

**9. KONGRES  
PSIHOLOGOV  
SLOVENIJE**

**Jaz in okolje:  
preplet notranjih in zunanjih svetov  
16. -18. november 2023**

# Zbornik povzetkov

## Organizatorji kongresa

Društvo psihologov Slovenije  
Fakulteta za matematiko, naravoslovje in informacijske tehnologije Univerze na Primorskem

## Programski odbor

Vlasta Novak Zabukovec, FAMNIT UP in FF UL (predsednica)  
Ana Arzenšek, FAMNIT UP in FM UP  
Andreja Avsec, FF UL  
Katarina Babnik, FF UL  
Karin Bakračević, FF UM  
Dušica Boben, Center za psihodiagnostična sredstva  
David Gosar, Pediatrična klinika UKC LJ  
Kaja Hacin Beyazoglu, FF UL  
Barbara Horvat Rauter, URI Soča  
Špela Hvalec, PB Idrija  
Tina Jeromen, Psiholab  
Vesna Jug, FAMNIT UP  
Matic Kadliček, Video center  
Luka Komidar, FF UL  
Dean Lipovac, FAMNIT UP in InnoRenew CoE  
Urša Mars Bitenc, FAMNIT UP  
Satja Mulej Bratec, FF UM  
Kristijan Musek Lešnik, FAMNIT UP  
Julija Pelc, Zavod HERUKA  
Tina Podlogar, FAMNIT UP in IAM UP  
Maja Smrdu, FAMNIT UP in ZD Koper  
Matija Svetina, FF UL  
Saša Zorjan, FF UM

## Uredile

Vesna Jug, Tjaša Ogrizek, Tina Tinkara Peternelj, Tanja Kajtna

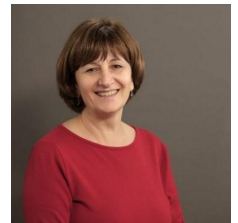
## Vsebina

Nagovor predsednice programskega odbora	144
Plenarna predavanja	145
Simpoziji	147
Ustne predstavitve	176
Posterji	198
Delavnice	206
Okrogle mize	208

## Nagovor predsednice programskega odbora

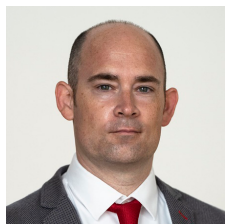
Na osrednjo temo letošnjega kongresa "Jaz in okolje: preplet notranjih in zunanjih svetov" lahko pogledamo z različnih perspektiv. Jaz kot posameznik v socialnem, naravnem, grajenem, virtualnem ali kako drugače opredeljenemu okolju. Jaz kot osebnost, ki se različno odzivam na dogodke v omenjenih okoljih. Jaz kot aktiven član, ki prispevam k bogastvu socialnih stikov, ali jaz, ki se zavedam pomena naravnega okolja. Jaz, ki mi je pomembno dobro počutje v grajenem okolju, in seveda jaz, ki vedno kaj novega odkrijem v virtualnem okolju.

Kongresni zbornik vsebuje povzetke štirih plenarnih predavanj: prvo opisuje in utemeljuje digitalno preobrazbo psihološke prakse in raziskovanja, drugo povezuje naravno okolje s psihološkim blagostanjem, tretje je usmerjeno v psihologijo družbe oz. zdravje naše družbe, četrto pa analizira odnos, predvsem upanje mladih ob okoljskih spremembah. Raznoliki pogledi so predstavljeni v 16 simpozijih: s področij forenzične in športne psihologije, reproduktivnega zdravja, medvrstniškega nasilja, kakovosti bivanja starejših, okoljske ozaveščenosti in pogleda stroke na prenovo vzgojno-izobraževalnega sistema. Zbornik zajema tudi okrogle mize z različnimi temami, kot so etične dileme v psihologiji, EuroPsy certifikat in kompetenčni modeli, možganske poškodbe, duševno zdravje, merjenje v delovnem okolju, vrhunski šport ter odzivi družbe in stroke na krizne dogodke, kot so bile letošnje poplave. Individualni prispevki pa zajemajo vsebine znotraj različnih področij psihologije, kot so vzgoja in izobraževanje, delo in organizacija, socialno varstvo, klinična in zdravstvena psihologija, digitalna preobrazba, kognitivno delovanje, krize situacije, motnje hranjenja, psihodiagnostična sredstva in družinsko okolje.



**prof. dr. Vlasta Novak Zabukovec**  
predsednica programskega odbora

## Plenarna predavanja



### Digitalna preobrazba psihološke prakse in raziskovanja

David Gosar  
UKC Ljubljana

Najkasneje z nastopom pandemije COVID-19 je psihologija doživela digitalno preobrazbo, ki je nepreklicno spremenila način našega dela ter naravo psiholoških pojavov, ki jih raziskujemo. Uporaba digitalnih tehnologij nam je v času najstrožjih ukrepov za preprečevanje pandemije omogočila, da smo nadaljevali z nudenjem psihološke pomoči, v prihodnje pa uporaba digitalnih intervencij preko spleta in mobilnih naprav obljublja še večjo dostopnost intervencij za ohranjanje in izboljšanje duševnega zdravja. Novi, virtualni svetovi navidezne resničnosti že zdaj nudijo do sedaj neslutene možnosti pri psihoterapevtski obravnavi strahov, lajšanju tesnobe ali bolečine, obenem pa nam omogočajo nove, bolj ekološko veljavne možnosti za ocenjevanje spoznavnih sposobnosti. Pri našem kliničnem delu so nam lahko v pomoč tudi algoritmi za strojno učenje, ki nudijo dodatno podporo pri superviziji in skupnostnih intervencijah na področju duševnega zdravja. Za naglim razvojem velikih jezikovnih modelov pa se nam obetajo tudi nove možnosti uporabe nestrukturiranih besedil za namene psihološkega ocenjevanja. Vsa ta prizadevanja pa bi bila zaman, če bi zanemarili, da dobra klinična praksa izhaja iz dobrega poznavanja osnovnih kliničnih veščin in empirične psihološke znanosti. V slednjo prinaša digitalna preobrazba psihologije tektonske premike. Uporaba sodobnih modelov raziskovanja psiholoških procesov v zveznem času nam omogoča, da naslovimo eno najbolj zanimivih vprašanj v psihologiji – po kakšnih zakonitostih se doživljanje trenutka preliva v tokove razpoloženja, počutja in vsakodnevne navade ter trajne osebne značilnosti. Naše doživljanje lastne osebnosti in subjektivno doživljanje pomembno zaznamuje tudi utelešenost. Ni je metode, ki bi nam nudila večje bogato eksperimentalnih možnosti za preučevanje tega pojava, kot navidezna resničnost. Kako se pogajajo majhni in veliki? Kako bi se vedli, če bi imeli drugačno telo ali celo rep? To sta le dve od zanimivih vprašanj, ki jih v zadnjem času naslavljajo raziskovalci. Uporaba velikih jezikovnih modelov nam poleg tega omogoča boljše nasloviti še eno kontroverzno vprašanje v psihologiji – kašna je napovedna moč in veljavnost preizkusov, ki temeljijo na nestrukturiranih odgovorih. Nenazadnje pa nas nedavni napredek velikih jezikovnih modelov postavlja pred eno najbolj fundamentalnih vprašanj našega časa – ali lahko poleg nas tudi neživa materija misli?



### Natural environments and psychological wellbeing – traditional theories, theory critique and outlining a novel account

Yannick Joye  
Vilnius University

What do natural environments do with people? How do they affect our wellbeing, influence our emotions, and cognition? This is the question that runs as a red thread throughout my research and is part and parcel of what has nowadays become known as “restorative environments” research. In this talk, I will give an overview of existing theories on restorative environments that have since the 1970-80s tried to answer that question, with a focus on biophilia theory, Stress Recovery Theory, and Attention Restoration Theory. I will discuss the theoretical and practical importance of this line of research, as well as the need for theory critique in building novel frameworks to optimize interventions that reap the benefit of contact with nature. Specifically, I will sketch the outlines of a recently developed goal-discrepancy account that tries to provide an alternative to the traditional restoration theories. In essence, restorative nature experiences do not reflect a replenishment process but reflect the reduction of discrepancies between an individual’s situation and goal(s). I will discuss experiments that provide initial support for this account and show how the account can also be meaningful to understand sustainable behavior.



## O psihologiji družbe

Ernest Ženko  
Univerza na Primorskem

Duševno zdravje je temeljna človekova pravica. Glede na to da zavisi od prepleta dejavnikov, ki so po eni strani individualni, po drugi pa tudi kolektivni, se zastavlja vprašanje, v kolikšni meri in kako današnja družba človeku zagotavlja ali odreka to pravico? Z drugimi besedami, kako zdrava je sodobna družba? Čeprav je postmodernost v teoriji že nekaj časa skoraj povsem iz mode, pa česa podobnega ni mogoče trditi za prakso, če s tem razumemo pojave, ki jih je teorija indentificirala ali napovedala, danes pa jih srečujemo na vseh ravneh vsakdanjega življenja. Prav ti pojavi, kot so izguba temelja, brezglobinskost, relativizem in nezaupanje v znanost itn., skupaj s perečimi okoljskimi problemi, ponovno prebujeno jedrsko grožnjo in negotovostjo, ki jo pomeni razvoj umetne inteligence, predstavljajo tveganja za duševno zdravje na družbeni ravni.



## Climate-change hope among young people: relations to mental wellbeing and climate-change engagement

Maria Ojala  
Örebro University

Youth is an important stakeholder group concerning climate change since it is their future that is threatened. Because many young people feel hopelessness and helplessness concerning the global future it could be argued that is vital to promote hope concerning climate change, both for mental wellbeing and an active citizenship. In this talk I will present some of my empirical and theoretical research about climate-change hope. I will concentrate on if, and how, climate-change hope relates to climate-change engagement and subjective wellbeing. I will also present some sources of hope, for instance different kinds of trust, and argue that it is important to take account of these when investigating the association between hope and an active citizenship. In addition, I will focus on the agency part of the hope concept. Agency thinking is an important part of the most well-known hope theory in psychology created by Rick Snyder. However, not many studies have been performed in relation to societal issues. I will talk about how specific ways of coping with conflicts when young people try to live in a more sustainable manner in a largely unsustainable society could be seen as agency thinking in relation to climate-change hope.

## Simpoziji

### Največji športni dosežek: ostati duševno zdrav

Vodja simpozija: Saša Cecić Erpič  
sasa.cecicpic@fsp.uni-lj.si

Sodelujoči: Saša Cecić Erpič<sup>1</sup>, Janja Usenik<sup>2</sup>, Miha Kvas<sup>1</sup> in Matej Čeh<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakulteta za šport UL

<sup>2</sup>Pedagoška fakulteta UM

<sup>3</sup>Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa UKC Ljubljana

1-S\_01

Duševno zdravje (DZ) v tekmovalnem športu je deležno vse večje pozornosti raziskovalcev, športnih psihologov in praktikov. Namen tega simpozija je predstaviti raziskovalne izsledke študij, ki ta čas potekajo v Sloveniji in ki pojasnjujejo kompleksen odnos med tekmovalnim športom ter različnimi vidiki DZ in njihovo aplikacijo v praktično delo s športniki. Trije prispevki v sklopu simpozija bodo predstavili del rezultatov velikega evropskega projekta Dual career for mental health (DC4MH), v katerem je sodelovalo več kot 9000 preizkušancev (dijakov/študentov športnikov, športnikov, ki se ne izobražujejo, in dijakov/študentov, ki niso športniki). Cilj projekta je bil analizirati različne vidike DZ in ugotoviti, kakšen vpliv imajo nanj dejavniki dvojne kariere, psihološka odpornost in pismenost o DZ. Poleg analize DZ je bil cilj projekta razviti orodja za spodbujanje DZ in oblikovati strategije za njegovo krepitev v kontekstu dvojne kariere. Prvi prispevek bo osvetlil značilnosti DZ športnikov in vlogo dvojne kariere v kontekstu varovanja DZ. Predstavljeni bodo izsledki zgoraj omenjene študije. Drugi prispevek se osredotoča na predstavitev delavnice za spodbujanje pismenosti o DZ športnikov in njeno evalvacijo. Tretji prispevek bo pojasnil značilnosti DZ mladih teniških igralcev, s poudarkom na povezavah z dejavniki dvojne kariere. V četrtem prispevku bo obravnavana problematika identifikacije težav v DZ športnikov in vloga, ki jo ima v tem preventivna zdravstvena obravnava. V zadnjem prispevku bodo predstavljene značilnosti DZ slovenskih športnikov z dvojno kariero ter priporočila, kako spodbujati DZ v kontekstu tekmovalnega športa.

### Proučevanje socialnih procesov z uporabo slikovnih in nevrofizioloških metod

Vodja simpozija: Satja Mulej Bratec  
satja.mulej@um.si

1-S\_02

Čeprav so ključnega pomena za duševno zdravje, se je raziskovanje socialnih procesov s pomočjo slikovnih in nevrofizioloških metod pod okriljem socialne nevroznanosti razcvetelo šele nedavno. Vpogled v možganske procese, ki so povezani z različnimi socialnimi dejavniki in procesi, ponuja zanimiva in pomembna odkritja za področje psihologije. Simpozij gradita dve osrednji temi. Prva tema so zgodnje regulacijske težave dojenčkov in malčkov (tj. težave z jokom, spanjem in/ali hranjenjem v prvih letih življenja) v povezavi s spremembami v odraslih možganih in socialnih odnosih ali procesih. V okviru prve teme bo Saša Zorjan predstavila povezavo med zgodnjimi regulacijskimi težavami in kvaliteto vrstniških odnosov v odraslosti, pri čemer se bo osredotočila na vlogo alostatično-interoceptivnega sistema (AIS) v možganih, še posebej funkcijske konektivnosti AIS. Nato bo Satja Mulej Bratec govorila o povezanosti med zgodnjimi regulacijskimi težavami, izogibajočimi osebnostnimi lastnostmi v odraslosti in strukturnimi karakteristikami inzule v odraslih možganih. Druga tema simpozija se nanaša na nevrofiziološke korelate učinka opore partnerja na občutek bolečine. Marina Horvat bo predstavila teoretično ozadje in raziskovalni načrt raziskave v poteku, ki proučuje vpliv prisotnosti romantičnega partnerja na občutenje bolečih dražljajev. Študija, v kateri se zbirajo tako vedenjski kot nevrofiziološki (EEG) podatki, dodatno preverja vpliv raznovrstnih dejavnikov na glavni učinek, kot so stil navezanosti, kvaliteta partnerskega odnosa, empatija in kakovost spanja. Nazadnje bo Nina Venta predstavila preliminarne vedenjske in elektrofiziološke izsledke študije, pri čemer se bo osredotočila na vlogo kvalitete partnerskega odnosa pri učinku socialne opore na občutenje bolečine.

### 1) Povezava med zgodnjimi regulacijskimi težavami in vrstniškimi odnosi v odraslosti: vloga alostatično-interoceptivnega sistema

Saša Zorjan<sup>1</sup>, Dieter Wolke<sup>2</sup>, Nicole Baumann<sup>3</sup>, Christian Sorg<sup>3</sup> in Satja Mulej Bratec<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>2</sup>Oddelek za psihologijo, Univerza Warwick

<sup>3</sup>Bolnišnica Rechts der Isar, Tehniška univerza v Münchnu

1-S\_02-01

Zgodnje regulacijske težave (RT), tj. težave z jokom, spanjem in/ali hranjenjem, predstavljajo pomemben dejavnik tveganja za dolgoročne vedenjske in čustvene težave v odraslosti, še posebej za izogibajoče osebnostne lastnosti, ki se povezujejo s socialnim umikom in anksioznostjo. Poleg tega se RT v prvih letih življenja povezujejo tudi s funkcionalnimi spremembami v mirovnem in poudarjajočem možganskem omrežju v odraslosti. Omenjeni omrežji skupaj sestavljata alostatično-interoceptivni sistem (AIS), ki je ključnega pomena za socialne odnose. Cilj raziskave je bil preveriti, (1)



ali se zgodnje RT povezujejo z izogibajočimi osebnostnimi lastnostmi v odraslosti ter (2) ali AIS medira odnos med zgodnjimi RT in težavami v socialnih odnosih v odraslosti. Analizirali smo podatke prospektivne Bavarske longitudinalne študije, v kateri je bila prisotnost RT določena pri 5, 20 in 56 mesecih starosti. V odraslosti ( $M_{\text{starost}} = 28,48$  let,  $SD = 2,56$ ) so udeleženci sodelovali v okviru slikanja možganov s funkcijsko magnetno resonanco v mirovanju ter izpolnili vprašalnik o izogibajočih osebnostnih lastnostih. Končni vzorec je vključeval 42 odraslih z zgodovino zgodnjih RT ter kontrolno skupino brez RT ( $N = 70$ ). Rezultati so pokazali, (1) da so RT povezane z nižjo kvaliteto socialnih odnosov in povečano intrinzično funkcionalno konektivnostjo (iFC) med regijami AIS v odraslosti. Prav tako pa smo ugotovili, da (2) spremembe v iFC med dorzalno-medialno insulo ter frontalnimi in temporalnimi regijami AIS medirajo odnos med zgodnjimi RT in kvaliteto socialnih odnosov v odraslosti. Rezultati tako nakazujejo na dolgoročne spremembe, ki se povezujejo z zgodnjimi RT ter pomembno prispevajo k razumevanju možganskih mehanizmov, ki so v ozadju socialnih težav odraslih z zgodovino zgodnjih RT.

## 2) Strukturne spremembe inzule v povezavi z zgodnjimi regulacijskimi težavami in izogibajočimi osebnostnimi lastnostmi v odraslosti

Matic Kadiš<sup>1</sup>, Dieter Wolke<sup>2</sup>, Nicole Baumann<sup>2</sup>, Christian Sorg<sup>3</sup> in Satja Mulej Bratec<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>2</sup>Oddelek za psihologijo, Univerza Warwick

<sup>3</sup>Bolnišnica Rechts der Isar, Tehniška univerza v Münchnu

1-S\_02-02

Zgodnje regulacijske težave (RT), tj. težave z jokom, spanjem in/ali hranjenjem, so povezane s kasnejšimi vedenjskimi težavami in možganskimi spremembami alostatično interoceptivnega sistema (AIS) v možganih. Težave z jokom pri treh mesecih se povezujejo z manjšim volumnom amigdale pri desetih letih, komorbidne in/ali vztrajne RT v prvih letih življenja pa povečajo možnost izogibajočih osebnostnih lastnosti in sprememb v povezljivosti AIS celo v odraslosti. Ključni del AIS je inzula, ki integrira informacije iz telesa in okolja ter je pomembna tako za interoceptijo kot uspešno alostazo. Cilj raziskave je bil preveriti, ali so zgodnje RT povezane s strukturnimi spremembami inzule v odraslosti in ali se te spremembe povezujejo z izogibajočimi osebnostnimi lastnostmi v odraslosti. Vzorec je temeljil na podatkovni bazi udeležencev velike prospektivne Bavarske longitudinalne študije in vključeval posameznike z zgodnjimi RT ( $N = 47$ ) ter kontrolno skupino brez RT ( $N = 121$ ). Udeleženci so bili pri 5, 20 in 56 mesecih testirani za prisotnost RT, v odraslosti pa so sodelovali v magnetnoresonančnem slikanju možganov in izpolnili vprašalnik za oceno izogibajočih osebnostnih lastnosti. Analiza je pokazala, (1) da so RT povezane z večjo girifikacijo bilateralne inzule in manjšo kortikalno debelino leve inzule, (2) da je povezava najbolj izražena pri posameznikih z vztrajnimi RT ter (3) da so spremembe

girifikacije leve inzule pozitivno povezane z izogibajočimi osebnostnimi lastnostmi. Raziskava pomembno prispeva k razumevanju posledic RT na razvoj in delovanje posameznika v odraslosti.

## 3) Nevrofiziološki mehanizmi učinka socialne opore na občutenje bolečine: teoretično ozadje in raziskovalni načrt

Marina Horvat<sup>1</sup>, Saša Zorjan<sup>1</sup> in Satja Mulej Bratec<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

1-S\_02-03

Doživljanje čustev in bolečine je tesno povezano s socialnim kontekstom. Različne oblike socialne opore pomembno vplivajo na to doživljanje, saj lahko zmanjšajo negativna čustva, lajšajo bolečino ter pozitivno vplivajo na delovanje posameznikovih fizioloških sistemov. Kljub znanim pozitivnim učinkom socialne opore pa nevrofiziološka podlaga tega učinka v literaturi še ni v celoti pojasnjena. V pričujočem prispevku bomo predstavili teoretično ozadje in raziskovalni načrt naše trenutne raziskave, katere cilj je razširiti razumevanje nevronske mehanizmov, ki podpirajo socialno regulacijo bolečine. V raziskavi se z uporabo eksperimentalnega raziskovalnega načrta osredotočamo na preučevanje vpliva socialne opore romantičnega partnerja na občutenje akutnih bolečih dražljajev ter povezanih nevrofizioloških korelatov. Eksperiment izvajamo v laboratorijskem okolju z romantičnimi pari v dveh pogojih: prisotnost in odsotnost opore partnerja ob doživljanju bolečine, pri čemer hkrati z elektroencefalografijo (EEG) merimo možgansko aktivnost partnerke. V analizi bomo raziskali pozitivne in morebitne negativne učinke partnerjeve opore na dojetje bolečine z uporabo mediacijske analize. Pričakujemo, da bo možganska aktivnost delovala kot mediator med oporo in doživljanjem bolečine. Dodatno želimo preučiti vlogo potencialnih moderatorjev tega odnosa, npr. stila navezanosti, kvalitete partnerskega odnosa, empatije in kakovosti spanja. Razumevanje vpliva socialne opore na doživljanje bolečine lahko prispeva k izbiri oz. oblikovanju situacij, v katerih bodo posamezniki lahko najbolje izkoristili to obliko opore.

## 4) Nevrofiziološki mehanizmi učinkov socialne opore in kvalitete partnerskega odnosa na občutenje bolečine: preliminarni rezultati

Nina Venta<sup>1</sup>, Marina Horvat<sup>1</sup>, Saša Zorjan<sup>1</sup> in Satja Mulej Bratec<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

1-S\_02-04

Določene teorije že dalj časa v ospredje postavljajo pomen (romantičnih) socialnih odnosov, ki prevzemajo regulativne funkcije, zagotavljajo varnost in pogosto lajšajo negativni afekt ter bolečino. Vendar vsi romantični odnosi niso enako kvalitetni – dosedanje študije nakazujejo, da kvaliteta odnosa pomembno prispeva k učinkom socialne opore na spremembe

v aktivnosti možganov med bolečino ali pričakovanjem slednje. Kvalitetnejši odnosi so zaznamovani z ojačanimi regulativnimi učinki živčnega sistema, ki podpirajo odziv možganov na stres, vključno z afektivno komponento predelave bolečine. Prav tako socialna opora ni vedno koristna, saj lahko nekvaliteten odnos vodi v ojačane občutke bolečine, kar se je do sedaj izkazalo predvsem v kontekstu kronične bolečine. V naši raziskavi (ki je v procesu izvajanja) smo s pomočjo romantičnih parov v dolgotrajnih zvezah preučevali potencialni vpliv kvalitete odnosa pri učinku partnerjeve opore na občutek bolečine pri partnerki. V zadnjem delu simpozija bomo predstavili prve izsledke te raziskave, s katero želimo natančneje preveriti, ali kvaliteta partnerskega odnosa, ki jo preverjamo z Indeksom zadovoljstva v partnerskem razmerju (angl. The couples satisfaction index, CSI), moderira učinek opore partnerja na občutek bolečine, merjen s subjektivno oceno neprijetnosti in intenzitete bolečine pri partnerki. Ker smo med doživljanjem bolečine z metodo elektroencefalografije merili tudi možganske valove, študija pomembno omogoča vpogled v nevrofiziološke temelje omenjenih učinkov kvalitete odnosa in socialne opore partnerja na doživljanje bolečine pri udeleženkah. V prispevku bomo podrobno predstavili karakteristike vzorca, metodo analize izzvanih nevrofizioloških potencialov in prve preliminarne izsledke raziskave.

## **Psihološki vidiki prenove vzgojno-izobraževalnega sistema**

Vodja simpozija: Mojca Juriševič  
mojca.jurisevic@pef.uni-lj.si

2-S\_03

Zgodovinska dejstva kažejo, da brez upoštevanja psiholoških teoretskih, empiričnih in ekspertnih spoznanj ni mogoče pripraviti, izpeljati in evalvirati kakovostne vzgojno-izobraževalne prenove oziroma doseči vzgojno-izobraževalnih ciljev, h katerim je usmerjena. Psihološka znanost namreč predstavlja temeljno znanost učenja in poučevanja, ki vključuje izjemno širok nabor vsebin, od poznavanja razvojnih kognitivnih, socialnih, čustvenih in vedenjskih značilnosti otrok in mladostnikov, psiholoških procesov učenja, taksonomij znanja, pomena socialnih odnosov za duševno zdravje ter vplivov socialno-kulturnega okolja na razvoj in učno uspešnost pa vse do izobraževanja učiteljev in razumevanja njihovega strokovnega razvoja za poučevanje. Psihologija je zato v iskanju sistemskih rešitev za vzgojno-izobraževalne spremembe v vzajemnem odnosu z reformami: deluje aktivno in povezovalno z drugimi znanostmi, hkrati pa tudi reforme vplivajo na psihologijo, saj določajo in tudi finančno podpirajo njene raziskovalne prioritete. Simpozij naslavlja izbrana področja vzgoje in izobraževanja, izpostavljena v aktualni prenovi vzgojno-izobraževalnega sistema, na katerih sodelujemo psihologi. Ta so: prenova smernic za delovanje svetovalne službe (Barbara

Stožir Curk), opredelitev skupnih ciljev v okviru kurikularne prenove (Katja Košir in Ana Kozina), ocenjevanje znanja (Gašper Cankar), izboljšave učnega načrta za psihologijo (Mojca Čerče) in priprava strateških ukrepov za zagotavljanje varnega in spodbudnega učnega okolja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah v okviru Nacionalnega programa vzgoje in izobraževanja 2023/2033 (Mojca Juriševič, Katja Košir in Ana Kozina). Poudariti velja, da je bil vsebinsko podoben simpozij organiziran na 3. kongresu psihologov Slovenije leta 1999, v času tedanje šolske prenove (Psihologija in prenova šolskega sistema, vodja Cveta Razdevšek Pučko), zato bo diskusija poskušala skozi časovno perspektivo zadnjih dveh desetletij pojasniti vlogo in prispevke psihologije na nacionalni ravni vzgojno-izobraževalnega sistema.

### **1) Varno in spodbudno učno okolje za optimalen razvoj posameznika v okviru Nacionalnega programa vzgoje in izobraževanja 2023/2033**

Mojca Juriševič<sup>1</sup>, Katja Košir<sup>2</sup> in Ana Kozina<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UL

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>3</sup>Pedagoški inštitut

2-S\_03-01

Aktualni Nacionalni program vzgoje in izobraževanja v pripravi, ki bo strateško opredelil vsebinske in sistemske predloge izboljšav na področju vzgoje in izobraževanja za naslednje desetletje, kot temeljno izhodišče kakovostnega sodobnega vrtca in šole izpostavlja varno in spodbudno učno okolje za vse otroke in mladostnike, ki so vanj vključeni, pa tudi kakovostno delovno okolje za udeležene pedagoške, svetovalne in vodilne delavce ter druge strokovnjake, ki po potrebi vstopajo v vzgojno-izobraževalni sistem, ter nenazadnje komplementarno partnerstvo s starši oz. družinami, iz katerih otroci in mladostniki prihajajo. Promovira zdravo odraščanje in življenje v skupnosti, dobre medsebojne odnose, kakovostno učenje in prožno znanje za izzive sedanjosti in prihodnosti, s poudarki na krepitvi vzgojnega delovanja vrtcev in šol, zmožnosti sodelovanja, vključujočega sobivanja, solidarnosti in empatije. Konceptualno ozadje sta humanistična in socio-kulturna paradigma učenja in poučevanja ter razvojna dimenzija, ki izpostavlja celostnost razumevanja prepletanja in spodbujanja razvoja otrok in mladostnikov na telesnem, socialnem, čustvenem in spoznavnem področju v vzgojno-izobraževalnem kontekstu. V ospredju so duševno zdravje, medosebno spoštovanje in sodelovanje ter kultura prožnega znanja na podlagi vrednot ustvarjalnosti in inovativnosti. V predstavitvi bodo izpostavljena tri strateška področja ciljev, ki bodo narekovala konkretne ukrepe ter akcijski načrt za preizkušanje zasnovanih izboljšav v pedagoški praksi, in sicer celostni razvoj otrok in mladostnikov, inkluzivne skupnosti v vzgojno-izobraževalnem sistemu ter ustvarjalna klima v vrtcih in šolah.



## 2) Prenova programskih smernic za svetovalno delo

Barbara Stožir Curk<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>OŠ Solkan

2-S\_03-02

Svetovalna služba v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah ter dijaških domovih predstavlja enakovreden in enakopraven podsistem v VI ustanovi, ki je kot tak dostopen vsem udeležencem v VI. Njen temeljni cilj je zagotavljanje optimalnega celostnega razvoja otroka in mladostnika ne glede na spol, socialno in kulturno poreklo, veroizpoved, raso, etično, narodno pripadnost, jezik ter telesne in psihične značilnosti oz. razvojne posebnosti ter skupaj v enakopravnem sodelovanju z vsemi udeleženci zagotavljanje varnega, spodbudnega in vključujočega razvojno-učnega okolja. Strateški, strokovni, kontekstualni in vsebinski okvir za načrtovanje, izvajanje in evalvacijo delovanja svetovalne službe predstavljajo programske smernice. Te so zaradi družbenih, sistemskih sprememb in razvoja strok, ki teoretsko in strokovno opredeljujejo pristope in razumevanje svetovalnega dela, potrebovale posodobitev in vsebinsko prenavo. Pri prenavi smo izhajali iz teoretskih izhodišč, ki poudarjajo, da je človek edinstveno bitje in da ga je potrebno razumeti in obravnavati celostno; kot fizično, psihično in socialno bitje, ki je vpeto v različna socialna okolja in širše družbeno okolje. Razvojne in preventivne dejavnosti in dejavnosti pomoči na področjih delovanja smo na novo opredelili na treh ravneh delovanja: (1) razvoj in kakovost VI ustanove, (2) sodelovanje pri pouku in/ali delu s skupino/oddelkom ter (3) podpora in pomoč posamezniku ter se tako od v praksi vse bolj obstoječega medicinskega modela poudarjeno usmerili v razvojno preventivno dejavnost. Priporočili smo tim strokovnjakov v svetovalni službi, ki v skladu s svojimi strokovnimi znanji in visokimi etičnimi standardi soustvarjajo, sooblikujejo, sodelujejo in se povezujejo s strokovnimi delavci, vodstvom, otroki in mladostniki, starši oz. skrbniki, podpornim osebjem in zunanji ustanovami pri sledenju vzgojno-izobraževalnim ciljem. Med robnimi pogoji, ki omogočajo kompetentno delovanje, smo poudarili ustrezne strokovne kompetence svetovalnega delavca in skrb za profesionalni razvoj, kamor sodita tudi supervizija ter intervizija.

## 3) Opredelitev skupnih ciljev v okviru kurikularne prenove: podpora dobrobiti skozi učne načrte in poučevalno prakso

Katja Košir<sup>1</sup> in Ana Kozina<sup>2</sup>  
<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM  
<sup>2</sup>Pedagoški inštitut

2-S\_03-03

V okviru sistemske in kurikularne prenove v Sloveniji trenutno poteka tudi prenova učnih načrtov v osnovni šoli. Ena izmed načrtovanih sprememb te prenove je tudi umestitev

skupnih ciljev v učne načrte vseh predmetov. Skupni cilji, ki predstavljajo nadpomenko za izraze in koncepte, kot so prečne kompetence ali pismenosti, se opirajo na cilje sistema vzgoje in izobraževanja v RS, kot so opredeljeni v vzgojno-izobraževalni zakonodaji. Uresničevati jih je potrebno pri vseh predmetih, kar se želi v okviru prenove učnih načrtov zagotoviti z njihovim smiselnim umeščanjem v učne načrte na način, da ne gre za dodajanje k obstoječim predmetnim ciljem, pač pa za konkretizacijo in vključevanje skupnih ciljev v predmetne cilje. Komisija za pripravo skupnih ciljev in njihovo umeščanje v učne načrte in kataloge znanj je določila pet področij skupnih ciljev; eno izmed njih je Zdravje in dobrobit. V prispevku bo predstavljena konkretizacija tega področja, ki bo pripravljavcem učnih načrtov služila kot osnova za umeščanje ciljev učne načrte. Pri pripravi smo izhajali iz opredelitve Svetovne zdravstvene organizacije (2023), ki zdravje opredeljuje kot stanje duševne, telesne in socialne dobrobiti. Oblikovali smo priporočila, kako te vidike vključevati v učne načrte, da bi jih dosegali skozi učne vsebine pri vseh predmetih in z ustreznimi pristopi k poučevanju, z oblikovanjem varnega in spodbudnega učnega okolja v odnosnem in organizacijskem vidiku ter z upoštevanjem zakonitosti razvoja učencev in njihove raznolikosti. Kot ključen robni pogoj smo opredelili, da so aktivnosti učiteljev posameznih predmetov usklajene v okviru vsešolskega pristopa za krepitev celostnega zdravja in dobrobiti, ki vključuje vse pedagoške delavce in učence v izvajanje aktivnosti na reden, usklajen in sistematičen način ob vseh priložnostih.

## 4) Temeljna izhodišča za prenavo učnih načrtov

Mojca Čerče<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Gimnazija Slovenj Gradec

2-S\_03-04

Namen predmeta psihologija v gimnazijskem programu (70 ur v drugem ali tretjem letniku) je posredovanje celostnega psihološkega pogleda na človeka in na njegovo življenje v družbi ter spodbujanje uporabe psiholoških spoznanj v življenju posameznika in njegovih odnosih z drugimi. Psihologija je usmerjena v usvajanje znanj in spretnosti, ki bodo dijaku pomagale pri učinkovitem spoprijemanju z vsakdanjimi življenjskimi izzivi. Spodbuja usvajanje ne le deklarativnih, temveč predvsem na njih zasnovanih proceduralnih znanj. Na simpoziju bom predstavila ključne poudarke in izzive v prenavi učnih načrtov za psihologijo, ki temeljijo na konceptu namena predmeta psihologije in temeljnih izhodiščih prenove. Pri prenavi sledimo temeljnim izhodiščem pripravljavcev: a) znanje je vodilo pouka in temelj splošne izobrazbe; b) upoštevati je potrebno novosti in mednarodne trende v VIZ; c) vključeni in upoštevani naj bodo izzivi današnjega splošnega izobraževanja ter ugotovitve in predlogi analiz učnih načrtov, ki so bili opravljeni leta 2020, ter d) sledimo slovenski kurikularni tradiciji. Znanje predstavlja vodilo pouka in temelj splošne izobrazbe mladih. Prenova posebej naslavlja, da h kakovostnemu znanju vodi aktivno učenje, pri katerem je potrebno upoštevati temeljne zakonitosti procesov učenja; aktivnosti med

učenjem naj vključujejo čim več spoznavnih oz. miselnih procesov; omogočene naj bodo inkluzivna naravnost, premišljene oblike diferenciacije in individualizacije pouka, personalizacija učenja, opolnomočenost učencev in samouravnavanje učenja. Prenova ohranja uveljavljeno ciljno zasnovano UN in opredelitev standardov znanja. Vsebinsko in izvedbeno odprti učni načrt mora omogočiti fleksibilno vsebinsko, organizacijsko in notranjedidaktično izvedbo predmeta. Jasno oblikovani cilji in standardi znanja pa ocenjevanje in spremljanje na ravni države (matura). Izogibati se je potrebno pretirani operativizaciji ciljev; to se prepušča učiteljem. Vodilnemu načelu ciljne zasnovanosti učnih načrtov in strokovne avtonomije učiteljev sledijo še načela horizontalne in vertikalne povezanosti učnih načrtov, notranje konsistentnosti slednjih, individualizacije in spodbujanje inkluzivne naravnosti ter vključevanje t.i. skupnih ciljev programa v učne načrte posameznih predmetov.

## 5) Nacionalni preizkusi znanja (NPZ) in ocenjevanje znanja

Gašper Cankar<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Republiški izpitni center

2-S\_03-05

V pričujočem simpoziju se navezujemo na daljnje leto 1999, ko je bil na 3. kongresu psihologov predstavljen vsebinsko podoben simpozij v času tedanje prenove. Razvoj ocenjevanja, vsaj na področju zunanjih preverjanj znanja, je odtlej naredil kar nekaj korakov in pri tem je bil strokovni prispevek psihologije nepogrešljiv. V okviru vpeljevanja devetletne osnovne šole se je vpeljalo zaključno preverjanje znanja (3/6/9), ki se je ob koncu poskusnega obdobja spremenilo v NPZ, kot ga poznamo sedaj. Spomnimo, da je tedanja rešitev obsegala za slovenski prostor revolucionarne rešitve – ocene 1–10, združevanje učiteljeve in NPZ ocene v zaključno oceno ipd. Znanje o psihometričnih vsebinah se je takrat nadgrajevalo, psihologija pa je igrala pomembno vlogo pri zasnovi današnjih zunanjih preverjanj znanja v Sloveniji. Sedanji trenutek, ko se vpeljuje 3. razred, je na nek način neposredno nadaljevanje aktivnosti, ki so zastale 2006 ob uvedbi NPZ, ko se je preverjanje v 3. razredu skladno s koalicijsko pogodbo takratne vlade ukinilo (oziroma ni prešlo v splošno prakso). V tem trenutku bo ob vpeljavi preverjanja v 3. razred spet potrebno sodelovanje psihološke stroke, da bo ta vpeljava optimalno prilagojena razvojnim značilnostim tega obdobja in bo preverjala doseganje najpomembnejših učnih ciljev tega obdobja. Preverjanje znanja v 3. razredu se povezuje tudi z ugotavljanjem dodane vrednosti znanja in kakovosti dela šol. Po eni strani bo vpeljava 3. razreda omogočala spremljanje dodane vrednosti, ki je agregirana vrednost napredka učencev posamezne šole. Pomembnejša kot to pa se zdi možnost spremljanja otrokovega individualnega napredka in zgodnje diagnosticiranje razvojnih zaostankov. Tukaj bo potrebna strokovna senzitivnost, da se razvijejo modeli interpretacije, ki omogočajo kakovostno povratno informacijo staršem in učiteljem. Potrebna bo tudi ustrezna promocija in ozaveščanje, da se izognemo nesporazumom

in neželenim praksam – zahteve staršev po pripravljanju na NPZ, “treening” s strani učiteljev, poskusi olepševanja rezultatov zaradi boljšega šolskega povprečja ipd. Skupaj z ostalimi vedami se tudi psihologija trudi prispevati k uspešnosti reform in izboljševanju šolstva. To ji omogoča prav interdisciplinarnost in večplastnost spoznanj, občutljivost za dinamičnost procesov na nivoju posameznika (učenca/učitelja), skupine (razreda/šole) in sistema. Koncept ocenjevanja (vrednotenja, evalvacije ...) je po eni strani del konkretnih psiholoških teorij in njihov sestavni element kot povratna informacija, ki omogoča napredek pri učenju. Po drugi strani je to del družbene realnosti, kjer družba, starši, ravnatelji ipd. pričakujejo tradicionalno pomembne ocene, skozi katere se odražajo poleg znanja tudi drugi vidiki učenčevega delovanja, obenem pa so (dobre) ocene v prostoru tudi socialno zelo zaželeno tako same po sebi kot tudi v okviru meril za vpis na naslednjo stopnjo izobraževanja. Problem ocenjevanja je tako razpet med teorijo in prakso in reševati ga je možno le na prepletu obeh.

## Nove mere kognitivnega delovanja

Vodja simpozija: Anja Podlesek

anja.podlesek@ff.uni-lj.si

2-S\_04

V simpoziju bomo predstavili teste, ki smo jih v zadnjih štirih letih razvili na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani v okviru raziskovalnega programa ARIS P5-0110 “Psihološki in nevroznanstveni vidiki kognicije” ter študentskih magistrskih nalog. V prvem delu simpozija bomo predstavili tri nove neverbalne računalniške kognitivne naloge in rezultate njihovih validacijskih študij. Nika Pogorelec bo predstavila Test asociativnega spomina, ki predvaja pare slikovnih dražljajev ter z nalogama prepoznavne in priklica meri asociativni spomin in spomin za posamezne objekte. Petra Mikolič bo predstavila nalogo za merjenje sposobnosti načrtovanja v okviru igre CCRacer, pri kateri udeleženec označi najkrajšo pot avtomobilu in pri tem v skladu z določenimi pravili na poti pobere in odloži pakete ene ali več barv. Taja Vidonja pa bo predstavila podobno nalogo za merjenje sposobnosti načrtovanja, ki poteka v navidezni resničnosti. Validacijske študije so pokazale, da imajo razvite naloge sprejemljivo konvergentno veljavnost in jih je vredno naprej razvijati ter prilagajati različnim ciljnim populacijam. Drugi del simpozija bo posvečen trem novim vprašalnikom o kognitivnem delovanju. Ana Gregorec bo predstavila priredbo Vprašalnika o kognitivnem upadu pri starostnikih in Vprašalnika o vsakdanji kompetentnosti. Validacijska raziskava je za prvi vprašalnik pokazala, da ga lahko v obstoječi obliki uporabljamo kot presejalni pripomoček za odkrivanje demence, drugi vprašalnik pa bi bilo treba še izpopolniti in podrobneje preučiti njegovo notranjo strukturo. Luka Komidar pa bo predstavil razvoj novega kratkega vprašalnika samozaznanih kognitivnih sprememb, namenjenega splošni populaciji, in rezultate validacijskih raziskav, ki so nakazale ustreznost njegovih psihometričnih značilnosti. Razviti kognitivni testi in vprašalniki ponujajo

nove možnosti raziskovanja in diagnostike na področju kognitivne (nevro)psihologije v slovenskem in širšem prostoru.

### 1) Validacija testa asociativnega spomina

Nika Pogorelc<sup>1</sup> in Anja Podlessek<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

2-S\_04-01

Asociativni spomin predstavlja enega temeljnih spoznavnih mehanizmov, saj gre pri njem za sposobnost tvorjenja in vkodiranja povezav med dvema prej nepovezanima informacijama. Standardizirani ocenjevalni pripomočki za merjenje asociativnega spomina zaenkrat še niso bili razviti, večina obstoječih testov pa je kulturno pristranskih. Da bi preseglili te omejitve, so raziskovalci razvili Test asociativnega spomina (TAS), ki temelji na slikovnih dražljajih in meri asociativni spomin ter spomin za posamezne objekte. Cilj raziskave je bil preveriti psihometrične značilnosti testa in njegovo veljavnost v slovenskem prostoru. Za preverjanje konvergentne veljavnosti sem v raziskavi uporabila dve dodatni nalogi vidnega spomina za posamezne objekte, ki sem ju zasnovala sama, in Vprašalnik miselnega tavanja. Vse naloge je preko spleta rešilo 142 študentov. Rezultati so pokazali, da s TAS zares pridobimo meri asociativnega spomina in spomina za posamezne objekte. Merske značilnosti notranje skladnosti meritev in konvergentne veljavnosti so bile zadovoljive, kot pomanjkljiva pa se je izkazala notranja struktura, ki jo je bilo težko interpretirati. Obenem test v študentski populaciji ni bil primeren za ponovno merjenje, saj so udeleženci v ponovni meritvi izboljšali svoje rezultate. Zaključila sem, da ima test ob odpravi pomanjkljivosti potencial za merjenje asociativnega spomina v raznolikih populacijah in za različne namene.

### 2) Merjenje sposobnosti načrtovanja – nova naloga v računalniški igri CCRacer 2.0

Petra Mikolič<sup>1</sup>, Anja Podlessek<sup>2</sup> in Luka Komidar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Nacionalni inštitut za javno zdravje

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

2-S\_04-02

Razvili smo novo nalogo v resni računalniški igri CCRacer 2.0 za merjenje sposobnosti načrtovanja. Naloga vključuje probleme, kjer mora udeleženec označiti pot avtomobilu tako, da pobere in odloži pakete na cesti v skladu z določenimi pravili, pri tem pa skuša najti najkrajšo pot. V raziskavi smo preverili veljavnost naloge in zanesljivost testnega dosežka. V testiranju na daljavo je sodelovalo 97 udeležencev. Poleg testa CCRacer – načrtovanje so udeleženci reševali še štiri kognitivne teste: dva testa načrtovanja (Londonski stolp in Problem trgovskega potnika) za preverjanje konvergentne veljavnosti ter testa vidnoprstorskega delovnega spomina (Corsi kocke) in hitrosti procesiranja informacij (Zamenjava znakov) za preverjanje diskriminativne veljavnosti testa CCRacer – načrtovanje. Zbirali smo podatke o hitrosti in

uspešnosti reševanja ter pridobili demografske podatke, ocene zanimivosti testov načrtovanja, ocene motivacije pri reševanju ter informacije o načinu reševanja nalog in impulzivnem vedenju. Retestno zanesljivost nove naloge smo preverili s ponovnim merjenjem, na katerem je sodelovalo 39 udeležencev s prvega testiranja. Ugotovili smo zmerno visoke korelacije med testi načrtovanja ter nizke korelacije s testoma drugih kognitivnih funkcij, kar nakazuje, da nova naloga v okolju CCRacer meri sposobnost načrtovanja. Rezultati raziskave so obetavni za uporabo nove naloge, ki bi jo z nekaj prilagoditvami in testiranjem na različnih starostnih skupinah lahko uporabili kot ustrezen pripomoček za merjenje načrtovanja. Udeleženci so nalogo ocenili kot zanimivejšo in bolj motivirajočo od klasičnih testov načrtovanja, kar spodbuja nadaljnji razvoj naloge v kontekstu kognitivnega treninga.

