analize značaja in teorije o spolnosti. Prva vzporednica Reichove teorije v povezavi z novjšimi nevropsihološkimi spoznanji je razlaga nastanka nevrotičnega vedenja. Reich je trdil, da otrok razvije nevrotičen značaj, če starši zavračajo in potlačujejo njegove – tudi seksualne – potrebe. Novejše raziskave trdijo enako, le da z drugimi besedami: če človek s svojo možgansko skorjo potlačuje lastne »nižje« impulze, ki prihajajo iz hrbtenjače in iz subkortikalnih središč, postane neobčutljiv za pomembne signale iz lastne notranjosti in iz okolja, njegovo vedenje pa postaja vedno manj učinkovito. Takšen človek ne more v polnosti doživeti orgazma, kar njegovo nevrotično vedenje le še potencira. Pot iz tega začaranega kroga pa je v tem, da si človek ponovno dovoli čutiti tako pozitivna kot negativna občutja in dopusti, da pridejo informacije iz nižjih predelov centralnega živčnega sistema v možgansko skorjo. S tem si ponovno dopusti možnost popolne predaje partnerju v ljubeči spolnosti in s tem orgazmično zmožnost,

ki jo Reich označuje kot znak psihičnega zdravlja. Podanih je pet značajskih tipov po Reichu, od katerih ima le eden (rigidni) značaj pravi psihični in mišični oklep. V logični povezavi sledi opis orgonske psihoterapije, ki je zdravljenje telesnega in psihičnega neravnovesja. Čeprav Reichovih teorij v njegovem času znanstveniki niso priznavali za znanstvene, novejša nevropsihološka spoznanja potrjujejo njegove teorije. Poleg dopolnjevanja obeh vrst teorij pri razlagi nevrotičnega vedenja je dodatna vzporednica tudi nastanek blokade v možganskem centru za produkcijo govora (Broca), ki lahko nastane ob hudem travmatičnem doživetju. Kljub dopolnjevanju obeh vrst teorij pa je relevantno vprašanje, kako bi telesni oziroma orgonski psihoterapevt lahko vedel, ali ima njegov klient polno orgazmično zmožnost in posledično tudi psihično zdravje. Spoznanja iz prispevka bi lahko bila uporabna v primarni zdravstveni oskrbi, kjer bi splošni zdravniki hitreje in lažje diagnosticirali ljudi, katerih fizične težave izvirajo iz psihičnih blokad. Sklepno spoznanje je, da ljudje premalo poslušamo tako sebe, svoje telo, kot druge in stvarstvo nasploh.

fMR študija razmišljanja o delu in dopustu

Anka Slana, Eva Boštjančič, Martina Starc, Kristijan Armeni in Grega Repovš
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: anka.slana@psy.ff.uni-lj.si

Razmišljanje vključuje množico mentalnih reprezentacij in kognitivnih procesov – predstavljanje, procesiranje čustev, načrtovanje, ruminacijo in druge. Ti se odražajo v vzorcu aktivnosti različnih možganskih predelov, sistemov in omrežij. V raziskavi smo želeli preveriti, v kolikšni meri lahko s pomočjo opazovanja možganske aktivnosti prepoznamo razlike v kognitivnih procesih, ki so udeleženi pri razmišljanju o delu in o dopustu. V sodelovanju s podjetjem Si.Mobil se je 25 redno zaposlenih udeležilo funkcijskega slikanja, s pomočjo katerega smo spremljali aktivnost možganov med razmišljanjem o delu in o dopustu. Rezultati so pokazali, da razmišljanje, ne glede na vsebino, aktivira več možganskih sistemov – zaznavni, motorični, spominski, sistem za čustveno vrednotenje in sistem za kognitivni nadzor. Neposredne primerjave pa kažejo, da razmišljanje o dopustu vključuje višjo aktivacijo v temporo-parietalni junktiji, anteriornem in posteriornem cingulatnem korteksu ter parahipokampalnem girusu, kar kaže na večjo vpletenost kontrolnih procesov, višjo stopnjo čustvenega procesiranja ter močnejšo aktivacijo avtobiografskega spominskega sistema, medtem ko razmišljanje o delu v večji meri aktivira inferiorni in srednji temporalni girus ter prekuneus, področja povezana s semantičnim spominom in refleksijo lastnih osebnostnih potez. Izsledki kažejo na kompleksno naravo razmišljanja.

Različne vsebine lahko vključujejo raznolike vzorce kognitivnih procesov in z njimi povezanih možganskih sistemov. Metode funkcijskega slikanja možganov s tem odpirajo nove možnosti preučevanja miselnih procesov.