### 3) Razvoj in validacija nalog v navidezni resničnosti za merjenje sposobnosti načrtovanja

Taja Vidonja<sup>1</sup> in Luka Komidar<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

2-S\_04-03

Priredili smo nalogo za merjenje sposobnosti načrtovanja iz resne računalniške igre CCRacer za uporabo v navidezni resničnosti (VR CCRacer – načrtovanje). V nalogi udeleženec poišče najkrajšo pot, na kateri pobere vse objekte v mreži križišč in jih dostavi do cilja. V nalogi merimo štiri mere načrtovanja: neučinkovitost, začetni čas, celotni čas in časovno razmerje. Namen raziskave je bil preveriti psihometrične značilnosti mer in subjektivno doživljanje udeležencev ob reševanju naloge VR CCRacer – načrtovanje. V raziskavi je sodelovalo 62 mladih na prehodu v odraslost (37 % moških). Rešili so štiri kognitivne teste: CCRacer – načrtovanje, VR CCRacer – načrtovanje, nalogo Londonski stolp in nalogo Problem trgovskega potnika. Po končanem reševanju so podali ocene zanimivosti, motiviranosti in zahtevnosti nalog ter vživetosti. Poročali so o pojavnosti in stopnji neželenih simptomov, ki jih lahko sproži uporaba opreme za navidezno resničnost (slabost, dezorientiranost, vrtoglavica, utrujenost in nestabilnost). Preverili smo retestno zanesljivost dosežkov na merah naloge VR CCRacer – načrtovanje (N = 24). Časovni dosežki so bili ustrezno zanesljive mere sposobnosti načrtovanja, medtem ko se je mera neučinkovitosti izkazala kot manj ustrezna z vidika strukturne veljavnosti in zanesljivosti (najverjetneje zaradi prenizke težavnosti nalog). Vse mere so se izkazale kot zadovoljivo stabilne v času in so se ustrezno in smiselno povezovala s sorodnimi merami iz drugih kognitivnih testov za merjenje načrtovanja. V primerjavi z ostalimi nalogami so bili udeleženci izrazito bolj vživeti v nalogo v navidezni resničnosti. Zaznavali so jo kot bolj zanimivo in bili bolj motivirani za sodelovanje v tej nalogi. Udeleženci niso poročali o tako visoki intenzivnosti VR slabosti, da bi za njih predstavljala zdravstveno ali psihološko tveganje. Glede na rezultate bi bilo smiselno povečati težavnost problemov. Prav

tako bi morali za natančnejši vpogled v merske značilnosti naloge izvesti raziskavo na večjem in bolj reprezentativnem vzorcu po starosti in izobrazbi. Ta raziskava predstavlja dobro izhodišče za nadaljnje razvijanje pristopov merjenja kognitivnih funkcij v navidezni resničnosti.

#### 4) Priredba Vprašalnika o kognitivnem upadu pri starostnikih in Vprašalnika o vsakdanji kompetentnosti

Ana Gregorec<sup>1</sup> in Anja Podlessek<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Klinika za pediatrijo UKC Maribor

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

2-S\_04-04

Hitro staranje svetovne populacije zahteva pripomočke in študije, ki se bodo ukvarjali z dejavniki uspešnega staranja. V slovenskem prostoru primanjkuje pripomočkov za spremljanje kognitivnega upada in vsakdanje kompetentnosti starostnikov, zato sem se v okviru magistrske raziskave ukvarjala s priredbo in validacijo vprašalnikov, ki merijo zgoraj omenjena koncepta. V raziskavi sta bila prirejena in validirana dva vprašalnika, in sicer Vprašalnik o kognitivnem upadu pri starostnikih (The informant questionnaire on cognitive decline in the elderly – IQCODE; Jorm idr., 1989) in Vprašalnik o vsakdanji kompetentnosti (Everyday competence questionnaire – ECQ; Kalisch idr., 2011). Vprašalnika sta bila testirana na vzorcu 200 slovenskih starostnikov iz splošne populacije in iz domov za ostarele. Konfirmatorna faktorska analiza je potrdila, da Vprašalnik o kognitivnem upadu pri starostnikih meri splošni faktor kognitivnega upada. Izkazal se je za visoko notranje konsistentnega in deluje kot dober presejalni pripomoček za odkrivanje demence. Vse postavke so imele ustrezno diskriminativnost. Štirifaktorska struktura Vprašalnika o vsakdanji kompetentnosti ni bila potrjena, zato sem predpostavila novo, trifaktorsko rešitev. Tudi Vprašalnik o vsakdanji kompetentnosti se je izkazal za zanesljivega, kljub določenim pomanjkljivostim. V bodoče je potrebno razmisliti o izključitvi nekaterih postavk in načinu uporabe omenjenega vprašalnika. Vprašalnika sta med seboj visoko negativno korelirala ( $\rho = -0,77$ ), kar je skladno s pričakovani in govori v prid njuni veljavnosti. Rezultat na Vprašalniku o kognitivnem upadu je imel nizko korelacijo s stopnjo izobrazbe, medtem ko je Vprašalnik o vsakdanji kompetentnosti zaznal razlike v stopnji izobrazbe. Rezultati obeh vprašalnikov so bili povezani z bivanjem v domu, starostjo in delovno aktivnostjo udeležencev. Vprašalnik o vsakdanji kompetentnosti bi bilo dobro validirati še na vzorcu različno aktivnih (fizično in kognitivno) zdravih starostnikov, pri Vprašalniku o kognitivnem upadu pri starostnikih pa razmisliti o uporabi krajše verzije. Z nekaj spremembami bosta vprašalnika uporabna tako v klinični praksi kot tudi za raziskovalne namene.

#### 5) Razvoj in validacija Vprašalnika o zaznanih kognitivnih spremembah

Luka Komidar<sup>1</sup>, Anja Podlessek<sup>1</sup> in Voyko Kavcic<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Institute of Gerontology, Wayne State University

<sup>3</sup>Mednarodni inštitut za aplikativno gerontologijo d.o.o.

2-S\_04-05

Subjektivne kognitivne pritožbe izražajo vsakodnevne zaskrbljenosti glede spominskih in drugih kognitivnih sposobnosti pri ljudeh, pri katerih obstajajo objektivni dokazi kognitivnega upada, ali pri tistih, pri katerih upadi niso dokazani. Take pritožbe so posledica različnih dejavnikov, tudi stresa. Da bi med pandemijo covid-19 lahko spremljali subjektivne kognitivne pritožbe v splošni slovenski populaciji, smo razvili nov vprašalnik – Vprašalnik samozaznanih kognitivnih sprememb (Cognitive change questionnaire – CCQ). Vprašalnik je v prvi verziji vključeval devet postavk, ki so na 7-stopenjski ocenjevalni lestvici merile zaznane spremembe v hitrosti procesiranja, kratkoročnem spominu, prospektivnem spominu, pozornosti in izvršilnih funkcij v primerjavi z obdobjem pred pandemijo. Podatke za validacijsko študijo smo zbrali na priložnostnem vzorcu (N = 830) s spletno anketo en mesec po izbruhu pandemije. Konfirmatorna faktorska analiza je pokazala komaj zadovoljivo prileganje enofaktorskega modela podatkov (CFI = 0,919, TLI = 0,891, RMSEA = 0,108, SRMR = 0,054), pri čemer je bila nasičenost vseh postavk razen ene višja od 0,60. Faktor je imel zadovoljivo zanesljivost ( $\alpha = 0,78$ ,  $\omega = 0,82$ , AVE = 0,43). V povprečju so udeleženci poročali o nizki oškodovanosti kognitivnih funkcij med zaprtjem. Dosežki niso bili povezani s spolom, starostjo, izobrazbo, zakonskim ali zaposlitvenim statusom. V drugi spletni raziskavi s panelnim vzorcem (N = 3048) smo uporabili nekoliko spremenjeno verzijo in potrdili enodimenzionalno strukturo CCQ (CFI = 0,951, TLI = 0,937, RMSEA = 0,129, SRMR = 0,027) in njegovo ustrezno zanesljivost ( $\alpha = 0,97$ ,  $\omega = 0,97$ , AVE = 0,77). Izkazalo se je, da je vprašalnik mersko invarianten glede na spol, ne pa tudi preko treh starostnih skupin (18–29, 30–49, 50–65 let). Zaključujemo, da lahko CCQ uporabljamo kot razmeroma veljaven in zanesljiv pripomoček za oceno samozaznanega kognitivnega upada pri splošni populaciji, pri čemer moramo biti previdni pri primerjavi dosežkov različnih starostnih skupin.

#### Odrasli v kriznih situacijah: nasilje, epidemija, zaskrbljenost glede zdravja, družbena narativa o samomoru in doživljanje ob stiku s samomorilnim posameznikom

Vodja simpozija: Tina Podlogar

tina.podlogar@upr.si

3-S\_05



Krizne situacije predstavljajo dejavnik tveganja za težave v duševnem zdravju, stiske in samomorilno vedenje. Simpozij bo naslovil soočanje odraslih s stresnimi situacijami, ki se pojavijo kot osebne okoliščine ali širše družbene krize. Povzeli bomo prve izsledke študije o intimnopartnerskem nasilju (ki se najpogosteje pojavlja kot zloraba moškega nad žensko) v primerjavi z drugimi oblikami nasilja. Obravnavali bomo potrebe, stiske in načine soočanja odraslih zaposlenih v času epidemije, dolgoročne posledice epidemije in spremljajočih ukrepov ter drugih kriznih situacij, npr. draginje, na duševno zdravje. Predstavili bomo konstrukte in pojavnost kiberhondrije, zdravstvene tesnobe ter spletnega iskanja informacij o zdravju pri študentih v povezavi z vidiki duševnega zdravja. Povzeli bomo rezultate analize poročanja slovenskih tiskanih medijev o samomorilnem vedenju. Predstavili bomo značilnosti obdobja osamosvajanja Slovenije, nato pa v širšem smislu trende medijske narative skozi zgodovinska obdobja. Osredotočili se bomo še na čustvene odzive strokovnjakov ob stiku s samomorilno ogroženimi posamezniki ter opisali prve izkušnje pripovedovanja zgodb kot intervencije za krepitev duševnega zdravja odraslih v takšnih vlogah. Simpozij doprinaša k razumevanju doživljanja in odzivanja v kriznih situacijah. Ponuja iztočnice za razpravo o potrebah po delovanju na individualni in družbeni ravni z namenom opolnomočenja odraslih v skrbi za lastno duševno zdravje ter nudenje pomoči drugim v stiski.

## 1) Intimnopartnersko nasilje in duševno zdravje žensk v Sloveniji

Nina Krohne<sup>1,2</sup>, Diego De Leo<sup>1,2</sup> in Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

3-S\_05-01

Nasilje v intimnopartnerskih odnosih se pojavlja predvsem v obliki zlorabe moškega nad žensko, kar nakazuje, da je intimnopartnersko nasilje del širšega družbenega problema – na spolu osnovanega nasilja (ang. gender-based violence). Znano je, da ima intimnopartnersko nasilje negativen učinek na duševno zdravje žensk, manj pa je znanega o varovalnih dejavnikih ter o razsežnosti problematike v Sloveniji. Z namenom prepoznavne pojavnosti problematike intimnopartnerskega nasilja v Sloveniji ter razumevanja duševnega zdravja žensk smo zasnovali baterijo vprašalnikov ter jo aplicirali na reprezentativnem vzorcu 1016 slovensko govorečih žensk. Aplikacija vprašalnikov je potekala preko spletnega panela. Analize vprašalnika NorVold o zlorabi so pokazale, da je kar 66 % udeleženk poročalo o izkušnji zlorabe, 27 % pa je bilo takšnih, ki so poročale o izkušnji intimnopartnerskega nasilja. Nadaljnje analize so pokazale, da imajo ženske, ki so imele izkušnjo zlorabe, predvsem intimnopartnerskega nasilja, statistično značilno povišan nivo depresije, stresa in anksioznosti. Prav tako imajo slabše razvito psihološko odpornost, zaznavajo nižji nivo socialne opore ter se pogosteje soočajo z mislimi o samomoru in smrti.

Udeleženke v povezavi z izkušnjo intimnopartnerskega nasilja izpostavljajo, da se najtežje soočajo s čustveno zlorabo s strani partnerja, njihov najpomembnejši varovalni dejavnik pa so odnosi in socialne vezi z bližnjimi. Intimnopartnersko nasilje tako ni le izraziti družbeni problem, temveč ima zaradi svoje povezave z (duševnim) zdravjem tudi izrazite javnozdravstvene posledice. Zmanjševanje nasilja ter blaženje njegovih posledic zahteva interdisciplinarno sodelovanje (ne)vladnih organizacij in civilne družbe, saj ukrepi lahko potekajo na različnih nivojih – individualnem, medosebnem in družbenem.

## 2) Potrebe, stiske in načini soočanja odraslih zaposlenih v času epidemije COVID-19 in drugih kriznih situacij

Eva Sedlašek<sup>1</sup>, Meta Lavrič<sup>1,2</sup>, Lucia Rojs<sup>1,2</sup>, Valentina Čufar<sup>1</sup>, Robert Masten<sup>3</sup>, Matej Vinko<sup>4</sup>, Diego De Leo<sup>1,2</sup> in Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

<sup>3</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>4</sup>Center za duševno zdravje, Nacionalni inštitut za javno zdravje

3-S\_05-02

Življenje odraslih zaposlenih je bilo v času epidemije COVID-19 močno spremenjeno. Spremembe so se nanašale predvsem na spremenjeno opravljanje službenih in gospodinjstkih obveznosti. Oteženo je bilo zasebnim življenjem. Slednje se je lahko povezovalo s povečano obremenitvijo na delu ali doma. Odrasli zaposleni so se v tem obdobju še pogosteje soočali s strahovi glede negotovosti zaposlitve, finančne preskrbljenosti in materialne varnosti družine. Oteženo je bilo njihovo ohranjanje socialnega stika z odraslimi otroki ali starši. Od pričetka epidemije COVID-19 so njihova življenja zamajale številne hitre ter nenadne spremembe (npr. draginja). Namen študije je bil raziskati dolgoročne posledice ter vplive epidemije in drugih kriznih situacij na duševno zdravje in dobro počutje odraslih. V študiji je sodelovalo devet odraslih oseb s povprečno starostjo 44,8 let (min = 31, max = 62). Z udeleženci smo izvedli individualne polstrukturirane intervjuje. S kvalitativno metodologijo smo raziskovali njihovo doživljanje epidemije in drugih kriznih situacij ter vpliv slednjih na njihovo duševno zdravje. V preliminarnih rezultatih ugotavljamo, da so odrasli poročali o stiskah, ki so bile v času epidemije COVID-19 vezane na povečane obremenitve v njihovem vsakdanjiku (npr. spremenjen ter povečan obseg dela, spremenjena ali povečana skrb za mlajše otroke). Udeleženci so poročali o pogostih občutkih strahu, nemoči in jeze v navezavi na sprejete ukrepe za zajezitev širjenja bolezni, medtem ko so nekateri udeleženci poročali tudi o pozitivnih vidikih sprejetih ukrepov ter občutkih varnosti, ki so ga predstavljali sprejeti ukrepi. Preliminarna spoznanja morajo biti dopolnjena z nadaljnjo kvalitativno analizo pridobljenih podatkov. Slednje nam bo pomagalo razumeti doživljanje odraslih v različnih kriznih situacijah, kar je ključno za razvoj ter oblikovanje intervencij, s katerimi bomo skušali ohranjati ter krepiti duševno zdravje odraslih v podobnih situacijah.

### 3) Kiberhondrija, spletno iskanje informacij o zdravju, zdravstvena tesnoba in strah pred zamujenimi priložnostmi

Pia Roškarič Duh<sup>1</sup>, Vanja Gomboc<sup>2,3</sup> in Vita Poštuvan<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>2</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>3</sup>FAMNIT UP

3-S\_05-03

V raziskavi smo želeli preveriti, kako so pojavi kiberhondrije, zdravstvene tesnobe in spletnega iskanja informacij o zdravju med seboj povezani ter ali med njimi obstajajo razlike, saj med definicijami kiberhondrije ni poenotenega njenega razumevanja. Poleg tega nas je zanimalo, kako je s temi pojavi povezan strah pred zamujenimi priložnostmi. Prav tako pa smo želeli preveriti, ali lahko s temi pojavi napovemo težave na področju blagostanja in osamljenosti pri slovenskih študentih. Oblikovali smo spletno anketo, ki smo jo delili v različne študentske skupine na socialnih omrežjih ter jo posredovali študentom tutorjem na različnih fakultetah po Sloveniji. Končni vzorec je sestavljalo 519 udeležencev. Ugotovili smo, da kiberhondrije ne moremo enačiti z zdravstveno tesnobo in/ali spletnim iskanjem informacij o zdravju, saj vsaka od slednjih spremenljivk prispeva edinstvene informacije k napovedovanju kiberhondrije. Prav tako ti pojavi napovedujejo različne težave na področju duševnega zdravja pri študentih. Spletno iskanje informacij o zdravju in strah pred zamujenimi priložnostmi značilno napovedujeta težave na področju osamljenosti, medtem ko kiberhondrija teh težav ne napoveduje. Poleg tega pa tako kiberhondrija kot spletno iskanje informacij o zdravju in strah pred zamujenimi priložnostmi značilno napovedujejo težave na področju blagostanja. Prav tako so rezultati pokazali, da dekleta v večji meri doživljajo kiberhondrične občutke in strah pred zamujenimi priložnostmi, spletno iskanje informacij o zdravju pa se pogosteje pojavlja pri osebah z nebinarno spolno identiteto. Z našo raziskavo smo pokazali, da med kiberhondrijo, spletnim iskanjem informacij o zdravju in zdravstveno tesnobo obstajajo razlike. Prav tako smo osvetlili pomembno vlogo strahu pred zamujenimi priložnostmi pri pretirani uporabi interneta, vezani na iskanje zdravstvenih informacij. Poleg tega pa naša raziskava ponuja tudi informacije za primerno preventivno ukrepanje in intervencije na področju z zdravjem povezane problematične rabe interneta.

### 4) Medijsko poročanje o samomorilnem vedenju skozi zgodovinska obdobja: analiza narative med leti 1959 in 1999 ter v kontekstu osamosvajanja Slovenije

Polonca Borko<sup>1</sup>, Asja Flamiš<sup>2</sup>, Jure Gračner<sup>2</sup>, Adelisa Huskič<sup>2</sup>, Nuša Zadravec Šedivy<sup>1,3</sup>, Vanja Gomboc<sup>1,3</sup> in Vita Poštuvan<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>3</sup>FAMNIT UP

3-S\_05-04

Način in vsebina poročanja tradicionalnih medijev o samomoru se skozi leta spreminja. Članki v časnikih odražajo trenutna prepričanja in stališča družbe do samomora. V izrednih situacijah, kot je vojna, se število samomorov običajno zmanjša, vendar lahko vojna negativno vpliva na duševno zdravje določenih skupin ljudi. Namen pričujočih raziskav je ugotoviti, kako se je skozi leta spreminjala narativa poročanja o samomorih v slovenskih časnikih ter ali je možno prepoznati vzorce v načinu poročanja v obdobjih pred, med in po osamosvojitvi. Kot glavna vira smo v obeh študijah izbrali dva največja slovenska časnika, Delo in Večer. Pri analizah smo uporabljali PRISMA pristop in metodo tematske analize. V prvi študiji smo se osredotočili na širši pregled poročanja o samomoru v obdobju med leti 1959 in 1999, pri čemer so nas zanimali dejavniki tveganja, varovalni dejavniki ter preventivni in provokativni vidiki člankov. Preliminarni rezultati kažejo, da so članki veliko pogosteje poročali o dejavniki tveganja kot o varovalnih dejavniki. Število dejavnikov, ki so bili navedeni v člankih, se je skozi leta povečevalo. V vseh obdobjih so prevladovali individualni dejavniki tveganja in medosebni ter družbeni varovalni dejavniki. Ugotovili smo tudi, da se je skozi leta zmanjševal delež provokativnih vidikov člankov, medtem ko se je povečeval delež preventivnih vidikov. V drugi študiji smo podrobneje analizirali obdobje pred osamosvojitvijo Slovenije (1986–1988), obdobje osamosvojitve (1989–1991) in obdobje po osamosvojitvi (1992–1994). V tej študiji smo se osredotočili na medijsko poročanje o samomorih vojakov v slovenskem prostoru med osamosvojitveno vojno, pri čemer nas je zanimalo spreminjanje narative medijev v tem obdobju. V preliminarnih analizah smo prepoznali tri glavne teme: Politična agenda, Zgodbe slovenskih vojakov in Informativni članki, dodatno pa še nekaj člankov, ki ne spadajo v nobeno izmed navedenih kategorij. Izvedeni študiji predstavljata pomembno osnovo za razumevanje odnosa med zgodovinskim kontekstom in poročanjem o samomorilnem vedenju v našem prostoru.

### 5) Čustveni odzivi strokovnjakov pri delu s samomorilno ogroženimi mladostniki

Tina Podlogar<sup>1,2</sup>, Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>, Vanja Gomboc<sup>1,2</sup>, Meta Lavrič<sup>1,2</sup>, Nuša Zadravec Šedivy<sup>1,2</sup>, Maja Drobnič Radobuljac<sup>3,4</sup>, Hojka Gregorič Kumperščak<sup>5,6</sup> in Diego De Leo<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

<sup>3</sup>Center za mentalno zdravje UPK Ljubljana

<sup>4</sup>Medicinska fakulteta UL

<sup>5</sup>Klinika za pediatrijo UKC Maribor

<sup>6</sup>Medicinska fakulteta UM

3-S\_05-05

Obravnava samomorilno ogroženih klientov velja za enega najbolj stresnih vidikov terapevtskega ali svetovalnega dela in je razmeroma pogosta situacija v klinični praksi. V študiji je sodelovalo šest strokovnjakov za duševno zdravje, ki so ocenjevali svoje doživljanje v odnosu s skupaj 293 mladostniki, obravnavanimi v okviru pedopsihiatričnih oddelkov v Ljubljani in Mariboru med aprilom 2019 in januarjem



2022. V okviru širše baterije vprašalnikov smo uporabili instrument Modularno ocenjevanje neposredne samomorilne ogroženosti za mladostnike (Young modular assessment of risk for imminent suicide – Y-MARIS). Instrument je sestavljen iz štirih modulov, pri čemer dva izpolni klient, dva pa strokovnjak za duševno zdravje; eden od njiju se nanaša na čustvene odzive strokovnjaka ob delu s klientom. Na slednjega se osredotočamo v pričujočem prispevku. Modul vsebuje 14 postavk, za katere strokovnjak na 5-stopenjski lestvici (0 – “sploh ne”; 4 – “zelo”) ocenjuje, v kolikšni meri opisujejo njegovo doživljanje ob klientu. Izvedli smo analizo glavnih komponent (PCA) in zaradi predpostavljene korelacije med komponentami uporabili promax rotacijo. Podobno kot drugi avtorji, smo tudi na slovenskem vzorcu prepoznali tri komponente čustvenih odzivov strokovnjakov, in sicer (i) stiska (nemoč, strah in preobremenjenost pri delu s klientom); (ii) odnos (naklonjenost, zaupanje in povezanost s klientom); ter (iii) upanje (doživljanje klientove situacije kot boleče, obenem pa upanja, da je ta vendarle rešljiva, in želje po pomoči). Cronbach  $\alpha$  koeficienti nakazujejo razmeroma visoke stopnje notranje konsistentnosti lestvic ( $\alpha_{\text{stiska}} = 0,78$ ;  $\alpha_{\text{odnos}} = 0,83$ ;  $\alpha_{\text{upanje}} = 0,77$ ). Komponente statistično značilno korelirajo med seboj, in sicer je povezanost negativna med stisko in upanjem ( $\rho = -0,536$ ;  $p < 0,001$ ) ter stisko in odnosom ( $\rho = -0,141$ ;  $p < 0,05$ ), in pozitivna med odnosom in upanjem ( $\rho = 0,321$ ;  $p < 0,001$ ). Doživljanje strokovnjakov pri delu s samomorilno ogroženimi mladostniki vključuje različne, med seboj povezane komponente. Njihovo razumevanje je pomembno tako z vidika ocenjevanja tveganja za samomorilno vedenje kot tudi z vidika skrbi za duševno zdravje strokovnjakov ob soočanju s stresnimi situacijami obravnave samomorilno ogroženih mladostnikov.

## 6) Doživljanje pripovedovanja zgodb med zaposlenimi, ki delajo s samomorilno ogroženimi posamezniki

Meta Lavrič<sup>1,2</sup> in Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

3-S\_05-06

Delo s samomorilno ogroženimi posamezniki vpliva na duševno zdravje zaposlenih; izpostavljenost samomorilnemu vedenju lahko med drugim vodi do izgorelosti in izčrpanosti zaradi sočutja, prisotno pa je tudi tveganje za razvoj posttravmatske stresne motnje, ki je pozitivno povezana s pogostostjo soočanja s samomori. Do postravmatske stresne motnje lahko vodi tudi izpostavljenost sekundarnemu travmatskemu stresu, o katerem govorimo takrat, ko so zaposleni posredno (npr. preko opazovanja ali pogovorov) izpostavljeni stiskam posameznikov. Zaradi vpliva izpostavljenosti samomorilnemu vedenju na duševno zdravje zaposlenih, ki delajo s samomorilno ogroženimi posamezniki, je prisotna potreba po intervencijah, ki bi naslavljale ohranjanje in krepitev duševnega zdravja zaposlenih. Namen študije je bil raziskati doživljanje intervencije pripovedovanja zgodb (angl. storytelling) s strani zaposlenih, ki delajo

s samomorilno ogroženimi posamezniki. Udeleženci so sodelovali v intervenciji ustvarjanja in branja pisanih zgodb, s kvalitativno metodologijo pa smo raziskovali njihovo doživljanje sodelovanja v procesu pripovedovanja zgodb s poudarkom na zaznanem učinku na njihovo počutje in duševno zdravje. Rezultate smo konceptualizirali v Modelu rasti, ki je sestavljen iz treh korakov, ki predstavljajo različne dele doživljanja procesa pripovedovanja zgodb. Udeleženci so poročali o pomembnem vplivu zavedanja, da bodo drugi prebrali njihovo zgodbo, kar je vplivalo na začetne faze iskanja in pisanja lastne zgodbe. Izkusili so občutek povezanosti s pisci zgodb, ki so jih brali, hkrati pa so občutili tudi občutke žalosti zaradi samomorilno ogroženih posameznikov, o katerih so zgodbe govorile. Poleg tega so udeleženci prepoznali pomen zaključnega vidika intervencije pripovedovanja zgodb, ki jim omogoča reflektiranje o njihovem sodelovanju pri intervenciji pripovedovanja zgodb in njihovi osebni rasti v procesu. Raziskava nam je dala pomemben vpogled v to, kako udeleženci doživljajo proces pripovedovanja zgodb. Kljub temu pa so potrebne nadaljnje raziskave, ki nam bodo pomagale razumeti, kako lahko pripovedovanje zgodb uporabimo kot intervencijo za izboljšanje in ohranjanje duševnega zdravja tistih, ki delajo s samomorilno ogroženimi posamezniki.

## Psihološka obravnava debelosti in motenj hranjenja

Vodja simpozija: Katja Kurnik Mesarič

katja.kurnik.mesaric@kclj.si

3-S\_06

Pojavnost motenj hranjenja in debelosti v zadnjih letih narašča, težave s telesno težo in njenimi posledicami ima vedno več bolnikov. Motnje hranjenja in debelost seboj prinašajo zdravstvene zaplete in psihosocialne težave. Vključitev psihologov in kliničnih psihologov v obravnavo bolnikov z debelostjo in motnjami hranjenja lahko pomembno prispeva k zmanjševanju bremena bolezni, uspešnosti uvajanja sprememb življenjskega sloga, motivaciji za spremembo vedenj in izboljšanju splošnega počutja posameznikov. Pri zdravljenju motenj hranjenja se v vedno večji meri uporablja transdiagnostični pristop, ki se osredotoča na skupne značilnosti motenj hranjenja, skupne mehanizme, ki bolezen vzdržujejo, in prehajanje med različnimi diagnozami motenj hranjenja. Pri svojem delu se dnevno srečujemo z bolniki, ki imajo težave s telesno težo. V simpoziju želimo predstaviti problematiko motenj hranjenja in debelosti, vzorce hranjenja, z dokazi podprte metode obravnave in zdravljenja, raziskovalno delo ter vlogo psihologa pri obvladovanju motenj hranjenja, telesne teže in z njo povezanih težav. Na simpoziju bodo predstavljeni tudi izsledki eksperimentalnih raziskav, ki preučujejo nevronske in psihološke mehanizme regulacije hrepenenja po hrani in vnosa hrane.

## 1) Nevropsihološki mehanizmi regulacije hrepenenja po hrani

Saša Zorjan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

3-S\_06-01

V prispevku se bomo osredotočili na psihološke in nevronske korelate regulacije želje po hrani. V zahodnem svetu so posamezniki nenehno obkroženi z dražljaji, ki so povezani s hrano (npr. oglasi in nenehna dostopnost visokokalorične hrane). Ti dražljaji pri posameznikih sprožajo reaktivnost (angl. food cue reactivity), ki vključuje tako psihološke (npr. subjektivni občutek hrepenenja po hrani), kot tudi nevrofiziološke odzive (npr. povečana pozornost za dražljaje, ki signalizirajo hrano). Gre za popolnoma običajen odziv, ki pa je pri določenih skupinah pretiran in vodi do čezmernega uživanja visokokalorične hrane ter posledično povečanja telesne teže. V prispevku bodo predstavljeni nekateri nevropsihološki mehanizmi, na katerih temelji regulacije povečane reaktivnosti na dražljaje, povezane s hrano. Posebni poudarek bo namenjen eksperimentalnim študijam, ki preučujejo učinkovitost strategij regulacije čustev, kot npr. ponovna ocena, ter njihovi vlogi pri modulaciji možganske aktivnosti ob izpostavljenosti slikam hrane. Posebna pozornost bo namenjena tudi izraziti raznolikosti posameznikov s prekomerno telesno težo pri regulaciji želje po hrani ter potrebi po identifikaciji individualnih napovednih dejavnikov, ki prispevajo k težavam z nadzorovanjem prehranjevanja in posledično prekomerni telesni teži. Prepoznavanje izrazite raznolikosti posameznikov, za katere se zdi, da na podlagi opazovanih značilnosti (npr. teže) spadajo v isto skupino, v resnici pa jih vodijo popolnoma različni procesi, je ključnega pomena. Upoštevanje te izrazite raznolikosti med posamezniki je edini način, ki bo omogočal dolgoročno izboljšanje obravnave težav, povezanih s telesno težo, ter njihovo preprečevanje.

## 2) Motnje hranjenja v bariatrični kirurgiji: pojavnost, vpliv na dolgoročne izide in klinične intervence

Vesna Vrečko Pizzulin<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Kirurška klinika UKC Ljubljana

3-S\_06-02

Debelost je prevalentna kronična bolezen, ki je povezana z različnimi zdravstvenimi težavami in boleznimi, kot so diabetes tipa II, srčno-žilne bolezni in rak. Ukrepi, usmerjeni v spremembo življenjskega sloga, so ključni pristopi za zmanjšanje telesne teže, ki pa imajo pri posameznikih s klinično pomembno debelostjo omejen domet. Bariatrična-metabolična kirurgija je najučinkovitejša metoda zdravljenja klinično pomembne debelosti, ki omogoča znatno in trajno znižanje telesne mase. Raziskave in klinične izkušnje kažejo, da so motnje hranjenja in moteni vzorci hranjenja pogosto prisotni pri kandidatih za bariatrični poseg ter lahko

negativno vplivajo na dolgoročne izide bariatrične kirurgije (npr. kakovost življenja, duševno zdravje in razvoj novih oblik motenj hranjenja po posegu). Kompulzivno prenašanje, za katerega sta značilni predvsem uživanje objektivno velike količine hrane in subjektivni občutek izgube nadzora nad prehranjevanjem, je najpogostejša motnja hranjenja v bariatrični kirurgiji, za katero do 30 % kandidatov za poseg dosega kriterije za postavitev diagnoze. Razširjen je tudi sindrom nočnega hranjenja, ki vključuje večerno hiperfagijo, nespečnost in jutranjo anoreksijo. Iz spektra motenj hranjenja sta prisotni, a v manjši meri, raba kompenzatornih strategij (namerno bruhanje in raba laksativov) in zgodovina anoreksije. Poleg motenj hranjenja, ki jih prepoznamo s polstrukturiranim kliničnim intervjujem in psihodiagnostičnimi sredstvi, so prisotni tudi moteni vzorci prehranjevanja, pri katerih je pogosto prisotna transdiagnostična značilnost izgube kontrole nad hranjenjem. Najpogosteje izstopata t. i. grazing (nenačrtovano uživanje manjših količin hrane ob odsotnosti občutkov lakote) in čustveno hranjenje. Psihološka obravnava navedenih motenj in motenih vzorcev hranjenja temelji na dokazih podprtih intervencah, kot so vedenjsko-kognitivna terapija ter terapije tretje generacije kognitivnih vedenjskih psihoterapij, predvsem temelječa na čuječnosti in dialektično vedenjska terapija.

## 3) Kognitivno vedenjska terapija za obvladovanje debelosti

Katja Kurnik Mesarič<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Interna klinika UKC Ljubljana

3-S\_06-03

Debelost in čezmerna telesna teža predstavljata pomemben javnozdravstveni problem in dejavnik tveganja za razvoj kroničnih nenalezljivih bolezni. Pojavnost debelosti in čezmerne telesne teže se iz leta v leto viša. Vključitev kliničnopsiholoških in psihoterapevtskih ukrepov v obravnavo bolnikov s čezmerno telesno težo in debelostjo lahko pomembno prispeva k uspešnosti izgube telesne teže. Kognitivno-vedenjska terapija je eden izmed z dokazi podprtih pristopov, ki lahko pripomore k izgubi in vzdrževanju telesne teže. Ostali biomedicinski pristopi za obvladovanje debelosti ne upoštevajo kognitivnih procesov, ki pa imajo zelo pomembno vlogo pri nefunkcionalnem prehranjevalnem vedenju in telesni dejavnosti. Eden izmed uveljavljenih programov za obvladovanje debelosti je Individualizirana kognitivno vedenjska terapija, cilji programa so uspešna izguba in vzdrževanje primerne telesne teže, razvoj in sledenje življenjskemu slogu, ki omogoča ustrezen nadzor telesne teže, ter razvoj stabilne miselnosti, ki omogoča ustrezen nadzor telesne teže. Program ima šest modulov, in sicer spremljanje prehrane, telesne dejavnosti in telesne teže, spreminjanje prehranjevanja, razvoj aktivnega življenjskega sloga, naslavljanje ovir pri izgubi telesne teže, naslavljanje nezadovoljstva z izgubljenim telesno težo ter naslavljanje ovir pri vzdrževanju telesne teže. Posamezne vsebine in moduli so prilagojeni individualnim potrebam vsakega posameznika. V Sloveniji trenutno poteka raziskava, s katero preverjamo

učinkovitost prilagojene individualizirane kognitivno vedenjske terapije za obvladovanje debelosti pri bolnikih s kronično ledvično boleznijo.

#### 4) Psihoedukacijske skupine za starše otrok in mladostnikov z motnjami hranjenja

Žiga Damjanac<sup>1</sup> in Tjaš Debeljak<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

3-S\_06-04

Motnje hranjenja, med katerimi sta najpogosteje prepoznani anoreksija nervoza in bulimija nervoza, so resne duševne bolezni, za katere so značilni neobičajni vzorci hranjenja ter motnje v doživljanju svoje telesne teže in oblike. Motnje hranjenja dosežejo vrh pojavnosti v mladostništvu, imajo izrazit negativen vpliv na telesno zdravje in vsa področja razvoja ter se pogosto sopoljavljajo z drugimi duševnimi motnjami. Prepozno obravnavane, nezdravljene in kronične motnje hranjenja privedejo do dolgoročnih negativnih posledic kasneje v življenju, imajo najvišjo smrtnost med duševnimi motnjami ter predstavljajo veliko zdravstveno in socialno breme. Število primerov otrok in mladostnikov z diagnozo motnje hranjenja je v zadnjih letih močno naraslo tako v Sloveniji kot po svetu, kar je podaljšalo čakalne dobe za začetek zdravljenja, dodatno obremenilo zdravstveni sistem in izpostavilo potrebo po hitrejših in dostopnejših intervencijah. Dokazano učinkoviti pristopi k prepoznavanju in zdravljenju motenj hranjenja vključujejo sodelovanje multidisciplinarnega tima in poudarjajo vlogo staršev v procesu zdravljenja. Pri tem je še posebej pomembna psihoedukacija, ki starše opolnomoči in opremlja z znanjem in spretnostmi, ki so jim v procesu zdravljenja v pomoč tako pri nujenju podpore otroku kot pri skrbi za lastno duševno zdravje. Na oddelku Službe za otroško psihiatrijo Pediatrične klinike UKC Ljubljana smo začeli s pilotno izvedbo psihoedukacijskih skupin za starše otrok z novoodkrita motnjo hranjenja. Program vključuje vsebine z osnovnimi informacijami o motnjah hranjenja, učinku na družino, poteku sprememb, komunikaciji med družinskimi člani, učinkovitem načrtovanju obrokov in predstavitvi strategij uravnavanja lastnih čustev in vedenja. Sodelovanje v psihoedukacijski skupini staršem omogoča medsebojno podporo ter prenos pridobljenih znanj in spretnosti v domače okolje. Psihoedukacija je v primerjavi z drugimi metodami cenejša in hitrejša oblika pomoči, ki povečuje dostopnost zgodnje obravnave otrokom in mladostnikom z motnjo hranjenja ter njihovim staršem, kar lahko zmanjšuje verjetnost razvoja kroničnih oblik bolezni in razvoja pridruženih stanj.

#### Kompetenčni model za uporabo psihodiagnostičnih sredstev

Vodja simpozija: Nataša Troha

natasa75.troha@gmail.com

Sodelujoči: Nataša Troha<sup>1</sup>, Dušica Boben<sup>2</sup>, Luka Komidar<sup>3</sup>, David Gosar<sup>4</sup> in Marjeta Trstenjak<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ministrstvo za obrambo

<sup>2</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

<sup>3</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>4</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

5-S\_07

Komisija za psihodiagnostična sredstva pri Društvu psihologov Slovenije je razvila kompetenčni model za uporabo psihodiagnostičnih sredstev (PDS), ki ga želi s simpozijem predstaviti strokovni javnosti. V okviru simpozija bo Dušica Boben kot članica EFPA Odbora za ocenjevanje predstavila raziskavo o psiholoških testih in testiranju iz leta 2020, v kateri je sodelovalo tudi 204 slovenskih psihologov. V predstavitvi se bo osredotočila na rezultate tistih postavk, ki se povezujejo s kompetencami za uporabo testov, mnenjem glede nadzora nad testi in testiranjem ter glavnimi težavami, povezanimi z uporabo testov. Nataša Troha bo predstavila pregled razvoja kompetenčnega modela za uporabo PDS in glavne razloge za njegov razvoj. Predstavila bo glavne kategorije kompetenc. Luka Komidar bo predstavil vlogo kompetenčnega modela za uporabo PDS v izobraževanju psihologov, kjer model predstavlja odlično podlago za pregled in evalvacijo trenutne pokritosti vsebin pri metodoloških in aplikativnih predmetih ter ravni znanja, ki ga lahko dosežejo študenti. Taka analiza nam omogoča identifikacijo dobrih praks, izzivov za prihodnost in ključnih pomanjkljivosti, ki jih je treba čim prej začeti odpravljati na ravni učnih načrtov, kadrovanja in drugih sprememb študijskih programov psihologije. David Gosar bo osredotočen na vlogo kompetenčnega modela za uporabo PDS v psihološki (klinični) praksi. V klinični in zdravstveni psihologiji so kompetence za uporabo PDS ključne iz treh razlogov: njihova krepitev prispeva k zagotavljanju ustreznih oblik zdravljenja in psiholoških intervencij; zavest o psihometričnih in teoretičnih osnovah PDS je ključna za dobro prakso pri razvoju in priredbi slovenskih PDS ter kritično mišljenje o PDS prispeva k etični klinični praksi. Marjeta Trstenjak bo predstavila pogled na kompetenčni model za uporabo PDS z vidika založnika psihodiagnostičnih sredstev. Založniki in razvijalci testov imajo na voljo veliko virov in skupin, ki spodbujajo dvig kakovosti testov. Kompetenčni model definira jasne zahteve za uporabnike in omejitve za založnike. S tem pridobimo ne samo na boljšem odnosu, temveč tudi na jasnosti, kdo ima kompetence za črpati znanje iz priročnika, kritično presoditi kvaliteto testa in se odločiti, kadar so podatki pomanjkljivi.

## Starejši in kakovost bivanja – podpora digitalne tehnologije

Vodja simpozija: Bojan Musil  
bojan.musil@um.si

Sodelujoči: Bojan Musil<sup>1</sup>, Katarina Babnik<sup>2</sup>, Danijela Lahe<sup>1</sup>, Nejc Plohl<sup>1</sup>, Urška Smrke<sup>3</sup>, Izidor Mlakar<sup>3</sup>, Gaja Zager Kocjan<sup>2</sup>, Tomaž Lenart<sup>4</sup>, Tanja Špes<sup>1</sup>, Vita Štukovnik<sup>1</sup>, Monika Ficjan<sup>5</sup>, Annemarie Kim Kozole Smid<sup>1</sup>, Marina Horvat<sup>1</sup>, Nuša Zdravec Šedivy<sup>6,7</sup>, Nina Krohne<sup>6,7</sup>, Marta Capelli<sup>6</sup>, Diego De Leo<sup>6,7</sup>, Petra Vargek<sup>1,8</sup>, Karin Bakračević<sup>1</sup> in Josipa Mrla<sup>9</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>3</sup>Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko UM

<sup>4</sup>Dom Nike Pokorn Grmovje

<sup>5</sup>Izobraževalno raziskovalni inštitut Ljubljana

<sup>6</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>7</sup>FAMNIT UP

<sup>8</sup>Special Hospital for Medical Rehabilitation Varaždinske Toplice

<sup>9</sup>County Hospital Čakovec

5-S\_08

Po svetu delež starejših v populaciji hitro narašča, Združeni narodi pa so ta premik prepoznali kot začetek najpomembnejše družbene preobrazbe 21. stoletja, ki napoveduje posledice za skoraj vse družbene sektorje. Prispevki in njihovi avtorji bodo naslednji: Prednosti, ovire, priložnosti in nevarnosti staranja v domačem okolju ter vloga sodobne tehnologije v tem procesu (Katarina Babnik in Danijela Lahe); Analiza potreb in želja starejših glede uporabe podporne tehnologije v njihovem vsakdanjem življenju (Bojan Musil, Nejc Plohl, Urška Smrke, Izidor Mlakar, Gaja Zager Kocjan, Tomaž Lenart in Tanja Špes); Vloga z informacijsko-komunikacijskimi tehnologijami podprtih intervenc pri obravnavi nespečnosti v obdobju pozne odraslosti (Vita Štukovnik, Monika Ficjan, Annemarie Kim Kozole Smid in Marina Horvat); Vpliv pandemije COVID-19 na osamljenost in duševno zdravje starejših odraslih ter vloga uporabe novih tehnologij v tem obdobju (Nuša Zdravec Šedivy, Nina Krohne, Marta Capelli, Diego De Leo in Vita Poštuvan); Effects of cognitive training interventions on the cognitive and everyday functioning of older adults – systematic overview of meta-analyses (Petra Vargek in Karin Bakračević).

## Nasilje med otroki in mladostniki: premisleki ob aktualnih dogodkih

Vodja simpozija: Peter Janjušević  
peter.janjuševic@scoms-lj.si

5-S\_09

V zadnjem obdobju pogosto zasledimo novice o nasilju med otroki in mladostniki, ki se v zadnjem času v vse večji meri premika tudi na splet, predvsem na družbena omrežja. Spletno nasilje se v določenih pogledih razlikuje od nasilja v živo, saj se pojavljajo nove, bolj prehodne vloge, že poznane vloge, ki jih srečamo tudi pri nasilju v živo, pa imajo drugačne značilnosti.

Vloga psihologov in kliničnih psihologov pri obravnavi nasilja in spletnega nasilja je pomembna in večplastna. Ključno je, da sodelujemo tako pri preprečevanju nasilja kot pri obravnavi žrtev, storilcev in opazovalcev. Pomembna in pogosto prezrta je naša vloga pri ozaveščanju javnosti z na dokazih temelječih podatkih o vzrokih, razširjenosti, značilnostih in obravnavi nasilja ter pri zavzemanju za odgovorno poročanje. Za oblikovanje učinkovitih ukrepov za preprečevanje in obravnavo je potrebno pojav vrstniškega nasilja najprej dobro razumeti. Vzroki za nasilje so pogosto številčni, kompleksni in medsebojno prepleteni. Nasilje ima posledice za vse vpletene, in sicer posamezniki poročajo o nižjem subjektivnem blagostanju, povišanem zaznavanju stresa, tesnobi, depresivnosti, upadu motivacije in šolskega uspeha, vrstniški izključenosti, večji agresivnosti in pogostejših samomorilnih mislih. V simpoziju želimo predstaviti dejavnike tveganja za nasilno vedenje, vlogo odgovornega poročanja pri posnemanju vedenja, značilnosti množičnih streljanj, potencialne povezave med vrstniškim nasiljem in igranjem video iger, značilnosti spletnega nasilja, vlogo družbenih omrežij in psihološko preventivno delovanje.

### 1) Dejavniki tveganja za nasilno vedenje otrok in mladostnikov – miti in dejstva

Peter Janjušević<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana

5-S\_09-01

V splošni in strokovni javnosti, predvsem pa v medijih, vztrajajo nekatera prepričanja in miti o nasilnem vedenju otrok in mladostnikov, preprečevanju tega pojava, predvsem pa – po kakšnih odmevnih dogodkih – o tem, da bi strokovnjaki morali nasilno dejanje predvideti in preprečiti. Ideje o napovedovanju nasilnega vedenja predpostavlja “nevarnost” posameznika kot dispozicijski (stabilen, fiksni) ter dihotomen (nevaren/nenevaren) konstrukt, ki pa se je v praksi izkazal kot neuporaben in etično zelo vprašljiv. V prispevku bodo obravnavane nekatere razširjene, a pogosto napačne predstave, kot je na primer ta, da je nasilnega vedenja med otroki in mladostniki vse več, celo več kot kadar koli prej. Obravnavani bodo miti, kot na primer ta, da se da nasilno vedenje napovedati, celo z (veliko) gotovostjo, pa tudi škodljive in stigmatizirajoče ideje, ki izhajajo iz predsodkov in neznanja, da so vse osebe s težavami ali motnjami v duševnem zdravju bolj verjetno nasilne, in na drugi strani, ali imajo vse nasilne osebe tudi motnjo na področju duševnega zdravja. Poznavanje empirično potrjenih dejavnikov tveganja za nasilno vedenje je pomembno tako z vidika ustreznega ocenjevanja kot na tej oceni temelječih intervencij za zmanjšanje tveganja. Strokovno kvalitetno ocenjevanje tveganja mora temeljiti na empirično podprtih dejavnikih tveganja (in varovalnih dejavnikih), vključevanje dodatnih individualnih dejavnikov pa mora biti prav tako argumentirano z izsledki študij ali pa klinično presojo. V prispevku bo v zaključku predstavljen model strukturirane klinične ocene tveganja za nasilno vedenje mladostnikov.



## 2) Značilnosti množičnih streljanj in odgovorno novinarsko poročanje

Katja Kurnik Mesarič<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Interna klinika UKC Ljubljana

5-S\_09-02

Množična streljanja so dogodki, v katerih je na javnem mestu (npr. šole, verske ustanove ...) z orožjem umorjenih štiri ali več oseb (brez storilca). Pogosto vprašanje, ki se poraja ob množičnih streljanjih, je, ali lahko napovemo napade in storilce. Analize dostopnih podatkov kažejo, da so si storilci med seboj različni, napadov ni mogoče napovedati na osnovi specifičnih demografskih ali osebnostnih lastnosti posameznika in ne obstajajo specifični opozorilni znaki ali algoritmi, ki bi lahko napovedali napade. Med storilci obstaja nekaj podobnosti, in sicer obremenjujoče izkušnje v otroštvu, kriza neposredno pred napadom in dostop do orožja. Povezava med duševnimi motnjami in množičnimi streljanji ni enoznačna, raziskave kažejo, da imajo duševne motnje same po sebi zanemarljivo vlogo pri napovedovanju hujših kaznivih dejanj. Zgodovino duševnih motenj ima sicer dve tretjini storilcev, a te niso neposredno povezane z njihovimi dejanji. Opozorilni znaki, ki lahko kažejo na nevarnost množičnega strelskega napada, so akutna kriza, spremenjeno vedenje, samomorilna ogroženost, deljenje svojih namer ter pretirano govorjenje o nasilju. Množična streljanja so deležna veliko medijske pozornosti. Način poročanja o dogodkih, kot so množična streljanja ter samomori, lahko poveča tveganje za posnemovalno vedenje. Spremembe v načinu poročanja lahko pomembno zmanjšajo verjetnost posnemovalnega vedenja. Priporočila za odgovorno poročanje odsvetujejo senzacionalizem ter povečevanje in poenostavljanje situacij ter storilcev. Odsvetovano je deljenje osebnih podatkov storilca, fotografij in videoposnetkov dogodka, potrebna pa je posebna previdnost pri predvidevanju vzroka in pripisovanju razlogov za dejanje duševnim motnjam. Za uspešno preprečevanje množičnih streljanj je pomembno skupno ukrepanje na individualni, institucionalni in družbeni ravni.

## 3) Povezava nasilja med otroki in mladostniki z video igrami

Tjaš Debeljak<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

5-S\_09-03

Ob odmevnih primerih nasilja, ki ga zagreši mladoletna oseba, se v medijih odvijajo številne debate o potencialnih vzrokih za to dejanje. Mnogokrat je izpostavljen negativen vpliv medijskih vsebin, pri čemer se v vlogi krivca še posebej pogosto znajdejo video igre. Po drugi strani iz leta v leto postajajo vse bolj priljubljen način preživljanja prostega časa, še posebej med mladimi. Igra jih večina otrok in mladostnikov, zato je pomembno, da redno preučujemo tako njihove potencialne negativne kot tudi pozitivne vplive na igralce, in poskrbimo, da so naše izjave v medijih podprte z

znanstvenimi raziskavami. Video igre so izrazito interaktivne, kar vpliva na kompleksnost raziskovanja njihovega vpliva na nasilje. Potrebno je upoštevati značilnosti igralca, vsebino igre, količino igranja, zvrst igre, igralne mehanike in zanke, pogled, ki ga ima igralec na dogajanje, obliko interakcije z drugimi igralci ter kognitivne sposobnosti in motorične spretnosti, ki jih igra zahteva od igralca. APA je oblikovala Resolucijo o nasilju v video igrah in interaktivnih medijih, ki jo redno posodablja z ugotovitvami najnovejših raziskav. Študije so pokazale majhne, a konsistentne povezave med igranjem nasilnih video iger in agresivnostjo, ne pa tudi z nasilnim vedenjem. Pri tem so izpostavili pomanjkanje podatkov o potencialnem moderatorskem vplivu starosti, spola in socioekonomskega statusa igralcev ter značilnosti samih iger, saj se med seboj močno razlikujejo in od igralcev zahtevajo različne oblike in intenzivnost interakcije. Igranje video iger torej ni vzročno povezano z nasilnim vedenjem, lahko pa predstavlja dejavnik tveganja za pojav agresivnosti. To ne velja za vse igre in vse igralce, zato se je potrebno pri delu z otroki in mladostniki osredotočiti na posameznika in njegove značilnosti, upoštevati vsa njegova življenjska področja in sodelovati s starši, ob tem pa ne smemo pozabiti na vrsto pozitivnih učinkov, ki jih lahko ima igranje iger na igralca.

## 4) Spletno nasilje, mediji in socialna omrežja

Žiga Damjanac<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

5-S\_09-04

Otroštvo in mladostništvo sta obdobji hitrega razvoja in številnih tveganj. Posamezniki so v teh obdobjih bolj impulzivni in za različna doživetja pripravljene tvegati več kot posamezniki v kasnejših razvojnih obdobjih. Hitro so lahko izpostavljeni situacijam, kjer postanejo žrtve ali opazovalci nasilja. Dejavniki medvrstniškega nasilja so raznovrstni, na ravni družbe in posameznika se prepleta več sprožilcev, dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov. S pojavom novih digitalnih tehnologij v zadnjih desetletjih se je pojavila tudi nova oblika nasilja med otroci in mladostniki – spletno nasilje. Spletno nasilje je zaradi razširjenosti uporabe interneta in družbenih omrežij med otroci in mladostniki postalo javnozdravstveni problem. Večina otrok in mladostnikov poroča, da so bili vsaj enkrat v življenju žrtev spletnega nasilja, ki pa se lahko povezuje z duševnim zdravjem, vedenjem in posameznikovim razvojem. Nasilneži na spletu niso več geografsko ali časovno omejeni, žrtve so nasilnežem dostopne ves čas, so bolj izpostavljene, nasilneži pa pogosto ostajajo anonimni. Spletno nasilje ima negativne posledice za žrtve, ki poročajo o osamljenosti, nižji samozavesti, pogostejših odsotnostih od pouka ter višjih ravneh depresivnosti in anksioznosti kot tisti, ki niso doživljali spletnega nasilja. Smernice medijskega poročanja o nasilju so ohlapne, način trenutnega poročanja pa ne opolnomoči posameznikov za preprečevanje nasilja, kar bi bilo smiselno nasloviti v prihodnosti. Trenutni način poročanja in hitrega širjenja informacij o nasilju pri žrtvah nasilja lahko predstavlja sprožilec za negativna čustva, kot sta strah in

nemoč. Hkrati lahko služi kot neustrezen model otrokom in mladostnikom, ki jim sporoča, kako pridobiti pozornost vrstnikov in odraslih. Za zmanjševanje in preprečevanje spletnega nasilja bo potrebno sodelovanje posameznikov, staršev in strokovnih delavcev. Kot učinkovite metode so se izkazale aktivna vključenost staršev, nadzor nad uporabo socialnih omrežij, ozaveščanje opazovalcev nasilja in učenje otrok in mladostnikov o varni rabi interneta.

## 5) Psihološko preventivno delovanje

Maja Korošec<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov ZD Velenje

5-S\_09-05

Preventivno delovanje na področju duševnega zdravja otrok in mladostnikov zajema širok spekter duševnih motenj, tveganih vedenj in težav, s tem pa še širši nabor dejavnikov tveganja za nastanek teh ter varovalnih dejavnikov. Ko razmišljamo o tem, kako spodbujati zelena vedenja in preprečevati neželena in celo nevarna vedenja pri otrocih in mladostnikih, izhajamo iz varovalnih dejavnikov ter dejavnikov tveganja za nastanek posamezne motnje; ti dejavniki lahko izhajajo tako iz posameznika kot iz interakcije med posameznikom in zanj pomembnih okolij, so pa sočasno vpeti v še širši družbeni in kulturni kontekst. Učinkoviti ukrepi usmerjeni v primarno in sekundarno preventivo nasilja, vedenjskih motenj in drugih odklonskih vedenj se po svetu izvajajo tako na ravni družine in okolja primarne socializacije, na ravni šol in skupin sekundarne socializacije, kot tudi na širši družbeni ravni v smislu preprečevanja dostopnosti do sredstev ter zmanjševanja privlačnosti oziroma koristi odklonskega vedenja. V simpoziju bodo predstavljene ideje in smernice za preventivno delovanje na področju duševnega zdravja otrok in mladostnikov s poudarkom na tistih, vezanih na domače ter šolsko okolje. Vzpodbudne rezultate na področju preprečevanja vedenjskih motenj in tveganih vedenj pri otrocih in mladostnikih kažejo treningi starševstva ter programi za krepitev socialnih in čustvenih veščin, ki jih ponujajo šole. Učinkoviti programi črpajo iz spoznanj zdravstvene psihologije, klinične in pozitivne psihologije ter izhajajo iz vedenjsko kognitivne terapije in iz nje izhajajočih novejših smeri, na primer terapije predanosti in sprejemanja.

## Po pandemiji: psihološki vidiki dolgotrajnega covid-19

Vodja simpozija: Gaja Zager Kocjan  
gaja.zagerkocjan@ff.uni-lj.si

7-S\_10

Čeprav je prebolevanje covid-19 pri različnih osebah potekalo raznoliko, je približno desetina obolelih poročala o post-akutnih posledicah covid-19 oz. simptomih dolgotrajnega covid-19 (PASC). PASC vključuje simptome, ki se razvijejo v obdobju treh mesecev po akutni fazi, trajajo vsaj dva meseca in jih ne moremo razložiti z

alternativno diagnozo. Simptomi PASC pomembno znižajo kakovost življenja obolelih in omejujejo njihovo funkcionalno sposobnost na različnih področjih. V raziskovalnem projektu ARIS J5-4591 "Dolgotrajni covid kot zapuščina pandemije: psihološki simptomi, psihosocialni dejavniki in posledice", ki ga vodi Oddelek za psihologijo FF UL in v katerem sodelujeta Nacionalni inštitut za javno zdravje in Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Soča, smo preučevali dejavnike razvoja PASC, pojavnost različnih simptomov PASC in posledice PASC za vsakdanje funkcioniranje obolelih v različnih okoljih. V okviru simpozija bomo predstavili izsledke dosedanjih ugotovitev projekta, ki smo jih pridobili s kvalitativnim in kvantitativnim raziskovanjem. V polstrukturiranih intervjujih smo proučevali doživljanje dolgotrajnega covid-19 in njegovega vpliva na delovanje posameznikov na različnih življenjskih področjih, s posebnim poudarkom na težavah v kognitivnem delovanju. Na osnovi ugotovitev kvantitativne raziskave na panelnem vzorcu 3000 oseb, ki po demografski strukturi dobro predstavlja populacijo delovno aktivnih prebivalcev Slovenije, pa bomo predstavili ključne epidemiološke podatke o incidenci PASC v Sloveniji, njegovih simptomih, psiholoških korelatih in spoprijemanju posameznikov z boleznijo.

## 1) Kaj o psiholoških vidikih post-akutnih posledic covid-19 povedo dosedanje empirične raziskave?

Katarina Babnik<sup>1</sup>, Anja Podlesek<sup>1</sup>, Darja Kobal Grum<sup>1</sup> in Žan Lep<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Pedagoški inštitut

7-S\_10-01

Empirične raziskave potrjujejo, da se delež obolelih za covidom-19 sooča tudi z njegovimi post-akutnimi posledicami (PASC), ki se kažejo v dolgotrajni prizadetosti različnih organskih sistemov in psihološki simptomatiki. Pojavnost psiholoških simptomov, povezanih s covid-19, ter mehanizmi njihovega razvoja in vztrajanja po akutni fazi še niso pojasnjeni. S ciljema (i) sinteze najsodobnejše znanstvene literature o psiholoških vidikih PASC in (ii) pregleda metodologije dosedanjih empiričnih raziskav smo po protokolu PRISMA izvedli sistematični pregled znanstvenih objav v bazah APA PsycArticles, MEDLINE, WoS in Scopus, z iskalnim nizom ("long covid" ALI "post covid" ALI "PASC") IN ("psycho\* consequences" ALI "psycho\* factors" ALI "psycho\* outcomes"). V bazah smo identificirali 6478 zapisov. Po izločitvi del z uporabo avtomatičnih iskalnih pogojev (recenziranost, angleški jezik, datum objave, N = 5363) ter podvojenih zapisov (N = 25), smo po pregledu naslova, ključnih besed in povzetka izločili še 893 del (neustrezen tip dela, neskladnost vsebine). Podrobneje smo tako pregledali 197 člankov, med katerimi prevladujejo poročila presečnih korelacijskih študij, ki opisujejo psihološko simptomatiko oseb s PASC in njegove korelate. Redkejša prospektivna študija nakazujejo potencialne dejavnike in mehanizme psihološkega delovanja PASC, kvalitativne študije pa se osredotočajo na poglobljen opis doživljanja



PASC. Najpogostejši psihološki simptomi PASC v pregledani literaturi so anksioznost, depresija in kognitivne težave (predvsem težave z izvršilnimi funkcijami). Osebe s PASC se lahko soočajo tudi s postravmatsko stresno motnjo, doživljajo nižjo stopnjo blagostanja in kakovosti življenja, njihovi odnosi so prizadeti zaradi sprememb v izvajanju socialnih vlog, nezmožnosti prevzemanja odgovornosti, socialne izolacije in občutkov krivde. Med številnimi opisanimi dejavniki imajo pomembno vlogo v psiholoških simptomih PASC predvsem predhodne razpoloženske motnje. Mogoč mehanizem, ki pojasnjuje vlogo razpoloženskih simptomov PASC, je čustvena disregulacija. Zaključki nekaterih raziskav kažejo, da so klinične psihološke manifestacije PASC sorodne patofiziologiji depresije, številni avtorji pa pozivajo k multidisciplinarnim študijam, ki lahko bolj celostno pojasnijo mehanizme in posledice PASC.

## 2) Osebnostna prožnost in prejeta opora kot napovednika duševnega zdravja pri osebah s PASC

Kaja Hacin Beyazoglu<sup>1</sup>, Gaja Zager Kocjan<sup>1</sup> in Žan Lep<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Pedagoški inštitut

7-S\_10-02

Simptomi dolgega covid (PASC) lahko poleg telesnega zdravja vplivajo tudi na psihološke procese bolnikov. Namen prispevka je bil zato preučiti, na katera področja duševnega zdravja ima PASC pomembne učinke in kateri psihološki dejavniki lahko pojasnijo to doživljanje. V okviru kvantitativne raziskave, izvedene na panelnem vzorcu 3048 odraslih prebivalcev Slovenije, smo z uporabo kombinacije validiranih pripomočkov in za raziskavo oblikovanih vprašanj analizirali odnose med prisotnostjo PASC in njegovo resnostjo, posameznikovo osebnostno prožnostjo, oporo, ki jo je prejemal v času prebolevanja PASC, ter različnimi vidiki duševnega zdravja (depresivnost, anksioznost, zaznani stres in subjektivno blagostanje). Osebe, ki so doživljale PASC, so poročale o značilno višji depresivnosti, anksioznosti in zaznanem stresu ter nižjem subjektivnem blagostanju kot osebe, ki o težavah zaradi PASC niso poročale. Pri osebah, ki so doživljale PASC, je bila samozaznana stopnja resnosti simptomov PASC statistično značilen samostojen napovednik preučevanih vidikov duševnega zdravja. Tudi osebnostna prožnost je bila značilen napovednik psihološkega doživljanja udeležencev s PASC, opora, ki so jo udeleženci prejeli od svojih bližnjih in od strokovnjakov, pa je bila statistično značilen napovednik njihovega subjektivnega blagostanja, ne pa tudi anksioznosti, depresivnosti ali zaznanega stresa. Interakcija med resnostjo PASC ter osebnostno prožnostjo in prejeto oporo ni značilno prispevala k pojasnjevanju kazalnikov duševnega zdravja. Rezultati študije kažejo, da imata tako prisotnost PASC kot njegova resnost pomembne učinke na psihološko delovanje ljudi v času po preboleli okužbi s covidom-19. Vendar pa k posameznemu doživljanju pomembno prispevajo tudi njegovi notranji (osebnostna prožnost) in zunanji viri (prejeta opora).

Ugotovitev, da ima subjektivno blagostanje posameznikov s PASC nekoliko drugačne napovednike kot anksioznost, depresivnost in stres, je skladna z vse bolj uveljavljenim modelom dveh kontinuumov duševnega zdravja, ki tega ne opredeljuje zgolj kot odsotnost duševnih težav, temveč tudi kot prisotnost njegovih pozitivnih vidikov.

## 3) Epidemiološki sliki pojavljanja post-akutnih posledic covid-19 v Sloveniji na pot

Darja Kobal Grum<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

7-S\_10-03

Številne raziskave kažejo, da se post-akutne posledice covid-19 pojavljajo pri 10 do 30 odstotkih splošne populacije. Med pogostimi psihološkimi značilnostmi so: depresivnost, tesnoba, težave na kognitivnem področju, nižja stopnja blagostanja, socialna izolacija, občutki krivde itd., ki lahko trajajo različno dolgo. Eden od ključnih raziskovalnih ciljev v raziskavi "Dolgotrajni covid kot zapuščina pandemije: psihološki simptomi, psihosocialni dejavniki in posledice" je bil ugotoviti psihološko epidemiološko sliko pojavljanja post-akutnih posledic covid-19 v Sloveniji. Raziskovali smo, ali se tudi v Sloveniji pojavljajo podobni simptomi, kako intenzivni so in kako pogoste so njihove stopnje pojavljanja. V raziskavo je bilo vključenih 3048 udeležencev različnih starosti in izobrazbe, kar predstavlja reprezentativni vzorec slovenske populacije. Uporabili smo vprašalnike za merjenje stopenj prepričanosti in stališč do pandemije covid-19, čustvenih odzivov nanjo, pandemske utrujenosti, kakovosti življenja, izbranih stabilnih osebnostnih lastnosti in načinov spoprijemanja s stresom. Pridobili smo tudi ustrezne sociodemografske podatke. Osebe, ki so prebolele covid-19, so poročale še o času okužbe in zdravljenju bolezni ter izraženosti telesnih in psiholoških simptomov PASC. Preliminarni rezultati kažejo, da se pri 35,4 odstotkih udeležencev pojavljajo simptomi post-akutnih posledic covid-19, kot jih opredeljuje Svetovna zdravstvena organizacija. Opažamo trend poglobljanja zdravstvenih težav, ki so predvsem duševnega in ne toliko somatskega značaja. Na podlagi naših analiz lahko sklepamo, da je dolgi covid-19 resen problem, ki vpliva na življenje mnogih ljudi po vsem svetu, vključno s Slovenijo. Naše ugotovitve kažejo na nujnost nadaljnjih raziskav in ukrepov za obvladovanje tega problema.

## 4) Kognitivne spremembe po pandemiji covid-19 in njihovi napovedniki

Anja Podlesek<sup>1</sup> in Luka Komidar<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

7-S\_10-04

Subjektivni kognitivni upad ali kognitivne pritožbe so skrbi glede kognitivnega delovanja (spomina, pozornosti ipd.) v vsakdanjem življenju, ki jih izražajo osebe vseh starosti, ne glede na to, ali pri njih obstajajo objektivni dokazi kognitivnih

primanjkljajev ali pa takih dokazov ni. Subjektivni kognitivni upad je povezan s težavami v duševnem in telesnem zdravju, sodobne raziskave pa ugotavljajo, da je močno prisoten tudi pri osebah s PASC. V naši raziskavi smo na panelnem vzorcu 3048 oseb z nadgrajenim Vprašalnikom kognitivnih sprememb preučevali, kakšne spremembe v svojem kognitivnem delovanju zaznavajo različne skupine oseb: (i) osebe, ki niso poročale o okužbi z virusom SARS-CoV-2, (ii) osebe, ki so poročale o okužbi z virusom, niso pa poročale o simptomih PASC, in (iii) osebe, ki so poročale o simptomih PASC. Zbrali smo tudi podatke o socio-demografskih spremenljivkah (starosti, izobrazbi in finančnih težavah), zdravstvenih spremenljivkah (upoštevanju ukrepov med covidom, prisotnosti kroničnih bolezni, okužbe s SARS-Cov-2 in PASC) in psiholoških spremenljivkah (psihološkem distresu, osebnostni prožnosti, subjektivnem blagostanju, zdravstveni anksioznosti in zarotniški miselnosti). Z multiplo regresijo smo ugotovili, da se večji subjektivni kognitivni upad pojavlja pri starejših osebah, osebah s finančnimi težavami, kroničnih bolnikih, osebah, ki so med pandemijo bolj upoštevale ukrepe proti širjenju okužb, osebah z višjim psihološkim distresom in zarotniško miselnostjo ter nižjo osebnostno prožnostjo in osebah s PASC. Presenetljivo je bilo s subjektivnim kognitivnim upadom pozitivno povezano tudi subjektivno blagostanje. Rezultati so bili povečini skladni z rezultati predhodnih študij, ki so subjektivni kognitivni upad povezovali s starostjo in psihološkim distresom, prav tako pa rezultati kažejo, da je PASC dodaten neodvisen napovednik subjektivnega kognitivnega upada. Zaključujemo, da je treba kognitivnim pritožbam prebolevalnikov covid-19, ki so še brez diagnoze, nameniti vso pozornost, saj nakazujejo prisotnost PASC.

## 5) Izkušnje in izzivi oseb s PASC na delovnem in drugih življenjskih področjih

Dominik Pogorevc<sup>1</sup> in Katarina Babnik<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Zdravstveni dom Sevnica

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

7-S\_10-05

PASC pomeni stanje, pri katerem po okužbi s SARS-CoV-2 številni znaki in simptomi vztrajajo dlje časa po okužbi. Pri PASC gre za preplet fizičnih in psihičnih simptomov, ki večini obolelih pri prilagajanju predstavljajo izziv. S kvalitativno študijo smo želeli ugotoviti, kakšne so izkušnje obolelih in s kakšnimi izzivi se soočajo. V raziskavi je sodelovalo 15 polnoletnih oseb, ki so prebolele covid-19, in so se najmanj dva meseca po preteku akutne faze soočale s simptomi, značilnimi za PASC. Zbrani podatki se nanašajo na naslednja področja: simptomi, vpliv simptomov, odzivi na PASC in prejeta ter želena pomoč. Izjave udeležencev nakazujejo na raznoliko simptomatiko, ki traja različno dolgo, ima različno močen vpliv na delovanje posameznikov in na njihovo blagostanje. Udeleženci poročajo, da so prejeli veliko pomoči tako od bližnjih kot od strokovnega osebja, a da nekatere njihove potrebe ostajajo nenaslovljene, predvsem z vidika diagnostike, ki bi jasno potrdila izvor stanja in nakazala pravilno pot zdravljenja in okrevanja. Na delovnem

in drugih življenjskih področjih bi si želeli predvsem še več razumevanja in personaliziranih prilagoditev zaradi specifik lastnega stanja. Celostna in personalizirana obravnava bi omogočila lažje okrevanje do stanja, ki bi bilo na večini področij podobno tistemu pred pojavom PASC.

## 6) Subjektivna zaznavanja kognitivnih sprememb pri osebah z dolgotrajnim covidom

Pika Ranc<sup>1</sup> in Anja Podlesek<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

7-S\_10-06

Okužba s covidom se je pri nekaterih posameznikih podaljšala v sindrom dolgotrajnega covid-19 z raznoliko simptomatiko, med drugim tudi s kognitivnimi spremembami. Zaznavanje teh sva v raziskavi proučevali s kvalitativno metodo – z intervjujem, oblikovanim na podlagi RDoC sheme (angl. Research domain criteria). Vprašanja so se nanašala na področja zaznavanja, pozornosti, deklarativnega spomina, jezika in govora, delovnega spomina ter kognitivnega nadzora. Namen raziskave je bil opisati, na katerih področjih kognicije so zaznani primanjkljaji, kako se primanjkljaji kažejo in kako jih prebolevalniki doživljajo. Iz poglobljenih in natančnih opisov zaznav kognitivnih težav udeležencev zaključujemo, da so po okužbi spremembe zaznane na vseh omenjenih področjih kognicije. Vsi udeleženci ( $f = 15$ ) so poročali o zaznavanju primanjkljajev na področju pozornosti, spomina in ciljno usmerjenega vedenja ter skoraj vsi ( $f = 14$ ) na področju jezika. Zaznani primanjkljaji v kogniciji so pri udeležencih povzročali hudo stisko in težave z duševnim zdravjem, tudi slabše nadzorovanje čustev. Doživljanje simptomov, še posebej kognitivnih, je zaznано zmanjševalo funkcionalnost prebolevalnikov in negativno vplivalo na njihovo samopodobo in psihično blagostanje. Rezultati orišejo zaznan poseg covid-19 v kognitivne sposobnosti posameznikov in lahko prispevajo k boljši prepoznavi kognitivnih težav po covidu ter so lahko osnova za oblikovanje smernic obravnave posameznikov z dolgotrajnim covidom, pri kateri se kaže potreba po vključevanju psihologov.

## Mladostniki v stiski: duševno zdravje, samomorilno vedenje in izzivi sodobne družbe

Vodja simpozija: Nuša Zadravec Šedivy  
nusa.sedivy@iam.upr.si

7-S\_11

Zaradi razvojnih značilnosti predstavljajo mladostniki ranljivo skupino za razvoj težav v duševnem zdravju, velik javno-zdravstveni problem pa med mladostni predstavlja tudi samomorilno vedenje, pri čemer je samomor eden najpogostejših vzrokov smrti v obdobju mladostništva. Simpozij obravnava ključna vprašanja, povezana z duševnim zdravjem in samomorilnim vedenjem mladostnikov. Predstavili bomo raziskave, ki prinašajo dragocene uvide

v učinkovitost preventivno-intervencijskih programov, namenjenih mladostnikom pri krepitvi duševnega zdravja in preprečevanju samomorilnega vedenja v zadnjem desetletju, ter izpostavili pomen poglobljenega razumevanja potreb in stisk mladostnikov. Povzeli bomo izsledke analize specifičnih varovalnih dejavnikov in dejavnikov tveganja pri samomorilno ogroženih mladostnikih, naslovili potrebe in stiske mladostnikov, ki jih je prinesla pandemija COVID-19, se osredotočili na izzive prihodnosti, ki jih na področju duševnega zdravja prinaša vse večja raba in priljubljenost novih tehnologij med mladimi, ter predstavili razvoj in implementacijo postvenicijskih smernic, namenjenih šolam ob samomoru mladostnika. Simpozij predstavlja dragocen prispevek k razumevanju kompleksnosti duševnega zdravja mladostnikov ter ponuja usmeritve za boljše prepoznavanje, obravnavo in preprečevanje stisk in samomorilnega vedenja med mladostniki. Vzpodbuja tudi poglobljeno razpravo o potrebah po sistemski podpori in ukrepanju, ki lahko prispeva k varovanju zdravja in blagostanju mladih v sodobni družbi.

## 1) Osamljenost med mladostniki in pomen novih tehnologij

Vanja Gomboc<sup>1,2</sup>, Nuša Zadravec Šedivy<sup>1,2</sup>, Eva Sedlašek<sup>1</sup>, Nina Krohne<sup>1,2</sup>, Meta Lavrič<sup>1,2</sup>, Tina Podlogar<sup>1,2</sup>, Vita Poštuvan<sup>1,2</sup> in Diego De Leo<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

7-S\_11-01

V obdobju mladostništva postajajo vrstniške skupine za mladostnike izjemno pomembne, saj omogočajo raziskovanje lastne neodvisnosti, hkrati pa čustveno bližino in zadovoljujoče medsebojne odnose. Mladostniki se ob stiskah in težavah vedno pogosteje obračajo na sovrstnike kot svoj prvi vir opore. Pripadnost in povezanost z vrstniki tako sodita med pomembne varovalne dejavnike pred doživljanjem osamljenosti. Kljub naraščajoči uporabi novih tehnologij in s tem olajšanem povezovanju z vrstniki nekatere raziskave kažejo, da so mladostniki bolj osamljeni kot kadar koli prej. V pričujoči študiji smo raziskali značilnosti osamljenosti in uporabe novih tehnologij med slovenskimi mladostniki. V raziskavi je sodelovalo 692 mladostnikov, starih med 12 in 18 let ( $M = 15,4$  let; 55,7 % mladostnic). Udeleženci so odgovarjali na baterijo vprašalnikov, pri čemer je večina (98,4 %) navedla, da uporablja vsaj enega izmed družbenih omrežij (npr. Facebook, Instagram). Največ udeležencev (34,0 %) uporablja družbena omrežja 1–2 uri na dan, manj kot uro na dan jih uporablja 15,4 %, več kot 4 ure na dan pa 8,9 %. Najvišje ravni osamljenosti je izražalo 10 % udeležencev. Udeleženci so sicer pogosteje izražali socialno osamljenost (38,5 %) v primerjavi s čustveno osamljenostjo (20,4 %). Korelacijska analiza je potrdila srednje močno pozitivno povezanost med rabo družbenih omrežij in zasvojenostjo s pametnim telefonom ( $r = 0,51$ ,  $p < 0,001$ ), med čustveno osamljenostjo in zasvojenostjo s pametnim telefonom ( $r = 0,30$ ,  $p < 0,001$ ) ter šibko pozitivno povezanost med čustveno osamljenostjo in rabo družbenih omrežij ( $r = 0,25$ ,  $p < 0,001$ ). Povezanost socialne in splošne osamljenosti z zasvojenostjo s pametnim telefonom in značilnostmi rabe družbenih omrežij

je statistično značilna ( $p < 0,001$ ), vendar nizka ( $r < 0,25$ ). Osamljenost med slovenskimi mladostniki ostaja pomemben izziv, ki poudarja potrebo po nadaljnem raziskovanju in intervencijah za spodbujanje zadovoljivih socialnih odnosov med mladostniki.

## 2) Razvoj in implementacija prvih smernic za postvenicijo v šoli v Sloveniji "Ko se zgodi samomor učenca ali dijaka"

Nuša Konec Juričič<sup>1</sup>, Ajda Erjavec<sup>2</sup>, Onja Grad<sup>3</sup>, Hojka Gregorič Kumperščak<sup>4,5</sup>, Ksenija Lekić<sup>1</sup>, Tamara Malešević<sup>6</sup>, Tina Podlogar<sup>7,8</sup>, Vita Poštuvan<sup>7,8</sup>, Saška Roškar<sup>9</sup> in Anka Zavasnik<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Območna enota Celje, Nacionalni inštitut za javno zdravje

<sup>2</sup>Društvo šolskih svetovalnih delavcev Slovenije

<sup>3</sup>Slovensko združenje za preprečevanje samomora

<sup>4</sup>Klinika za pediatrijo UKC Maribor

<sup>5</sup>Medicinska fakulteta UM

<sup>6</sup>Zavod Republike Slovenije za šolstvo

<sup>7</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>8</sup>FAMNIT UP

<sup>9</sup>Center za duševno zdravje, Nacionalni inštitut za javno zdravje

7-S\_11-02

Namen prispevka je prikazati razvoj, vsebino in implementacijo prvih slovenskih smernic za postvenicijo v šoli "Ko se zgodi samomor učenca ali dijaka". Izhodišča za pripravo smernic so bila še vedno visoka stopnja samomora med slovenskimi mladostniki, pomanjkanje usmeritev za postvenicijo v šolah ter izkušnje domačih strokovnjakov na področju nudenja podpore osebam, katerih bližnji so umrli zaradi samomora. Samomor učenca ali dijaka na različne načine prizadene veliko število ljudi, med drugimi tudi celotno šolsko skupnost. Konec leta 2019 smo začeli pripravljati smernice v okviru interdisciplinarne skupine strokovnjakov s področja preprečevanja samomorilnega vedenja, ki smo jo koordinirali na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje. Delovno verzijo smernic smo predstavili na delavnici z Društvom šolskih svetovalnih delavcev Slovenije in jo dopolnili z njihovimi predlogi. Z Zavoda za šolstvo RS smo pridobili pozitivno mnenje za rabo smernic v šolskem okolju. Po izdaji leta 2021 smo smernice predstavili na srečanjih ravnateljev ter svetovalnih delavcev vseh osnovnih in srednjih šol, v letih 2022 in 2023 pa vsem centrom za duševno zdravje otrok in mladostnikov ter odraslih in šolskim zdravnikom ter pediatrom. Vsi so prejeli tiskane izvode smernic, ki so dostopne tudi na spletišču Nacionalnega inštituta za javno zdravje. V smernicah predstavljamo niz organiziranih aktivnosti, ki jih po samomoru učenca ali dijaka vodi šolski krizni tim. Sledenje smernicam je šoli v oporo pri zagotavljanju čustvene razbremenitve vseh članov šolske skupnosti, zmanjševanju posledic travmatskega dogodka ter vračanju šole v običajni delovni ritem. Iz nekaterih šol, ki so se soočile s samomorom učenca ali dijaka, smo po izdaji smernic prejeli pozitivne povratne informacije o njihovi uporabnosti. S ciljem spremljanja uspešnosti implementacije, poznavanja in uporabnosti smernic v šolah trenutno poteka priprava evalvacijskega vprašalnika za vodstva vseh šol. Na osnovi pridobljenih rezultatov bomo načrtovali nadaljnje korake v postveniciji in preprečevanju samomorilnega vedenja otrok in mladostnikov.



### 3) Analiza varovalnih dejavnikov in dejavnikov tveganja pri samomorilno ogroženih mladostnikih: pomen prepoznavanja in ukrepanja

Lucia Rojs<sup>1</sup>, Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>, Vanja Gomboc<sup>1,2</sup>, Tina Podlogar<sup>1,2</sup>, Nuša Zadravec Šedivy<sup>1,2</sup>, Hojka Gregorič Kumperščak<sup>3,4</sup>, Maja Drobnič Radobuljac<sup>5,6</sup>, Lara Leben Novak<sup>5</sup>, Žiga Rosenstein<sup>5</sup>, Andreja Vidmar Globovnik<sup>3</sup>, Simona Borovnik<sup>3</sup>, Meta Lavrič<sup>1,2</sup>, Monika Brdnik<sup>7</sup> in Diego De Leo<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

<sup>3</sup>Enota za otroško in mladostniško psihiatrijo UKC Maribor

<sup>4</sup>Medicinska fakulteta UM

<sup>5</sup>Center za mentalno zdravje UPK Ljubljana

<sup>6</sup>Medicinska fakulteta UL

<sup>7</sup>Zavarovalnica Triglav

7-S\_11-03

Ocenjevanje samomorilnega tveganja, zlasti pri mladih posameznikih, je zapleten izziv zaradi dinamične narave njihovega razvoja in subtilnosti pri prepoznavanju opozorilnih znakov. Namen te študije je analizirati te dejavnike in njihovo vlogo pri ocenjevanju samomorilnega tveganja med mladostniki ter poudariti pomen pravočasnega prepoznavanja in posredovanja. V študiji so sodelovali mladostniki, stari od 11 do 19 let (83 % deklet), ki so bili zaradi samomorilnih misli in/ali vedenja obravnavani v okviru pedopsihiatričnih oddelkov v Ljubljani in Mariboru. Udeleženci so odgovarjali na baterijo vprašalnikov. Uporabljeni so bili naslednji instrumenti: Modularni instrument za oceno neposredne samomorilne ogroženosti (Y-MARIS), Paykel lestvica samomorilne ideacije (PSS), Vprašalnik pridobljene zmožnosti za samomor (ACSS), Vprašalnik strukture odnosov (ECR-RS) in Vprašalnik prednosti in težav (SDQ). Večina udeležencev (76,2 %) je navedla pretekli poskus samomora, od tega jih je 36,0 % navedlo poskus v zadnjih dveh tednih. Povprečne ocene lestvic SDQ so bile visoke za lestvico skupnih težav (mladostniki:  $M = 22,0$ ,  $SD = 3,8$  in mladostnice:  $M = 26,2$ ,  $SD = 4,9$ ) in srednje visoke za lestvico vrstniških težav (mladostniki:  $M = 3,8$ ,  $SD = 1,6$  in mladostnice:  $M = 4,3$ ,  $SD = 1,9$ ). Dodatno so imele mladostnice izredno visoke vrednosti na lestvici čustvenih simptomov ( $M = 7,2$ ,  $SD = 2,3$ ) in razmeroma visoke za lestvico hiperaktivnosti ( $M = 5,5$ ,  $SD = 2,1$ ). Ugotovljena je bila srednje močna pozitivna povezanost med lestvico skupnih težav in lestvico sprožilcev samomorilnosti ( $r = 0,54$ ,  $p < 0,001$ ), med pridobljeno zmožnostjo za samomor in samomorilno ideacijo ( $r = 0,34$ ,  $p < 0,001$ ), med vsemi anksioznimi odnosi in lestvico skupnih težav ( $r = 0,33$ ,  $p < 0,001$ ,  $r = 0,33$ ,  $p < 0,001$ ,  $r = 0,39$ ,  $p < 0,001$ ) ter šibka pozitivna povezanost med samomorilno ideacijo in lestvico skupnih težav ( $r = 0,26$ ,  $p < 0,001$ ). Povezanost mnenj o samomoru z lestvico hiperaktivnosti in lestvico vrstniških težav je bila srednje močna ( $r = 0,35$ ;  $p < 0,001$ ). Prepoznavanje in ukrepanje samomorilnega vedenja

med mladostniki ostaja pomemben izziv, ki zahteva celostni pristop in upoštevanje tako varovalnih dejavnikov kot tudi dejavnikov tveganja.

### 4) Potrebe in stiske mladostnikov v času pandemije COVID-19: pogled strokovnjakov

Eva Sedlašek<sup>1</sup>, Polonca Borko<sup>1</sup>, Nina Krohne<sup>1,2</sup>, Ives Zemljarič<sup>3</sup>, Robert Masten<sup>4</sup>, Matej Vinko<sup>5</sup>, Diego De Leo<sup>1,2</sup> in Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

<sup>3</sup>Oddelek za onkologijo UKC Maribor

<sup>4</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>5</sup>Center za duševno zdravje, Nacionalni inštitut za javno zdravje

7-S\_11-04

Mladostniki so bili zaradi specifičnosti razvojnega obdobja ter odvisnosti od odraslih v času epidemije covid-19 prepoznani kot skupina z večjim tveganjem za pojav stisk in težav v duševnem zdravju. Zaprtje izobraževalnih ustanov je spremenilo šolski proces, kar je vplivalo na pridobivanje in usvajanje znanja, hkrati pa je predstavljalo odvetje podpornega sistema za ohranjanje zdravih navad ter odvetje prostora za vsakodnevno socialno interakcijo z vrstniki, ki so v obdobju mladostništva še posebej pomembni. Z študijo smo preučevali stiske, s katerimi so se v obdobju epidemije covid-19 soočali mladostniki, ter negativne psihološke posledice epidemije in sprejetih ukrepov, kot so jih zaznavali strokovnjaki s področja duševnega zdravja. Izvedena je bila prilagojena Delfi študija na vzorcu slovenskih strokovnjakov, ki so v času epidemije covid-19 delali z mladostniki. Izvedeni sta bili i) kvalitativna študija, ki je zajemala polstrukturirane intervjuje z 11 strokovnjaki, ter ii) kvantitativna študija, v kateri je 39 strokovnjakov izpolnilo spletni strukturirani vprašalnik, ki je temeljil na ključnih temah in vsebinah, pridobljenih v prvi fazi. Rezultati študije kažejo, da sta ukrepa "prekinitev neformalnih stikov v živo" in "prekinitev šolanja v živo" najizraziteje vplivala na življenja mladostnikov v času epidemije. Mladostnikom sta okrnila priložnosti za raziskovanje ter otežila njihov proces osamosvajanja in oblikovanja identitete. Udeleženci ugotavljajo, da so bili mladostniki prikrajšani za izkušnje, značilne za to razvojno obdobje (npr. prva zaljubljenost), kar lahko pomembno vpliva na doseganje razvojnih nalog tega obdobja. Izpostavljajo vlogo vrstniških odnosov v obdobju mladostništva, ki so se v tem obdobju pogosto spremenili. Omenjena ukrepa stas mladostnikom oteževala ohranjanje in vzpostavljanje socialnih vezi z vrstniki, ki predstavljajo pomemben dejavnik v procesu oblikovanja posameznikove identitete. Udeleženci tako poročajo o spremenjenem socialno-čustvenem razvoju pri mladostnikih. Z izvedeno študijo smo pridobili pomembne iztočnice za nadaljnje raziskovalno delo na področju dolgoročnih psiholoških posledic epidemije pri mladostnikih.

## 5) Krepitev duševnega zdravja in preprečevanje samomorilnega vedenja mladostnikov: izkušnje in dosežki projekta "A se štekaš?!" v zadnjih 10 letih

Nuša Zadavec Šedivy<sup>1,2</sup>, Valentina Čufar<sup>1</sup>, Polonca Borko<sup>1</sup>, Vanja Gomboc<sup>1,2</sup>, Tina Podlogar<sup>1,2</sup>, Nina Krohne<sup>1,2</sup>, Meta Lavrič<sup>1,2</sup>, Eva Sedlašek<sup>1</sup>, Lucija Rojs<sup>1</sup> in Vita Poštuvan<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>2</sup>FAMNIT UP

7-S\_11-05

Projekt "A se štekaš?!" predstavlja integriran pristop krepitev duševnega zdravja in preprečevanja samomorilnega vedenja mladostnikov, ki smo ga v zadnjih desetih letih implementirali v osnovnih in srednjih šolah v Sloveniji. Projekt se osredotoča na delo s šolami kot sistemi, delo z mladostniki, delo z vratarji sistema in delo s starši. V okviru dela z mladostniki osrednji del aktivnosti predstavljajo preventivne delavnice, ki se osredotočajo na vsebine skrbi za lastno duševno zdravje ter razvijanje veščin za prepoznavo in ustrezno ukrepanje ob soočanju s stisko ali samomorilnim vedenjem. Evalvacija dosedanjih izvedb delavnic je pokazala pomembne učinke tovrstnega pristopa. Vzorec udeležencev, vključenih v evalvacijo, je zajemal 1462 mladostnikov, ki so se udeležili delavnic med leti 2013 in 2023. Udeleženci so bili stari med 12 in 18 let ( $M = 14,69$ ;  $SD = 1,404$ ), pri čemer je bilo 41,9 % mladostnikov moškega in 58,1 % ženskega spola. Analiza variance ponovljenih merjenj je pokazala, da sta se po udeležbi na delavnicah statistično značilno znižali ravni depresivnosti (CES-D,  $F(1,1102) = 11,65$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta_p^2 = 0,01$  in PHQ,  $F(1,1246) = 11,94$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta_p^2 = 0,09$ ) in anksioznosti (STAIX,  $F(1,1061) = 21,24$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta_p^2 = 0,02$ ). Prav tako je bila zaznana statistično značilna razlika v samomorilnem vedenju (PAYKEL,  $F(1,1315) = 10,42$ ,  $p = 0,001$ ,  $\eta_p^2 = 0,01$ ). Učinek delavnic na psihično blagostanje (WHO-5) je bil med posameznimi leti mešan, vendar se je v splošnem psihično blagostanje izboljšalo ( $F(1,1300) = 15,35$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta_p^2 = 0,01$ ). Iz rezultatov je tako možno razbrati nekaj razlik v učinkih delavnic med leti, v splošnem pa so se delavnice pokazale kot učinkovite skozi vsa vključena šolska leta. Analize pa so pri mladostnikih z izraženimi depresivnimi simptomi in/ali samomorilnimi ideacijami pred delavnicami pokazale tudi spremembe v neizraženi simptomatiki po delavnicah, kar dodatno poudarja učinkovitost omenjenih delavnic pri izboljšanju duševnega zdravja in preprečevanju samomorilnega vedenja.