Psihologija dela in organizacije ter psihologija potrošnika

Dolgčas na delovnem mestu v kontekstu lastnosti dela

Lara Delić in Eva Boštjančič
Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo
Kontakt: lara.delic@gmail.com

V zahodnih razvitih družbah beležimo porast doživljanja dolgčasa tako na delovnem mestu kot v zasebnem življenju. Ta pojav je izzval zanimanje mnogih strokovnjakov različnih znanstvenih disciplin, ki dolgčas povezujejo z lastnostmi sodobnega posameznika na eni in spreminjajočimi okoljskimi zahtevami ter možnostmi, ki jih ponuja, na drugi strani. V nasprotju s stereotipnim prepričanjem pojav dolgčasa presega zgolj posameznikovo brezdjelje. Kljub povečanemu interesu pa mnogo razlogov in posledic dolgčasa ostaja nepojasnjenih. Namen pričujoče raziskave je bil razširiti razumevanje dolgčasa na delovnem mestu v kontekstu lastnosti dela. Ob tem pa smo preverjali še odnos med dolgčasom na delovnem mestu in v zasebnem življenju ter kakšno vlogo ima dovzetnost za dolgčas pri pogostosti doživljanja dolgčasa. V raziskavi je sodelovalo 294 udeležencev, zaposlenih na delovnih mestih v slovenskih pisarnah. Podatke smo zbrali s pomočjo testne baterije, ki je vsebovala Vprašalnik o pogostosti doživljanja dolgčasa na delovnem mestu in v zasebnem življenju, temelječ na petih izkustvenih vsebinah, Lestvico dovzetnosti za dolgčas ter Vprašalnik o vsebini dela. Rezultati so pokazali, da se dolgčas na delovnem mestu pomembno povezuje s vsemi vključenimi lastnostmi dela – raznolikostjo spretnosti, avtoriteto odločanja, psihološkimi zahtevami dela, nezanesljivostjo zaposlitev, socialno podporo sodelavcev in nadrejenega. Pri tem se ocene lastnosti dela oseb z visoko dovzetnostjo za dolgčas ne razlikujejo pomembno od oseb z nizko dovzetnostjo za dolgčas. Dalje ugotovitve kažejo, da odnos med dolgčasom na delovnem mestu in v zasebnem življenju najbolje opisuje model prelivanja. Potrdili pa smo tudi domnevo, da so dolgčas na delovnem mestu, dolgčas v zasebnem življenju in dovzetnost za dolgčas povezani, vendar različni konstrukti.

Well-being alone is not enough! Predictors of sickness absence

Boris Popov

University of Novi Sad, Faculty of Philosophy, Department of Psychology

Kontakt: boris.popov@ff.uns.ac.rs

Sickness absence is a complex phenomenon and it can be the result of various causes. It has been shown that different conditions, such as experiencing psychological or psychosomatic complaints, medication use, having a burnout, having low job control or low decision latitude can in different occasions lead to sick leave. The main aim of this study was to examine predictors of sickness absence using the organizational health framework. To address this question, research was conducted on a sample of 480 employees of both sexes (72.3% women), with an average age of 39 years, permanently employed in 18 public and private sector companies from the Autonomous Province of Vojvodina. Respondents filled in the following questionnaires: the Positive and Negative Work Experiences Scale, the (Ir)rational beliefs scale, the Work Engagement Scale, a shortened Organisational Commitment Scale, and the Copenhagen Burnout Inventory. Sickness absence was measured with self-reported number of days absent from work during the last three months. Data were analysed using structural equation modeling. The structural model showed an acceptable fit to the data: S-B $\chi^2(546) = 1010.53$, $p < .05$, NFI = .84, NNFI = .91, CFI = .92, RMSEA = .04, SRMR = .06. It has been shown that duration of absence from work could be predicted only by the intensity of psychosomatic complaints, while the effect of all other variables in the model, including positive/negative work experiences, (ir)rational beliefs, job engagement, burnout and organizational commitment was not statistically significant. Results showed, however, that burnout had an indirect effect on sickness absence via the intensity of psychosomatic complaints. The findings emphasise the importance of considering other variables besides employees (un)well-being in predicting sickness absence. Limitations and practical implications of the study are also discussed.