## Medvrstniško nasilje v šoli: kaj kažejo podatki?

Vodja simpozija: Katja Košir  
katja.kosir@um.si

7-S\_12

Medvrstniško nasilje je kompleksen pojav, vpet v socialni kontekst, zato ga je potrebno raziskovalno naslavljati z uporabo

različnih pristopov in vključujoč različne perspektive. V okviru simpozija bodo predstavljeni prvi rezultati projekta Socialni kontekst kot dejavnik medvrstniškega nasilja: kako z oblikovanjem pozitivne vrstniške kulture prispevati k vključujoči šoli? (ARRS, J5-3114), katerega ključni cilj je raziskati vzajemen odnos med psihosocialnimi značilnostmi učencev in razredov ter vključenostjo učencev v medvrstniško nasilje v obdobju zgodnjega mladostništva. Predstavljeni bodo rezultati prvega in delno drugega merjenja v okviru vzdolžne raziskave, kar vključuje vzorec približno 6500 učencev 8. in 9. razreda z 118 osnovnih šol. Prav tako bodo z namenom primerjalne analize podatkov o medvrstniškem nasilju, zbranih v različnih časovnih obdobjih, predstavljeni tudi nekateri ključni podatki preteklih raziskav, ki smo jih člani raziskovalne skupine izvedli v šolskih letih 2015/2016 in 2018/2019.

## 1) Primerjalna analiza podatkov o pojavnosti in dejavnikih medvrstniškega nasilja, zbranih v šolskih letih 2015/16, 2018/19 in 2022/23

Katja Košir<sup>1</sup>, Marina Horvat<sup>1</sup> in Saša Zorjan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

7-S\_12-01

Teza o porastu medvrstniškega nasilja je v splošni in strokovni javnosti prisotna že dlje časa, v veliki meri pa se je razširila zaradi uradnih podatkov, da je bilo v letu 2022 več prijavljenih primerov kot pretekla leta, pri čemer gre ta porast po poročanju Policije v veliki meri pripisati senzibilizaciji šol in staršev. V raziskovalni skupini na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete UM smo pričeli z zbiranjem podatkov o medvrstniškem nasilju v šolskem letu 2015/2016 ter nato ponovno v šolskih letih 2018/2019 in 2022/2023. Pri posameznih merjenjih je šlo za različno velike priložnostne vzorce mladostnikov, kar omejuje možnosti primerjanja podatkov. Tudi starost vključenih učencev pri posameznih merjenjih ni bila povsem enaka, presečna skupina merjenj v vseh treh obdobjih pa so bili učenci osmega razreda. V prispevku bomo te podatke predstavili in kritično ovrednotili njihovo uporabno vrednost za potrjevanje ali zavračanje teze o porastu medvrstniškega nasilja. Opozorili bomo tudi na paradoks zdravega okolja – pojav, ki dodatno osvetljuje težavnost presojanja o problematiki medvrstniškega nasilja na osnovi parcialnih statističnih podatkov.

## 2) Izvajanje in/ali doživljanje medvrstniškega nasilja: vloga opore vrstnikov, odnosov z učitelji in učne zavzetosti

Tina Pivec<sup>1</sup>, Ana Kozina<sup>1</sup> in Igor Peras<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pedagoški inštitut

7-S\_12-02

Medvrstniško nasilje ostaja pereč problem v šolah, pri katerem je ključno razumevanje dinamike med izvajanjem nasilja in doživljanja nasilja (viktimizacije). Oboje je

medsebojno tesno prepleteno, saj lahko posamezni učenci hkrati izvajajo in doživljajo medvrstniško nasilje. Raziskave dosledno kažejo, da je vloga učenca v procesu medvrstniškega nasilja povezana z različnimi psihosocialnimi dejavniki, kot so opora vrstnikov, odnosi z učitelji in učna zavzetost. Namen pričujočega prispevka je z uporabo analize latentnih profilov na podlagi podatkov o samoporočanjem in s strani vrstnikov poročanjem izvajanju in doživljanju nasilja ter viktimizacije prepoznati podobnosti med učenci in ugotoviti, kako se identificirani profili med seboj razlikujejo v opori vrstnikov, odnosih z učitelji (pozitivnih in negativnih) ter učni zavzetosti. Rezultati na vzorcu 6336 učencev\_k (50 % deklet, 49,9 % fantov, 0,01 % nebinarnih oseb;  $M_{\text{starost}} = 13,43$ ) kažejo, da so različni viri poročanja (samoporočano izvajanje/doživljanje nasilja, s strani vrstnikov poročano izvajanje/doživljanje nasilja) skladni, saj so bili opredeljeni štirje profili: nasilneži, žrtve, nasilneži-žrtve in neudeleženi. Nasilneži-žrtve poročajo o nižji opori vrstnikov, najslabših odnosih z učitelji ter nižji učni zavzetosti. Žrtve poročajo o nižji opori vrstnikov in pozitivnih odnosih z učitelji, medtem ko nasilneži poročajo o višji opori vrstnikov, negativnih odnosih z učitelji in nižji učni zavzetosti. Neudeleženi poročajo o višji opori vrstnikov, pozitivnih odnosih z učitelji in najvišji učni zavzetosti. Rezultati tako glede na analizirane kazalnike kažejo na najslabši psihosocialni položaj učencev, ki hkrati izvajajo in doživljajo nasilje ter prepoznavajo pomembno vlogo opore vrstnikov pri medvrstniškem nasilju.

### 3) Moralni in psihosocialni dejavniki vlog opazovalcev pri medvrstniškem nasilju

Tina Pirc<sup>1</sup>, Sonja Pečjak<sup>1</sup> in Rene Markovič<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Fakulteta za naravoslovje in matematiko UM

7-S\_12-03

V prispevku bomo prikazali ugotovitve o profilih učencev opazovalcev pri medvrstniškem nasilju – aktivnih in pasivnih spodbujevalcih, zagovornikih in ignorantih z vidika moralne zavzetosti, socialnih ciljev (priljubljenosti, naklonjenosti in negotovosti) in zaznane opore. V raziskavi je sodelovalo 6786 učencev 8. in 9. razredov iz 145 oddelkov 118 šol. Podatke o moralni nezavzetosti, socialnih ciljih in zaznani opori učencev smo dobili s pomočjo samoporočanja učencev. Za vsako spremenljivko smo izračunali razredne norme, in sicer tako, da smo za vsak oddelek najprej določili srednjo vrednost in standardni odklon spremenljivke. Vrednosti znotraj območja  $-1 \text{ SD} \leq x \leq +1 \text{ SD}$  smo opredelili kot normo razreda, nato pa smo za vsakega učenca določili profil, glede na to, ali je njegov rezultat odstopal od oddelčne norme navzgor ( $M + 1\text{SD}$ : visok profil), navzdol ( $M - 1\text{SD}$ : nizek profil) ali je bil znotraj norme oddelka (povprečen profil). Vloge opazovalcev smo določili na osnovi vrstniških nominacij. S pomočjo klastrske analize (po metodi "elbow") smo v nadaljevanju dobili klastre/skupine učencev, ki jih bomo predstavili. Pri tem bomo vsak klaster opisali s tipičnimi značilnostmi njihove moralne zavzetosti, izraženosti socialnih ciljev in

zaznane opore. Nato bomo prikazali, v kolikšnem deležu so klastri učencev zastopani v posameznih vlogah učencev opazovalcev in iz tega izpeljali določene implikacije za pedagoško prakso.

### 4) Kvalitativno raziskovanje medvrstniškega nasilja: smernice za izvedbo fokusnih skupin

Janja Usenik<sup>1</sup>, Eva Kranjec<sup>1</sup> in Tanja Špes<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UM

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UM

7-S\_12-04

Večina dosedanjih raziskav o medvrstniškem nasilju je kvantitativne narave. Četudi takšne raziskave raziskovalcem omogočajo pridobitev pomembnih informacij, kot so npr. pojavnost in značilnosti medvrstniškega nasilja, udeležencem ne dajejo možnosti, da bi o medvrstniškem nasilju razpravljali s svoje perspektive. Kvalitativno raziskovanje medvrstniškega nasilja lahko ponudi informacije o tem, kako otroci in mladostniki razumejo in se zavedajo medvrstniškega nasilja, raziskovalcem pa omogoči, da bolje raziščejo, opišejo in interpretirajo ta pojav ter načrtujejo dejavnosti v zvezi z njegovim preprečevanjem. Eden od možnih načinov kvalitativnega raziskovanja medvrstniškega nasilja je z uporabo fokusnih skupin. Namen prispevka je predstaviti smernice za izvedbo učinkovitih fokusnih skupin v okviru raziskovanja tega pojava. Pri tem bomo izhajali iz pregleda že obstoječih raziskav o medvrstniškem nasilju, opravljenih s pomočjo fokusnih skupin, ter splošnih smernic za njihovo izvedbo. Osredotočili se bomo na prednosti in pomanjkljivosti obravnavane metode zbiranja podatkov in izpostavili ključne vidike pri oblikovanju študij o medvrstniškem nasilju, opravljenih s pomočjo fokusnih skupin, vključno z naborom udeležencev, etičnimi vidiki, elementi uspešne priprave in izvedbe fokusnih skupin, strategijami za ustvarjanje varnega ter spodbudnega okolja in metodami za ublažitev morebitnih izzivov ob izvedbi. Poleg tega bomo obravnavali strategije za uporabo kvalitativnih ugotovitev pri oblikovanju intervencijskih programov, namenjenih preprečevanju in spoprijemanju z medvrstniškim nasiljem v obdobju mladostništva v šolah.

### 5) Etnična raznovrstnost oddelka in vidiki učenceve etnične pripadnosti kot dejavniki medvrstniškega nasilja

Ana Lampret<sup>1</sup>, Tanja Špes<sup>1</sup> in Katja Košir<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

7-S\_12-05

V zadnjih letih etnična raznovrstnost oddelčnih skupnosti v vzgojno-izobraževalnih institucijah v Sloveniji strmo narašča. Kot dejavnik medvrstniškega nasilja, ki potencialno sodoloča neravnovesja moči znotraj oddelkov, se etnična raznovrstnost oddelka/šole na Zahodu že leta preučuje. Kljub aktualnosti



in visoki uporabni vrednosti izsledkov pa so raziskave pri nas na to temo maloštevilne, pogosto ozko zastavljene ter zanemarjajo kompleksnost odnosov med učenčevimi etnično identiteto, značilnostmi oddelka in vključenostjo v medvrstniško nasilje. V prispevku bomo predstavile izsledke raziskave, v okviru katere smo preučile odnos med z etnično pripadnostjo povezanimi spremenljivkami na ravni učenca in oddelka (tj. etnični status in etnična raznovrstnost oddelka) in stopnjo vključenosti učencev v medvrstniško nasilje (tj. viktimizacija in izvajanje medvrstniškega nasilja) ter ob tem preverile interakcijske učinke omenjenih spremenljivk z drugimi individualnimi (tj. moralna nezavzetost in zaznana opora vrstnikov) ter kontekstualnimi dejavniki (tj. moralna nezavzetost oddelka in zaznana opora oddelka). V raziskavi je sodelovalo 6391 učencev 8. in 9. razreda osnovne šole (87,6 % pripadnikov etnične večine). Rezultati večnivojskega modeliranja na odvisni spremenljivki Izvajanje medvrstniškega nasilja so pokazali statistično značilen učinek etničnega statusa in etnične raznovrstnosti oddelka, učinek etnične raznovrstnosti oddelka in zaznane opore oddelka ter triserni interakcijski učinek etničnega statusa, etnične raznovrstnosti oddelka in moralne nezavzetosti oddelka. Za odvisno spremenljivko Viktimizacija so rezultati večnivojskega modeliranja pokazali statistično značilen učinek etnične raznovrstnosti oddelka in moralne nezavzetosti oddelka. Na osnovi ugotovitev predlagamo praktične napotke za zmanjševanje vključenosti učencev v medvrstniško nasilje znotraj etnično heterogenih oddelkov.

## Reproduktivna psihologija: izzivi poporodnega obdobja

Vodja simpozija: Vesna Jug  
vesna.jug@upr.si

8-S\_13

V simpoziju se bomo dotaknili posebnosti obdobja prehoda v starševstvo, ki posameznikom in partnerjem velikokrat zelo spremeni življenje. Tradicionalne spolne vloge, povezane s starševstvom, se v sodobnem svetu spreminjajo, vendar je proces razmeroma počasen in je pogosto povezan s socialnimi normami posamezne družbe. Rojstvo otroka je za starše pomemben mejnik v življenju, ki prinaša številne izzive. Zgodnje prepoznavanje težav v duševnem zdravju in duševnih motenj v poporodnem obdobju je pomembno za dobrobit tako mater, novorojenčkov kot tudi celotne družine. Socialna opora, sostarševstvo in odnos med staršem in otrokom so značilno povezani z zadovoljstvom v partnerskem odnosu. Ženske se po porodu soočajo z redefiniranjem jaza, pridobivanjem kompetentnosti v materinstvu in močnimi čustvi. Avtonomna motivacija, dojenje na otrokovo pobudo in materina navezanost pa so pomembni dejavniki, ki vplivajo na zadovoljstvo in uspešnost dojenja.

## 1) Spolne vloge in starševstvo

Vesna Jug<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>FAMNIT UP

8-S\_13-01

Spreminjajoče se spolne vloge v družbi imajo pomemben vpliv na starševstvo in družinsko dinamiko. Družbene norme in pričakovani vedenjski vzorci, povezani s spolnimi vlogami, se v sodobnem svetu spreminjajo, kar vpliva na način, kako starši prevzemajo svoje vloge in odgovornost pri vzgoji otrok. V preteklosti so se od mater pričakovala tipična "ženska", od očetov pa tipična "moška" vedenja, danes pa ta meja ni več tako očitna. Starševstvo se razvija v bolj spolno nevtralno in enakopravno smer, kar odpira nove možnosti in prinaša nove izzive za družine in otroke. Pomembno je razumeti, kako te spremembe v spolnih vlogah vplivajo na starševstvo, saj to lahko oblikuje otrokovo razumevanje spolne identitete, enakopravnosti med spoloma in družinske dinamike. Tudi istospolni pari postajajo danes vse bolj vidni in sprejeti kot starši – raziskave kažejo, da se otroci, ki odraščajo v istospolnih družinah, razvijajo prav tako uspešno kot njihovi vrstniki v heteroseksualnih družinah. Ključnega pomena je, da družba priznava in spoštuje raznolikost starševskih modelov, saj je končni cilj vseh staršev, ne glede na njihovo spolno usmerjenost in/ali identiteto, zagotoviti varno in ljubeče okolje za svoje otroke. Takšno razumevanje spolnih vlog in družinskih dinamik lahko prispeva k bolj odprti in strpni družbi.

## 2) Duševno zdravje v poporodnem obdobju

Urša Mars Bitenc<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>FAMNIT UP

8-S\_13-02

Rojstvo otroka je v življenju staršev pomemben mejnik, ki prinaša številne izzive. Telesne spremembe pri nosečnicah in materah, značilnosti poteka poroda, povečane obremenitve zaradi skrbi za novorojenčka in s tem povečan občutek odgovornosti, pomanjkanje spanja ter spremembe v partnerskem odnosu lahko prispevajo k poslabšanju psihičnega blagostanja mladih staršev. Zgodnje prepoznavanje težav v duševnem zdravju in duševnih motenj v poporodnem obdobju je pomembno za dobrobit tako mater, očetov, novorojenčkov kot tudi celotne družine. Med pogostejšimi in tudi največkrat omenjenimi duševnimi motnjami (poleg milejše poporodne otožnosti) sta obporodna depresija, ki se lahko pojavi tudi pri očetih, ter poporodna psihoza. Med redkeje omenjenimi, a ne nepomembnimi, so tudi poporodne anksiozne motnje, obsesivno kompulzivna motnja ter postravmatska stresna motnja. Posebno pozornost potrebujejo tudi matere, ki so se z duševnimi motnjami srečevale že pred zanositvijo (npr. shizofrenija, bipolarna motnja, motnje hranjenja in odvisnosti

od psihoaktivnih snovi). Spremljanje teh mater in morebitno prilagojeno zdravljenje sta ključna za ugoden potek nosečnosti, poporodnega obdobja ter zdravja novorojenčkov. Poznavanje dejavnikov tveganja in pojavnosti vseh omenjenih težav v duševnem zdravju je pomembno pri delu z osebami v stiskah, prav tako pa prispeva k uvedbi ustreznih preventivnih aktivnosti in programov.

### 3) Družinski odnosi, socialna opora in zadovoljstvo v partnerskem odnosu po rojstvu otroka

Hana Čuček<sup>1</sup>, Vesna Jug<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Danfoss Trata

<sup>2</sup>FAMNIT UP

8-S\_13-03

Pretekle študije kažejo, da so za razumevanje zadovoljstva v partnerskem odnosu pomembni različni dejavniki, vključno s socialno oporo, delitvijo dela med partnerjema, komunikacijo med partnerjema, intimnostjo v partnerskem odnosu, odnosom med staršema – “sostarševstvom” ter odnosom med staršem in otrokom. Skupek teh spremenljivk nam omogoča boljši vpogled v kolikšni meri so partnerji zadovoljni v svojem partnerskem odnosu. Namen raziskave je bil pridobiti vpogled v odnos med staršema – sostarševstvo, odnos med staršem in otrokom, socialno oporo ter zadovoljstvo v partnerskem odnosu. Za namene raziskave je avtorica uporabila slovenske različice štirih lestvic, ki so jih udeleženci reševali preko spletne ankete. V raziskavi je sodelovalo 197 posameznikov, od tega je bilo 145 udeležencev ženskega in 52 moškega spola. Vključeni udeleženci so bili stari med 25 in 53 let in imeli od 1 do 4 otroke. Rezultati so pokazali, da se tako socialna opora kot kakovost sostarševstva ter odnos med staršem in otrokom pozitivno povezujejo z zadovoljstvom v partnerskem odnosu. Pri ugotavljanju povezanosti kakovosti sostarševstva ter odnosa med staršem in otrokom pa so rezultati pokazali, da se višja kakovost sostarševstva pozitivno povezuje z boljšim odnosom med staršem in otrokom. Ugotovitve raziskave ponujajo bolj natančen vpogled v področje zadovoljstva v partnerskem odnosu po rojstvu otroka. Poznavanje in razumevanje raziskovanega področja in spremenljivk, ki so povezane z zadovoljstvom v partnerskem odnosu po rojstvu otroka, je pomembno za ohranjanje medsebojne povezanosti med partnerjema. Dodano vrednost lahko prihodnje študije doprinesejo z raziskovanjem, kako različne neodvisne spremenljivke vplivajo na zadovoljstvo v partnerskem odnosu po rojstvu otroka z uporabo prospektivne longitudinalne metodologije.

### 4) Prehod v materinstvo in njegova vloga pri oblikovanju identitete pri ženskah

Klavdija Jereb<sup>1</sup>, Vesna Jug<sup>2</sup>

<sup>1</sup>OŠ Preserje

<sup>2</sup>FAMNIT UP

8-S\_13-04

V raziskavi preučujemo obdobje prehoda v materinstvo in njegovega vpliva na preoblikovanje identitete ženske. Prehod v materinstvo je sprememba, ki se dogaja na fizični, odnosni in psihični ravni ženske. V raziskavi je sodelovalo 12 žensk, ki so v prvi polovici leta 2020 rodile prvega otroka. Z udeleženkami smo izvedli polstrukturirane intervjuje, rezultate pa smo analizirali v skladu z načeli kvalitativnega raziskovanja. Naši rezultati kažejo, da ženske prehod v materinstvo doživljajo v dveh časovnih točkah, in sicer pred porodom in po porodu. V obdobju pred porodom so ženske v večini doživljale štiri procese: predajanje sebe, sanjarjenje o materinstvu, krepitev podporne mreže in diskontinuiteto. V obdobju po porodu so se najpogosteje pojavljale teme redefiniranja jaza, doseganja kompetentnega materinstva, doživljanje potenciranih čustev, izzivi materinstva in prejemanje podpore iz okolja. Menimo, da smo z našo raziskavo naredili doprinos k poskusu razumevanja procesa in sprememb, s katerimi se soočajo ženske po tem, ko postanejo mame. Naši izsledki bi lahko služili kot možna podpora mladim materam, ki se soočajo s podobnimi situacijami in občutki. Naši rezultati omogočajo bodočim mamam, in njihovim podpornim osebam širšo ozaveščenost tako o obdobju nosečnosti kot tudi o poporodnem obdobju.

### 5) Vloga materine navezanosti, motivacije za dojenje in socialne opore pri uspešnem dojenju

Urška Bačar<sup>1</sup>, Vesna Jug<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Center za krepitev zdravja ZD Izola

<sup>2</sup>FAMNIT UP

8-S\_13-05

Dojenje je najbolj naraven način hranjenja dojenčka, ki zagotavlja optimalno prehrano za dojenčkovo rast in razvoj ter ima številne prednosti za otroka in mater. Namen raziskave je bil ugotoviti, kakšno vlogo so imeli materina navezanost, motivacija za dojenje, socialna opora in drugi dejavniki pri uspešnosti in trajanju dojenja ter zadovoljstvu z dojenjem. V raziskavi je sodelovalo 789 udeleženk. Udeleženke so imele veliko socialne opore in so izražale visoko navezanost na svoje otroke ter srednjo motivacijo za dojenje. Ugotovili smo, da so matere, ki so imele visoko izraženo avtonomno motivacijo, dojenje ocenjevale kot bolj uspešno. Matere, ki so imele več socialne opore v času dojenja, in matere, ki so dojile na otrokovo pobudo, so bile bolj zadovoljne z dojenjem in so dojenje ocenjevale kot bolj uspešno. Pri materah, ki so že zaključile dojenje, smo opazili, da so bolj verjetno dojile več časa, če niso imele težav z dojenjem. Materina navezanost je bila pozitivno povezana s socialno oporo in motivacijo za dojenje. Notranja regulacija (zadovoljstvo pri dojenju) in zunanja regulacija “dva” (dojenčkovo zdravje) sta bila ustrezna napovedovalca uspešnosti dojenja. Prikazali smo modele napovednikov uspešnosti dojenja, zadovoljstva z dojenjem in trajanja dojenja. Ugotovili smo, da bodo matere, ki bodo več časa izključno dojile, ocenjevale dojenje kot bolj uspešno, bolj bodo zadovoljne z dojenjem in dojile bodo več časa. Menimo, da je potrebno matere opolnomočiti za dojenje, jim nuditi strokovne informacije in oporo, kakršno si želijo.

## Duševno zdravje in šport

Vodja simpozija: Tanja Kajtna  
tanja.kajtna@fsp.uni-lj.si

8-S\_14

Duševno zdravje zavzema vse večji pomen na področju športa. Mednarodni olimpijski komite je tako že predstavil konsenz o pomenu duševnega zdravja pri športnikih, in sicer kot odziv na izjave vse večjega števila vrhunskih športnikov, ki so govorili o težavah z duševnim zdravjem. Zato bomo v tem simpoziju predstavili nekaj primerov iz prakse, raziskovalni pogled na duševno zdravje v športu in nekaj načinov za boljše spoprijemanje s stresom, ki ga prinaša šport. Tina Jeromen bo predstavila Erasmus+Sport Take Care of Your Coach oz. Poskrbimo za trenerja, praktični pilotski projekt, s katerim smo športni psihologi želeli prepoznati stresorje pri trenerjih in jih na podlagi njihove povratne informacije opremiti z orodji, s katerimi lahko zmanjšajo učinke stresa in preprečijo izgorevanje na delovnem mestu. O stresu pri trenerjih, ugotovitvah vseslovenske raziskave o najpogostejših in najmočnejših stresorjih pri trenerjih, katere dojemajo kot spodbujajoče (pozitivne) in katere kot zavirajoče (negativne) ter kaj vpliva na to, da se ti ojačajo ali zmanjšajo, bosta govorili dr. Maja Smrdu in Janja Lavbič. Dr. Tanja Kajtna bo predstavila rezultate raziskave, v kateri so primerjali depresivnost, anksioznost in motnje hranjenja pri študentih Fakultete za šport, Akademije za glasbo in študentov Filozofske fakultete UL. Prvi dve fakulteti sta povezani z "merjenjem" rezultatov, medtem ko tretja ni in zanimalo nas je, ali se to odraža tudi v določenih elementih duševnega zdravja. Klinična psihologinja Katja Kodelja bo skozi primer predstavila delo kliničnega psihologa s športniki z že razvitimi težavami na področju duševnega zdravja. Poudarek bo na pomenu pravočasnega prepoznavanja težav in ustreznega ukrepanja s strani ustrezne strokovne osebe. Osvetlila bo različna ozadja, ki lahko vodijo v razvoj kompleksnejših težav na področju duševnega zdravja, in predstavila različne strategije pomoči. Borjana Kremžar Jovanović pa bo prikazala, kako se lahko perfekcionizem povezuje z različno psihopatološko simptomatiko. Predstavila bo primere medsebojne povezanosti perfekcionizma z depresivnostjo, anksioznostjo in samomorilnostjo v vrhunskem športu.

### 1) Kliničnopsihološka obravnava športnika s težavami na področju duševnega zdravja

Katja Kodelja<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Nova Gorica

8-S\_14-01

Kliničnopsihološka obravnava športnika s težavami na področju duševnega zdravja zahteva individualen pristop. Športnikova psihična stabilnost je ključna za njegovo uspešnost in zadovoljstvo v športu. Različni simptomi, kot so trema, povečana anksioznost, slabša zmožnost koncentracije

in čustvena nihanja, so lahko prehodnega značaja, povezani z zahtevnimi stresnimi situacijami, ali pa nakazujejo kompleksnejše težave, ki so v ozadju. Kompleksnejše težave na področju duševnega zdravja so med športniki prisotne v podobnih odstotkih kot v splošni populaciji. Skozi primer 25-letne športnice, ki pride po pomoč zaradi slabih tekmovalnih rezultatov, bo avtorica prikazala optimalno pot obravnave športnika ter pomen strokovne obravnave pri prepoznavi kompleksnejših težav na področju duševnega zdravja. Kliničnopsihološka obravnava je kompleksen proces, ki se začne z vzpostavitvijo zaupnega odnosa s športnikom, kjer se športnik počuti slišane in razumljene. Klinični psiholog pomaga športniku pri razumevanju ozadja simptomov in njihovega obvladovanja z različnimi tehnikami. Te lahko vključujejo dihalne vaje, sprostitvene tehnike in različne tehnike kognitivno-vedenjske terapije. Klinični psiholog lahko pomaga športniku razviti komunikacijske veščine in strategije za reševanje konfliktov. Prav tako lahko pomaga pri izboljšanju samopodobe in samozavesti športnika. Skupaj s športnikom se določijo cilji v terapiji in spremlja se njegov napredek. Kliničnopsihološka obravnava pomaga športniku, da bolje razume sebe, svoje občutke in odnose, kar mu omogoči boljše obvladovanje stresnih situacij in izboljšanje njegove športne uspešnosti ter psihološke stabilnosti.

### 2) Predstavitev projekta Take Care of Your Coach

Tina Jeromen<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Psiholab

8-S\_14-02

Erasmus+Sport projekt, ki je potekal v letih 2021–2022 z imenom Take Care of Your Coach (Poskrbimo za trenerja) je praktični pilotski projekt. Cilj projekta je bil prepoznati stresorje, s katerimi se srečujejo trenerji, ter jim ponuditi učinkovita orodja za obvladovanje stresa in preprečevanje izgorevanja na delovnem mestu. Projekt je bil izveden z mednarodnim sodelovanjem športnih psihologov in trenerjev ter je prinesel številna pomembna spoznanja. Namen raziskave, s katero smo začeli projekt, je bil ustvariti intervencije, ki bodo trenerjem ponudile načine, kako izboljšati svoje sposobnosti obvladovanja stresa. Projekt je spodbudil trenerje, da so prepoznali stresorje in o tem odprto spregovorili. S tem je prispeval k boljšemu duševnemu zdravju trenerjev in je pozitivno vplival na kakovost njihovega dela, kar je na koncu imelo tudi neposreden vpliv na športnike in njihov razvoj. Erasmus+Sport Take Care of Your Coach je tako izjemno pomemben korak k boljšemu športnemu okolju in boljšim rezultatom naših športnikov. Ena od ključnih ugotovitev projekta je še, kako pomembno je znati ravnati v stresnih situacijah tako v športnem kot zasebnem življenju. Trenerji so prepoznali, da predstavljajo ogledalo svojim športnikom in kako njihovo ravnanje vpliva nanje. Skozi projekt so prepoznali, kaj imajo pod nadzorom in česa ne, kako pristopiti k staršem in tudi, kako izboljšati zaupanje med trenerji in tekmovalci. Trenerji so spoznali tudi tehniko

reševanja problemov in kako uspešno sklepati kompromise. Trenerji so se naučili, kako uporabiti čuječnost in druge tehnike pri svojem delu, da prepoznajo in interpretirajo namige iz okolja, vključno s tekmovalci, starši in različnimi situacijami. Pomembno je tudi uporabiti pravo metodo ali kombinacijo metod v različnih situacijah.

### 3) Perfekcionizem, depresija, anksioznost, motnje hranjenja (intervjuji s slovenskimi vrhunskimi športniki)

Borjana Kremžar Jovanović<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>UKC Maribor

8-S\_14-03

Ob pregledu virov na temo perfekcionizma v športu smo ugotovili, da se športniki sami pogosto identificirajo kot visoko perfekcionistične (Beard, 2013; Maze, 2014). O povezanosti konceptov, ki smo jih dobili tudi sami v kvalitativni analizi intervjujev slovenskih vrhunskih športnikov, pa so prav tako govorili že nekateri avtorji (Frost in Marten, 1990). Ob organiziranosti in visokih osebnih dosežkih, je Frost (Frost in Marten, 1990) s konceptom perfekcionizma tesno povezoval še tri dimenzije (zaznava starševskih pričakovanj, zaznava starševske kritike in dvom v lastne dosežke). Z nekaterimi psihopatološkimi simptomi je avtor povezoval dimenziji zaskrbljenost nad napakami in dvom v lastne dosežke. Značilnosti teh vidikov perfekcionizma smo našli tudi v nekaterih delih intervjujev slovenskih vrhunskih športnikov. Iz povedanega razberemo, da lahko ti dejavniki perfekcionizma predstavljajo izvor zelo neprijetnih občutkov ob nedoseženih (pre)visokih ciljeh ali nedoseženih že manj pomembnih ciljeh oziroma lahko vplivajo tudi na socialno prilagojenost športnikov. Značilnosti perfekcionizma se pri intervjuvanih športnikih izražajo tako v sami športni situaciji, torej v situaciji treninga, tekmovanja, odnosa s sotekmovalci in trenerji, kot tudi širše ter se kažejo v obliki razširjenega perfekcionizma v kontekstu šole, dela in socialnega funkcioniranja nasploh. Tudi na ostalih področjih se je perfekcionizem pokazal kot ovirajoč in obremenilen dejavnik delovanja. V prikazanih primerih in ostalih dobljenih odgovorih slovenskih vrhunskih športnikov ponovno dobimo potrditev razmišljanj, da je lahko perfekcionizem v športu (ob nesporni pozitivni vlogi) tudi dejavnik negativnega vpliva na posameznikove dosežke v športu ter na njegovo splošno psihofizično stanje in delovanje tudi izven konteksta športa. Pretirana kritika do sebe, do lastnih dosežkov in pehanje za popolnostjo lahko predstavljajo izvor kot tudi vzdrževalni dejavnik različnih psihičnih motenj pri športnikih. V našem vzorcu intervjujancev (podobno kot v drugih študijah, npr. Haase idr., 2002; Shafran idr., 2002) se nakazuje povezava med visoko kritičnostjo do sebe, pretirano vztrajnostjo in trmo (v negativni obliki pojavnosti teh značilnosti) ter motnjami hranjenja, depresivno simptomatiko, anksioznostjo in samomorilnim vedenjem. S kvalitativno analizo intervjujev smo dobili podporo in poglobitev kvantitativnih podatkov, ki kažejo na povezanost nekaterih značilnosti perfekcionizma, vezanih na skrbi (zaskrbljenost zaradi potencialnih napak,

dvom v dejanja, obremenjenost s pričakovanji staršev in s starševsko kritiko) s psihopatološko simptomatiko.

### 4) Psihološki vidiki stresa pri trenerjih

Maja Smrdu<sup>1,2</sup> in Janja Lavbič<sup>3</sup>

<sup>1</sup>FAMNIT UP

<sup>2</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Koper

<sup>3</sup>Fakulteta za vede o zdravju UP

8-S\_14-04

Medtem ko se duševno zdravje športnikov in stres, ki so mu podvrženi, že precej obravnavata, pa so trenerji in njihovo duševno zdravje večinoma še na drugem tiru. V prispevku tako želimo ozavestiti in opozoriti na težavnost trenerskega poklica, kateri stresorji zmanjšujejo dobrobit trenerjev ter vplivajo na njihovo duševno zdravje, in preveriti, kako se trenerji trenutno soočajo z zahtevami svojega poklica, torej katere načine in tehnike soočanja s stresom uporabljajo. Na vprašalnik, posredovan preko Olimpijskega komiteja, se je odzvalo 207 trenerjev oz. trenerk, od tega 120 trenerjev oz. trenerk na vrhunskem nivoju in 87 na nacionalnem nivoju, tako iz individualnih kot ekipnih športov ter tako iz zimskih kot letnih športov. Rezultati so pokazali, da trenerji izpostavljajo predvsem številne stresorje, vezane na socialno okolje, športne organizacije, delovno okolje in tekmovalno okolje. Prav tako jim stres povzročajo pritiski in visoka lastna pričakovanja, pričakovanja in pritiski s strani športnikov, njihovih staršev, medijev, navijačev ter sponzorjev. Stres na trenerje večinoma vpliva negativno in lahko vodi v izgorelost ter zaključek trenerske kariere. Določeni stresorji pa nekaterim predstavljajo pozitiven vpliv, saj jih dodatno spodbujajo in motivirajo pri nadaljnjem delu. Trenerji se na pozitivne in negativne stresne situacije odzivajo različno na telesni, vedenjski, miselni in čustveni ravni ter za obvladovanje stresnih situacij uporabijo različne tehnike, za katere je razvidno, da niso vse konstruktivne; trenerjem bi se dalo s psihološkega in kineziološkega vidika torej še precej pomagati. Hkrati pa rezultati kažejo, da je za duševno zdravje trenerjev ključno razumevanje in podpora družine, ožjega socialnega kroga ter dober odnos s športniki, ki jih trenirajo.

### 5) Depresivnost, anksioznost in motnje hranjenja pri študentih

Tanja Kajtna<sup>1</sup>, Katarina Habe<sup>2</sup> in Denis Vrbanec<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakulteta za šport UL

<sup>2</sup>Akademija za glasbo UL

8-S\_14-05

Psihosomatske bolezni in duševne motnje, kot so depresija, anksioznost in motnje hranjenja, so tesno povezane med seboj. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije za depresivnimi motnjami trpi 320 milijonov ljudi po vsem svetu, 260 milijonov ima anksiozne motnje, medtem ko 5 % svetovnega prebivalstva trpi za motnjami hranjenja, kot so anoreksija nervoza, bulimija nervoza in motnja prenehanja. Anoreksija nervoza in bulimija nervoza se najpogosteje



razvijata v mladostniških letih in pogosteje prizadeneta ženske, vendar se lahko pojavita v katerem koli življenjskem obdobju in pri obeh spolih. Prehod iz srednje šole na fakulteto je lahko stresno obdobje, saj je adolescenca občutljiv čas za nastanek duševnih motenj. Raziskave so pokazale, da skoraj 40 % adolescentov doživi prvo epizodo depresije pred 20. letom starosti. V okviru raziskave smo preučevali pojavnost depresije, anksioznosti in motenj hranjenja med študenti. Uporabili smo Beckov vprašalnik o depresiji, Beckov vprašalnik o anksioznosti in DASS-21 (test za merjenje depresije, anksioznosti in stresa), pa tudi vprašalnik o motnjah hranjenja EDI-3 RF (Eating disorder inventory, 3 referral form). Vzorec je zajemal 143 študentov obeh spolov. Preverjali smo hipoteze o pojavnosti depresije, anksioznosti in motenj hranjenja med študenti (ločeno glede na spol), pojavnosti vseh treh motenj med študenti, ki se ukvarjajo s tekmovalnim športom, in tistimi, ki se ne, ter pojavnosti vseh treh motenj na treh različnih fakultetah – Fakulteta za šport, Filozofska fakulteta in Akademija za glasbo. Prav tako smo preučevali razlike v pojavnosti glede na raven telesne dejavnosti med študenti. Ugotovili smo statistično značilne povezave med pojavnostjo anksioznosti in depresije glede na spol, med fakultetami in med študenti, ki se ukvarjajo s tekmovalnim športom, ter tudi med tistimi, ki se ne ukvarjajo s tekmovalnim športom, ter pojavnostjo vseh treh motenj glede na raven telesne dejavnosti.

## **Psihološko ocenjevanje in raziskovanje družinskega okolja**

Vodja simpozija: Rebeka Kovačec  
rebeka.kovacec@gmail.com

9-S\_15

Družinsko okolje je pomemben del posameznikovega življenja, ki vpliva na njegov razvoj, čustvovanje in vedenje. V družino se rodimo, lahko smo posvojeni, poročeni, v njej se razvijamo in tudi umremo. Družinski odnosi tako veljajo za najbolj intimne, izrazite in ključne, v primerjavi z drugimi pomembnimi socialnimi odnosi pa so razmeroma bolj zaprti, določeni s sorodstvenimi in institucionaliziranimi vezmi. Vsaka družina je svojstvena in nemalokrat soočena s kriznimi situacijami, ki od družine zahtevajo tako dinamske kot strukturne prilagoditvene procese, spremembe ritualov in vlog. Psihologi na centrih za socialno delo se srečujemo z družinami in posamezniki običajno takrat, ko se znajdejo v krizi. Poleg psihološkega svetovanja je naša vloga tudi psihološko ocenjevanje. Psihološko ocenjevanje oziroma raziskovanje družine je kompleksen in nenehno trajajoč proces, ki mora vključevati tako kvalitativne kot kvantitativne pristope. Gre za sistemsko gradnjo modela, ki bo omogočil čim boljši vpogled v notranje družinske procese, ki so posledica delovanja družinskih članov kot tudi vplivov okolja. Vsako raziskovanje in ocenjevanje mora biti podprto s teoretično podlago. Pri ocenjevanju družine je potrebno slediti pravilu uporabe različnih tehnik, pravilu sodelovanja več družinskih članov, pravilu ocenjevanja vseh relevantnih dimenzij in pravilu večsistemskega ocenjevanja – odnos med

partnerjema, odnos med starši in otroki, odnos družina–razširjena družina ter ocena relacij med družino in socialnim okoljem. Psihološko ocenjevanje s širokim naborom tehnik in vključevanjem različnih akterjev lahko omogoča zadostno mero podatkov in informacij, ki zagotavljajo večjo objektivnost in širino pri integraciji podatkov in podajanju psihološke ocene. Na simpoziju bomo avtorice prispevkov osvetlile različne vidike raziskovanja in psihološkega ocenjevanja družinskega okolja ter uporabe psihodiagnostike v socialnem varstvu. Predstavile bomo, kako ocenjujemo koristi otrok v sodnih postopkih (npr. v primeru razvez, nasilja v družini ali ogroženosti otroka), kako poteka pogovor z otrokom in katere tehnike pri tem uporabljamo, predstavile pa bomo rudi področje rejništva in posvojitve, kako poteka postopek izbire kandidatov za opravljanje rejniške dejavnosti in za pristop k posvojitvi ter kakšne izzive prinaša okolje v rejniški družini in pri posvojiteljih. Diskusija bo namenjena odpiranju dilem na področju raziskovanja in psihološkega ocenjevanja družinskega okolja.

### **1) Opredelitev družinskega okolja in pomen psihološkega ocenjevanja na centrih za socialno delo**

Rebeka Kovačec<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enota Šiška, Center za socialno delo Ljubljana

9-S\_15-01

Družinsko okolje je eden izmed pomembnih dejavnikov posameznikovega razvoja. Znotraj družinskih odnosov se odvija primarna socializacija, oblikujejo se pravila družinskega življenja, posamezni člani prevzemajo različne vloge, razvija se pa tudi vrednotni sistem posameznika in družine. Družina kot živ in nenehno spreminjajoč se sistem se sooča tudi z različnimi kriznimi situacijami, ki jih člani družine bolj ali manj uspešno rešujejo. Pomoč družinam je na ravni države tudi zakonsko urejena. Družinski zakonik ureja zakonsko zvezo, zunajzakonsko skupnost, razmerja med starši in otroki, oblike pomoči države pri težavah partnerskega in družinskega življenja, ukrepe za varstvo koristi otroka ter preživljanje, posvojitve, podelitev starševske skrbi sorodniku in rejništvo ter skrbništvo za otroke in odrasle osebe, ki potrebujejo posebno varstvo. Zakon o socialnem varstvu pa opredeljuje socialnovarstvene storitve, ki obsegajo preprečevanje in reševanje socialne problematike posameznikov, družin in skupin prebivalstva. Pri obravnavi družin znotraj državnih institucij in pripadajočih strokovnih služb se posebno pozornost posveča otrokom. K temu nas zavezuje tudi Konvencija o otrokovih pravicah, ki v prvem odstavku 3. člena določa, da so otrokove koristi glavno vodilo pri vseh dejavnostih v zvezi z otroki, ki jih vodijo tako državne kot zasebne ustanove. Pri psihološkem ocenjevanju družinskega okolja v krizni situaciji je potrebno upoštevati, da je vsaka družina edinstvena, s svojstveno družinsko dinamiko in le individualiziran pristop zagotavlja ustrezno psihološko oceno ter nadaljnjo obravnavo. Psihološko ocenjevanje družine mora biti usmerjeno v temeljito, strokovno in znanstveno utemeljeno oceno družine, ki bo odgovorila tudi na vprašanje, kaj je največja korist otoka. Glavne metode in tehnike psihološkega ocenjevanja družinskega okolja

na centrih za socialno delo so polstrukturiran intervju, opazovanje ter psihodiagnostična sredstva z ustreznimi psihometričnimi karakteristikami.

## 2) Ocenjevanje koristi otroka v sodnih postopkih

Lara Fornazarič<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enota Nova Gorica, Center za socialno delo Severna Primorska

9-S\_15-02

Ocenjevanje koristi otroka v sodnih postopkih je kompleksna, strokovno zahtevna in izredno odgovorna naloga, saj ima poročilo in mnenje centra za socialno delo posebno mesto v sodnem postopku. Starša sprožita sodni postopek, ko se ne moreta dogovoriti glede zaupanja otroka v varstvo in vzgojo, določitve stikov otroka s staršem ali drugo osebo, določitve preživnine za otroka ter glede vprašanj izvajanja starševske skrbi, ki bistveno vplivajo na otrokov razvoj. Postopek priprave mnenja najprej obsega razgovore s staršema, opazovanje komunikacije med staršema, pogovor z otrokom, po potrebi pa še razgovor z drugim družinskim članom, pridobivanje informacij s strani uradnih institucij, obisk na domu ter opazovanje interakcije družinskih članov. Iz teh dejavnosti pridobivamo informacije o značilnostih otroka in staršev, družinski dinamiki ter družinskem sistemu, socialno-ekonomskih razmerah, širši socialni mreži in obravnavi družinskih članov v okviru zdravstva, s strani policije ter v drugih sodnih postopkih. Izdelava ocene otrokove največje koristi je izredno kompleksna, saj ni le seštevek posameznih varovalnih in ogrožajočih dejavnikov. Bistvo ocene je ugotoviti, kakšne družinske ali druge razmere v določenem obdobju lahko otroku nudijo varnost, stabilnost in najoptimalnejše pogoje za zdrav osebni razvoj. Izzivi, ki se pojavljajo pri ocenjevanju otrokove koristi, so nesodelovanje staršev, pritisk staršev z namenom direktnega vpliva na mnenje centra, dajanje socialno zaželenih odgovorov s strani staršev, dolgotrajni sodni postopki itd. Pomembno je prizadevanje za vzpostavitev delovnega odnosa s staršem, da staršu nudimo povratne informacije, da starša podpiramo pri doseganju morebitnega dogovora in da otroka obravnavamo kot subjekt in ne objekt.

## 3) Ocenjevanje ogroženosti otroka skozi psihološki vidik

Lucija Tušek<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enota Šmarje pri Jelšah, Center za socialno delo Celje

9-S\_15-03

Ogroženost otroka opredeljuje Družinski zakonik, ki pravi, da je otrok ogrožen, če je utrpel ali je verjetno, da bo utrpel škodo, in je ta škoda nastala kot posledica storitve ali opustitve starševske skrbi ali kot posledica otrokovih psihosocialnih težav. Zagotovitev varne in stabilne družine je dolžnost staršev, ki naj bi bili sposobni ustreznega odziva, s katerim zadovoljujejo otrokove potrebe in skrbijo za skladen

razvoj otroka na telesnem, čustvenem in psihosocialnem področju. Ugotavljanje ogroženosti otrok je kompleksen proces, pri katerem je potrebno preučiti vse dostopne podatke ter upoštevati različne možne vidike ogroženosti. Ogroženost otroka ugotavljamo na podlagi t. i. ocene ogroženosti, ki je metoda dela oz. proces, v katerem načrtno in sistematično pridobivamo pomembne podatke o otroku, družini in širšem socialnem okolju. Tekom ocenjevanja ogroženosti je potrebno oceniti številne okoliščine in lastnosti tako staršev kot otroka. Med drugim ocenjujemo pripravljenost staršev za sodelovanje in reševanje problema, uvid staršev v problem z vidika doživljanja potreb in interesov otroka, kvaliteto siceršnje vzgoje in skrbi za otroka, čustveni odnos staršev do otroka, razvojne spodbude, ki jih je deležen otrok s strani odraslih, značilnosti in razvojne potrebe otroka ter značilnosti socialne podporne mreže otroku in družini. Tekom ocenjevanja ogroženosti skozi psihološki vidik se psiholog pri svojem delu osredotoča na številne neposredne metode, kot so psihološki intervju z otrokom, opazovanje otroka v različnih socialnih interakcijah, vprašalniki ter ocenjevanje otrokove navezanosti. Prav tako uporabljamo različne neposredne metode, kot so podatki in opažanja raznih institucij ter vprašalniki socialnega vedenja. Sklepna ocena ogroženosti je sinteza ugotovljenih dejavnikov v povezavi z otrokovim razvojnim obdobjem, njegovimi potrebami, morebitnimi posledicami in njegovim nadaljnjim razvojem. Ključna naloga psihologa pri ocenjevanju ogroženosti je s pomočjo različnih tehnik in metod zagotoviti čim bolj objektivne podatke, s pomočjo katerih lahko nadalje načrtujemo intervencije za varstvo otroka.

## 4) Psihološki pogovor z otrokom glede družinskih razmer

Petra Femec<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enota Šiška, Center za socialno delo Ljubljana

9-S\_15-04

Že zelo majhni otroci razumejo, da se nekaterih družinskih stvari ne deli z zunanjim svetom in v pogovorih ostajajo lojalni družini. Na centrih za socialno delo se z otroki pogovarjamo o za njih težkih vsebinah in izkušnjah, npr. prepiri med staršema, nasilje, zloraba alkohola in drog, zanemarjanje idr. Pogovor tako ni samo diagnostično usmerjen, temveč tudi razbremenilno in svetovalno naravnano. Zaupnost psihološke obravnave na CSD je zakonsko in strokovno omejena v primerih ogrožanja otroka, otrokove največje koristi in ko razgovor zahteva sodišče. To pomeni, da lahko otrokova pripoved pomembno vpliva na njegovo nadaljnje življenje, odnose v družini in poseganje CSD v pravice družine. Zaradi navedenega je pomembno zavedanje, da v odnos z otrokom vstopamo iz pozicije moči in dolžnost psihologa je, da otroku zagotovi enako stopnjo etične korektnosti kot v pogovorih z odraslimi, še posebej v smislu zasebnosti, samoodločanja in avtonomije. V ta namen je del pogovora usmerjen tudi na razvojno primerno razlago in otrokovo razumevanje namena pogovora in možnih posledic. S tem dosežemo, da se otrok zaveda pomena udeležbe v postopku in sam izbere, kaj želi in česa ne želi povedati. Pomembno je, da otrokom omogočamo



uresničevanje njihovih procesnih pravic, med njimi pravico do izražanja, ki pa je ne smemo razumeti kot otrokovo dolžnost.

## 5) Genogram – tehnika raziskovanja odnosov

Irena Toš Koren<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enota Ptuj, Center za socialno delo Spodnje Podravje

9-S\_15-05

Na centrih za socialno delo je osnovni fokus našega delovanja usmerjenost na odnose. Odnosi so bistveno področje, kjer se srečujemo s težavami in izzivi ter so osnova za razumevanje delovanja posameznika, para in družine. Razumevanje odnosov, ki jih imamo do sebe in do drugih, je osnova za iskanje možnosti spoznavanja, razumevanja, sprejemanja, pa tudi spreminjanja, ki jo lahko uporabljamo tako pri srečevanju s posameznikom, ki prihaja z različnimi težavami, pa tudi pri srečevanju s pari in družinami, z nekaj člani ali z vsemi. Genogram je tehnika, ki je osredotočena na proučevanje odnosov med ljudmi. Gre za risalno tehniko, ki s simboli predstavi ljudi in njihove odnose. Pri proučevanju odnosov se lahko osredotočamo na sedanje odnose, ki jih doživljajo posamezniki, in na pretekle odnose ter na vzorce vedenj, ki se prenašajo preko generacij (transgeneracijsko) kot manifestacija odnosov med ljudmi. Prednost te tehnike je možnost neposredne predstavitve vsem vpletenim in s tem tudi možnost, da vpleteni dobijo neposreden (tudi vizualen) vpogled in razumevanje dogajanja, ki so odraz in posledica njihovih odnosov. Posledično imajo lahko hitrejši vpogled v dinamiko lastnih odnosov ter v njihovo spreminjanje. Je tehnika, kjer je lahko v ospredju sodelovanje med uporabniki in strokovnimi delavci centrov za socialno delo.

## 6) Ocenjevanje kandidatov za rejnike in posvojitelje

Anja Andrejč Balazic<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enota Ljutomer, Center za socialno delo Pomurje

9-S\_15-06

Pomembna naloga centrov za socialno delo na področju rejništva in posvojitve je ocena primernosti kandidatov za izvajanje rejniške dejavnosti ter prijaviteljev za sprejem otroka v posvojitev. V teh postopkih je ključno sodelovanje psihologa in ocena ustreznosti s psihološkega vidika, da se upoštevajo vsi dejavniki, ki bi lahko tako pozitivno kot negativno vplivali na psihosocialni razvoj otroka, ki se namešča v rejniško ali posvojiteljsko družino. Psihološko ocenjevanje bodočih rejnikov in posvojiteljev poteka na podlagi usmerjenega polstrukturiranega intervjuja, opazovanja in opažanj na pogovorih na CSD in ob obiskih na domu, pregleda obstoječe dokumentacije CSD, uporabe in interpretacije psihodiagnostičnih pripomočkov ter drugih tehnik (risalne preizkušnje, analiza osebne predstavitve družine ...). Psiholog v ocenjevanje vključuje celotno družino, kandidata/kandidatko, parterja/partnerko in tudi biološke otroke v družini, upošteva se tudi socialno okolje. Psihološka

ocena zajema naslednje vidike: motivacija za sprejem otroka v rejništvo oziroma posvojitve (motivi, stabilnost in enotnost), vrednote (odnos do prostega časa, izobrazbe, dela ...), osebnostne lastnosti, značilnosti in posebnosti družine, funkcioniranje družine, medosebni odnosi, komunikacija in vzdušje, starševske kapacitete, vzgojni pristop, pričakovanja in stališča do vzgojnih stilov, odnos do otok, razumevanje potreb otroka v rejništvu/posvojenega otroka ter zmožnost prilagajanja in sprejemanja. Ob psihološki oceni primernosti enih ali drugih kandidatov je potrebno izključiti psihopatologijo. Pri kandidatih za rejnike ocenjujemo razumevanje sistema rejništva, začasnosti namestitve ter pripravljenost za sodelovanje z otrokovo matično družino, CSD in drugimi institucijami. Pri kandidatih za posvojitelje se upošteva tudi vidik sprejemanja morebitne nezmožnosti imeti lastne otroke. Pri oceni družin, ki želijo sprejeti otroke v rejništvo in hkrati v posvojitev, je potrebno razmejiti instituta rejništva in posvojitve. V postopkih varstva koristi otrok CSD ocenjuje, katera družina bi bila primerna za otroka in v kateri bi v največji meri poskrbeli za korist otroka. Ena od največjih aktualnih težav in izzivov na področju rejništva je premajhno število rejniških družin zaradi pomanjkanja novih kandidatov ter zaradi odpovedi izvajanja rejništva s strani rejnikov.

## Forenzična psihologija – iz teorije v prakso

Vodja simpozija: Anica Prosnik Domjan

anica.prosnik@gmail.com

Sodelujoči: Anica Prosnik Domjan<sup>1</sup>, Tinkara Pavšič Mrevlje<sup>2</sup>, Tristan Rigler<sup>3</sup>, Bernarda Dobnik Renko<sup>4</sup> in Špela Cvikl<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Enota za forenzično psihiatrijo UKC Maribor

<sup>2</sup>Fakulteta za varnostne vede UM

<sup>3</sup>Enota za adolescentno psihiatrijo UPK Ljubljana

<sup>4</sup>Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana

<sup>5</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Trbovlje

9-S\_16

Na simpoziju bo pet predavateljev prikazalo področje forenzične psihologije v slovenskem prostoru, pri čemer bomo predstavili razvoj te veje psihologije, kot je nastajala na eni strani v akademskem prostoru, na drugi pa kot njena sedanja podpodročja aplikativne uporabe v praksi. Forenzična psihologija s svojimi metodami dela in teoretično podlago tvori pomemben del pri študijskih programih s področja varnostnih ved in ima tudi že dolgoletno tradicijo poučevanja na Fakulteti za varnostne vede. Začetki segajo v zgodnja sedemdeseta leta, ko je bila na takratnem Oddelku za notranje zadeve pri Višji upravni šoli v predmetnik uvrščena tudi psihologija, ki se je nekaj let kasneje preoblikovala v predmet Psihologija in psihopatologija. Danes ima fakulteta visokošolski in univerzitetni program na prvi bolonjski stopnji, kjer so splošne vsebine iz psihologije v prvem letniku obvezne, v tretjem pa so teme iz forenzične psihologije študentom ponujene kot izbirni predmet. Izbrana poglavja iz preiskovalne in forenzične psihologije so del predmetnika še na drugi (magistrski) in tretji (doktorski) stopnji. Kadar koli smo psihologi vpeti v pravosodni sistem, uporabljamo znanja

in metode forenzične psihologije. V javnozdravstvenem sistemu je tak primer Enota za forenzično psihiatrijo, kjer so hospitalizirane osebe z duševnimi motnjami, ki jim je odrejen ukrep obveznega hospitalnega psihiatričnega zdravljenja, poleg njih pa tudi obsojenci in priporniki, ki v času pripora oz. zaporne kazni zbolijo za katero od duševnih motenj. Klinični psiholog je član strokovnega tima, pri čemer uporablja posebne forenzične kliničnopsihološke metode za ocenjevanje, zdravljenje in rehabilitacijo storilcev kaznivih dejanj z duševno motnjo. Prikazan bo tudi klinični primer hospitaliziranega bolnika po težjem kaznivem dejanju. Področje sodnega izvedenstva je obširno in izjemno pomembno področje forenzične psihologije, ki ima posebej izdelane strokovne smernice in sledi najvišjim standardom v kliničnopsihoški stroki. Izvedenska mnenja kliničnih psihologov obsegajo od preiskovalnih, kazenskih, do pravnih in nepravdnih zadev. Izjemno pomembno ter občutljivo področje so družinske zadeve, kjer sodišča odločajo o prihodnosti otrok. Izvedenska mnenja kliničnih psihologov predstavljajo pomembno dokazno sredstvo za sodišča in izvedenci imamo funkcijo pomoči sodiščem pri razjasnitvi strokovno pomembnih vprašanj. V zadnjem obdobju smo v Sloveniji posodobili obravnavo spolnih zlorab s pomočjo ustanovitve posebne Hiše za otroke po modelu Barnahus, ki je vodilni evropski model za obravnavo otrok, žrtev spolnih zlorab. Prikazana bo vloga psihološke stroke pri obravnavi otrok, žrtev spolnih zlorab, znotraj multidisciplinarnega in medinstitucionalnega pristopa, katerega glavno vodilo je preprečevanje vnovične viktimizacije otrok na način usklajevanja sočasnih kazenskih preiskovalnih postopkov in postopkov za zaščito otroka. Prav tako bo prikazana vloga sodnega izvedenca pri obravnavi otrok, žrtev spolnih zlorab, ter priporočila za razgovor s takšnim otrokom v različnih okoljih.

## Ustne predstavitve

### Psihološki vidiki razvoja in prilagajanja mladih

1-U\_01

#### Uporaba teorije odgovora na postavko pri razvoju vprašalnika o otrokovi predelavi senzornih prilivov

Nevenka Gričar<sup>1</sup> in David Gosar<sup>2</sup>

nevenka.gricar@zf.uni-lj.si

<sup>1</sup>Zdravstvena fakulteta UL<sup>2</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

1-U\_01-01

Najbolj razširjeni modeli teorije odgovora na postavko (TOP) zahtevajo enodimenzionalno strukturo, kar pa ne zadostuje v primeru vprašalnikov, ki imajo poleg splošnega faktorja še specifične lestvice. Za reševanje teh težav je bil razvit bifaktorski model, ki predpostavlja, da lahko vsaka postavka sočasno odraža vsaj dva latentna dejavnika (splošnega in specifičnega). V tem prispevku bomo predstavili uporabo bifaktorskega modela pri razvoju Vprašalnika o otrokovi predelavi senzornih prilivov (VOP-SI), saj njegova struktura vsebuje več specifičnih lestvic. VOP-SI je vprašalnik, ki ocenjevalcem pomaga pri vpogledu v otrokovo predelavo senzornih prilivov. Zaradi razvojnih posebnosti otrok v predšolskem in šolskem obdobju smo oblikovali dve različici vprašalnika: za predšolske otroke (VOP-SIp), stare od dopoljenih 3 let in 0 mesecev do 5 let in 11 mesecev, in za šolske otroke (VOP-SIš), stare od dopoljenih 6 let in 0 mesecev do 10 let in 11 mesecev. Postavke obeh preliminarne oblike vprašalnika (oblika za predšolske otroke in oblika za šoloobvezne otroke) smo podrobneje preučili s pomočjo večdimenzionalnih bifaktorskih modelov, ki smo jih izračunali s pomočjo programskega jezika R (R core team, 2020) ter paketa za obdelavo podatkov v R mirt (Chalmers, 2012). Rezultati eksploratorne bifaktorske analize so nam pomagali zožiti prvotni nabor postavk. Skupni faktor je pri obeh oblikah vprašalnika zajel približno polovico pojasnjene variance, preostalo pojasnjeno varianco pa smo lahko pripisali specifičnim faktorjem. S pomočjo konfirmatornih modelov smo preverili najbolj ustrezno število specifičnih faktorjev ter nasičenost postavk z njimi. S pomočjo modela z enim splošnim in šestimi specifičnimi faktorji smo za vsako od končnih oblik vprašalnika ocenili tudi zanesljivost lestvic v različnem razponu rezultatov. Podrobnejša analiza je namreč pokazala, da je vprašalnik bolj zanesljiv v razponu rezultatov, ki odražajo težave, kot pa v razponu, ki ne odražajo posebnosti. Za postavke VOP-SI smo s pomočjo bifaktorskega modela ugotovili, da večina postavk izkazuje

dobro diskriminativnost tako z vidika merjenja splošnih težav pri predelavi senzornih prilivov, kot tudi bolj specifičnih vidikov težav, ki jih merijo lestvice vprašalnika.

#### Predstavitve osebnih izkušenj psihološkega prilagajanja mladostnikov z motnjo avtističnega spektra v osnovnih in srednjih šolah – pilotna študija

Petra Vrhovnik<sup>1</sup>

vrhovnik.petraa@gmail.com

<sup>1</sup>OŠ 27. julij Kamnik

1-U\_01-02

Motnja avtističnega spektra (MAS) je pervazivna razvojna motnja, ki posamezniku povzroča tudi težave na področju komunikacije in socialne interakcije ter za katero je značilno stereotipno in ponavljajoče se vedenje. Nekateri otroci in mladostniki z MAS nimajo motnje v duševnem razvoju, zato so vključeni v redno šolanje v osnovnih in srednjih šolah. Ključnega pomena je, da razumemo težave mladostnikov z MAS, različna psihološka prilagajanja, ki jih uporabljajo pri vsakodnevnih interakcijah in dejavnostih, z njihovega gledišča in jim tako lažje pomagamo pri vključevanju v redno šolanje. Namen pilotne kvalitativne raziskave je bil raziskati, kako se mladostniki z MAS vsakodnevno prilagajajo različnim situacijam v rednih šolskih programih. Sodelovali so štirje udeleženci moškega spola, stari od 15 do 17 let, s katerimi je bil izveden polstrukturiran intervju. Analiza odgovorov pokaže glavne psihološke prilagoditve, ki jih mladostniki z MAS uspešno uporabljajo na vsakem od treh področij, kjer imajo sicer težave: področje komunikacije (npr. poznavanje slenga), področje socialnih interakcij (npr. iskrenost in prijaznost do ljudi) ter področje rutin in ponavljajočih vedenj (npr. pripomočki za organiziranje dneva in mentalne rutine). Z analizo odgovorov razberemo tudi glavne elemente na vseh omenjenih treh področjih, ki udeležencem onemogočajo ustrezno komunikacijo z drugimi (npr. ignoriranje s strani sogovorca in glasnost okolice), odvrnejo od druženja z drugimi (laganje in nespoštljivi odnosi) ali jim kvarijo pričakovano dnevno rutino (spremembe urnika in prehter tempo učiteljeve razlage). V intervjujih so udeleženci navajali, da so se večino prilagoditev naučili sami, s pomočjo svoje družine, v šoli pa so jih teh veččin učili tudi učitelji strokovnih služb (pedagog, specialni pedagog, socialni pedagog in psiholog). Ugotovitve raziskave nam lahko pomagajo k izboljšanju sistema učenja dodatnih veščin mladostnikov z MAS za izboljšanje njihovega splošnega funkcioniranja, tako glede tega, katere psihološke prilagoditve najbolj potrebujejo, kot tudi, katerih so se sposobni (najlažje) naučiti ter kaj jim preprečuje uspešno prilagajanje.

## Čustveno-motivacijski temelji psihološkega osamosvajanja pri mladih na prehodu v odraslost

Timotej Glavač<sup>1</sup> in Maja Zupančič<sup>1</sup>

timotej.glavac@gmail.com

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

1-U\_01-03

Izhajajoč iz teorije afektivne nevroznanosti (Panksepp, 1998) sva preučevala prispevek šestih prvotnih čustveno motivacijskih sistemov (PČMS) k pojasnjevanju dimenzij psihološkega osamosvajanja pri mladih na prehodu v odraslost ( $N = 450$ , 60 % žensk in 40 % moških,  $M_{\text{starost}} = 22,06$  let,  $SD = 3,57$ ), kot jih opredeljuje petdimenzionalni model, specifično razvit in empirično podprt za to novo razvojno obdobje (Komidar idr., 2014). PČMS naj bi namreč predstavljali čustvene temelje človeške osebnosti, ki imajo nevrološke temelje v subkortikalnih regijah možganov vseh sesalcev ter imajo pomembno vlogo v razvoju osebnosti in duševnem zdravju. Psihološko osamosvajanje, intrapsihični proces razvoja samostojnosti ob ohranjanju povezanosti z odnosno osebo, pa sva obravnavala v odnosu do obeh staršev. Preko spletne aplikacije so mladi odgovarjali na v Sloveniji predhodno validirani kratki obliki samoocenjevalnih vprašalnikov Osebnostne lestvice afektive nevroznanosti (Barrett idr., 2013) in Test osamosvajanja na prehodu v odraslost (Komidar idr., 2016). Ob upoštevanju ključnih demografskih značilnosti mladih (starost, spol in bivanjska situacija) v prvem sklopu hierarhične regresijske analize so PČMS v drugem sklopu napovednikov statistično značilno in prirastno napovedovali vsako izmed dimenzij osamosvajanja (ločeno v odnosu do mame in očeta). Prispevki pojasnjene variance so se gibali od majhnih do srednje velikih, nekoliko večji so bili v odnosu do mame kot do očeta. Med posameznimi PČMS pa so bile dosledno statistično značilne naslednje napovedne zveze: nižja raven žalosti in višja raven nege/skrbi – iskanje opore pri staršu v težkih situacijah in izkušnje povezanosti s staršem, višja raven iskanja – samostojnost v odnosu do starša, višja raven žalosti – zaznana motečnost starša in višja raven strahu – bojazen pred razočaranjem starša. Rezultati dopolnjujejo predhodne ugotovitve o PČMS kot pomembnih dejavnikih duševnega zdravja, saj proces drugotnega psihološkega osamosvajanja v odnosu do staršev z vidika teh sistemov še ni bil predmet preučevanja.

## Spoprijemalno vedenje: razlike med mladostniki in mladostnicami

Eva Štrukelj<sup>1</sup>

psiholog@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

1-U\_01-04

Mladostništvo je življenjsko obdobje, v času katerega prihaja do velikih fizioloških sprememb in razvojnih izzivov. Tako spremembe kot izzivi lahko privedejo do doživljanja stresa. Kako se bodo mladostniki nanj odzvali, je odvisno od

njihovih veččin spoprijemanja. Na slednje naj bi med drugim vplival tudi spol. Za preverjanje razlik pri spoprijemanju s stresom med mladostnicami in mladostniki smo uporabili Vprašalnik o spoprijemalnem vedenju mladostnikov, druga izdaja (ACS-2), ki meri pogostost uporabe in subjektivno oceno koristnosti 20 strategij ter dveh stilov spoprijemanja. Podatke smo zbirali v šolskih letih 2017/2018 in 2018/2019. Končni vzorec je sestavljalo 605 fantov (44,88 %;  $M_{\text{starost}} = 14,0$ ,  $SD = 1,7$ ) in 743 deklet (55,12 %;  $M_{\text{starost}} = 14,3$ ,  $SD = 1,9$ ) iz 15 osnovnih in srednjih šol iz vseh delov Slovenije. Rezultati so nakazali, da ima spol majhen do srednje velik učinek pri izbiri 14 od 20 strategij (fantje so pogosteje izbirali Iskanje strokovne pomoči, Iskanje sprostitev, Telesna rekreacija, Humor, Ignoriranje težave ter Vzdrževanje tesnih prijateljstev, dekleta pa Podpora drugih ljudi, Usmerjenost k reševanju težave, Skrbeti, Zidanje gradov v oblakih, Samoobtoževanje, Zapiranje vase, Neobvladovanje in Zmanjševanje napetosti). Tudi pri obeh stilih so se nakazali učinki spola, in sicer se je nakazal majhen učinek pri uporabi Učinkovitega stila (Cohen  $d = 0,29$ , 95 % IZ: 0,18–0,40) in srednje velik pri uporabi Neučinkovitega stila (Cohen  $d = 0,60$ , 95 % IZ: 0,49–0,70), pri čemer so prvega bolj pogosto izbirali fantje, drugega pa dekleta. V predstavitvi bomo rezultate predstavili v okviru predhodnih raziskav, ki so se v veliki meri ujemale z rezultati te raziskave. Poleg tega bomo razlike med spoloma poskusili obrazložiti tudi v navezavi na starost, ki se je izkazala kot pomemben dejavnik pri spoprijemalnem vedenju tako mladostnic kot tudi mladostnikov.

## Duševno zdravje mladih: ali so socialna omrežja uničila generacijo?

Minea Rutar<sup>1</sup>

minea.rutar@gmail.com

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

1-U\_01-05

V literaturi o duševnem zdravju mladih se zadnja leta vse več pozornosti posveča dvema perečima vprašanjem: ali je duševno zdravje današnje mladine resnično v krizi in če to drži, kako krizo pojasniti. Odgovor na prvo vprašanje se zdi vsaj v nekaterih državah, predvsem ZDA, pritrđen. Kljub temu da pripadniki generacije Z, tj. mladi, rojeni med letoma 1995 in 2012, uživajo povprečno višji življenjski standard, višjo pričakovano življenjsko dobo, višje akademske dosežke in višjo stopnjo izobraženosti od isto starih pripadnikov katere koli predhodne generacije, zlasti od leta 2010 dalje za ZDA in druge angleško govoreče države obstaja vse več dokazov o naraščanju stopenj samomorilnosti in s samomorom povezanih izidov, hospitalizacij in obiskov urgence zaradi psiholoških stisk, poviševanju prevalence pogostih duševnih motenj, predvsem razpoloženskih motenj, kot so anksiozne in depresivne motnje, ter splošnih psiholoških stisk. Glede drugega vprašanja so rezultati raziskav številni in pogosto nasprotujoči. Čeprav je zaenkrat vzrok tega generacijskega učinka nepoznan, se nekatere potencialne razlage zdijo bolj verjetne od drugih. Ena od hipotez, za katero trenutno obstaja največ dokazov, je, da je porast duševnih stisk mladih časovno povsem skladen z množično razširitvijo uporabe socialnih



omrežij, ki naj bi na duševno zdravje mladih vplivala negativno preko številnih mehanizmov. Težava s to razlago je, da ne more pojasniti meddržavnih razlik v časovnih trendih duševnih težav; v nekaterih evropskih državah, sploh v Sloveniji, stopnja samomorilnosti, samopoškodovanja in psihiatričnih hospitalizacij od leta 2008 pravzaprav upada. V prispevku bom tako predstavila trenutno stanje dokazov v zvezi z obema vprašanjema (kaj se dogaja z duševnim zdravjem mladih in kaj so potencialne razlage), v drugem delu pa bom predstavila nekaj vsebinskih in metodoloških pomislekov, dilem in raziskovalnih izzivov v zvezi s hipotezo, da je porast uporabe socialnih omrežij glavni dejavnik, ki je prispeval k razširitvi duševnih stisk mladih v zadnjem desetletju.

## Digitalna preobrazba in vpliv družbenih medijev

2-U\_02

### Validacija slovenske različice vprašalnika nomofobije NMP-Q

Vesna Jug<sup>1</sup> in Urša Mars Bitenc<sup>1</sup>  
vesna.jug@upr.si  
<sup>1</sup>FAMNIT UP

2-U\_02-01

V zadnjem času se predvsem med mladostniki in posamezniki na prehodu v odraslost pojavlja nomofobija, specifična motnja, ki jo povzroča uporaba pametnega telefona. Nanaša se na občutke neugodja ali tesnobe, ki jih doživljajo posamezniki, ko ne morejo uporabljati svojih mobilnih telefonov. Namen raziskave je bil prevesti in prirediti vprašalnik nomofobije NMP-Q, ki sta ga leta 2015 izdelala Yildirim in Correia. Izvedli smo dvojni slepi prevod vprašalnika iz angleščine v slovenščino in nazaj v angleščino, primerjali obe različici ter pripravili preliminarno obliko vprašalnika, s katerim smo na vzorcu 25 študentov izvedli pilotno študijo. Udeleženci so izpostavili nekaj šibkih točk vprašalnika, na podlagi njihovih odzivov pa smo nato pripravili končno različico pripomočka. V procesu validacije je vprašalnik rešilo 314 slovenskih študentov med 18. in 30. letom starosti. Zanesljivost vprašalnika smo preverili s pomočjo izračuna Cronbachovega alfa koeficienta, konstruktno veljavnost pa smo preverjali s pomočjo izračuna korelacij med dosežki na vprašalniku nomofobije z dosežki na Vprašalniku generalizirane anksiozne motnje PSWQ (Meyer idr., 1990) in dosežki na Inventarju obsesivno-kompulzivne motnje OCI-R (Foa idr., 2002). Generalizirano anksiozno motnjo in obsesivno-kompulzivno motnjo smo izbrali za preverjanje konstrukne veljavnosti, ker predstavljata konstrukta, ki sta v predhodnih raziskavah z nomofobijo značilno pozitivno korelirala in vsebujeta precej sorodnih potez z nomofobijo (npr. "Veliko situacij mi povzroča skrbi.", "Stvari preverjam veliko bolj pogosto, kot je to potrebno."). Rezultati kažejo, da je slovenska različica vprašalnika NMP-Q visoko notranje konsistentna (Cronbachova alfa = 0,926) in ima ustrezno

konstruktno veljavnost – Spearmanov koeficient korelacije med nomofobijo in generalizirano anksiozno motnjo znaša 0,386 ( $p < 0,001$ ), med nomofobijo in obsesivno-kompulzivno motnjo pa 0,335 ( $p < 0,001$ ). Na podlagi rezultatov sklepamo, da je slovenska različica vprašalnika NMP-Q ustrezna in tako primerna za nadaljnje raziskave na področju preučevanja vplivov pametnih naprav na posameznike.

### YouTubeji: zvezdniki ali nekaj več?

Ana Sedmak<sup>1,2</sup> in Matija Svetina<sup>1</sup>  
ana.sedmak@cirius-vipava.si  
<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL  
<sup>2</sup>CIRIUS Vipava

2-U\_02-02

YouTube je ena izmed najpogosteje uporabljenih spletnih omrežij in aplikacij, na njej lahko med drugim spremljamo priljubljene spletne vplivneže – YouTubeje. Spremljanje YouTubejev je zaradi njihove stalne dostopnosti in zaznavanja recipročnosti ob gledanju razširjen pojav predvsem med mladostniki. YouTubeji namreč prikazujejo različne vsebine, svoje sledilce nagovarjajo kot prijatelje ali družinske člane, z njimi delijo intimne trenutke svojega življenja, igrajo video igre in se z njimi pogovarjajo v zasebnih sporočilih ali na prenosih v živo. YouTubeji predstavljajo pomemben identifikacijski model in vplivajo na vrsto vedenj pri mladostnikih (npr. oblačenje, nakupovalne navade, učenje in posnemanje nevarnih izzivov). Mladostniki si tudi sami želijo postati YouTubeji ter z drugimi deliti svoje znanje, izkušnje in hobije (npr. igranje video iger in risanje). Kljub pomembnosti spremljanja YouTubejev v življenju mladostnikov pa so raziskave o tem področju, predvsem v Sloveniji, redkejšje. V prispevku predstavljamo rezultate kvalitativne raziskave med 39 slovenskimi mladostniki, starimi med 11 in 20 let. Mladostniki so v fokusnih skupinah odgovarjali na vprašanja o svojih prepričanjih, pričakovanjih, posnemanju in socialnem kontekstu spremljanja YouTubejev. Podatki so se po analizi razvrstili okoli jedrne kategorije identifikacije s štirimi splošnimi kategorijami, ki so opisovale osebnostne značilnosti YouTubejev, značilnosti odnosa med YouTubeji in njihovimi sledilci, značilnosti socialnega konteksta spremljanja YouTubejev in značilnosti YouTubeja kot medija. Rezultati raziskave so pomembni za razumevanje socialnega konteksta mladostnikov in delo z njimi.

### Moralne dileme mladostnikov na družbenih medijih

Kristina Rakinić<sup>1</sup>  
kristina.rakinic@fdv.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Fakulteta za družbene vede UL

2-U\_02-03

Moralna dilema predstavlja situacijo, v kateri si posameznikovi temelji moralne intuicije nasprotujejo. Posameznik ima občutek, da bo, ne glede na to, kako bo ravnal, storil nekaj, kar bo na nek način narobe. Moralne

dileme so bile med mladostniki do sedaj obravnavane predvsem v kontekstu njihovega resničnega, vsakdanjega življenja, medtem ko na družbenih medijih še niso bile podrobneje raziskane. Zaradi specifičnih značilnosti okolja družbenih medijev predvidevamo, da se moralne dileme na družbenih medijih v določenih vidikih razlikujejo od tistih, ki se pojavljajo v vsakdanjem, resničnem življenju. Namen te opisne, kvalitativne študije je bil prepoznati kontekst, konflikt in vsebino moralnih dilem na družbenih medijih med slovenskimi mladostniki. V raziskavi je sodelovalo 130 mladostnikov (76,9 % mladostnic) s povprečno starostjo 17,3 let. Uporabili smo metodo priložnostnega vzorčenja. Podatki so bili analizirani s pomočjo induktivnega in deduktivnega pristopa. Hi-kvadrat test je bil uporabljen za analizo razlik med spoloma. Večina moralnih dilem na družbenih medijih se je pojavila v kontekstu prijateljev, nobena dilema se ni pojavila v kontekstu staršev ali učiteljev. Konflikti moralnih dilem na družbenih medijih so se največkrat nanašali na (ne)odzivanje na neprimerno vsebino, (ne)deljenje neprimerne vsebine in vprašanje (ne)iskrenosti s prijatelji na družbenih medijih. Vsebinsko moralnih dilem smo analizirali po Teoriji moralnih temeljev. Skrb in poštenost sta predstavljala moralni temelj v večini dilem. Mladostnice so navedle več dilem s temeljem Skrb kot mladostniki. Rezultati te študije pomembno pripomorejo k razumevanju, kako mladostniki zaznavajo (ne)moralnost na družbenih medijih, hkrati pa so nam lahko v pomoč pri načrtovanju moralne vzgoje v kontekstu družbenih medijev.

### Spoprijemalno vedenje ter prekomerna in škodljiva raba digitalnih naprav

David Gosar<sup>1</sup>, Petra Belina<sup>2</sup>, Špela Selak<sup>3</sup> in Dušica Boben<sup>4</sup>  
davidgosar@yahoo.com

<sup>1</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

<sup>2</sup>Nacionalni inštitut za javno zdravje

<sup>3</sup>LogOut – Center pomoči pri prekomerni rabi interneta

<sup>4</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

2-U\_02-04

Prekomerna in škodljiva raba digitalnih naprav s strani otrok in mladostnikov sta prepoznani kot dva izmed trenutno najbolj perečih javnozdravstvenih problemov, njuno raziskovanje pa mnogi vidijo kot prioritete psihološke znanosti. Dosedanje raziskave neučinkovito spoprijemalno vedenje mladih umeščajo med nekatere najbolj obetavne psihološke mehanizme, ki bi nam lahko pomagali razložiti, zakaj se pri nekaterih mladih ob soočanju s stresom in tesnobo razvijejo vzorci prekomerne ali škodljive rabe računalniških videoiger in/ali spleta. V naši raziskavi smo povezanost spoprijemalnega vedenja s prekomerno in škodljivo rabo digitalnih naprav preučili v normativni skupini 1407 mladostnikov in mladostnic (55,1% ženskega spola) s povprečno starostjo 14,1 let (SD = 1,8 let). Vsi so izpolnili tri vprašalnike za ocenjevanje simptomov prekomerne rabe interneta ter računalniških videoiger (IAT, IDS9-SF, IGDS-9F) ter slovensko različico vprašalnika o spoprijemalnem vedenju mladostnikov ACS-2 Frydenbergove in Lewisa (2022). Vključili smo tudi klinično skupino 29 mladostnikov, ki so poiskali strokovno pomoč

zaradi prekomerne ali škodljive rabe digitalnih naprav. Po tem ko smo s pomočjo latentne analize razredov v normativni skupini mladostnikov opredelili dve podskupini s povečanim tveganjem za prekomerno ali škodljivo rabo interneta in/ali računalniških videoiger, smo ugotovili, da so zanje značilne bistveno manj učinkovite spoprijemalne strategije. Osebe, ki smo jih umestili v skupino s povečanim tveganjem za škodljivo rabo interneta, so izkazovale več manj učinkovitega soočanja (Cohen  $d = 0,76$ ) ter manj učinkovitih strategij spoprijemanja (Cohen  $d = -0,40$ ). Pri osebah s povečanim tveganjem je še posebej izstopala večja potreba po takojšnjem zmanjšanju napetosti (Cohen  $d = 0,74$ ) ter manjša zmožnost doseči nekaj s trdim delom (Cohen  $d = -0,81$ ). Enaki trendi so veljali tudi za tiste, za katere so bili značilni simptomi škodljive rabe videoiger, ter za mlade v klinični skupini. Na podlagi naših rezultatov ocenjujemo, da intervencije, usmerjene na spoprijemalno vedenje, predstavljajo pomemben način zmanjšanja tveganja za prekomerno in škodljivo rabo digitalnih naprav.

### Razvoj vprašalnika zaznane verodostojnosti globokih ponaredkov

Nejc Plohl<sup>1</sup>, Izidor Mlakar<sup>1</sup>, Letizia Aquilino<sup>2,3</sup>, Piercosma Bisconti<sup>2</sup>, Federica Russo<sup>4</sup> in Urška Smrke<sup>5</sup>  
nejc.plohl@um.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>2</sup>DEXAI – Artificial Ethics, Rim, Italija

<sup>3</sup>Catholic University of the Sacred Heart Milano

<sup>4</sup>University of Amsterdam

<sup>5</sup>Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko UM

2-U\_02-05

Čeprav tehnološki napredek prinaša številne koristi, ima tudi negativno plat. Ena od pomembnih nevarnosti sodobne tehnologije je enostavnost oblikovanja in širjenja lažnih vsebin, pri čemer slednje postajajo tudi vedno bolj dodelane in prepričljive. To je še posebej opazno v primeru t. i. globokih ponaredkov (angl. deepfakes), pri katerih je oseba na obstoječi sliki ali videoposnetku zamenjana z nekom drugim. Pretekle raziskave razkrivajo, da ljudje – kljub prepričanju, da smo v tem dobri – globoke ponaredke izrazito slabo prepoznavamo, kar lahko v naslednjem koraku vodi do napačne informiranosti in odločitev, ki temeljijo na napačnih predpostavkah. Da bi bolje razumeli, kateri vidiki globokih ponaredkov prispevajo k tem, da jim osebe zaupajo, smo v okviru evropskega projekta SOLARIS (št. sporazuma: 101094665) razvili vprašalnik zaznane verodostojnosti globokih ponaredkov, pri čemer so nas ožje zanimale zaznave tovrstnih videoposnetkov. Razvoj je potekal v več korakih. V prvem koraku smo na podlagi preteklih sorodnih vprašalnikov, intervjujev, v katerih so udeleženci (N = 26) na glas razmišljali o manipuliranih in avtentičnih videoposnetkih ter algoritmov, zmožnih generiranja postavk, oblikovali večji bazen potencialnih trditev v angleškem jeziku. V drugem koraku smo s pomočjo strokovnjakov (N = 12) analizirali vsebinsko veljavnost vprašalnika, ga skrajšali in prevedli v slovenski in italijanski jezik. V tretjem, zadnjem koraku, smo preko spleta izvedli večjo presečno raziskavo v treh državah

(priložnostni vzorec več kot 600 udeležencev, ki se med seboj razlikujejo po starosti in drugih demografskih podatkih), opravili psihometrične analize in ustvarili končno verzijo vprašalnika. Izhajajoči vprašalnik predstavlja prvi veljaven in zanesljiv instrument za merjenje zaznane verodostojnosti globokih ponaredkov v obliki videoposnetkov. Ker celovito zajema različne vidike, ki so relevantni v tem kontekstu (npr. vidike vsebine, izgleda in vedenja osebe na posnetku, vira in konteksta), omogoča niansirano razumevanje tega, v katerih primerih so posamezniki bolj nagnjeni k zaupanju tovrstnim vsebinam. Vprašalnik bo uporabljen v nadaljnjih fazah projekta, prav tako pa je odprto dostopen za uporabo v drugih raziskavah.

## Notranji svet in njegov vpliv na zdravje ter medosebne odnose

2-U\_03

### Umetna gravitacija

Bor Sojar Voglar<sup>1</sup>  
bor.sojar-voglar@prva-gimnazija.org  
<sup>1</sup>Prva gimnazija Maribor

2-U\_03-01

Dolgotrajno bivanje v breztežnostnem prostoru prinese s seboj številne kratkotrajne in kronične fiziološke ter duševne spremembe. Na nekatere se lahko posamezniki hitro prilagodijo, na druge pa se je potrebno prilagajati dlje časa. Ob povratku v osnovne življenjske pogoje je potrebna ponovna prilagoditev, ki traja približno enako dolgo, nekatere fiziološke in duševne posledice pa lahko ostanejo celo trajne. Za vesoljske misije, ki bi za eno posadko trajale več desetletij, bi zato morali ustvariti okolje z umetno gravitacijo. Različni teoretični modeli naprav, pretežno rotirajočih koles ali cevi za ustvarjanje centripetalne sile, s katero bi lahko simulirali okolje, ki bi bilo podobno razmeram na Zemlji, še niso bili uresničeni, čeprav je prvi uporabni koncept umetne gravitacije osnoval inženir slovenskega porekla Herman Potočnik Noordung že leta 1929. Raziskave v rotirajočih sobah so pokazale, da je centripetalna sila dober približek gravitaciji zgolj mirujočim osebam na robu rotirajočega kolesa. Vsakršno premikanje po prostoru in manipuliranje s predmeti pa rezultira v značilnih zaznavnih iluzijah in intenzivni potovalni slabosti. Namen predstavitve je pojasnitev pomena gravitacije na naš organizem ter prikaz težav, ki jih imajo posamezni koncepti rešitev, predvsem Coriolisovega pojava, zaradi katerega dobimo iluzije delovanja dodatnih sil na gibanje predmetov v okolju, neenakomerne porazdeljenosti sil na različne dele telesa glede na oddaljenost od tal, vestibularnih iluzij, kot je npr. somatogiralna iluzija, ter potovalne slabosti, zaradi katere je premikanje glave v rotirajočem okolju skoraj neizvedljivo.

## Subjektivna zaznava situacij ob izpolnjevanju nalog ustvarjalnosti in njena napovedna veljavnost za vsakodnevno tehnično/znanstveno ustvarjalnost

Andreja Avsec<sup>1</sup>, Lina Faletič<sup>2</sup> in Valentin Bucik<sup>1</sup>  
andreja.avsec@ff.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL  
<sup>2</sup>Pedagoška fakulteta UP

2-U\_03-02

V raziskavi nas je zanimalo, kako udeleženci zaznavajo situacijo ob izpolnjevanju divergentnih in konvergentnih nalog, kako je ta zaznava povezana z uspešnostjo na teh nalogah ter kako ta uspešnost napoveduje vsakodnevno tehnično/znanstveno ustvarjalnost. V raziskavo smo vključili 250 študentov, ki so izpolnili Vprašalnik velikih pet BFI, Kaufmanov vprašalnik ustvarjalnih področij K-DOCS in mere konvergentnega in divergentnega mišljenja. Z Vprašalnikom o psihološkem profilu situacije DIAMONDS-S8 so udeleženci ocenili tudi svojo subjektivno zaznavo situacije pri izpolnjevanju konvergentnih in divergentnih nalog. Rezultati kažejo, da kljub načeloma uniformni testni situaciji DIAMONDS dimenzije (intelekt, pozitivnost, družabnost) pojasnjujejo 17 % variance konvergentnih nalog in le 3 % variance divergentnih nalog (dimenzija ovire). Z analizo poti smo tudi preverili model, v katerega smo kot napovednike samoocene tehnične/znanstvene ustvarjalnosti vključili osebnostne lastnosti, konvergentno in divergentno mišljenje ter dimenzije situacije kot njune napovednike. Kot značilni napovedniki tehnične/znanstvene ustvarjalnosti so se izkazali konvergentno mišljenje, odprtost in nevroticizem. Zaključimo lahko, da ima subjektivna zaznava situacij pomembno vlogo pri izpolnjevanju nalog ustvarjalnega potenciala in da je potrebno pri razumevanju posameznikovega ustvarjalnega vedenja upoštevati tudi subjektivno zaznavo situacijo, kar nam zelo sistematično nudi taksonomija DIAMONDS.

## Ukvarjanje s sanjami: povezava med sanjskim in budnim svetom

Gaja Rupena<sup>1</sup>, Maja Smrdu<sup>1</sup> in Elara Udvardi<sup>1</sup>  
gajaa.rupena@gmail.com  
<sup>1</sup>FAMNIT UP

2-U\_03-03

Dosedanje raziskave kažejo, da je ukvarjanje s sanjami povezano s spremembami v vedenju, dožemanju sanj, duhovnim blagostanjem in tudi s spremenjenim odnosom do sebe, drugih in življenja. Pozitivno je povezano tudi z duševno simptomatiko, življenjskim smislom, kognitivnimi procesi in pripomore k posameznikovemu razumevanju sebe in dogodkov iz osebnega življenja. Namen kvalitativne raziskave je bil preučiti povezavo ukvarjanja s sanjami s posameznikovim dožemanjem sebe, sanj, drugih ljudi, sveta in življenja. Sodelovalo je enajst udeležencev, starih od 22 do 46 let (SD = 9), pri čemer je bila povprečna starost udeležencev

30 let. V raziskavo so bili vključeni štirje moški in sedem žensk, ki so z odgovarjanjem na vprašanja polstrukturiranega intervjuja poročali o svojem ukvarjanju s sanjami in učinkih, ki jih pri tem zaznavajo. Rezultati kažejo, da so ti učinki in način doživljanja sanj pogojeni z namenom in poglobljenostjo dela s sanjami. Analiza je pokazala, da se ob ukvarjanju s sanjami z željo po spoznavanju sebe to odraža tudi v življenju udeležencev, da jim sanje pomagajo pri njihovem osebnem razvoju, prepoznavanju vzorcev, usmeritvah v življenju in pri soočanju z bolj stresnimi oz. bolj čustvenimi situacijami. Poročajo tudi o boljšem stiku z nezavednim in o vpogledu vase s širše, a manj osebne perspektive. Namen ukvarjanja s sanjami je lahko tudi doživljanje pozitivnih čustev in užitkov, zabava ter pobeg v lepši svet, ki pa lahko služi kot inspiracija. Redno ukvarjanje s sanjami tipično spremeni tudi posameznikov odnos do socialnega okolja in življenja, pri čemer udeleženci običajno zaznavajo večjo povezanost z drugimi, ter tako kot nase tudi na druge gledajo bolj poglobljeno in celostno. Udeleženci poročajo tudi o bolj zaupljivem, pomirjenem in varnem občutenju življenja ter bogatejšem doživljanju. Rezultati kažejo, da udeleženci zlasti lucidno sanjanje doživljajo pozitivno in poročajo o več pozitivnih učinkih. Skladno s tem bi se bilo smiselno v nadaljnjih raziskavah osredotočiti na lucidne sanje, tudi v povezavi z biopsihološkimi oziroma nevrološkimi metodami.

### **Osebna prožnost, dobri odnosi v razredu in ugodna razredna klima: varovalni dejavniki pred izkušnjami medvrstniškega nasilja**

Tina Pirc<sup>1</sup>, Anja Marinšek<sup>2</sup> in Mateja Štirn<sup>2</sup>

tina.pirc@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>ISA institut – Institut za psihološko svetovanje in izobraževalno razvojne projekte

2-U\_03-04

Poznavanje dejavnikov izvajanja in doživljanja medvrstniškega nasilja tako na ravni učencev kot na ravni razreda oz. odnosov med učenci in učitelji nam pomaga usmeriti pozornost na nekatere ključne elemente, ki bi jih bilo smiselno vključiti oz. poudarjati in nasloviti v programih za preprečevanje tega pojava. Zato je bil eden izmed ciljev raziskave, ki je potekala v okviru Programa NEON – Varni brez nasilja: Za varna in podporna okolja in prihodnost, ugotoviti, kako izbrani dejavniki delujejo na pogostost izvajanja in doživljanja medvrstniškega nasilja. V raziskavi je sodelovalo 2183 učencev 4. in 5. razredov iz 36 slovenskih osnovnih šol. Učenci so ocenili razredno klimo, pozitivne in negativne vidike odnosa med njimi in učitelji–razredniki ter kako pogosto so izvajali oz. doživljali medvrstniško nasilje v tekočem šolskem letu. Poleg tega smo pridobili še podatke o njihovi zaznani osebni prožnosti in občutku pripadnosti razredu. Rezultati multiple regresijske analize so pokazali, da z vključenimi napovedniki lahko pojasnimo 34 % variance pri izvajanju medvrstniškega nasilja, pri čemer so izvajanje nasilja značilno napovedovali manj ugodna klima in negativni odnosi z učitelji. Bolj pogosto so medvrstniško nasilje izvajali učenci, ki so ga tudi doživljali, ter tisti, ki so manj osebno

prožni, a imajo višji občutek pripadnosti razredu. Pojasnili smo lahko tudi 48 % razlik med učenci v doživljanju medvrstniškega nasilja. Kot najznačilnejši varovalni dejavniki so se pokazali odsotnost negativnih odnosov z učitelji–razredniki, ugodna razredna klima, njihov občutek pripadanja razredu, manj pogosta vključenost v izvajanje medvrstniškega nasilja in osebna prožnost. Rezultati obeh modelov kažejo na izjemen pomen sistematičnega razvijanja osebne prožnosti in promocije aktivnosti za krepitev odnosov med učenci in učitelji ter spodbujanje varne in podporne razredne klime.