Nakupno vedenje mladih potrošnikov v Sloveniji

Nuša Tadenc

Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo

Kontakt: nuska.t@gmail.com

Psihologija potrošnika proučuje potrošnikove čustvene, spoznavne in vedenjske odzive, ki so povezani z nakupom, uporabo in odstranitvijo dobrin, izdelkov, storitev. Študija je s pomočjo treh fokusnih skupin odkrivala dejavnike, ki vplivajo na izbor ponudnika izdelkov široke potrošnje pri mladostnikih, kaj mladostniki najpogosteje nakupujejo,

s kom najpogosteje hodijo po nakupih in kakšen vpliv imajo drugi na izbiro izdelkov. Fokusne skupine je sestavljalo skupno 10 moških in 12 žensk, povprečne starosti 22,1 let. Bile so homogene po kriteriju statusa izobraževanja (dijaki in študentje). Študija je pokazala, da so mladostniki cenovno občutljiva skupina, pri kateri ne obstaja le en poglobitveni dejavnik, ki jo žene pri izbiri trgovca, temveč gre za seštevek in preplet več dejavnikov, pri čemer na nakupno vedenje vplivajo tudi okoliščine in posameznikove značilnosti. Mladostniki nakupe izdelkov široke potrošnje večkrat opravljajo v družbi, motivi za (ne)opravljanje nakupovanja v družbi pa so zelo raznoliki. Teme posvetovanja se nanašajo na ceno, okus, izvor, deklaracijo, značilnosti in videz izdelkov, novosti na policah in darila. Obstajajo tudi izdelki, na katere so mladostniki navajeni, so preizkušeni, jim zaupajo in zato v družbi niso nikoli predmet posveta. Čigavemu mnenju pripisujejo večji pomen, ali mnenju staršev ali prijateljev, je odvisno od vrste izdelka. Po njihovih besedah nihče ne vpliva na njihovo nakupno vedenje in odločitve, saj kupujejo to, kar jim je všeč in kar poznajo. Raziskava je razsvetlila nekatere motivacijske dejavnike, stališča in pričakovanja mladostnikov v ozadju izbire trgovca z izdelki široke potrošnje. Prav tako je osvetlila nekatere njihove nakupne navade in pripomogla h globljemu razumevanju nakupnega vedenja mladostnikov, ki predstavljajo zanimivo skupino potrošnikov. Zaradi svoje kvalitativne narave je dala poglobljen vpogled v to, kaj mladostnike kot potrošnike motivira in na podlagi katerih prepričanj in izkušenj oblikujejo stališča do raziskovanega problema.

Avtorsko kazalo

Armeni, Kristijan, 96
 Avsec, Andreja, 88, 90
 Bakračević Vukman, Karin, 95
 Bernardič, Urša, 95
 Boštjančič, Eva, 89, 96
 Brus, Meti, 95
 Bucik, Valentin, 82, 87, 89
 Čuš Babič, Nenad, 82
 Čuš, Anja, 88
 De Leo, Diego, 89
 Debeljak Rus, Barbara, 81
 Delić, Lara, 96
 Depolli Steiner, Katja, 87
 Dernovšek Hafner, Nataša, 87
 Fekonja Peklaj, Urška, 85
 Furman, Lucija, 87
 Galesic, Mirta, 95
 Gomilšek, Tamara, 95
 Gosar, David, 80
 Gradišek, Polona, 84
 Gril, Alenka, 83
 Holnthaner, Rok, 80
 Ibrčič, Anja, 90

Juriševič, Mojca, 84
Kerman, Katja, 87
Kobal Grum, Darja, 80
Komidar, Luka, 85, 86
Koprivnik, Špela, 87
Kozel, Dejan, 91
Marjanovič Umek, Ljubica, 85
Mars, Urša, 86, 92, 93, 94
Merhar, Alenka Leonarda, 89
Musil, Bojan, 82, 85
Ozimek, Maruška, 89
Pečjak, Sonja, 83, 84
Peterec Kotar, Darija, 81
Petrovič, Ana, 91
Pirc, Tina, 83, 85
Podlesek, Anja, 85, 86, 90
Podlogar, Tina, 86, 93, 94
Podobnik, Blaž, 88
Popov, Boris, 97
Poštuvan, Vita, 85, 86, 88, 89, 91, 92, 93, 94
Potočnik Kodrun, Darja, 80
Preglej, Andrej, 82
Puklek Levpušček, Melita, 83, 85
Rahne, Maja, 93
Regovec, Matjaž, 82
Repovš, Grega, 94, 96
Ropert, Tadevž, 82
Roškar, Saška, 90
Slana, Anka, 96
Starc, Martina, 94, 96
Švigelj, Maruša, 88
Tadenc, Nuša, 97
Tančič Grum, Alenka, 92, 93
Tekavčič Grad, Onja, 88
Ucman, Saša, 80
Zadravec Šedivy, Nuša, 91
Zager Kocjan, Gaja, 89, 90
Zorko, Maja, 90
Žiberna, Janina, 91, 92
Žilavec, Iztok, 82

Prispelo: 30.10.2014
Sprejeto: 30.10.2014