### **Sindrom nočnega hranjenja in sorodni vzorci**

Tinkara Bolta<sup>1</sup>, Maja Smrdu<sup>1</sup> in Lina Šenica<sup>1</sup>

maja.smrdu@upr.si

<sup>1</sup>FAMNIT UP

2-U\_03-05

Sindrom nočnega hranjenja je motnja hranjenja, pri kateri je prisotno abnormalno povečanje vnosa hrane zvečer in/ali ponoči, vsaj dvakrat na teden, vsaj 3 mesece. Osebe se tega zavedajo in se epizod nočnega hranjenja spominjajo, prisotni pa so lahko tudi izpuščanje zajtrka, težave s spanjem, zbujanje ponoči, prepričanje, da brez hrane ni mogoče zaspati, in slabše večerno razpoloženje. Naš namen je bil izvesti kvalitativno študijo ter preveriti, kakšne so spalne in prehranjevalne navade posameznikov, ki se prehranjujejo ponoči, kako doživljajo svoje nočno hranjenje in kateri dejavniki se povezujejo z nočnim hranjenjem. V končno analizo je bilo vključenih šest od osmih udeležencev (dva moška in štiri ženske), ki so ustrezali definiciji nočnega hranjenja. Ugotovili smo, da se nočno hranjenje lahko kaže na več različnih načinov, od manjših odstopanj od normalnih prehranjevalnih navad (občasno nočno prehranjevanje, manjše količine hrane in zavedanje problema), do kliničnih primerov (vsakodnevno nočno prehranjevanje, večji obroki in zanikanje problema). Iz odgovorov udeležencev smo razbrali številne dejavnike, ključne za razumevanje nočnega hranjenja, ki smo jih razdelili v štiri skupine: sprožilci, dejavniki tveganja, vzdrževalni in varovalni dejavniki. Dnevno omejevanje hrane, občutek lakote, slabo razpoloženje, utrujenost, stres in menstrualni cikl so nekateri od dejavnikov, ki lahko sprožijo nočno hranjenje. Nespečnost, vpliv družbe, slaba samopodoba in negativen odnos do hrane predstavljajo najpogostejše dejavnike tveganja. Nočno prehranjevanje vzdržujejo npr. občutek pomiritve, pozitivno vrednotenje nočnega hranjenja, zmanjšano zavedanje problema, izogibajoč način soočanja s problemi in obrambni mehanizmi, kot sta zanikanje in racionalizacija. Pozitiven odnos do hrane, partnerska zveza, čustvena stabilnost in zadovoljstvo z življenjem pa predstavljajo varovalne dejavnike. Doživljanje nočnega hranjenja se razlikuje tekom nočnega hranjenja in po njem, v obeh so posamezni navedeni dejavniki različno izraženi in značilni. Dobljene ugotovitve kažejo na kompleksnost sindroma in na pomen spremljanja sorodnih vzorcev, saj lahko ti izražajo sorodne stiske kot sindrom ter so lahko predhodnik klinične oblike sindroma.



## Psihološki vidiki človeškega vedenja v različnih kontekstih

3-U\_04

### Oblikovanje slovenskega vprašalnika nacionalizma: pilotna študija

Renata Marčič<sup>1</sup>, Bor Kumperščak<sup>1</sup>, Cirila Peklaj<sup>1</sup>, Matija Svetina<sup>1</sup>  
in Joseph A. Erickson<sup>2</sup>

renata.marcic@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Education Department, Augsburg University

3-U\_04-01

Pri oblikovanju vprašalnika smo izhajali iz dvojne konceptualizacije nacionalne identitete kot patriotizma in nacionalizma ter dodali elemente, ki upoštevajo zgodovinske in trenutne razmere na področju priseljencev v Sloveniji. Pri tem smo sodelovali raziskovalci Oddelka za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani in univerze Augsburg iz Minneapolisa v ZDA. Začetni nabor 45 trditev je bil sestavljen s pomočjo instrumentov, ki so jih že uporabljali v raziskavah po Evropi, ter novooblikovanih trditev, specifičnih za slovenske razmere. Pred aplikacijo smo jih razvrstili v štiri kategorije: tuji kot kulturna in ekonomska grožnja (določen del postavk se je nanašal samo na muslimane), ohranjanje slovenske kulture (predvsem postavke o slovenski nacionalni identiteti), slovenski jezik (pomembnost pravilne uporabe jezika) in pozitivna stališča do priseljencev (npr. skrb države za priseljence). Pilotna študija je zajela priložnostni vzorec 189 oseb, 72 % žensk in 27 % moških, starih med 16 in 60 let ( $M_e = 21$ ), večinoma s slovenskim državljanstvom (90 %) in nepriseljencev (91 %). Na zbranih podatkih smo izvedli eksploratorno faktorsko analizo, kjer se je kot najustreznejši izkazal petfaktorski model, ki se v veliki meri sklada s predvidevanji. Prvi faktor, Novi priseljenci kot grožnja, vsebuje 12 postavk, ki se nanašajo na doživljanje priseljencev kot ekonomsko in kulturno grožnjo (zanesljivost 0,90). Drugi faktor, Odnos do muslimanov, vsebuje 6 postavk, ki zajemajo predvsem izogibanje stika z muslimani (zanesljivost 0,88). Tretji faktor, Enakovredna obravnava priseljencev, vsebuje 8 postavk, ki izražajo sprejemanje priseljencev in prizadevanje za njihovo enakovredno obravnavo (zanesljivost 0,82). Četrty faktor, Patriotizem, vsebuje tri postavke, ki izražajo pomembnost slovenske identitete za posameznika (zanesljivost 0,90). Peti faktor, Nacionalizem, vsebuje 6 postavk, ki se nanašajo na pripisovanje bolj pozitivnih lastnosti ljudem slovenske narodnosti (zanesljivost 0,77). S pilotno študijo smo dobili nekaj informacij o komponentah nacionalizma v Sloveniji in precej odprtih vprašanj, na katera bo potrebno odgovoriti z nadaljnjimi raziskavami.

## Odnosno zakriva vsebinsko: povezava med nivoji komunikacije in etičnimi dilemami

Jar Žiga Marušič<sup>1</sup>, Špela Cvikl<sup>2</sup> in Maja Smrdu<sup>1,3</sup>  
jar.marusic@famnit.upr.si

<sup>1</sup>FAMNIT UP

<sup>2</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Trbovlje

<sup>3</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Koper

3-U\_04-02

Watzlawick in sodelavci so postavili tezo, da ima vsaka komunikacijska situacija dva nivoja – vsebinski nivo prenosa informacij skozi dobesedno vsebino sporočila in metakomunikativni oziroma odnosni nivo, na katerem se prenašajo implicitna sporočila glede odnosa med komunikatorji. V sodobni socialni psihologiji podobno ozavešča vlogo odnosnega nivoja komuniciranja v socialnih interakcijah tudi Hansonova nadgradnja teorije signalizacije. Po tej teoriji človeška kognicija služi predvsem optimizaciji aktivnosti v “sivi coni” družbe – prostoru, kjer uspešno zakrijemo egocentrično motivirano kršitev neke norme (hkrati pa smo občutljivi na tovrstno vedenje pri drugih – to naj bi bilo primarno gonilo človeškega kognitivnega razvoja). Ljudje smo zato občutljivi na implicitne signale (odnosni nivo), ki jih pošiljamo skozi vedenje v socialnih interakcijah – s tem zaobidemo potencialno zavajajoči vsebinski nivo. Upravičevanje sebično motiviranih dejanj s sklicevanjem na norme in meta-norme skupnosti je torej zelo pogosta “igra”, s katero se soočamo v vsakdanjem življenju. Namen prispevka je opozoriti na to sivo področje, s katerim se soočamo na različnih aplikativnih področjih psihologije, ter razmisliti o načinih soočanja s tem. Skozi okvire multiple študije primerov bomo predstavili (z ustreznim zakrivanjem identitete vseh udeležencev) tri primere, ki ponazarjajo tovrstne situacije. Prvi je primer športnika, ki je po 20 letih svojega trenerja obtožil domnevne spolne in čustvene zlorabe. Prijava je bila posredovana na več institucij. Po več mesecih uradnega raziskovanja dogodkov, so vsi, ki so bili prisotni v situaciji, kakršne koli elemente zlorabe, zanimali. Drugi primer je, več kot leto trajajoče, prijavljanje pacienta psihologa, na različne institucije, zaradi domnevno neustreznega odnosa tekem psihološkega pregleda. Nobena preiskava tega ni potrdila. Tretji je primer obtožbe mlajšega moškega posilstva. Po dveh letih sodnih obravnav je bila obtožba zavržena na vseh stopnjah sodišča. V vseh teh primerih se je pokazalo, da oseba, ki se je predstavljala kot žrtev, to počela na osnovi odnosnega in ne vsebinskega nivoja komunikacije, s čimer se je obtoženim povzročila večja psihološka stiska. Prikazani primeri služijo kot izhodišče za razpravo o etičnih dilemah, ki jih odpre dejstvo tovrstne odnosne naravnosti človeka in družbe.

## Vloga psihologa v pomoči ženskam, žrtvam nasilja v družini

Adrijana Špolad Grča<sup>1</sup>  
nadiza.kamen@gmail.com

<sup>1</sup>Enota Sežana, Center za socialno delo Južna Primorska

3-U\_04-03

Nasilje je pereča družbena tema, še bolj pa osebna travma. Ženske, žrtve nasilja v družini, so sicer v naši državi pravno in strokovno dobro zaščitene. Poleg zakonov, ki jih izvajajo institucije ter dobro usposobljeni strokovnjaki, po prvi fazi, ko je poskrbljeno za varnost ter zaščito žrtve nasilja v družini, slednje potrebujejo tudi strokovno pomoč – svetovanje in terapijo, da se opolnomočijo po teh zaznamujočih dogodkih, občutkih ter posledicah preživetega. Psihologi na CSD lahko delamo z njimi bodisi na zaščiti bodisi pri svetovalnem / terapevtskem delu. Ocenjujemo, da je potrebno žrtvam nasilja v družini, potem ko so varne, zagotoviti brezplačno svetovalno/terapevtsko pomoč, da si lahko poiščejo/osnujejo bodoče partnerske odnose, kjer ne bo nasilja. Za to potrebujejo dostopne strokovne pomoči – tudi znotraj CSD, saj ima marsikatera finančne težave in težave s prevozom, so izven domačega okolja, na varnih lokacijah, tako da si svetovanja/terapije ne morejo privoščiti. V tej predstavitvi bomo prikazali supervizirani primer vedenjsko kognitivne terapije odrasle ženske, žrtve nasilja v družini. Ključno je, da žrtve nasilja v družini raziščejo svoja prepričanja o sebi, svetu, svoja bazična prepričanja o svoji vrednosti in pomembnosti, svoje vedenje, da jih ocenijo v luči funkcionalnosti lastne zaščite ter za načrtovanje kvalitetnejšega življenja.

## Razpoložljivost v svetu

Dino Manzoni<sup>1</sup>  
dino.manzoni@zrc-sazu.si

<sup>1</sup>Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU

3-U\_04-04

Razpoložljiva navadno razumemo kot nizkointenzivna in dlje trajajoča afektivna stanja, ki jim največkrat ne moremo pripisati jasnega neposrednega vzroka ali objekta nanašanja. Klinični opisi psihopatoloških stanj, ki jih beležijo fenomenološke raziskave, pa nam razkrivajo, da razpoložljivost bistveno determinira posameznikovo temeljno razmerje z drugimi in svetom kot takim. Tako npr. osebe z diagnosticirano depresivno motnjo okolni svet doživljajo kot siv, nedomač, utesnjujoč, nepriljubljen, nesmiseln, obenem poročajo o občutkih izoliranosti od (intersubjektivnega) sveta, ki si ga delimo z drugimi. V prispevku bomo na tej podlagi zagovarjali, da je razpoložljiva mogoče konceptualizirati kot globalna afektivna stanja, skozi katera se posamezniku razkriva (doživljajski) svet kot celota in ne kot zgolj izolirana, v notranjosti lokalizirana privatna duševna stanja. Razpoložljiva tako vselej sodoločajo percepcijo sveta, četudi se ne nanašajo neposredno na posamične stvari v svetu (nimajo strukture subjekt-objekt), marveč zadevajo stvarnost kot celoto. Stvari v svetu, njihov prostor in

(socialno) okolje vedno že določajo afektivna razsežnost, ton in kvaliteta, ki odražajo posameznikovo razpoložljivost. Tako pa so afektivno obeleženi tudi medosebni odnosi. Narava čustvenih stanj, na podlagi katerih se že od rojstva tvorijo posameznikove socialne vezi, je primarno relacijska. Razpoložljiva in čustva si individuuumi delijo. V tem oziru šele lahko govorimo o afektivni atmosferi, klimi, vzdušju, emocionalno nabitem ozračju ali kolektivnem razpoložljivju in o fenomenu čustvene “naležljivosti”. Razpoložljiva, čustva posameznika prevzamejo ter so vselej utelešena v partikularni (socialni) situaciji, kontekstu. Ne moremo jih torej enostavno pojasniti kot seštevka posameznih individualnih čustev ali niza duševnih stanj, nasprotno, obravnavani bi morali biti s perspektive forme (gestalta), kot ireduktibilna totaliteta. Znotraj tega dispozitiva so pojmovani kot emergentni pojavi, ki jih ni mogoče preprosto reducirati na posamezen doživljaj ali razložiti s perspektive izolirane, vase zaprte privatne duševne sfere individuuma. Razpoložljivost tako v veliki meri določajo in koregulirajo socialne interakcije, odnosi z drugimi ter širši družbeni kontekst in (med)kulturno okolje.

## Moralno presojanje in politična usmerjenost – priredba Haidtovega modela moralnih temeljev

Jar Žiga Marušič<sup>1</sup> in Uroš Sergaš<sup>1</sup>

jar.marusic@gmail.com

<sup>1</sup>FAMNIT UP

3-U\_04-05

V sodobni socialni psihologiji se je na področju moralnega presojanja uveljavil Haidtov moralni intuicionizem. Slednji moralno presojanje pojmuje kot intuitivno sodbo, oprto na enega izmed petih t. i. moralnih temeljev, ki so razdeljeni na dva skupka: “povezovalne” (avtoriteta, zvestoba in svetost) in “individualizirajoče” (izogibanje škodovanju in pravičnost), prvi so povezani z dobrobitjo skupine, drugi pa z dobrobitjo posameznika. Ključne razlike v izraženosti moralnih temeljev se pojavijo glede na politično usmerjenost. Raziskave Haidta in sodelavcev nakazujejo, da imajo konzervativni ljudje enakomerno izraženih vseh pet moralnih temeljev, liberalni pa visoko izražena individualizirajoča temelja in nizko izražene povezovalne temelje. Za merjenje izraženosti moralnih temeljev se uporablja vprašalnik Moral foundations questionnaire (MFQ), sestavljen iz 30 postavk, razdeljenih na dva dela. V prvem delu udeleženci ocenjujejo koliko so jim kriteriji (povezani s posameznimi temelji) pomembni pri moralnem presojanju, v drugem pa izražajo strinjanje z različnimi moralnimi sodbami. Predstavili bomo pilotno študijo, ki preverja, ali se Haidtov zaključek nizkih povezovalnih temeljev (torej nizke preference za lastno skupino) pri liberalno usmerjenih posameznikih replicira tudi z manjšo prilagoditvijo vprašalnika MFQ. Obstoječim močno konzervativno kodiranim postavkam (pojmi “bog”, “tradicije”, “predanost domovini”...) za povezovalne temelje smo dodali še liberalno kodirane alternative, izbrane glede na literaturo o korelatih politične usmerjenosti. Udeleženci bodo hkrati rešili še demografski vprašalnik, kjer bodo opredelili svojo politično usmerjenost. Raziskovalno vprašanje bo torej: Se razlika med tipično liberalno in konzervativno

matrico temeljev reproducira tudi ob dodatku liberalno kodiranih povezovalnih postavk? Pričakujemo, da bodo tako konzervativni kot liberalni udeleženci izkazali občutljivost na povezovalne moralne temelje, vendar vsaka skupina na tiste, ki so ustrezno politično kodirani. S tem skušamo popraviti pomanjkljivosti originalnega MFQ: predpostavko univerzalnosti skupinsko-specifičnih "krepostnih besed" (ang. virtue word) in idejo, da lahko člani socialne tvorbe, ki obarva njihovo socialno identiteto, na podlagi načel te tvorbe presežejo principe skupinske dinamike.

## **Psihološki vidiki učenja in razvoja v šolskem okolju**

3-U\_05

### **Stres in spoprijemanje z njim v luči primanjkljajev na posameznih področjih učenja**

Mateja Gubenšek<sup>1</sup>, Milena Košak Babuder<sup>1</sup> in Mojca Poredoš<sup>1</sup>  
mojca.poredos@pef.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UL

3-U\_05-01

Stres ima pomemben učinek na različne vidike posameznikovega življenja od najzgodnjega otroštva do pozne starosti, zato je pomembno, da se z njim učinkovito spoprijemamo. V času osnovnošolskega izobraževanja, ki poteka v obdobju poznega otroštva in mladostništva, se učenci in učenke spoprijemajo z vse več stresorji, razvijajo raznolike strategije spoprijemanja s stresom in krepijo rezilientnost. Pomemben stresor učencem in učenkam pogosto predstavlja ocenjevanje in učni uspeh, ki je pri učencih in učenkah s primanjkljaji na posameznih področjih učenja (PPPU) značilno slabši kot pri učenkah in učencih brez primanjkljajev. V raziskavi smo se zato osredotočili na povezanost in odnose med strategijami spoprijemanja s stresom, rezilientnostjo in ravno stresa pri učencih in učenkah s PPPU in brez njih. Predpostavili smo mediacijski model, v katerem rezilientnost nastopa kot mediator med kognitivnimi strategijami spoprijemanja in ravno doživetega stresa. V raziskavo smo vključili 24 ekvivalentnih parov učenk in učencev s PPPU in brez (N = 58). V celotnem vzorcu je bilo 24 učenk (41,4 %) in 34 učencev (58,6 %), ki so obiskovali 6. do 9. razred. Podatke smo zbrali s ključnimi demografskimi vprašanji in tremi osrednjimi vprašalniki, vprašalnikom o doživljanju stresa pri otrocih (ang. Stress in children questionnaire – SiC), vprašalnikom kognitivnega spoprijemanja s čustvi (ang. Cognitive emotion regulation questionnaire – CERQ) in Connor-Davidsonove lestvice osebne prožnosti (ang. Connor-Davidson resilience scale – CD-RISC). Obdelali pa smo jih s pomočjo programov SPSS in JASP. Ugotovili smo, da pogostejša raba pozitivnih strategij spoprijemanja s stresom (sprijaznjenja, pozitivne preusmeritve, preusmeritve k načrtovanju, pozitivno prevrednotenje situacije in postavljanje v perspektivo) ter manj pogosta raba negativnih strategij spoprijemanja s

stresom (samoobtoževanje, ruminiranje, katastrofiziranje in obtoževanje drugih) prispeva k višji ravni stresa pri učencih zgolj posredno preko rezilientnosti, ne pa tudi neposredno. Skupen učinek (direkten in nedirekten) je bil statistično značilen zgolj za pozitivne strategije spoprijemanja s stresom, pri čemer je raven negativnih strategij spoprijemanja s stresom značilno napovedoval moški spol, raven rezilientnosti pa povprečna ocena pri matematiki, slovenščini in angleščini, ne pa tudi prisotnost PPPU. Skladno z rezultati je pri učencih in učenkah smiselno krepiti predvsem pozitivne strategije spoprijemanja s stresom in rezilientnost, saj oboje prispeva k nižji ravni stresa pri učencih s PPPU in brez njih.

### **Ocena bralne samopodobe mlajših učencev osnovne šole**

Urška Žerak<sup>1</sup>, Neža Podlogar<sup>1</sup> in Mojca Juriševič<sup>1</sup>  
urska.zerak@pef.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UL

3-U\_05-02

Na razvoj bralnih zmožnosti učencev poleg socialno-kulturnih, zaznavnih in spoznavnih dejavnikov pomembno vpliva tudi motivacija, še posebej pa njena prvina bralna samopodoba. Bralna samopodoba obsega zaznavo lastne bralne kompetentnosti in doživljanje sebe kot bralca, ta pa vpliva na izbor bralnega gradiva, čas branja in vztrajnost pri branju, bralno razumevanje ter prepričanost v prebrano. Intenzivno se razvija v obdobju začetnega opismenjevanja, ko učenec usvaja bralno tehniko in spoznava sebe v vlogi bralca. Oblikovana dobra bralna samopodoba pripomore k nadaljnjemu razvoju bralne pismenosti, kakovosti učenja in učni uspešnosti učencev, zato je pomembno, da jo znamo veljavno oceniti in spodbujati. V pričujoči študiji smo raziskovali kakovost pripomočkov za ocenjevanje bralne samopodobe mlajših učencev osnovne šole po zaključenem začetnem opismenjevanju. V raziskavo smo vključili 1317 učencev (51 % deklet) tretjega (32 %), četrtega (28 %) in petega razreda (40 %) iz 71 slovenskih osnovnih šol. Izpolnili so Chapmanov in Tunmerjev vprašalnik bralne samopodobe RSCS, Maršhevo lestvico bralne samopodobe iz vprašalnika SDQ I ter vprašalnik bralne samopodobe iz študije PIRLS 2021. Podatke o bralnih zmožnostih učencev smo pridobili preko samoocen in ocen učiteljev. Rezultati so pokazali ustrezno notranjo skladnost in faktorsko strukturo uporabljenih pripomočkov. Konstruktno veljavnost smo potrdili tudi s korelacijami med uporabljenimi merami bralne samopodobe ter korelacijami med njimi in učenčevo samooceno branja ter učiteljevo oceno učenčevega branja. Individualne razlike med učenci glede na spol in razred na uporabljenih vprašalnikih so pokazale podobne značilnosti bralne samopodobe, v prid deklicam in mlajšim učencem, v skladu s podobnimi raziskavami v mednarodnem prostoru. Izsledki raziskave bodo pripomogli k razpravi o kakovostnem merjenju bralne samopodobe mlajših učencev v slovenskem prostoru in v praksi prispevali k bolj informirani odločitvi o izbiri pripomočka za oceno bralne samopodobe učencev.

## Samoregulacijske spretnosti učencev nekoč in danes

Jaša Čebulj<sup>1</sup>

jasa.cebuj@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

3-U\_05-03

Učne navade se nanašajo na samoregulacijske spretnosti učencev, ki jim omogočajo fleksibilno usmerjanje procesa učenja do končnega učnega cilja. Za oceno teh spretnosti in načrtovanje učenja učenci psihologi in pedagogi v šolskem okolju pogosto uporabljajo Vprašalnik o učnih navadah za mladostnike – VUN (2021) avtorjev Thiel, Keller in Binder. Prvič je bil za slovenski prostor prirejen leta 1999. Namenjen je ocenjevanju kognitivnih vidikov učnih in delovnih navad kot tudi preverjanju motivacijskih, čustvenih, socialnih in osebnih vplivov na učne navade mladostnikov od 11. do 19. leta starosti. Glavna področja, ki jih VUN zajema, so: motivacija učenca (lestvice: raven aspiracije, odložitev potreb, storilnostna motivacija, učna motivacija, pričakovanje neuspeha in odvisnost od interesov), učne strategije (lestvice: oblikovanje učnih pogojev, vzdrževana pozornost, učna tehnika, predelava učne snovi, učni stil, kognitivni stil, sposobnost priklica in kontrola učne uspešnosti), čustva (lestvice: odpornost na stres, odpornost na neuspeh in občutje uspešnosti), socialni vidiki (lestvice: socialna odvisnost pri učenju in stališče do šole) ter lestvica samovrednotenja. V letu 2018 smo na Centru za psihodiagnostična sredstva izvedli ponovno normalizacijo. V standardizacijskem vzorcu je bilo 1214 učencev (52,6 % deklet), starih med 12 in 19 let, v normativnem vzorcu iz leta 2018 pa 2534 učencev (67 % deklet) med 11. in 20. letom starosti. V prispevku se bomo osredotočili na primerjavo povprečnih profilov učnih navad glede na spol in starost v letih 1998/1999 in 2018. Omejili se bomo na izkazane statistično značilne razlike, ki kažejo višji oz. srednje velik učinek, izpostavili bomo tudi nekatere podobnosti med obema vzorcema. Prav tako bomo primerjali odgovore mladostnikov med dvema obdobjema: koliko v povprečju na dan se učijo, ali oz. kako pogosto med počitnicami opravljajo počitniška dela, ali med šolskim letom opravljajo kakšna dela oz. pomagajo doma.

## Zakaj 'one-size-fits-all' ne deluje: učinkovitost programov za preprečevanje medvrstniškega nasilja v povezavi s starostjo

Sandra Terplan<sup>1</sup>, Katja Košir<sup>2</sup> in Vita Poštuvan<sup>3,4</sup>

sandra.terplan@student.um.si

<sup>1</sup>Srednja ekonomska šola in gimnazija Maribor

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>3</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>4</sup>FAMNIT UP

3-U\_05-04

Medvrstniško nasilje je kompleksen in večplasten pojav, ki zahteva premišljene in natančno usmerjene intervencije (Nyawo in Govender, 2022). Kljub temu pa veliko programov

za preprečevanje in odzivanje na medvrstniško nasilje sledi "one-size-fits-all" pristopu, kjer skuša ena sama, splošna intervencijska strategija zadovoljiti potrebe različnih starostnih skupin (Karna idr., 2015, Kelly idr., 2019, Limber idr., 2018). Tak poenoten pristop pogosto zanemarljivo pomembne razlike v dojetanju, razumevanju in reakcijah na nasilje, ki so značilne za različne starostne skupine (Arsenio in Lemerise, 2004), kar pa je ključno za uspešno obravnavo problema. Posamezniki iz različnih starostnih skupin se med seboj ne razlikujejo samo v dojetanju nasilja, temveč tudi v pogostosti in oblikah nasilja, ki jih doživljajo oz. izvajajo. Med mladostniki opazimo manj fizičnega, a več odnosnega nasilja v primerjavi z otroki. Zanemarjanje teh razlik lahko vodi do manj učinkovitih intervencij ali celo do situacij, kjer so strategije, ki so se izkazale za učinkovite pri mlajših otrocih, pri mladostnikih neučinkovite ali celo škodljive (Yeager idr., 2015). V prispevku si tako prizadevamo opozoriti na pomen raznolikosti in potrebo po diferencirani obravnavi medvrstniškega nasilja v odvisnosti od starosti udeležencev. Na podlagi pregleda literature bodo predstavljeni ključni dejavniki, ki jih je treba upoštevati pri oblikovanju intervencij za različne starostne skupine. Izpostavljene bodo tudi nekatere skupne značilnosti učinkovitih intervencij, ki so univerzalne in se jih lahko učinkovito uporablja pri udeležencih različne starosti.

## Profili učne samopodobe učencev 9. razreda osnovne šole

Neža Podlogar<sup>1</sup>, Luka Komidar<sup>2</sup> in Mojca Juriševič<sup>1</sup>

neza.podlogar@pef.uni-lj.si

<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UL

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

3-U\_05-05

Učna samopodoba je znanje o sebi kot učencu in eden najpomembnejših napovednikov učne uspešnosti v šoli. Pogosto je raziskovana z vidika spremenljivk samopodobe, manj pogoste pa so raziskave, ki se osredotočajo na posameznika in individualne razlike v učni samopodobi učencev na različnih področjih učenja, kar je bil osrednji cilj te raziskave. Vanjo je bilo vključenih 370 učencev (52 % deklet) 9. razreda iz 21 slovenskih osnovnih šol. Izpolnili so vprašalnik učne samopodobe, ki je vseboval tri področno specifične lestvice samopodobe (matematika, jezik in geografija) ter lestvico splošne učne samopodobe. Prav tako so učenci poročali o ocenah pri matematiki, slovenščini, geografiji in na splošno pri vseh predmetih v šolskem letu 2021/2022. Za namen razlikovanja med skupinami z različno učno samopodobo smo uporabili analizo latentnih profilov, s katero smo identificirali pet profilov učencev. Profili so se razlikovali kvantitativno (višina samopodobe) in kvalitativno (vzorec razlik med posameznimi področji). Delež deklet in fantov pri štirih profilih je bil približno enak, medtem ko se je pri enem profilu pojavila statistično značilna razlika glede na spol. V profilu z zelo nizko samopodobo na področju matematike, višjo samopodobo na področju geografije ter povprečno samopodobo na področju jezika in splošno učno samopodobo, je bilo dve tretjini deklet. Učna uspešnost



učencev je bila smiselno povezana z naravo ugotovljenih profilov. Rezultati prispevajo k bolj poglobljenemu razumevanju individualnih razlik v učni samopodobi učencev ter posledično narekujejo bolj usmerjene pedagoške pristope.

## Pomen duševnega zdravja v slovenskem okolju

4-U\_06

## Razvoj Employee Assistance Programa v Sloveniji

Katja Novak<sup>1</sup>

katja.novak@iri-lj.si

<sup>1</sup>Inštitut za razvoj in inovacije Ljubljana

4-U\_06-01

Employee assistance program (EAP) je mednarodno uveljavljena storitev, v okviru katere podjetje svojim zaposlenim in njihovim ožjim družinskim članom (partner, otroci) zagotavlja brezplačno 24/7 takojšnje in zaupno strokovno podporo pri razreševanju duševnih stisk. Svetovanja so številčno omejena (do 5 svetovanj na posamezno težavo), njihov namen pa je posameznikom omogočiti, da hitro in uspešno razrešijo težave, ki izvirajo iz zasebnega ali poklicnega življenja, še preden bi se poglobile ter pričele vplivati na posameznikovo počutje, delovno storilnost in podobno. Svetovanja izvajajo izkušeni svetovalci, ki so usposobljeni v različnih modalitetah terapevtskega dela (kratka v rešitev usmerjena terapija, vedenjsko-kognitivna terapija, zakonska in družinska terapija ...). Pomemben del EAP-ja predstavljajo stalne aktivnosti ozaveščanja zaposlenih o pomenu skrbi za duševno zdravje in pravočasnem iskanju pomoči v primeru težav. V okviru EAP-ja se izvaja tudi psihoedukacija vodij o psihološki prvi pomoči na delovnem mestu, zato da lahko z razumevanjem pristopijo do zaposlenih v stiski, se z njimi pogovorijo in jih spodbudijo k iskanju ustrezne strokovne pomoči. Čeprav je EAP v Sloveniji delovnim organizacijam na voljo dobro desetletje, ima program dolgo zgodovino, saj njegovi zametki segajo v štirideseta leta prejšnjega stoletja v ZDA. V začetku tega stoletja se je EAP pričel uveljavljati tudi drugod po svetu, dandanes pa je v delovnih organizacijah pomemben del strategije ohranjanja in krepitev duševnega zdravja ter dobrega počutja zaposlenih. Tudi v Sloveniji se vedno več delovnih organizacij odloča za vpeljavo EAP-ja, podatki o koriščenju svetovanj pa kažejo, da odstotek posameznikov, ki koristijo svetovanja, narašča. Največ posameznikov se odloča za osebna svetovanja, vse bolj aktualna postajajo tudi online svetovanja. Najpogosteje se posamezniki obrnejo po pomoč zaradi težav v zasebnem življenju (npr. konflikti s partnerjem ali z otroki, ločitev) in doživljanja duševnih stisk (npr. tesnoba). Program nenehno razvijamo v skladu z mednarodnimi smernicami ter zaznanimi potrebami delovnih organizacij in zaposlenih.

## Učinek pandemije na duševno zdravje žensk v prvem letu po porodu

Nina Malec<sup>1</sup>, Vislava Globevnik Velikonja<sup>2</sup>, Matija Svetina<sup>3</sup>, Ivan Verdenik<sup>2</sup>, Manja Kuzma Okorn<sup>4</sup> in Marijana Vidmar Šimic<sup>2</sup>

nina.malec@bolnisnica-go.si

<sup>1</sup>Splošna bolnišnica dr. Franca Derganca Nova Gorica<sup>2</sup>Ginekološka klinika UKC Ljubljana<sup>3</sup>Filozofska fakulteta UL<sup>4</sup>Onkološki inštitut UKC Ljubljana

4-U\_06-02

Raziskava se je začela v letu 2020 in je bila odobrena s strani Komisije za medicinsko etiko Republike Slovenije. K sodelovanju v raziskavi smo povabili ženske, ki so rodile v Porodnišnici Ljubljana v dveh različnih pogojih. V prvo skupino vzorca (N = 156) smo vključili udeleženke, ki so rodile v obdobju od 12. marca do 28. aprila 2020, ko je bil zaradi novonastalih razmer v času razglasitve epidemije COVID-19 v veljavi ukrep o popolni prepovedi spremljevalca pri porodu. Poleg omenjenega ukrepa, ki se je najbolj neposredno nanašal na porodnice, je vlada v tem obdobju sprejela vrsto drugih omejevalnih ukrepov, kot so zaprtje izobraževalnih ustanov, zaustavitev javnega prevoza, prepoved neposredne prodaje določenega blaga in storitev. V drugo skupino vzorca (N = 113) smo s časovnim zamikom dveh let (marec in april 2022) zajeli udeleženke, ki so pri porodu ob sebi lahko imele porodnega spremljevalca in pri katerih so bili protokoli obravnav v perinatalnem obdobju in javno življenje primerljivi s tistimi pred izbruhom pandemije. V pomladnih mesecih leta 2022 so bili v Sloveniji vsi najstrožji ukrepi, povezani s pandemijo, sproščeni. Vzorca, ki smo ju zajeli, sta v ključnih demografskih značilnostih primerljiva (spol, starost in SES), razlike v psiholoških izidih bomo posledično lahko pripisali stresnim okoliščinam, ki jih je narekovala epidemija. Skupini sta poleg demografskih značilnosti izenačeni tudi v časovnem obdobju poroda, pri čemer smo nadzorovali morebitni vpliv letnega časa na duševno zdravje žensk. Udeleženkam smo po soglasju za sodelovanje približno šest mesecev po porodu poslali spletno anketo. Poleg demografskih vprašanj, vprašanj, povezanih z dejavniki epidemije, in vprašanj o načinu poroda, smo v anketo vključili standardizirane vprašalnike za ocenjevanje depresivnosti, anksioznosti, postravmatske stresne motnje, izkušnje s porodom, zadovoljstva s partnerskim odnosom in strahu pred boleznijo/okužbo. Izvirni doprinos raziskave vidimo v boljšem razumevanju duševnih stisk po porodu, ki še vedno ostajajo slabše prepoznane in tabuizirane. Čeprav je bilo na področju raziskovanja anksioznosti, depresivnosti in tudi PTSM v obporodnem obdobju v svetovnem merilu narejenih že veliko raziskav, pojav komorbidnosti še vedno ni jasno opredeljen, kot tudi ne zaščitni dejavniki (npr. zadovoljstvo s partnerskim odnosom, s finančnim stanjem, s socialno oporo, z bivanjskimi razmerami). Preučevanje učinkov pandemije na duševno zdravje žensk predstavlja pomemben del v mozaiku razumevanja samega pojava najpogostejših duševnih stisk in motenj v obporodnem obdobju, kot tudi pri osvetljevanju različnih dejavnikov, ki imajo varovalni ali zaščitni pomen pri ohranjanju duševnega zdravja.

## Kak' pa je v službi?: program za duševno zdravje zaposlenih v veliki organizaciji

Barbara Zafošnik<sup>1</sup>

barbara.zafosnik@gmail.com

<sup>1</sup>Zavod za usposabljanje, delo in varstvo dr. Marijana Borštnarja Dornava

4-U\_06-03

Delovno okolje močno, a različno vpliva na naše duševno zdravje: lahko mu škodi, ga ščiti ali nas zdravi. V zadnjih desetih letih po vsej Evropi naraščajo absentizem, nezaposljivost ter invalidske upokojitve zaradi z delom povezanega stresa ter težav v duševnem zdravju. Na področju pomagalnih poklicev v zdravstvu in socialnem varstvu se večja kadrovska vrzel. Vzpostavljane pogojev, ki kar najbolj podpirajo pozitivne vidike zaposlenih in organizacije, ter obvladovanje psihosocialnih dejavnikov tveganja na delovnem mestu bi moralo postati sestavni del strateškega vodenja organizacij danes. V prispevku bom predstavila program za duševno zdravje na delovnem mestu, ki ga izvajam v socialnovarstveni organizaciji s 470 zaposlenimi. Izvaja se eno leto in poteka v organizaciji prvič.

Program je zastavljen petstopenjsko:

1. uvod in priprava terena (oblikovanje izhodišč in komunikacijske strategije, predstavitev programa strokovnemu svetu in vodjem),
2. organizacijska diagnostika (kadrovska analiza, kvalitativni podatki – polstrukturirani intervjuji z vodji oddelkov, fokusne skupine z zaposlenimi, kvantitativni podatki – analiza vprašalnika COPSQ III),
3. analiza stanja (triangulacija pridobljenih podatkov, določanje močnih in šibkih točk organizacije),
4. načrt aktivnosti in
5. izvajanje aktivnosti.

Prikazala bom učinkovite in manj učinkovite načine izvajanja programa, nekatere pasti in dileme, s katerimi se sreča psiholog pri izvajanju takega programa pri svojem delodajalcu, ter svojo vizijo programa za naslednjih 5 let.

## Metode samomora v Sloveniji: analiza trendov in sociodemografskih značilnosti med leti 2001-2020

Petra Mikolič<sup>1</sup>, Matej Vinko<sup>1</sup>, Nina Ropret<sup>1</sup> in Saška Roškar<sup>1</sup>

petra.mikolic@nijz.si

<sup>1</sup>Nacionalni inštitut za javno zdravje

4-U\_06-04

Med letoma 2001 in 2020 je v Sloveniji zaradi samomora izgubilo življenje skoraj 9000 ljudi, od tega dve tretjini z metodo obešenja. Namen raziskave je bil preučiti časovne trende metod samomora v dvajsetletnem obdobju v Sloveniji ter raziskati morebitne povezave med metodami samomora in izbranimi sociodemografskimi spremenljivkami. V analizo smo vključili smrti, ki so bile razvrščene kot namerno samopoškodovanje (X60–X84), in se osredotočili

na metode, ki predstavljajo 95,7 % vseh samomorov. Za analizo časovnih trendov posameznih metod samomora smo uporabili regresijo preloma (angl. joinpoint regression), za oceno povezav med sociodemografskimi podatki (spol, starost, izobrazba, zakonski stan in regija) ter posameznimi metodami samomora pa multivariatno logistično regresijo. Rezultati so pokazali, da sta bili metodi samomora s strelnim orožjem in obešenjem bolj značilni za moške, medtem ko so ženske pogosteje umrle zaradi zastrupitve z zdravili na recept, utopitve, skoka z višine in skoka ali leganja pred premikajoč se predmet. Statistično značilne povezave so se pokazale med starostjo ter uporabo strelnega orožja in skokom ali leganjem pred premikajoč se predmet. Posamezne metode samomora so se povezovale z izobrazbo, zakonskim stanom in regijo prebivališča. V dvajsetletnem obdobju se je stopnja samomorov zmanjšala pri večini metod tako pri moških kot pri ženskah. Pri metodah z ostrim predmetom in skokom ali leganjem pred premikajoč se predmet ni prišlo do statistično značilnih sprememb trenda. Pri moških je bil največji upad pri zastrupitvi z drugimi plini in hlapi, med ženskami pa se je najbolj zmanjšala stopnja samomorov z obešenjem. Študija poudarja pomen razumevanja povezav med metodami samomora in sociodemografskimi značilnostmi, ki lahko služijo kot podlaga za razvoj ciljno usmerjenih intervencij in preventivnih strategij za zmanjšanje števila samomorov. Ugotovitve kažejo, da si je treba še naprej prizadevati za omejevanje kognitivne dostopnosti sredstev (npr. s sodelovanjem z mediji) in njihove fizične dostopnosti.

## Vidiki psihološkega razvoja v otroštvu in mladostništvu

4-U\_07

### Vprašalnik o medosebnih razlikah pri otrocih in mladostnikih: oblikovanje in validacija kratke oblike

Maja Zupančič<sup>1</sup>, Tina Kavčič<sup>2</sup> in Gregor Sočan<sup>1</sup>

tina.kavcic@zf.uni-lj.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Zdravstvena fakulteta UL

4-U\_07-01

Vprašalnik o medosebnih razlikah pri otrocih in mladostnikih (VMR-OM) je starostno in kulturno nevtralna mera osebnostnih lastnosti, ki jih kot najbolj očitne pri otrocih/mladostnikih zaznavajo njim pomembni odrasli. Osebnostne lastnosti imajo vsaj od zgodnjega otroštva dalje značilno sočasno in vzdolžno napovedno vrednost za raznolike življenjske izide. Namen predstavljene raziskave je bil oblikovati uporabnikom prijaznejšo kratko obliko VMR-OM in preveriti njene merske značilnosti, vključno z napovedno veljavnostjo. Pri tem smo sledili ciljem, da osnovna struktura s 15 lestvicami srednje ravni ostane enaka kot v dolgi (prvotni) obliki; da je dolžina kratke oblike približno polovico krajša od prvotne oblike; da izbrane postavke za kratko obliko še vedno ustrezno pokrivajo

vsebino konstruktov; da je zanesljivost dosežkov čim višja ter da se model s 15 lestvicami oz. 4 nadrednimi faktorji dobro prilega v različnih delnih populacijah, ki jih opredeljujejo viri podatkov (ocenjevalci) oz. starost ocenjevancev. Končna kratka oblika (VMR-OM-K) vsebuje 53 postavk, ki jih ocenjevalci ocenijo vzdolž sedemstopenjske ocenjevalne lestvice. Rezultati analize merske invariantnosti so pokazali, da lahko neposredno primerjamo ocene fantov in deklet ter različno starih otrok oz. mladostnikov, ki so jih podale njihove mame ali pa mladostniki sami. Ocene osebnostnih lastnosti pri VMR-OM-K so že v zgodnjem otroštvu zmerno do visoko stabilne, s starostjo se v povprečju nekoliko spreminjajo v smeri osebnostne zrelosti, med spoloma pa so razlike pretežno zanemarljive. Poleg tega te ocene značilno napovedujejo sočasno in kasnejše socialno vedenje v vrtcu in šoli ter učno uspešnost otrok in mladostnikov. Kratka in dolga oblika vprašalnika sta uporabni za raziskovalno in praktično psihološko delo (npr. personalizacija dela z otroki s posebnimi potrebami, upoštevanje osebnostnih lastnosti pri poučevanju, zdravljenju, športu, kariernem svetovanju ipd.).

### Je to medved ali medvedka? Spolni stereotipi otrok pri pripisovanju spola likom na ilustracijah

Kaja Hacin Beyazoglu<sup>1</sup>, Žiža Komac<sup>2</sup> in Urška Fekonja<sup>1</sup>  
kaja.hacin@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Kočevje

4-U\_07-02

Razvoj različnih stereotipov, tudi spolnih, se začne že v obdobju malčka in se nadaljuje v zgodnjem otroštvu, ko malčki in otroci na podlagi različnih lastnosti razvrščajo ljudi v določene kategorije, pri tem pa uporabljajo tudi različne kriterije. Namen naše raziskave je bil preučiti spolno stereotipnost otrok v zgodnjem otroštvu pri izbiri slikanice, ki bi jo radi brali, in pri pripisovanju spola likom živali na ilustracijah. Zanimalo nas je, kateri spol bodo otroci pripisali likom medveda, ki so na ilustracijah prikazani v različnih bolj ali manj spolno stereotipnih dejavnostih, poklicih ali čustvenih stanjih. Hkrati pa smo želeli analizirati tudi kriterije, ki jih otroci uporabljajo pri odločanju, katerega spola je živalski lik na ilustraciji. V kvalitativni raziskavi je sodelovalo 71 otrok, starih od 5 do 6 let, ki so najprej izbrali naslovnico slikanice, ki bi jo želeli brati, nato pa so na 19 ilustracijah določili spol prikazanemu medvedu ter svojo odločitev tudi utemeljili. Ugotovili smo, da so bile izbire najljubše naslovnice otrok močno spolno stereotipne, spolna primernost naslovnice pa je bila tudi pogosta utemeljitev otrokove izbire. Podobno je bilo tudi pripisovanje spola medvedu na ilustracijah večinoma spolno stereotipno. Analiza utemeljitev odgovorov otrok je pokazala, da so otroci pri odločanju o spolu lika uporabljali različne kriterije, ki so bili razvrščeni v tri širše kategorije: izgled medveda, uporabljene barve in spolne vloge, prisotne

v otrokovem okolju. Naše ugotovitve kažejo na pomen, ki ga imajo socialno okolje in različni modeli vedenja v otrokovem življenju na njegovo oblikovanje in razumevanje spolnih stereotipov.

### Znanje strokovnjakov in staršev o dolgoročnih razvojnih posledicah prezgodnjega rojstva

Kaja Hacin Beyazoglu<sup>1</sup>, Darja Paro Panjan<sup>2,3</sup>, Breda Šušteršič<sup>4</sup> in Jana Kodrič<sup>2</sup>

kaja.hacin@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Klinični oddelek za neonatologijo UKC Ljubljana

<sup>3</sup>Medicinska fakulteta UL

<sup>4</sup>ZD Domžale

4-U\_07-03

Prezgodnje rojstvo ima lahko nekatere dolgoročne učinke na otrokov razvoj. Raziskave kažejo, da so pri prezgodnjem rojenju otroci pogostejše motnje pozornosti in izvršilnih funkcij, vedenjske in čustvene težave ter nižji šolski uspeh. Ker je za nudenje ustrezne podpore razvoju in učenju zelo nedonošenih otrok ključno poznavanje teh dolgoročnih učinkov, smo v raziskavi želeli preučiti znanje različnih strokovnjakov in staršev o dolgoročnih posledicah prezgodnjega rojstva ter analizirati njihove potrebe po nadaljnjem usposabljanju ali izobraževanju. Zanimalo nas je, v kolikšni meri različni strokovnjaki, ki se s temi otroki srečujejo, prepoznavajo prezgodnje rojstvo kot dejavnik tveganja za razvoj nekaterih težav. V raziskavi je sodelovalo 488 udeležencev iz različnih skupin strokovnjakov: zdravniki, psihologi, specialni pedagogi, učitelji, vzgojitelji in starši. Z Lestvico znanja o prezgodnjem rojstvu (Johnson idr., 2015) smo ocenili njihovo znanje o posledicah prezgodnjega rojstva. Lestvica vključuje 33 trditve o možnih posledicah prezgodnjega rojstva, ki so osnovane na ugotovitvah empiričnih raziskav. Oseba pri posamezni trditvi označi, ali po njenem mnenju drži ali ne, pravičen odgovor pa se točkuje z 1 točko. Med udeleženci smo izvedli tudi anketo o njihovih stališčih do dela z zelo nedonošenimi otroki. Rezultati so pokazali, da med različnimi skupinami strokovnjakov obstajajo značilne razlike v znanju o učinkih prezgodnjega rojstva na razvoj otrok. Raven znanja je bila povezana tudi z delovnimi izkušnjami strokovnjakov. Med sodelujočimi so bili o dolgoročnih učinkih prezgodnjega rojstva najbolj poučeni zdravniki in psihologi, na splošno pa so udeleženci podcenjevali dolgoročne težave nedonošenih otrok. Hkrati je večina strokovnjakov navedla, da se ne počutijo ustrezno opremljene za podporo pri učenju in razvoju nedonošenih otrok in da niso bili deležni zadostnega usposabljanja na tem področju. Ugotovitve tako poudarjajo pomenvključevanja problematike dolgoročnih izidov prezgodnjega rojstva in dela s prezgodaj rojenimi otroki v formalno izobraževanje in v druge oblike izobraževalnih dejavnosti za strokovnjake, ki se z nedonošenimi otroki srečujejo na področju zdravstva in izobraževanja.

## Psihologija v kontekstu socialnega varstva

5-U\_08

### Interdisciplinarno sodelovanje psihologov v vzgojno-izobraževalnih zavodih in centrih za socialno delo

Maja Marija Minih<sup>1</sup> in Lucija Tušek<sup>2</sup>

maja-marija.minih@guest.arnes.si

<sup>1</sup>VIZ II. OŠ Rogaška Slatina

<sup>2</sup>Enota Šmarje pri Jelšah, Center za socialno delo Celje

5-U\_08-01

Psihologi v današnjem času zavzemajo vse bolj vidne vloge na najrazličnejših področjih delovanja, od javnega do zasebnega sektorja. Pri tem pa je pomembno tudi, da vse pogosteje v različnih sektorjih med seboj sodelujejo in se povezujejo z namenom razreševanja vse bolj kompleksnih problemskih situacij. Interdisciplinarno sodelovanje je v današnjem času ključnega pomena za strokovno in celovito načrtovan projekt pomoči posamezniku ali skupini. Interdisciplinarno sodelovanje postaja čedalje bolj pomembno med strokovnjaki na socialnem, vzgojno-izobraževalnem in zdravstvenem področju delovanja. Predstavlja proces, ki omogoča doseganje ciljev, reševanje zapletenih vprašanj, ki jih posamezni sektor težje dosega, ter omogoča združevanje znanj in lažje premagovanje ovir s širšim podpornim okoljem. V teoretični razpravi se bomo tako osredotočili na sodelovanje psihologa v vzgoji in izobraževanju s psihologom na centru za socialno delo, predvsem na področju varstva otrok in družine, natančneje bomo osvetlili sodelovanje v primeru nasilja v družini. Slednje je namreč ena najpogostejših težav, s katerimi se srečujejo na centrih za socialno delo in tudi v šolah. Kadar govorimo o nasilju, katerega žrtev so šoloobvezni otroci in mladostniki, odigra šola pomembno vlogo tako na področju preventive kot kurative, kamor spada prepoznavanje nasilja, nudenje takojšnje zaščite ter priprava načrta pomoči. Celoviti in sodelovalni pristopi med šolo in centrom za socialno delo so namreč ključni za blaženje morebitnih stisk, ki se pojavljajo ob doživljanju nasilja. Temelj omenjenega sodelovanja in na splošno interdisciplinarnega pristopa je nenehno ocenjevanje tveganja, varnostno načrtovanje ter prizadevanje za ničelno toleranco do nasilja. Osrednji namen prispevka bo torej osvetliti sodelovanje med centrom za socialno delo in šolo tekom obravnave nasilja v družini, katerega žrtev je šoloobvezni otrok. Pri tem se bomo ustavili tudi pri pregledu prednosti in morebitnih slabosti oziroma izzivov, ki jih prinese takšno interdisciplinarno sodelovanje za vse deležnike.

## Terapevtsko okolje za mladostnike – primeri dobre prakse v MKZ Rakitna

Uroš Bertoncej<sup>1</sup>

uros.bertoncej@mkz-rakitna.si

<sup>1</sup>Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna

5-U\_08-02

V Mladinskem klimatskem zdravilišču Rakitna redno poteka program Reintegracije in rehabilitacije mladostnikov s psihičnimi težavami. Program traja šest tednov in je namenjen intenzivni psihoterapevtski obravnavi. Obdobje adolescence poleg duševnih motenj samih prinaša veliko izzivov za vzpostavljanje dobrih terapevtskih delovnih odnosov, ki pa so obenem najboljši napovednik uspešnosti terapevtske obravnave. Tako je zelo pomembno vzpostavljanje posebnega prilagojenega okolja, da mladostniki lahko hitreje vstopajo v odnose ali v okolju samem najdejo možnosti za razvoj boljših psihičnih prilagoditev. Zagotavljanje občutka varnosti, stabilnosti, sprejemanja in vključenosti v terapevtski proces je temeljno za sodelovanje in motivacijo mladostnikov. V terapevtskem timu so potrebni dobri, profesionalni, enakopravni odnosi, pristop do mladostnikov sprejemljiv in urejen preko vnaprej postavljenih jasnih dogovorov, v katerih so enakovredni udeleženci. Mladostniki so tako v programu soudeleženci ustvarjanja svojega terapevtskega okolja, obenem pa prevzemajo zanj in za svoj terapevtski proces odgovornost kot posamezniki. Skupinski terapevtski proces in bivanje v skupini je za mladostnike glede na razvojne naloge in težave ključnega pomena. Zaradi pogostih slabših prilagoditev, izkušenj ter individualnih razlik je potrebno zagotoviti pogoje za ustrezno skupinsko okolje. Tako je pomembna že sestava skupin glede na problematiko, število, starost in spol. V medsebojnih mladostniških odnosih prav tako skrbimo za enakopravne, podpirajoče in prijetne odnose. Konflikte in odstopanja razrešujemo sproti, krepimo posameznike v skupini v interakciji in spodbujamo dobre odnose med njimi. To omogoča mladostnikom, da delijo svoje notranje izkušnje brez strahu pred negativnimi reakcijami vrstnikov. Več psihičnih motenj se lažje zdravi s spremembo okolja, namestitvijo v naravo ali umikom iz domačega okolja. Ob menjavi in distanci od vsebin ter odnosov, v katere se mladostniki zapletajo doma, prihaja do lažjega vpogleda v lastne vsebine in aktivno spreminjanje svojega načina življenja. Tako je več skrbi namenjeno temu, da prostori, kjer bivajo, spodbujajo samostojnost, da so lahko veliko časa vključeni v zunanje in notranje aktivnosti, distancirani od digitalne tehnologije in vključeni v življenje v naravi. Naši programi z urejanjem vključevanja v okolje zdravilišča omogočajo mladostnikom edinstveno izkušnjo, ki pogosto prinaša spremembe v njihovem življenju. Omogočamo jim občutek dobrega počutja med aktivnostmi, spodbujamo razvijanje pozitivnih odnosov ter jim nudimo varno in zaupno okolje za soočanje s svojimi stiskami.



## Strokovni izzivi na področju sodnega izvedenstva v družinskih zadevah

Metoda Maj<sup>1</sup> in Irena Toš Koren<sup>2</sup>

metoda.maj@gmail.com

<sup>1</sup>SO-DELOVANJE

<sup>2</sup>Center za socialno delo Podravje

5-U\_08-03

Sodni izvedenec psihološke stroke je sodišču v strokovno pomoč pri presoji otrokove koristi v postopkih razveze staršev in urejanja stikov, v postopkih omejitve starševske skrbi in pri odvzemu otroka ter tudi pri urejanju rejništva, posvojitve ali namestitve otroka v ustrezen zavod. Podlaga izvedenskemu delu so znanja z več področij teoretične in uporabne psihologije, med katerimi ima posebno mesto psihologija družine. Slovenski prostor bi bilo potrebno obogatiti z raziskavami na lastnih vzorcih, na katere bi se lahko sodni izvedenec skliceval, saj je na primer sklicevanje na skandinavske ali ameriške raziskave pri urejanju skupnega varstva in vzgoje otroka po ločitvi staršev zaradi različnega družbenega konteksta manj primerno. Drug sklop strokovnih izzivov za psihološko stroko na področju psihologije družine in sodnega izvedenstva psihološke stroke so strokovna merila, ki so vodilo pri načrtovanju izvedenskega dela in izdelavi mnenja. Kaj zajeti v strokovno ocenjevanje primernosti staršev in družinskega okolja za varstvo in vzgojo mladoletnega otroka in česa ne spregledati ter katere lastnosti in okoliščine so za psihološko oceno ključne? Sodni izvedenec s področja psihologije se ne sme omejiti na ocenjevanje osebnosti posameznega starša, temveč mora spoznati njegovo funkcioniranje na vedenjski ravni, kakor tudi psihološke in vedenjske značilnosti preostalih družinskih članov in družinske odnose. Gre za vsebinsko kompleksno problematiko, pri čemer poseben strokovni izziv predstavlja psihološka ocena otrokove želje in mnenja. Tretji sklop strokovnih izzivov in hkrati dilem se navezuje na metodologijo psihološkega ocenjevanja, kjer je aktualna razprava o razpoložljivosti in ustreznosti posameznih psihodiagnostičnih metod in oblik izvedenskega dela. Ena od aktualnih dilem je uporaba metode opazovanja družinskih članov in odnosov v njihovem naravnem oziroma domačem okolju. Soočenje s strokovnimi izzivi, strokovni razvoj in izgradnja ustreznega izvedenskega modela na področju sodnega izvedenstva v družinskih zadevah je neizogibno tudi etični izziv.

## Vrnitev v domače okolje

Sonja Kolenko<sup>1</sup>

sonja.kolenko@zavod-dornava.si

<sup>1</sup>Zavod za usposabljanje, delo in varstvo dr. Marijana Borštnarja Dornava

5-U\_08-04

Prispevek skozi študijo primera razgrinja življenjsko zgodbo danes 50 letne gospe, ki je bila pri 10 letih zaradi skrajno slabih družinskih razmer odvzeta iz matične družine ter

zaradi diagnoze zmerne motnje v duševnem razvoju in vzgojne zanemarjenosti nastanjena v socialno varstveni zavod. Namen prispevka je prikazati razvoj in specifičnosti psihoterapevtskega/svetovalnega odnosa s klientko z zmerno motnjo v duševnem razvoju. Skozi večletno svetovanje in podporo je pri klientki opazen razvoj na številnih področjih. Prispevek se osredotoča predvsem na razvoj navezanosti, ki teče vzporedno z razvojem svetovalnega odnosa, razvoj socialne zrelosti ter razvoj področij čustvene inteligentnosti. Prispevek potrjuje pomembnost posameznikove čustvene inteligentnosti za uspešno in zadovoljno življenje ter zadostne socialne zrelosti, da postane samostojen in neodvisen posameznik, ki se lahko vključi v družbo in zmore živeti ter povezovati različne socialne vloge. Dokazuje, da lahko tudi oseba z zmerno motnjo v duševnem razvoju ob primerni obravnavi zaživi samostojno življenje v skupnosti, kljub temu da nima kognitivnih kapacitet za zaključitev osnovnošolskega izobraževanja z nižjim izobrazbenim standardom, torej da se ne more naučiti pisati, brati, niti izvajati enostavnih računskih operacij.

## Diagnoza psihologa v testiranju nadpovprečne inteligentnosti, motenj pozornosti in hiperaktivnosti ter Aspergerjevega simptoma pri otrocih

Senja Stirn<sup>1,2</sup>

institut.psychologie.stirn@gmail.com

<sup>1</sup>Bolnišnični center Rouffach

<sup>2</sup>Institut psihologije Rouffach

5-U\_08-05

Tako v Franciji kot v Sloveniji je zelo naraslo število otrok z motnjami pozornosti s hiperaktivnostjo ali brez nje (MZ/H). Te motnje so lahko nevrološkega ali psihopatološkega izvora in/ali vezane na profile kot nadpovprečna inteligentnost, Aspergerjev sindrom in avtizem. Diagnoza motenj MZ/H je bila do sedaj stvar zdravnikov, postavljena le na kliničnem opazovanju ali s pomočjo kratkih testov (kot so Connersov, SNAP-IV-26, Adult ADHD self report scale (ASRS) ...), ki so v bistvu le indikacijski testi, ne omogočajo pa natančne diagnoze. MZ/H je diagnoza, ki pomeni, da je izvor motenj nevrološke narave. Otrok trpi za motnjami pozornosti, koncentracije, impulzivnosti, opozicije ..., kar je težko zanj, za njegove starše in za šolo. Velikokrat je to tudi povezano z drugimi nevrološkimi motnjami (disleksija, apraksija ...). Po drugi strani pa mora biti izvor ostalih motnje pozornosti, ki niso te narave, natančno opredeljen. Samo na tej bazi se lahko nudi otroku adaptirana terapija. Za otroke, ki trpijo za MZ/H, je priporočena npr Mind-e bio-nevrofeedback terapija z vodeno meditacijo, katere cilj je izboljšati kontrolo usmerjene pozornosti in izvršilne funkcije (kognitivna strategija). Za otroke z visokim inteligentnostnim potencialom, ki pogosto trpijo za usmerjeno, pa tudi trajnostno pozornostjo, je možna tudi ista terapija. Za otroke, ki imajo motnje pozornosti iz čustvenih razlogov ali socialne adaptacije, je možna klasična psihoterapija. Za tiste, ki trpijo za avtizmom, pa je primerna dolgotrajna terapija, ki združi npr Mind-e in klinično

psihoterapijo. Za starše se lahko predlaga tudi program metode Barkley. Za izbiro primerne terapije je natančna diagnoza ključnega pomena. Slednjo lahko izvaja le psiholog, ki razpolaga z adaptiranimi testi. V ta namen bomo s pomočjo kliničnega primera predstavili našo vrsto psihološkega posveta preko posveta s starši in otrokom, testiranja z WPPSI 4 ali WISC 5 ter z NEPSY in predstavili, kako lahko psiholog s pomočjo teh testov natančno določi, ali kognitivne motnje pozornosti obstajajo, kakšna je njihova narava in torej kakšna je diagnoza, kateri sledi predlog nadaljnje terapije.

## Vrednotenje, napredovanje in uspešnost posameznikov v delovnem okolju

7-U\_09

### Problemi merjenja ustvarjalnega potenciala z Nalogo alternativne uporabe

Andreja Avsec<sup>1</sup>, Lori Slivnik<sup>2</sup>, Tjaša Gantar<sup>1</sup>, Nika Leskovar<sup>1</sup>, Nina Purg<sup>1</sup>, Anka Slana Ozimič<sup>1</sup> in Grega Repovš<sup>1</sup>

andreja.avsec@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Evropski patentni urad

7-U\_09-01

Naloga alternativne uporabe (AUT, Guilford, 1967) je eden najpogostejših načinov merjenja ustvarjalnega potenciala, fluentnost, fleksibilnost in originalnost pa njeni najbolj poznani indikatorji. V raziskavi smo preverili različne načine ocenjevanja originalnosti in njene merske značilnosti. Udeleženci dveh vzorcev (N1 = 278 in N2 = 245) so v omejenem časovnem obdobju napisali čim več možnih načinov nenavadne uporabe treh običajnih predmetov (AUT) in izpolnili slikovno nalogo pojmovne razširitve (Ward, 1994). Na vzorcu 1 smo uporabili subjektivni način vrednotenja originalnosti, in sicer metodo splošnega vtisa (ena ocena vseh odgovorov posameznika za en predmet) ter metodo povprečenja (povprečje ocen vsakega odgovora za en predmet). Rezultati kažejo, da je skladnost med dvema ocenjevalcema pri subjektivnem vrednotenju originalnosti srednje visoka pri metodi splošnega vtisa (ICC = 0,76) in metodi povprečenja (ICC = 0,66). Notranja zanesljivost ocen originalnosti med tremi predmeti je pri metodi splošnega vtisa srednje visoka (alfa = 0,79), pri metodi povprečenja pa precej nižja (alfa = 0,37). Na vzorcu 2 pa smo uporabili objektivni način vrednotenja originalnosti, in sicer metodo praznega točkovanja, kjer smo ocenili originalnost odgovora glede na njegovo redkost, pri čemer smo definirali originalen odgovor kot tisti, ki se je pojavil v manj kot 1%. Notranja zanesljivost ocen originalnosti med tremi predmeti je alfa = 0,80, kar je primerljivo z metodo vpogleda. Na koncu smo preverili še povezanost naloge AUT s slikovno nalogo pojmovne razširitve na obeh vzorcih. Fluentnost, fleksibilnost in originalnost pojasnjujejo do 13 % variabilnosti pojmovne razširitve, kar je

malo, vendar skladno s predhodnimi raziskavi, ki ugotavljajo nizko povezanost med različnimi nalogami ustvarjalnega potenciala. Zaključimo lahko, da AUT daje sprejemljive možnosti za merjenje ustvarjalnega potenciala, pri čemer se raziskovalci pogosto odločajo za izbor metode vrednotenja glede na časovno ekonomičnost, ki je najboljša za metodo vpogleda, in kakor kažejo naši rezultati, nima najslabših merskih značilnosti.

### Strategije upravljanja meja med delom in zasebnim življenjem – izzivi in rešitve za znanjske delavce

Monika Ficjan<sup>1</sup>, Katja Kerman<sup>2</sup> in Sara Tement<sup>2</sup>

monika.ficjan@iri-lj.si

<sup>1</sup>Izobraževalno raziskovalni inštitut Ljubljana

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UM

7-U\_09-02

Raziskave globalnega trga dela kažejo, da okoli 60 % trga dela že predstavljajo znanjski delavci – delavci, ki opravljajo intelektualno, ustvarjalno in nerutinsko delo ter ob tem uporabljajo in ustvarjajo abstraktno teoretično znanje. Ravno znanjski delavci so pogosto tisti, ki jim delo omogoča večjo fleksibilnost, obenem pa od njih zahteva višjo uporabo različnih tehnologij, kar jih naredi še posebej ranljive za okrnjeno ravnovesje med delom in zasebnim življenjem ter z njim povezane negativne izide. V prispevku bodo predstavljene ugotovitve raziskave, katere osrednji namen je bil poglobljeno raziskati uporabo strategij upravljanja meja med delom in zasebnim življenjem znanjskih delavcev. Natančneje, preveriti smo želeli kako se strategije povezujejo z doživljanjem pozitivnega in negativnega afekta, spanjem, z delom povezanimi mislimi in vedenji, konfliktom med delom in družino, izgorelostjo, zavzetostjo ter učinkovitostjo na delovnem mestu. Prav tako smo želeli raziskati, kako na odnose med strategijami upravljanja meja vplivajo delovni pogoji, specifično delo na daljavo, nedokončane naloge ter delovne zahteve in viri. Primarno se je v raziskavo vključilo 150 znanjskih delavcev, preliminarni rezultati pa kažejo, da je splošni vprašalnik izpolnilo 118 udeležencev, pri čemer je bila večina udeležencev ženskega spola (83,1 %), zaposlenih na univerzi ali v raziskovalni ustanovi (64,4 %) ter z doseženo 8/2 ravno izobrazbo (44,9 %). Dnevniška raziskava je potekala dva delovna tedna od ponedeljka do petka, pri čemer so udeleženci vprašalnik reševali trikrat na dan, in sicer zjutraj, po delu in zvečer pred spanjem. Ugotovitve raziskave bodo pomembno osvetlile potrebe in izzive znanjskih delavcev na področju upravljanja meja med delom in zasebnim življenjem, obenem pa identificirale strategije, ki lahko pripomorejo k višjemu blagostanju in učinkovitosti pri delu. Prepoznavanje vpliva delovnih pogojev lahko tudi organizacijam pomaga bolje razumeti, kako ti vplivajo na upravljanje meja med obema domenama, strokovna priporočila pa jih lahko vodijo k učinkovitim spremembam na tem področju.

## Ocena spoprijemalnega vedenja pri odrasli osebi v postopku selekcije kadrov z uporabo CSA-2

Nika Knez<sup>1</sup>

nika.knez@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

7-U\_09-03

Vprašalnik o spoprijemalnem vedenju odraslih, druga izdaja (CSA-2), je samoocenjevalni pripomoček, ki posameznike podpira pri raziskovanju lastnega spoprijemalnega vedenja in služi za oceno strategij spoprijemanja, ki jih odrasli uporabljajo ob soočanju s stresom in težavami. CSA-2, avtorjev Erice Frydenberg in Ramona Lewisa, temelji na transakcijski teoriji Richarda Lazarusa o pojmovanju stresa in spoprijemanja z njim. Slovensko priredbo smo pripravili na Centru za psihodiagnostična sredstva, vprašalnik je bil prvič izdan leta 2022. Z vprašalnikom lahko merimo, kako pogosto posameznik uporablja posamezne strategije spoprijemanja pa tudi v kolikšni meri zaznava določene načine spoprijemanja kot zanj koristne. Strategije sicer uvrščamo v učinkoviti (osem strategij), neučinkoviti (pet strategij) in ekspresivni stil (tri strategije), nekaj strategij pa je ostalo neuvrščenih, ker se niso povezovale v nobenega od omenjenih stilov. CSA-2 smo skupaj z drugimi osebnostnimi vprašalniki uporabili na primeru posameznice, pri kateri so se pokazali nižja prilagodljivost pri soočanju z nepričakovanimi dogodki in nenadnimi spremembami, nizka pripravljenost za delo pod pritiskom in povišano doživljanje stresa pri večjih delovnih obremenitvah ter nižja raven notranje motivacije oz. pomanjkanje motivacije za dosežke, kar bi lahko vplivalo na njeno vztrajnost in sposobnost doseganja ciljev, zlasti v zahtevnih situacijah. V prispevku bomo predstavili, katere so tiste strategije spoprijemanja, ki jih oseba uporablja v situacijah, ki so bile zanjo na delovnem mestu stresne in zahtevne. Razumevanje njenih specifičnih potreb omogoča delodajalcu možnost oblikovanja prilagojenih pristopov in podpornih ukrepov za izboljšanje njenega počutja in učinkovitosti na delovnem mestu.

## Slovenska priredba šestfaktorskega vprašalnika za oceno osebnosti na delovnem mestu (BIP-6F)

Marjeta Trstenjak<sup>1</sup>

marjeta.trstenjak@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

7-U\_09-04

Šestfaktorski vprašalnik za oceno osebnosti na delovnem mestu BIP-6F avtorjev Hossiep, Krüger in Hossiep je "sorodnik" tudi v Sloveniji uveljavljenega vprašalnika BIP, ki se uporablja za opisovanje posameznikove osebnosti v delovnem okolju. Glede vsebine ocenjevanja se ne razlikujeta bistveno, lahko pa si predstavljamo, da z BIP-6F osebnost gledamo bolj od daleč, z vidika širših dimenzij višjega

reda. Vključuje šest faktorjev: Zavzetost, Discipliniranost, Medosebne spretnosti, Sodelovanje, Dominantnost in Stabilnost. Vprašalnik je namenjen za uporabo predvsem pri kadrovanju, njegova prednost pa je med drugim ta, da ga izpolnimo v približno 10 minutah. Slovenska priredba je vključevala 828 oseb, starih od 19 do 64 let, razdeljenih v dva podvzorca – nevtralni in selekcijski. Notranja skladnost faktorjev je dobra (koeficienti zanesljivosti so med 0,73 in 0,86) in skladna z originalnim vprašalnikom, tako da je najvišji koeficient zanesljivosti 0,86 za Sodelovanje, nižji pa za Stabilnost in Dominantnost (0,73 in 0,75). Preučevali smo notranjo strukturo BIP-6F s pomočjo eksploratornega strukturnega modeliranja in ugotovili, da so se indeksi prileganja izkazali za primerne (RMSEA = 0,05). Prav tako smo preverili sočasno veljavnost z obstoječima vprašalnikoma BIP in BFQ, ki je potrdila pričakovane povezave med njimi. Glede na delovno vlogo (strokovna delovna mesta, vodje srednje in višje ravni) smo ugotovili, da so Zavzetost, Medosebne spretnosti in Stabilnost značilni dejavniki, ki vplivajo na razlike med rezultati na različnih delovnih mestih, medtem ko Discipliniranost, Sodelovanje in Dominantnost nimajo tako močnega vpliva v selekcijskem vzorcu, enako pa velja tudi za Discipliniranost in Dominantnost v nevtralnem vzorcu. V splošnem smo ugotovili manj razlik v selekcijskem vzorcu, kar je verjetno posledica značilnosti tega podvzorca (priložnostno vzorčenje).

## Psihodiagnostika medosebnih odnosov – nove lestvice

Metoda Maj<sup>1</sup>

metoda.maj@gmail.com

<sup>1</sup>SO-DELOVANJE

7-U\_09-05

Pri Centru za psihodiagnostična sredstva v Ljubljani je v pripravi izdaja novih lestvic za področje medosebnih odnosov, ki se lahko uporabljajo pri psihološkem ocenjevanju, svetovalnem in psihoterapevtskem delu z odraslimi, mladostniki in otroki, pa tudi v raziskovalne namene. Predstavljena bo posodobitev in razširitev že obstoječega instrumenta Lestvica MCD, ki omogoča vpogled v čustva do druge osebe. Novost sta dve različici lestvice, in sicer kratka oblika za otroke in dolga za odrasle. Poleg posodobljene Lestvice MCD bosta izdani dve novi lestvici, s katerima preverjamo motivacijsko komponento medosebnega odnosa. Z Lestvico DD preverjamo stopnjo zadovoljenosti posameznih potreb v partnerskem ali nekem drugem medosebnem odnosu, vsebuje pa tudi navodilo za označevanje zelene stopnje zadovoljenosti potreb. Izdelana je tudi različica za otroke in mladostnike, ki je primerna za ugotavljanje stopnje zadovoljenosti posameznih potreb otrok v odnosu do staršev, skrbnikov in rejnikov, pa tudi do drugih oseb. Lestvica DD temelji na teoriji socialne izmenjave. S tretjo lestvico, Lestvico LPU, preverjamo partnersko ujemanje oziroma ugotavljamo skladnost partnerjev na različnih področjih vsakdanjega življenja. Tudi ta lestvica omogoča primerjavo med zaznanim dejanskim stanjem in željami oziroma daje vizualni uvid v diskrepanco med trenutno in zeleno skladnostjo s partnerjem

na različnih področjih. Vse tri lestvice so grafičnega tipa ter omogočajo nazoren vpogled v čustveno in motivacijsko komponento nekega medosebnega odnosa. Ker jih lahko uporabljamo v kombinaciji in pri skupni uporabi omogočajo vpogled v kompleksno doživljanje druge osebe oziroma odnosa z njo, bodo zajete v skupen priročnik, ki je v pripravi. V teku so statistične obdelave vzorcev za partnerske odnose in odnose med otroci in starši; preliminarni rezultati nakazujejo ustrezne psihometrične lastnosti lestvic.

## Okoljska ozaveščenost in podnebne spremembe

8-U\_10

### Validacija vprašalnika o podnebnih spremembah, lestvice upanja in lestvice eko-anksioznosti na vzorcu slovenskih študentov

Matija Zagoranski<sup>1</sup>, Anaja Kos<sup>1</sup> in Matej Kržišnik<sup>1</sup>  
matija.zagoranski@gmail.com  
<sup>1</sup>FAMNIT UP

8-U\_10-01

Podnebne spremembe nas spremljajo vsak dan in pri nekaterih posameznikih, predvsem pri mladih na prehodu v odraslost, lahko vodijo v razvoj t. i. eko-anksioznosti. Ta izraz se nanaša na več dimenzij, ki prav tako kot splošna anksioznost temeljijo na občutku negotovosti, nepredvidljivosti in nesposobnosti kontrole. Medtem ko strah predstavlja primarni odziv, ki nas pripravi do tega, da se problematikam odmaknemo, anksioznost zajema tudi kognitivne aspekte odzivanja, kjer se posameznik problematikam ne odmakne popolnoma, temveč poskuša izbirati takšna vedenja, ki bi v prihodnosti zmanjšala občutek negotovosti. Pomembni varovalni faktor pred eko-anksioznostjo predstavlja upanje. V povezavi z njim se trenutno raziskuje, kako pri posameznikih vzbuditi upanje in ali so vse vrste upanja podporne pri premagovanju oz. varovanju pred eko-anksioznostjo. Ker je stanje glede dojemanja podnebnih sprememb v Sloveniji še relativno neraziskano, temu ustrezno primanjkuje tudi tematsko ustreznih, slovenskih vprašalnikov. Namen našega dela je na vzorcu slovenskih mladostnikov na prehodu v odraslost adaptirati iz angleškega jezika in preveriti merske karakteristike Hogg lestvice eko-anksioznosti, Lestvice upanja in Vprašalnika o podnebnih spremembah, pri čemer slednji zajema lestvico Zaskrbljenosti, Pro-okoljskega vedenja, Čustvovanja, Zadovoljstva z življenjem in Spoprijemanja. Validacijo smo izvedli na vzorcu študentov (N = 67). Notranja zanesljivost je bila ovrednotena s Cronbachovim alfa koeficientom, eksploratorna faktorska analiza ter konfirmatorna faktorska analiza pa sta bili uporabljene za validacijo posameznih lestvic oziroma vprašalnikov. Vsi vprašalniki (in s tem tudi lestvice) dosegajo zadovoljivo stopnjo notranje zanesljivosti. Ostali rezultati merskih značilnosti glede na posamezni vprašalnik

in njihove lestvice bodo v končni obliki predstavljeni na kongresu. Prevod in validacija teh vprašalnikov omogočata bazični temelj ter spodbudo za raziskovanje tem okoljske psihologije na nacionalni ravni, ki zaradi aktualnih podnebnih sprememb postaja iz leta v leto pomembnejša.

## Občutenja revitalizacije soseske Ballymun v Dublinu

Alina Bezlaj<sup>1</sup>  
bezlaj.alina@gmail.com  
<sup>1</sup>Pravna fakulteta UL

8-U\_10-02

V tem prispevku s pomočjo senzornega pristopa urbane antropologije raziskujem vpliv širših političnih sprememb na ravni države na intima zaznavanja posameznikov, ki se navezujejo na reorganizacijo kraja, natančneje, soseske Ballymun v Dublinu. Ta je bila zgrajena konec 1960-ih z namenom, da bi se zagotovilo socialna najemniška stanovanja za družine delavskega razreda, a je že kmalu po svojem nastanku socialno in ekonomsko degradirala in postala prepoznavna predvsem po kriminalu, drogah in samomorih. Na prelomu tisočletja se je občina v Dublinu zato odločila sosesko revitalizirati, a revitalizacija ni zajela le spreminjanja njene materialne podobe, pač pa tudi njenih prebivalcev, ki zaradi večinske odvisnosti od socialne države niso predstavljali (dovolj) vzornih neo-liberalnih subjektov. V raziskavi sem uporabila etnografsko metodo raziskovanja, t. i. opazovanje z udeležbo, in izvedla nestrukturirane ter polstruktuirane intervjuje z 31 prebivalci soseske, starimi med 18 in 83 let, ki so bili na takšen ali drugačen način aktivno vključeni v njeno družbeno tkivo. V njih sem jih spraševala o njihovem odnosu do prostora soseske, do procesov njene revitalizacije, do ukrepov Občine, o vsakdanjih praksah v prostoru, o zaznavanju stigme, ki se navezuje na sosesko, ter o spremembah, ki so se skozi čas v njej dogajale. Ena od tem, ki se je v intervjujih izkazala kot posebej pomembna za moje sogovornike in sogovornice, je bilo njihovo intimno zaznavanje toplote v domovih. V nasprotju z ogrevanjem pred regeneracijo, ko je bilo gretje centralizirano in dovajano v vse domove v enaki meri in v izobilju, je bilo to po regeneraciji reorganizirano tako, da je zahtevalo od prebivalcev več finančnega načrtovanja in omejevanja, občutenja toplote pa so prešla iz skupnih v individualizirane. Prispevek pokaže, da je pripovedi o izkušnji spremenjenega zaznavanja toplote v domovih mogoče razumeti kot intimno obliko osmišljanja sprememb, ki so doletele sosesko oziroma njene prebivalce. Preko fokusa na čutnih zaznavanjih prebivalcev in njihovem osmišljanju sprememb na področju praks gretja ta prispevek tako razkriva, kako se neoliberalizem odraža v specifični lokalnosti in posameznikovi izkušnji.



## Spol in starost kot determinanti okoljskih stališč in vedenj slovenskih osnovnošolcev

Gregor Torkar<sup>1</sup> in Hana Rožman<sup>1</sup>

gregor.torkar@pef.uni-lj.si

<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UL

8-U\_10-03

V prispevku obravnavamo izsledke raziskave, ki se osredinja na okoljska stališča in vedenje slovenskih osnovnošolcev. Spremljanje sprememb v odnosu mladih do okolja je predpogoj za učinkovito uvajanje in udejanjanje ciljev trajnostnega razvoja v okviru vzgoje in izobraževanja za trajnostni razvoj. V raziskavi nas je zanimala stopnja njihove povezanosti z naravo, okoljevarstveni motivi in okolju prijazna vedenja. Številne tuje raziskave ugotavljajo, da sta spol in starost značilni spremenljivki pri napovedovanju okoljskih stališč in vedenj mladih. Cilj je bil preveriti, ali to drži tudi za slovenske osnovnošolce. V raziskavi je sodelovalo 680 učencev, starih med 10 in 15 let. Ugotavljamo, da obstaja statistično značilna negativna povezanost med starostjo učencev in konstruktom povezanosti z naravo,  $rs(678) = -0,262$ ,  $p < 0,001$ . Negativna je tudi povezanost med starostjo učencev in pogostostjo izvajanja okolju prijaznih vedenj,  $rs(678) = -0,196$ ,  $p < 0,001$ . Med motivi za skrb za okolje je na prvem mestu skrb za vsa živa bitja, sledi skrb za druge ljudi in na zadnjem mestu skrb zase in svojo dobrobit, pri čemer obstaja statistično značilna negativna povezanost med starostjo učencev in skrbjo za okolje:  $rs(678) = -0,184$ ,  $p < 0,001$  (skrb za biosfero),  $rs(678) = -0,163$ ,  $p < 0,001$  (skrb za soljudi),  $rs(678) = -0,149$ ,  $p < 0,001$  (skrb zase). Statistično značilna determinanta okoljskih stališč in vedenj je tudi spol osnovnošolcev. Dekleta izražajo večjo povezanost z naravo kot fantje,  $t(664) = -3,232$ ,  $p = 0,001$ ,  $d = 0,35$ , ter pogosteje izvajajo okolju prijazna vedenja,  $t(655,929) = -3,800$ ,  $p < 0,001$ ,  $d = 0,29$ . Med motivi za skrb za okolje so statistično značilne razlike: dekleta bolj skrbijo za vsa živa bitja ( $t(671) = -3,713$ ,  $p < 0,001$ ,  $d = 0,41$ ) in za druge ljudi ( $t(674) = -2,581$ ,  $p = 0,01$ ,  $d = 0,24$ ), ne izkazujejo pa več skrbi zase in svojo dobrobit ( $t(673) = -0,163$ ,  $p = 0,871$ ,  $d = 0,05$ ), kjer izkazujejo večjo skrb fantje.

## Vpliv notranjega okolja in čuječnosti na posameznikovo psihofizično stanje in kognitivno delovanje

Natalija Volovlek<sup>1</sup>, Jelena Pilipović<sup>1</sup>, Sara Klavžar<sup>1</sup>, Katarina Marjanović<sup>1</sup>, Nuša Šijanec<sup>1</sup>, Tina Tinkara Peternejl<sup>1</sup>, Tjaša Ogrizek<sup>1</sup> in Dean Lipovac<sup>1,2</sup>

natalija.volovlek100@gmail.com

<sup>1</sup>FAMNIT UP

<sup>2</sup>InnoRenew CoE

8-U\_10-04

Čuječnost v zadnjih letih vse bolj vzbuja zanimanje tako strokovnjakov kot tudi širše javnosti. Opredelimo jo lahko kot proces odprtega, neobsojajočega in zavestnega spremljanja lastne izkušnje v sedanjem trenutku. Gre za stanje zavesti, za katero so bili prepoznani številni pozitivni vplivi tako na

telesno kot tudi duševno zdravje posameznika. Prav tako tudi notranje okolje, ki nas obdaja, vpliva na naše zdravje. Ker dandanes ljudje vse več časa preživimo v notranjih prostorih, je potrebno preučiti, kako ta vplivajo na ljudi. Več dosedanjih študij namiguje na potencialne koristi uporabe lesa v notranjih prostorih, a so za potrditev obstoječih ugotovitev potrebne dodatne raziskave. Prav tako ostaja odprto vprašanje, če lahko vaja čuječnosti doprinese pozitivnejše učinke, če se izvede v določenem prostoru (npr. opremljenem z lesom). Namen naše raziskave je bil preučiti vpliv z lesom opremljenega prostora, vaje čuječnosti in kombinacije obeh na 1) fiziološko aktiviranost ljudi, izmerjeno preko kardiovaskularne in elektrodermalne aktivnosti udeležencev, 2) počutje posameznika, ocenjeno s pomočjo vprašalnika o afektivnem stanju, ki preverja dve dimenziji čustev (prijetnost in aktiviranost), ter 3) kognitivno delovanje, ocenjeno s pomočjo naloge Jack in Jill. V eksperimentu je sodelovalo 40 odraslih posameznikov. Pri teh smo najprej zajeli izhodiščne podatke merjenih izidov, nato pa so se v naključnem vrstnem redu udeležili štirih pogojev (vaja čuječnosti v prostoru, opremljenem z lesom, počitek v prostoru, opremljenem z lesom, vaja čuječnosti v prostoru, opremljenem z belim pohištvo, počitek v prostoru, opremljenem z belim pohištvo). Eksperiment je trajal približno dve uri na udeleženca/ko. Preliminarni rezultati prikazujejo, kako vaja čuječnosti (v primerjavi s počitkom) in preživljanje časa v prostoru, opremljenem z lesom (v primerjavi s prostorom opremljenem z belim pohištvo), ter kombinacija z lesom opremljenega prostora in vaje čuječnosti vplivajo na fiziološko aktiviranost, čustva in kognitivno delovanje ljudi. Ugotovitve raziskave tako ponujajo boljši vpogled v vpliv notranjih prostorov in vaje čuječnosti (ter njune interakcije) na ljudi.

## Ocenjevanje zaskrbljenosti mladih glede podnebnih sprememb: validacija slovenskih prilagoditev Lestvice podnebne anksioznosti in Lestvice zaskrbljenosti zaradi podnebnih sprememb

Urška Smrke<sup>1</sup>, Izidor Mlakar<sup>1</sup>, Bojan Musil<sup>2</sup> in Nejc Plohl<sup>2</sup>

urska.smrke@um.si

<sup>1</sup>Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko UM

<sup>2</sup>Filozofska Fakulteta UM

8-U\_10-05

Kot vrsta vse bolj prepoznavamo podnebne spremembe kot kritično grožnjo našemu naravnemu okolju in človeštvu. Čeprav je to zavedanje ključnega pomena, ima lahko škodljive učinke na duševno zdravje zlasti pri mladih posameznikih. Predhodne raziskave kažejo, da je ta populacija še posebej občutljiva za razvoj določenih specifičnih pojavov na področju duševnega zdravja, vezanih na podnebne spremembe, kot sta podnebna anksioznost in zaskrbljenost zaradi podnebnih sprememb. Za učinkovito prepoznavanje in naslavljanje teh pojavov je najprej bistvenega pomena imeti veljavne merske instrumente, ki jih je mogoče uporabiti tudi v neanglofonskih vzorcih. V tej raziskavi smo na vzorcu slovenskih mladih posameznikov ( $N = 442$ ) preverili veljavnost slovenske

prilagoditve Lestvice zaskrbljenosti zaradi podnebnih sprememb in Lestvice podnebne anksioznosti. Rezultati konfirmatornih faktorjskih analiz podpirajo predpostavljene faktorjske strukture v obeh vprašalnikih, tj. enofaktorjsko rešitev za Lestvico zaskrbljenosti zaradi podnebnih sprememb in dvofaktorjsko rešitev za Lestvico podnebne anksioznosti (tj. kognitivno-čustvena in funkcionalna oviranost). Poleg tega sta bili preverjeni nomološki mreži obeh konstruktoev. Rezultati analiz so podprli pričakovane odnose z drugimi konstrukti, s čimer kažejo na konvergentno, diskriminantno in inkrementalno veljavnost obeh lestvic. S tem pričujoča študija kaže močno podporo veljavnosti in zanesljivosti slovenskih različic Lestvice podnebne anksioznosti in Lestvice zaskrbljenosti zaradi podnebnih sprememb, ki sta primerni za uporabo pri nadaljnjih raziskavah odzivanja mladih posameznikov na podnebne spremembe.

## Izobraževanje, razvoj veščin in psihološki vplivi v kontekstu učenja in športa

9-U\_11

### Modrost Modre fakultete

Vlasta Novak Zabukovec<sup>1,2</sup>  
vlasta.zabukovec@ff.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL  
<sup>2</sup>FAMNIT UP

9-U\_11-01

Univerza v Ljubljani, kot največja in najstarejša slovenska univerza, je v študijskem letu 2020/2021 ustanovila Modro fakulteto. Modra fakulteta je skupnost starejših Univerze v Ljubljani. Deluje v sklopu Mreže klubov alumnov UL. Programi, ki jih razvija, so namenjeni vsem, starejšim od 55 let, in prispevajo k dobrobiti starejših in k družbenemu povezovanju. Izhodišča za tovrstno delovanje najdemo v gibanju Starosti prijazna univerza (Age friendly university) in načelih Svetovne zdravstvene organizacije WHO o starosti prijaznih mestih (Age friendly cities). Modra fakulteta razvija izobraževanje za starejše, raziskuje staranje in starost ter medgeneracijsko povezovanje. Sledi načelom starosti prijazne univerze, saj zagotavlja, da raziskovanje na univerzi vključuje tudi spoznavanje potreb starajoče se družbe, in spodbuja javni diskurz o tem, kako se lahko terciarno izobraževanje bolje odziva na različne interese in potrebe starejših. Prav tako povečuje razumevanje podaljševanja življenja, zdravega staranja in naraščajoče kompleksnosti ter bogastva, ki ga staranje prinaša družbi. Modra fakulteta promovira osebnostni in profesionalni razvoj v tretjem življenjskem obdobju ter podpira tiste, ki želijo razvijati drugo kariero. Ponuja vrsto raznolikih programov, jezikovnih, umetniških,

športnih, zgodovinskih itd. V predstavitvi bodo podrobneje predstavljena izhodišča Modre fakultete, cilji in programi. Na kratko bodo predstavljeni rezultati evalvacij izvedenih programov in načrti za nadaljnji razvoj Modre fakultete.

### Podpora socialnim in čustvenim kompetencam ter zavedanju raznolikosti učiteljev in učiteljic v Sloveniji: program ROKA v ROKI

Ana Kozina<sup>1</sup>, Mojca Rožman<sup>2,3</sup> in Nina Roczen<sup>2</sup>

ana.kozina@pei.si

<sup>1</sup>Pedagoški inštitut

<sup>2</sup>Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation

<sup>3</sup>Data Processing and Research Center, International Association for the Evaluation of Educational Achievement

9-U\_11-02

Izzivi (npr. raznolikost v razredih in tehnološke zahteve), s katerimi se soočajo učiteljice in učitelji, povečujejo pogostost njihovih čustvenih težav in težav, povezanih s stresom in izgorelostjo. Eden od mehanizmov za podporo učiteljem in učiteljicam je krepitev njihovih socialnih in čustvenih kompetenc ter zavedanja (in sprejemanja) raznolikosti. Projekt ROKA v ROKI: opolnomočenje učiteljic in učiteljev v Evropi za spoprijemanje s kariernimi izzivi preko podpore socialnim in čustvenim kompetencam ter sprejemanju različnosti je evropski projekt, oblikovan kot javno-politični eksperiment, v katerem poleg Slovenije sodeluje še sedem držav (Avstrija, Danska, Hrvaška, Nemčija, Portugalska in Švedska) z namenom razvoja in evalvacije programa ROKA v ROKI: opolnomočenje učiteljic in učiteljev. Program je oblikovan kot celo-šolski celoletni proces, ki vključuje 6 celodnevni srečanj in 5 dnevni spletni srečanj za učiteljice in učitelje (krajša različica tudi za vodstva in svetovalne službe). Evalvacija Programa ROKA v ROKI: opolnomočenje učiteljic in učiteljev temelji na eksperimentalnem raziskovalnem načrtu s kontrolnimi skupinami (učinki pred/po) v petih državah. V prispevku bomo predstavili rezultate za Slovenijo (Nek = 101, Nks = 114, M<sub>starost</sub> = 42 let, 88 % žensk). Udeleženci in udeleženke so dvakrat izpolnili vprašalnik. Da bi ocenili učinke programa, bomo primerjali spremembe v izbranih konstrukcijskih socialnih (npr. empatija – EAI, Gerdes idr., 2012) in čustvenih kompetenc (npr. čustvena samoučinkovitost – SEQ-C, Muris, 2001) ter kompetenc zavedanja raznolikosti (npr. zaznana samoučinkovitost pri obravnavi raznolikosti v razredu – PISA 2018 global competence scale) pred in po udeležbi v programu. Kot izhodišče za primerjavo nam bo služila kontrolna skupina. Spremembe bomo preverjali z regresijsko analizo, kjer bo skupina (kontrolna/eksperimentalna) vključena kot neodvisna spremenljivka in razlika med povprečno vrednotjo na izbrani lestvici (po in pred programom) kot odvisna spremenljivka.

## Vpliv glasbe v ozadju na učenje iz izobraževalnih videoposnetkov

Nežka Sajinčič<sup>1</sup>, Anna Sandak<sup>1,2,3</sup> in Petra Dolenc<sup>4</sup>  
nezka.sajincic@gmail.com

<sup>1</sup>InnoRenew CoE

<sup>2</sup>FAMNIT UP

<sup>3</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>4</sup>Pedagoška fakulteta UP

9-U\_11-03

Raziskovalno področje večpredstavnostnega učenja, ki si prizadeva oblikovati smernice za ustvarjanje učinkovitih izobraževalnih materialov, je vse bolj priljubljeno, vendar je preučevanje čustvenih procesov v tem kontekstu še vedno relativno redko. Pristop, ki poskuša izboljšati izobraževalne videoposnetke z upravljanjem čustveno-motivacijskih dejavnikov, je oblikovanje čustev (angl. emotional design). Oblikovanje čustev pri učnih gradivih vključuje dodajanje elementov, ki delujejo in spreminjajo posameznikova čustva na način, da spodbujajo učenje. Dodajanje privlačnih podrobnosti (angl. seductive details) ali informacij, ki so zanimive, vendar ne posegajo v samo učno vsebino, kot so okrasne slike, animacije ali zabavna dejstva, predstavlja pristop, ki lahko po eni strani poživi učno gradivo in spodbudi ugodna čustva pri posameznikih (npr. interes in motivacija), hkrati pa lahko ti dražljaji ovirajo učenje, saj tekmujejo z učno vsebino za našo pozornost. Večina raziskav oblikovanja čustev se osredotoča na vizualne elemente gradiv, medtem ko je malo znanega o učinkih zvočnega dela večpredstavnostnih učnih gradiv, kot je na primer glasba. Glasba, ki jo uporabljamo kot ozadje v izobraževalnih videoposnetkih, lahko vpliva na posameznikovo razpoloženje in fiziološko vzburjenost, kar lahko posledično vpliva tudi na njihovo kognitivno procesiranje in učne rezultate. Predstavljeni bodo delni rezultati raziskave, katere cilj je bil ugotoviti, kako glasba v ozadju z različnimi stopnjami aktivacije vpliva na učne rezultate pri študentih, ki se učijo nove učne snovi v tujem jeziku. V okviru eksperimenta so bili študenti razdeljeni v tri skupine in si ogledali poučne videoposnetke o lesu kot gradbenem materialu v različnih pogojih: brez dodane glasbe (kontrolna skupina), z dodano pomirjujočo glasbo (eksperimentalna skupina 1) in s poživljajočo glasbo (eksperimentalna skupina 2). Ugotovitve raziskave bodo prispevale k oblikovanju smernic za ustvarjanje bolj učinkovitih izobraževalnih videoposnetkov. Avtorji se zahvaljujejo Evropski komisiji za financiranje projekta InnoRenew CoE (Sporazum o dodelitvi sredstev št. 739574) v okviru programa Obzorje 2020 (H2020 WIDESPREAD-2-Teaming) in Republike Slovenije (Financiranje naložb Republike Slovenije in Evropske unije v okviru Evropskega sklada za regionalni razvoj). Del tega dela je bil opravljen v okviru projekta WoodLCC, ki ga podpira ForestValue.

## Koncentracija študentov Fakultete za šport

Tanja Kajtna<sup>1</sup> in Kaja Meh<sup>1</sup>

tanja.kajtna@fsp.uni-lj.si

<sup>1</sup>Fakulteta za šport UL

9-U\_11-04

Študentje Fakultete za šport so v okviru pridobivanja rezultatov za standardizacijski vzorec športno aktivne populacije v Sloveniji sodelovali v testiranju s testom koncentracije d2-R, ki ga izvaja Center za psihodiagnostična sredstva. Ta test namreč od prvotnega testa bolje razlikuje med bolj sposobnimi posamezniki, hkrati pa ima tudi spremenjeno vrednotenje, ki bolj natančno omogoča spremljanje vzdrževanja koncentracije skozi daljši čas. Rezultati celotnega vzorca kažejo na dobro koncentracijo, ki je glede na normativni vzorec iz priložnika vprašalnika (za starost 20–39 let) precej boljša. Glede na letnike imajo najboljšo koncentracijo študentje drugega letnika, s podobnima rezultatoma sledijo študentje tretjega letnika in druge stopnje, najslabšo koncentracijo pa imajo glede na podatke študentje prvih letnikov. Razlike so tako pri številu pravilno pregledanih znakov kot vseh pregledanih znakov statistično značilne.

Glede na študijske smeri je najvišja koncentracija pri študentih Športne vzgoje, sledijo študentje Kineziologije in nato študentje Športnega treniranja, tudi tu so razlike statistično značilne. Študentje vseh letnikov zmorejo pozornost tudi vzdrževati bolje od splošne populacije. Upad v prvem letniku je iz četrtnine v četrtnino precej konstanten, v tretjem letniku in drugi stopnji je nekoliko večji po polovici testa, torej iz druge v tretjo četrtnino, pri drugem letniku pa je upad večji iz prve v drugo četrtnino in iz tretje v četrto, medtem ko je iz druge v tretjo četrtnino upad majhen. Po smereh študija vidimo precej konstantno upadanje rezultata iz četrtnine v četrtnino pri študentih Športne vzgoje, pri študentih Kineziologije in Športnega treniranja pa rahlo večji upad iz druge v tretjo četrtnino. Medtem ko sta predvsem prva in tudi druga četrtnina odvisni predvsem od sposobnosti koncentriranja, lahko večji upad v tretji in še posebej četrti četrtnini skušamo preprečiti oziroma nadzorovati s treniranjem vzdrževanja koncentracije, nižji rezultat v prvi četrtnini pa lahko pomeni večjo napetost ob začetku reševanja testa.

## Tveganje za motnje hranjenja pri slovenskih vrhunskih športnikih

Borjana Kremžar Jovanović<sup>1</sup>, Tanja Kajtna<sup>2</sup> in Rok Holnthaner<sup>1</sup>

rok.holnthaner@yahoo.com

<sup>1</sup>Oddelek za psihiatrijo UKC Maribor

<sup>2</sup>Fakulteta za šport UL

9-U\_11-05

Čeprav vedno večje število športnikov razkriva težave v duševnem zdravju, ki lahko dosejajo nivo resnejše patologije, je problem duševnega zdravja vrhunskih športnikov še vedno skrit za idealizacijo ter željami po vrhunskih dosežkih ter priznanjih. V sklopu duševnih motenj v športu je pogosto naveden tudi perfekcionizem. Razmišljanje o

povezavi perfekcionizma s psihopatološko simptomatiko ni naključno. Več študij ugotavlja, da je perfekcionizem povezan z različnimi duševnimi motnjami, med drugim tudi z motnjami hranjenja (Bieling idr., 2004; Frost, 1990; Smith idr., 2015). Perfekcionizem v športu zajema posebno mesto, saj je prav šport področje, kjer se spoštuje in pričakuje popolnost in brezhibnost dosežkov ter videza. Športniki sami se pogosto pojmujejo kot zelo perfekcionistični, kar izražajo tudi v intervjujih (npr. Tina Maze (Massi, 2014)) ali avtobiografijah (pr. Amanda Beard, 2012). Kvalitativni del raziskave smo dopolnili z izsledki kvantitativnih rezultatov. V tem delu raziskave nas zanimalo, kateri dejavniki se na vzorcu slovenskih vrhunskih športnikov povezujejo s tveganjem za motnje hranjenja. V raziskavi smo uporabili Vprašalnik motenj hranjenja EDI-3 (Garner, idr., 2021) in Vprašalnik perfekcionizma (Frost, 1990). Z bivariatno logistično regresijo smo odkrili, da se z večjim tveganjem za motnje hranjenja povezuje spol ( $B = -1,039$ ,  $SE = 0,471$ , Waldov  $\chi^2 = 4,871$ ,  $p = 0,027$ ,  $\exp(B) = 0,354$ ) in neprilagojen perfekcionizem ( $B = 0,033$ ,  $SE = 0,016$ , Waldov  $\chi^2 = 4,391$ ,  $df = 1$ ,  $p = 0,036$ ,  $\exp(B) = 1,034$ ). Za pripadnost športnim panogam, kjer je potrebno poudarjeno nadzirati telesno težo, tovrstne povezanosti nismo odkrili. Ocenjujemo, da so rezultati, ki smo jih dobili, pomembni pri nadaljnjem delu z vrhunskimi športniki glede njihovega duševnega zdravja.



## Posterji

### Čustveni učinki socialne opore na občutek bolečine: preliminarni rezultati

Jana Verdnik<sup>1</sup>, Saša Zorjan<sup>1</sup>, Marina Horvat<sup>1</sup> in Satja Mulej Bratec<sup>1</sup>  
jana.verdnik@student.um.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

3-P\_01-01

Bolečina je negativna izkušnja posameznika, ki pa je tudi zelo subjektivna. Na njeno zaznavanje lahko namreč vplivajo številni dejavniki, med drugim socialna opora, ki lahko deluje kot socialna regulacija čustvenega odzivanja. Če se torej podpora prisotnost določene osebe povezuje z izboljšanjem posameznikovega blagostanja in tako poveča doživljanje pozitivnih čustev, lahko vodi k manjši zaznani intenziteti in neprijetnosti bolečine. Podobno lahko v tem primeru opazimo spremembe v možganskih signalih, povezanih z zaznavanjem bolečine. V naši študiji, ki je še v teku, želimo preučiti, ali prisotnost romantičnega partnerja pomeni dovoljšnjo socialno oporo, da povzroči pozitivno spremembo čustev, in ali je slednja pomemben mehanizem za zmanjšanje doživljanja bolečine, izražene s samooceno in merjene s pomočjo elektroencefalograma (EEG). To počnemo z izvedbo eksperimenta, v katerem sodelujejo romantični pari. Udeleženka preko elektrod prejema bolečinske dražljaje, ki jih ocenjuje na lestvicah intenzitete in neprijetnosti bolečine, poleg tega pa s pomočjo lestvice čustvenega stanja poroča o svojem trenutnem počutju. Med eksperimentom ima nameščeno EEG kapo (s 64 elektrodami), ki omogoča merjenje možganske aktivnosti. Eksperiment ima dva pogoja, in sicer občasno udeleženka pred dražljajem vidi partnerja preko kamere (pogoj prisotnosti), v drugih primerih pa vidi le video brez prepoznavne vsebine (pogoj odsotnosti). Na podlagi tako pridobljenih podatkov bomo v prispevku predstavili preliminarnne rezultate o tem, ali je čustvena valenca mediator učinka opore partnerja na občutek bolečine, in sicer z analizo tako subjektivne ocene bolečine kot tudi elektrofizioloških signalov.

### Študija o pismenosti na področju duševnega zdravja pri študentih medicine

Hojka Gregorič Kumperščak<sup>1,2</sup>, Nina Vučinić<sup>3</sup>, Sara Plakolm Erlač<sup>4</sup>, Norbert Skokauskas<sup>5</sup>

vucinic.nina@gmail.com

<sup>1</sup>Medicinska fakulteta UM

<sup>2</sup>Enota za otroško in mladostniško psihiatrijo UKC Maribor

<sup>3</sup>Center za duševno zdravje odraslih Ptuj

<sup>4</sup>Klinika za pediatrijo UKC Maribor

<sup>5</sup>Center za duševno zdravje otrok in mladostnikov ter zaščito otrok, Norveška univerza za znanost in tehnologijo

3-P\_01-02

Obdobje prehoda v odraslost in obdobje pričetka študija predstavlja prelomnico, ob kateri se lahko simptomi že razvitih duševnih motenj pri posameznikih poglobijo, hkrati pa lahko nastajajo nove težave in pričetki motenj. Večina duševnih težav se pojavi pred 25. letom starosti in pogosto sledi daljšemu vzorcu remisije in ponovitev skozi celotno življenjsko dobo. Nепреpoznane in/ali nezdravljene duševne motnje lahko vodijo do različnih negativnih izidov, vključno s slabimi izobraževalnimi/poklicnimi dosežki, problematičnim medosebnim in družinskim delovanjem ter krajšo pričakovano življenjsko dobo zaradi povezanih zdravstvenih stanj in samomora. Intervencije, ki vodijo k zgodnji identifikaciji, skupaj z učinkovitim zdravljenjem povečujejo možnost pozitivnih rezultatov in ugodne prognoze. Pismenost o duševnem zdravju je zato bistvena komponenta za preprečevanje stiske, zgodnje prepoznavanje in hitro posredovanje. Namen naše raziskave je izobraževanje in opolnomočenje študentov 1. letnika Medicinske fakultete Univerze v Mariboru (MF UM) na področju duševnega zdravja. V prvem delu raziskave bomo tutorje MF UM usposobili za izvajanje programa "Življenjski prehodi", ki vsebuje vsebine, povezane z duševnim zdravjem, in nasvete o preventivi ter iskanju pomoči, če pri sebi ali pri drugih opazijo psihične težave. V drugem delu raziskave bomo preverili osnovno znanje in prepričanja dijakov o duševnem zdravju in iskanju pomoči. Preverili bomo tudi njihovo osnovno psihološko stanje in doživljanje stresa. V tretjem delu bodo študenti vključeni v učni program, ki ga bodo izvajali mentorji in bo obravnaval najpogostejše teme duševnega zdravja, obvladovanja stresa in splošne promocije. V zadnjem delu bomo ponovno preverili, kako so se vse zgoraj omenjene teme spremenile. Študija bo v popolnosti zaključena januarja 2024.

### Čuječnost in podporno delovno okolje kot zaščitna dejavnika pred izgorelostjo med učitelji in vodstvom šol v štirih evropskih državah

Manja Veldin<sup>1</sup>, Ana Kozina<sup>1</sup>, Jelena Matić Bojić<sup>2</sup>, Gina Tomé<sup>3</sup>, Helene Dahlström<sup>3</sup> in Mojca Rožman<sup>4</sup>

manja.veldin@gmail.com

<sup>1</sup>Pedagoški inštitut

<sup>2</sup>Institute for Social Research in Zagreb

<sup>3</sup>Faculty of Human Motricity, University of Lisbon

<sup>4</sup>Leibniz Institute for Research and Information in Education

3-P\_01-03

Povečane zahteve in izzivi, s katerim se soočajo učitelji, lahko privedejo do izgorelosti, če se prezrejo njihove socialne in čustvene kompetence. K dovetnosti za izgorelost dodatno prispevajo visoka stopnja obremenitev v delovnem okolju in neustrezni viri oziroma podporni sistemi. Po drugi strani je čuječnost prepoznana kot eden od dejavnikov, ki prispevajo

k zmanjševanju izgorelosti in izboljševanju blagostanja. Spol in starost prav tako prispevata k napovedovanju izgorelosti, čeprav so ugotovitve raziskav o teh dejavnikih nedosledne. Razumevanje dejavnikov, ki prispevajo k izgorelosti, je ključnega pomena za razvoj učinkovitih intervencij in podpornih sistemov. V študiji smo ugotavljali, kako specifični dejavniki (spol, starost, obremenjenost v delovnem okolju in čuječnost) napovedujejo izgorelost med osnovnošolskimi učitelji in vodstvenim kadrom šol. Vzorec je vključeval udeležence iz Slovenije (N = 256; 81 % učiteljev), Hrvaške (N = 248; 79 % učiteljev), Portugalske (N = 266; 78 % učiteljev) in Švedske (N = 240; 70 % učiteljev). Udeleženci so izpolnili nabor vprašalnikov, namenjenih ocenjevanju njihovih socialnih in čustvenih kompetenc ter kompetenc na področju zavedanja raznolikosti. Rezultati hierarhične regresijske analize so pokazali, da sta višja stopnja čuječnosti in nižja stopnja obremenjenosti v delovnem okolju značilno napovedovali nižjo stopnjo izgorelosti v vseh štirih državah (in obeh skupinah udeležencev). Spol in starost se kot napovedna dejavnika izkazeta le v omejenem obsegu. V primerih, ko sta izkazovala značilno vlogo, so moški in starejši udeleženci poročali o nižjih stopnjah izgorelosti. Vključeni napovedni dejavniki so pojasnili skoraj polovico variance v stopnjah izgorelosti med učitelji in vodstvenim kadrom. Študija priznava določene omejitve pri interpretaciji rezultatov, kot so velikost vzorca in specifični kulturni konteksti. Kljub temu rezultati poudarjajo pomembnost spodbujanja čuječnosti in naslavljanja obremenitev v delovnem okolju za zmanjševanje izgorelosti med učitelji in vodstvom šol. Identifikacija napovednih dejavnikov omogoča oblikovalcem politik in izobraževalnim ustanovam razvoj ciljno usmerjenih intervencij za podporo blagostanja in rezilientnosti izobraževalcev.

## Empatija in duševno zdravje zdravstvenih delavcev

Tina Kavčič<sup>1</sup>, Kemal Ejub<sup>2</sup>, Nikita Polner in Anja Pregelj<sup>3</sup>  
tina.kavcic@zf.uni-lj.si

<sup>1</sup>Zdravstvena fakulteta UL

<sup>2</sup>UKC Ljubljana

<sup>3</sup>Splošna bolnišnica dr. Franca Derganca Nova Gorica

3-P\_01-04

Empatija zdravstvenih delavcev je bistvena za njihovo kakovostno delo s pacienti, saj omogoča oblikovanje in ohranjanje kakovostnega odnosa in učinkovite komunikacije s pacienti, povečuje verjetnost dobrih izidov zdravstvene obravnave ter prispeva k zadovoljstvu, motivaciji in sodelovanju pacientov v obravnavi. Nekoliko manj dosledni so rezultati raziskav učinkov empatije zdravstvenih delavcev na njihovo duševno zdravje, kar je verjetno vsaj delno odraz večdimenzionalne narave konstrukta empatije. V prispevku predstavljamo ugotovitve treh študij z različnimi skupinami zdravstvenih delavcev. Študija I je potekala med petim valom epidemije in je vključevala 238 medicinskih sester (90 %

žensk) in 93 zdravnikov (70 % žensk). Študiji II in III sta potekali po končani epidemiji, in sicer je študija II zajela 217 medicinskih sester, zaposlenih v nujni medicinski pomoči, študija III pa 239 fizioterapevtov (88 % žensk). V vseh treh študijah so sodelujoči zdravstveni delavci samooocnili štiri vidike empatičnega odzivanja z Indeksom medosebne odzivnosti ter negativne in pozitivne vidike duševnega zdravja pri delu (izgorelost in profesionalna izpolnitev). Poleg tega so v študijah I in II poročali še o težavah v splošnem duševnem zdravju (anksioznost, depresivnost, stres) in pozitivnem duševnem zdravju (subjektivno blagostanje). Rezultati niza hierarhičnih regresijskih analiz so pokazali, da k manj ugodnemu duševnemu zdravju zdravstvenih delavcev prispeva zlasti njihova osebna prizadetost v empatičnih situacijah, v času epidemije pa bil dejavnik tveganja tudi neposredno delo s pacienti s COVID-19. Kot kaže, ostali vidiki empatičnega odzivanja (zavzemanje perspektive, domišljijsko vživljanje in empatična skrb) ne prispevajo k težavam v duševnem zdravju, temveč predstavljajo varovalni dejavnik v nekaterih vidikih duševnega zdravja nekaterih skupin zdravstvenih delavcev.

## Psihoterapija z boksom: preučevanje vloge telesa pri posameznikih s PTSM

Manca Kok<sup>1</sup>, Filip van Opstal<sup>1</sup> in Julian Kiverstein<sup>2</sup>  
manca.kok@gmail.com

<sup>1</sup>Department of Psychology, Amsterdam University

<sup>2</sup>Department of Psychiatry, Amsterdam University Medical Centre

3-P\_01-05

Pri novih načinih zdravljenja psihopatologij, zlasti posttravmatske stresne motnje, se telesu in zaznavanju telesnih reakcij pripisuje vse pomembnejša vloga. Eden od novih pristopov – psihoterapija z boksom – postavi paciente z različnimi psihopatologijami v boksarski ring, kjer boksa s profesionalnim boksarjem, psihoterapevt pa jih verbalno usmerja. Med boksanjem so pacienti izpostavljeni kratkotrajni neobvladljivi situaciji. To lahko izzove močan telesni odziv, ki je podoben odzivu na grožnjo oz. travmo – tonično negibnost – ki je povezana z večjo obremenitvijo PTSM. Psihoterapija z boksom lahko pomaga opaziti ta telesni odziv in se z njim soočiti. Za preučevanje telesnega odziva udeležencev (N = 19) med boksom so bili uporabljeni merilniki srčnega utripa. S tem smo razširili tipično raziskovanje fizioloških odzivov na grožnje izven laboratorija. Pričakovali smo, da bodo posamezniki s posttravmatsko stresno motnjo (PTSM) pokazali močnejši srčni odziv v primerjavi s posamezniki z drugimi patologijami ali tistimi brez duševne motnje, vendar med skupinami nismo ugotovili razlik v srčnem odzivu. Medtem ko so bili stisnjeni v kot, je bilo pri vseh skupinah v povprečju opaziti srčni odziv, značilen za tonično negibnost. Rezultati so preliminarni dokaz tega, da imajo dogodki med psihoterapijo z boksom potencial, da izzovejo fiziološke odzive, vendar ni zagotovila o bolj subtilnih razlikah v odzivih na grožnjo med posamezniki z različnimi psihopatologijami.

## Hollandova teorija izbire kariere 15 let po njegovi smrti – prenovljen vprašalnik in njegova slovenska standardizacija

Dušica Boben<sup>1</sup>

dusica.boben@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

3-P\_01-06

Hollandov vprašalnik je vodilni pripomoček za ocenjevanje poklicnih interesov na svetu. Kdor pozna Hollandovo teorijo izbire poklica/kariere oziroma RIASEC tipologijo, ve, da je ta preprosta in obsežno empirično podprta, iz nje izhajajoči pripomočki pa so enostavni za uporabo. Zato ni presenetljivo, da se razvoj Hollandovih pripomočkov nadaljuje tudi po njegovi smrti. Teorija RIASEC se navezuje na "poklicno" osebnost in delovno okolje ter njuno usklajenost. Ključna ideja je, da lahko večino ljudi opišemo s kombinacijo šestih tipov osebnosti. Holland je te osebnostne tipe poimenoval: realistični, raziskovalni, umetniški, socialni, podjetniški in konvencionalni. Na podoben način je opisal okolja, v katerih delujemo. Grafično je model predstavil v obliki šesterokotnika. Ena od najmočnejših predpostavk njegove teorije je, da ljudje iščemo okolja (poklice, šole, podjetja, hobije ...), kjer lahko razvijamo svoje spretnosti, izražamo svoja stališča in vrednote ter sprejemamo naloge in vloge, s katerimi se strinjamo. V prispevku bomo predstavili novosti v posodobljeni različici vprašalnika (Standard self directed search) in rezultate slovenske standardizacije. Slovenska standardizacija je bila narejena samo z elektronsko obliko vprašalnika. V vzorcu je bilo 571 osnovnošolcev, starih 12–15 let, 637 gimnazijcev, starih 16–19 let, ter 255 odraslih, starih 20–69 let ( $M = 34,3$ ,  $SD = 9,3$ ). Vprašalnik so izpolnjevali z namenom pridobivanja podatkov za poklicno odločitev. Notranja zanesljivost (standardiziran Cronbachov koeficient alfa) je bila izračunana za vse podlestvice in lestvice RIASEC glede na področje merjenja (Dejavnosti, Zmožnosti in Poklici), ločeno po starosti in spolu (za lestvice znaša od 0,89–0,94). Predstavljeni bodo rezultati, ki podpirajo veljavnost vprašalnika (faktorska analiza, notranje korelacije in korelacije z osebnostnimi vprašalniki), ter novi dodatni indeksi in norme, ki so koristni predvsem pri bolj poglobljeni interpretaciji.

## Kako starejši zaposleni doživljajo delovno okolje in delovne izide

Jernej Jelenko<sup>1</sup>, Nina Tomažević<sup>2</sup> in Eva Boštjančič<sup>3</sup>

nina.tomazevic@fu.uni-lj.si

<sup>1</sup>Racio razvoj HR&M consulting

<sup>2</sup>Fakulteta za upravo UL

<sup>3</sup>Filozofska fakulteta UL

3-P\_01-07

Vzporedno s staranjem prebivalstva razvitega sveta se na trgu delovne sile ustvarja potreba po podaljševanju delovne aktivnosti ter večji vključitvi starejših zaposlenih v organizacijsko okolje. Delovna neaktivnost starejših

zaposlenih in politike zgodnjega upokojevanja uvrščajo Slovenijo na zadnja mesta delovne aktivnosti zaposlenih po izpolnjenem 55. letu starosti v Evropi. Razvoj delovnih organizacij in posledično nacionalne ekonomije bo v prihodnje pomembno odvisen od razumevanja načina doživljanja delovnega okolja s strani starejših zaposlenih, njihovih zmožnosti in posredno njihovih z delom povezanih pričakovanj. Raziskati smo želeli dožemanje organizacijskega okolja, delovnega zadovoljstva, zavzetosti ter učinkovitosti med starejšimi zaposlenimi glede na spol, izobrazbo, področje, sektor dela in položaj. Sočasno smo želeli ugotoviti, ali obstaja razlika med dožemanjem delovnega okolja, zadovoljstva, zavzetosti in učinkovitosti med skupino starejših zaposlenih v primerjavi s skupino mlajših zaposlenih. V vzorcu je sodelovalo 1505 zaposlenih, med njimi 755 mlajših in 750 starejših zaposlenih iz 25 slovenskih organizacij (12 iz javnega sektorja, 13 iz zasebnega sektorja). Ugotovili smo, da med mlajšimi in starejšimi zaposlenimi obstajajo razlike v zaznavi proučevanih konstruktov, tako kot v skupini starejših zaposlenih obstajajo razlike v zaznavah glede na njihov spol, položaj v organizaciji, stopnjo izobrazbe, področje dela in sektor (javni/zasebni) njihove delovne organizacije. Rezultati pomembno prispevajo k zapolnitvi strokovne vrzeli proučevanja starejših zaposlenih in služijo kot pomemben vir informacij, tako za znanost kot za organizacijsko prakso. Zadrževanje starejših zaposlenih (tj. preprečevanje zgodnjega upokojevanja) in zaposlovanje oseb po dopolnjenem 55. letu starosti organizacijam omogočata večjo odpornost na izzive prihodnosti. Ker zmanjšujeta omejitvene dejavnike za gospodarsko rast, vplivata tudi na trg delovne sile ter sisteme socialne varnosti. Prav zato nista več zgolj stvar prihodnosti, temveč nuja sedanosti.

## Vloga starosti in spola v profilih psihološkega odzivanja med pandemijo COVID-19

Manja Veldin<sup>1</sup>, Ana Kozina<sup>1</sup>, Igor Peras<sup>1</sup> in Tina Pivec<sup>1</sup>

manja.veldin@gmail.com

<sup>1</sup>Pedagoški inštitut

3-P\_01-08

Namen pričujoče študije je bil raziskati profile psihološkega odzivanja odraslih v Sloveniji med pandemijo COVID-19, pri čemer smo želeli preučiti tako negativne kot pozitivne odzive ter preveriti morebitno prediktivno vlogo starosti in spola pri tem odzivanju. V raziskavo smo zajeli priložnostni vzorec 987 odraslih iz Slovenije, med katerimi je bilo največ žensk (85,6 %), s povprečno starostjo 43,81 leta. Za opredelitev temeljnih podskupin udeležencev glede na njihovo psihološko odzivanje med pandemijo je bila uporabljena analiza latentnih profilov, vključno z uporabo kazalnikov pozitivnega odzivanja (čustvena samoučinkovitost, duševno blagostanje in zadovoljstvo z življenjem) in negativnega odzivanja (čustvene težave, anksioznost in COVID-19 anksioznost). Lanzova metoda je bila uporabljena za oceno razlik med opredeljenimi profili glede na demografske spremenljivke (starost in spol). Rezultati študije so razkrili štiri profile, ki so se razlikovali v psihološkem odzivanju med pandemijo COVID-19: (i) izrazito negativno psihološko odzivanje (6,7 %), (ii) negativno

psihološko odzivanje (24,6 %), (iii) povprečno psihološko odzivanje (46,2 %) in (iv) pozitivno psihološko odzivanje (22,4 %). Navedeni profili so se značilno razlikovali glede na starost, ne pa tudi glede na spol. Natančneje, udeleženci v profilu pozitivnega psihološkega odzivanja so bili najstarejši, sledili so jim udeleženci v povprečnem profilu, negativnem profilu in nazadnje v profilu izrazito negativnega psihološkega odzivanja. Izsledki nakazujejo, da bi lahko analiza posameznih psiholoških profilov pripomogla k razvoju ustrezno prilagojenih ukrepov, ki bi upoštevali močne in težavne vidike odzivanja posameznikov v obdobjih velikega stresa, kot je denimo globalna pandemija. S prepoznavanjem in razumevanjem različnih psiholoških profilov je mogoče oblikovati intervencije, ki so usmerjene v konkretne potrebe in spodbujajo ugodne izide. Ta študija poudarja tudi pomen upoštevanja starosti kot značilnega dejavnika pri napovedovanju psiholoških odzivov med tovrstnimi dogodki, kar je lahko podlaga za razvoj ciljno usmerjenih intervencij za različne starostne skupine.

### **Povezava učinkovitosti virtualnega vodenja z medfunkcijskim sodelovanjem**

Sanja Bizilj<sup>1</sup>, Eva Boštjančič<sup>2</sup> in Gregor Sočan<sup>2</sup>  
eva.bostjancic@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Astellas Europe

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

3-P\_01-09

Globalizacija, tehnološki napredek in pandemija covida-19 so prispevali k razmahu virtualnega dela v sodobnih organizacijah. Virtualno delo omogoča večjo fleksibilnost, dostop do talentov in zmanjšanje stroškov. Hkrati pa se organizacije že dolgo trudijo povečati medfunkcijsko sodelovanje, saj je v današnjem visoko konkurenčnem in hitro spreminjajočem se poslovnem okolju lansiranje novih produktov in storitev vedno zahtevnejše. Ker je malo empiričnih dokazov, ki bi povezali vlogo zaznane učinkovitosti virtualnega vodenja z učinkovitostjo medfunkcijskega sodelovanja, smo v empirični raziskavi povezali ta konstrukta. Namen raziskave je bil raziskati povezanost dejavnikov, kot so pogostost in kakovost komunikacije med vodjo in podrejenim ter spretnost mreženja vodje, z učinkovitostjo virtualnega vodenja te neposredne in posredne povezanost virtualnega vodenja z medfunkcijskim sodelovanjem. Podatki so bili zbrani v letu 2022 preko spletne ankete iz vzorca zemljepisno razpršenih delovnih mest v multinacionalki, ki ima matrično organizacijsko strukturo. Na vzorcu 133 podrejenih smo z analizo konceptualnega modela s tehniko PLS-SEM potrdili, da sta kakovost komunikacije med podrejenim in vodjo ter sposobnost mreženja vodje pozitivno povezana z zaznano učinkovitostjo virtualnega vodenja. Učinkovitost virtualnega vodenja je mediacijska spremenljivka med kakovostjo komunikacije in sposobnostjo mreženja na eni in medfunkcijskim sodelovanjem na drugi strani. Izsledki raziskave niso pokazali značilnega učinka odnosa med pogostostjo komunikacije med vodjo in podrejenim ter zaznavo učinkovitosti virtualnega vodenja. Ker glede na dostopne vire ne obstaja empirična študija, ki bi obravnavala povezavo učinkovitosti virtualnega

vodenja z medfunkcijskim sodelovanjem, predstavlja naša raziskava izvirni prispevek k raziskovanju in iskanju novih načinov optimizacije virtualnega sodelovanja med vodjo in zaposlenimi v smislu boljših rezultatov globalnih organizacij.

### **Učinkovitost kognitivnega treninga pri starejših osebah**

Anja Pahor<sup>1,2</sup>, Aaron Seitz<sup>2</sup> in Susanne Jaeggi<sup>2</sup>  
anja.pahor1@um.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

<sup>2</sup>College of Science, Northeastern University

3-P\_01-10

Staranje je povezano z upadom številnih kognitivnih funkcij in poslabšanjem delovnega spomina. Ena izmed metod, s katero bi lahko do neke mere preprečili s starostjo povezan upad spominskih sposobnosti, je kognitivni trening (KT). V zadnjem času se pojavlja trend igrifikacije KT, ki naj bi pozitivno vplivala na motivacijo uporabnika. Večina raziskav na temo igrifikacije vključuje mlajšo populacijo, zato nas je zanimalo, ali imajo starejše osebe koristi od igrifikacije kognitivnega treninga. Predvidevali smo, da je igrifikacija KT lahko za nekatere starejše osebe koristna, za druge pa ne, kar je odvisno od individualnih razlik v izvršilnih funkcijah. V randomiziran navzkrižni eksperiment smo vključili 99 udeležencev, starih med 51 in 87 let, ki so opravili tako igrificiran kot neigrificiran KT ter ponovno testiranje 1 mesec po zaključku raziskave. Preliminarni rezultati kažejo na večjo učinkovitost KT, če je ta v prvem delu neigrificiran, kot če se začne z igrificirano različico. Prikazani bodo tudi rezultati analiz, kjer se ugotavlja, ali izhodiščne izvršilne funkcije moderirajo odnos med vrsto KT in prenosom umskih sposobnosti na nove naloge. Rezultati raziskave bodo prispevali k razumevanju dejavnikov, ki vplivajo na uspešnost KT pri starejših osebah.

### **OMRA – multidisciplinarni program pismenosti o duševnem zdravju kot primer dobre prakse v Sloveniji**

Dino Manzoni<sup>1</sup> in Lilijana Šprah<sup>1</sup>

dino.manzoni@zrc-sazu.si

<sup>1</sup>Druženomedicinski inštitut ZRC SAZU

7-P\_02-01

Epidemiološki podatki kažejo, da se breme slabega duševnega zdravja po vsem svetu povečuje. Več kot 970 milijonov ljudi po svetu trpi zaradi duševnih motenj, med katerimi sta najpogostejši tesnoba in depresija. Po letu 2020 se je število ljudi, ki trpi zaradi anksioznosti in depresije, tudi zaradi pandemije COVID-19, močno povečalo. Žal kakovostni preventivni programi na področju duševnega zdravja, zgodnje odkrivanje in zdravljenje težav v duševnem zdravju ter ustrezni promocijski programi še vedno niso enako dostopni vsem prebivalstvenim skupinam in regijam v Sloveniji. Več študij je pokazalo, da lahko programi zdravstvene pismenosti povečajo obveščenost o duševnih motnjah, zmanjšajo



stigmatizacijo in izboljšajo kazalnike javnega zdravja. V letu 2017 smo začeli izvajati prvi multidisciplinarni promocijsko preventivni program v Sloveniji “Z večjo pismenostjo na področju duševnega zdravja do boljšega obvladovanja motenj razpoloženja” (akronim: OMRA). Program je bil temeljen na konceptu pismenosti na področju duševnega zdravja. Ima kompleksno strukturo in na multidisciplinarni ravni ter sistematično obravnava razumevanje značilnosti in posledic težav v duševnem zdravju, s poudarkom na motnjah razpoloženja in osebnostnih motnjah ter veččinah (samo) pomoči. Kompleksna multidisciplinarna platforma OMRA je sestavljena iz prosto dostopne spletne strani, ki vključuje video- in pisne opise motenj razpoloženja in osebnosti ter odvisnosti, dejavnikov tveganja in zaščitnih dejavnikov. V nacionalnem poročilu 2020 “Rapid assessment of the mental health system in Slovenia” je Svetovna zdravstvena organizacija izpostavila program OMRA kot primer dobre prakse za dvig pismenosti na področju duševnega zdravja.

### **Eysenckov osebnostni vprašalnik, revidirana oblika – razlike v osebnosti nekoč in danes**

Jaša Čebulj<sup>1</sup>

jasa.cebulj@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

7-P\_02-02

Eysenckov osebnostni vprašalnik je samoocenjevalni pripomoček, katerega avtorja sta Hans J. Eysenck in Sybil B. G. Eysenck. Za slovensko področje je bil prvič prirejen leta 1979, posodobljeno različico pa smo na Centru za psihodiagnostična sredstva izdali leta 1997 (revidirana oblika EPQ-R). Vprašalnik temelji na teoriji treh glavnih osebnostnih dimenzij: ekstravertnost (E), nevroticizem (N) in psihotocizem (P), vključuje pa tudi veljavnostno lestvico (L), ki meri nagnjenost k dajanju socialno zaželenih odgovorov. Na voljo sta kratka in dolga različica EPQ-R. Slednja poleg prej omenjenih lestvic zajema še dve posebni lestvici: odvisnost (A) in kriminalnost (C). Vprašalnik je namenjen ocenjevanju splošne populacije, lahko pa nakazuje rizičnost, ki jo je vredno preveriti poglobljeno, s kliničnimi pripomočki. V letu 2015 smo na Centru za psihodiagnostična sredstva začeli s ponovnim normiranjem, z zbiranjem podatkov pa smo zaključili leta 2021. Vzorec ponovnega normiranja zajema skupno 5190 posameznikov, ki ga bomo za namene prispevka omejili le na osebe, ki so vprašalnik izpolnjevale na papirju (N = 2326, povprečna starost 29,4 leta). Za primerjavo bomo uporabili standardizacijski vzorec iz leta 1997, ki je zajemal skupno 486 posameznikov, ločenih na tri starostne skupine (do 25 let, 25 do 35 let ter 35 let in več). V prispevku bomo predstavili povprečne profile treh osebnostnih dimenzij v letih 1997 in 2021 ter jih primerjali tudi glede na spol.

### **Odkrivanje poklicnih interesov z BIT-II: primerjava vprašalnika in testa**

Nika Knez<sup>1</sup>

nika.knez@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

7-P\_02-03

BIT-II je posodobljena različica Testa poklicnih interesov za mladino, avtorjev Martina Irleja (avtor prvotne različice) in Wolfganga Allehoffa, ki ga v slovenskem prostoru kot TPI poznamo že od leta 1967, ko je bil pri nas prvič izdan. BIT-II je namenjen ugotavljanju vrste in izraženosti poklicnih interesov in ima možnost izvedbe z vprašalnikom ali testom. BIT-II test in BIT-II vprašalnik sta primerna za učence zadnje triade, stare med 12 in 16 let, ki se odločajo za vpis na srednjo poklicno šolo, strokovno šolo ali strokovno gimnazijo. Zaradi svoje interaktivnosti je preizkus privlačen za mladostnike, ki ga izpolnijo v elektronski obliki z uporabo spletne aplikacije TESTrešuj. Rezultat testa oziroma vprašalnika je vezan na devet poklicnih področij. Področje A zajema kovinarstvo, strojništvo in rudarstvo, področje B umetnost, oblikovanje in kulturo, področje C kemijo, papirništvo in steklarstvo, področje D pa gostinstvo in prehrano. V področje E so vključeni kmetijstvo, gozdarstvo in varovanje okolja, v področje F trgovina, administracija in turizem, v področje G elektro in računalništvo, v področje H lesarstvo, gradbeništvo in geodezija ter v področje I delo z ljudmi oziroma pomoč ljudem. BIT-II test (prisilna izbira) ima 81 nalog in v vsaki nalogi so zapisane štiri poklicne dejavnosti, od katerih mora posameznik izbrati tisto, ki mu je najbolj všeč, ter tisto, ki mu je najmanj všeč. BIT-II vprašalnik (svobodna izbira) ima prav tako 81 postavk, od testa pa se razlikuje po tem, da se odgovori vnašajo na 5-stopenjski lestvici. Opisanih je veliko različnih poklicnih dejavnosti, posameznik pa presoja, v kolikšni meri mu je dejavnost všeč. Izbira lahko med “Zelo mi je všeč”, “Všeč mi je”, “Vseeno mi je”, “Ni mi všeč” in “Sploh mi ni všeč”. V prispevku bomo predstavili primerjavo med vprašalnikom in testom ter razlike v prikazu rezultatov, ki jih dobimo s pomočjo vprašalnika ali testa.

### **Osebnostne lastnosti spolnih prestopnikov v primerjavi s kontrolno skupino: preliminarna študija**

Eva Štrukelj<sup>1</sup>

psiholog@center-pds.si

<sup>1</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

7-P\_02-04

Spolno nasilje oziroma spolni napad je nemoralno in nesprejemljivo dejanje, ki po mednarodnem pravu velja za hudo kršitev. Pri razlagi in preventivi teh dejanj se v strokovni literaturi pogosto pojavljajo teorije osebnosti, ki bi lahko

pomagale pri obravnavi storilcev in pri ocenjevanju tveganja. V luči teh ugotovitev smo v preliminarni raziskavi ugotavljali, ali obstajajo osebne razlike med osebami, obsojenimi na podlagi kaznivih dejanj zoper spolno nedotakljivost, in splošno populacijo na slovenskem vzorcu. Morebitne razlike smo preverjali s t-testi rezultatov obeh skupin na Eysenckovem osebnostnem vprašalniku, revidirana oblika – EPQ-R (vključno z lestvicami psihoticizem, ekstravertnost, nevroticizem, lažnivost, odvisnost in kriminalnost). Skupino spolnih prestopnikov je sestavljajo 62 moških v obdobju srednje odraslosti, tj. med 36. in 63. letom ( $M = 48,4$ ,  $SD = 7,7$ ), ki so v času testiranja (med leti 2011 in 2022) prestajali zaporno kazen na Dobu pri Mirni. Kontrolno skupino je sestavljalo enako število po starosti izenačenih moških, ki smo jih naključno izbrali iz slovenskega normativnega vzorca. Skupini sta se statistično značilno razlikovali v povprečju rezultatov na vseh lestvicah ( $p < 0,01$ ), z izjemo lestvice lažnivost ( $p = 0,94$ ). Spolni prestopniki so dosegli višji rezultat na lestvici psihoticizem ( $M = 9,35$  v primerjavi z  $M = 4,06$ ), nevroticizem ( $M = 9,29$  v primerjavi z  $M = 5,10$ ), odvisnost ( $M = 8,47$  v primerjavi z  $M = 4,26$ ) in kriminalnost ( $M = 10,13$  v primerjavi z  $M = 5,98$ ). Na vseh lestvicah je imela ta skupina tudi večjo razpršenost rezultatov. Po drugi strani je kontrolna skupina dosegla višji povprečni rezultat na lestvici ekstravertnost ( $M = 17,00$  v primerjavi z  $M = 12,71$ ) in na lestvici lažnivost ( $M = 14,29$  v primerjavi z  $M = 13,92$ ). Ker razlika na lestvici lažnivost ni bila statistično značilna, lahko predpostavljamo, da ti rezultati odražajo dejanske razlike med spolnimi prestopniki in normativno populacijo.

## Okoljska pismenost slovenskih otrok in mladostnikov

Gregor Torkar<sup>1</sup>  
gregor.torkar@pef.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Pedagoška fakulteta UL

7-P\_02-05

Ob besedi “pismenost” ljudje velikokrat pomislijo na to, kaj posameznik zna. Okoljska pismenost je več kot le znanje. Severnoameriško združenje za okoljsko izobraževanje (NAAEE) je izdelalo okvir okoljske pismenosti, kjer okoljsko pismenega posameznika definira kot osebo, ki kot posameznik ali skupaj z drugimi sprejema informirane odločitve, ki zadevajo okolje; pripravljen je dejavno uveljavljati te odločitve tudi za dobrobit drugih, družbe in globalnega okolja ter sodelovati v družbenem življenju. Okoljska pismenost torej ni samo znanje o okolju, temveč tudi skrb za ljudi in okolje ter motivacija in zmožnost delovanja v prid zdravega planeta za vse. V prispevku predstavljam tri mednarodno uveljavljene merske instrumente za spremljanje okoljskih vrednot in stališč mladih, ki so na voljo tudi v slovenskem jeziku: nova ekološka paradigma za otroke, model ekoloških vrednot in lestvica okoljskih motivov za otroke. Merski instrumenti v slovenskem jeziku so ustrezno prirejeni in imajo zadovoljive merske karakteristike. Podan je povzetek izsledkov raziskav, ki so bile izvedene z navedenimi instrumenti med slovenskimi učenci in dijaki v zadnjih 10 letih. Opisani merski instrumenti nam omogočajo spremljanje sprememb

pri doseganju okoljskih globalnih ciljev trajnostnega razvoja (CTR). Pomembno lahko prispevajo k vzpostavljanju in spremljanju transformacij učnega okolja in organizacijske kulture vzgojno izobraževalnih ustanov za udeležanje CTR v okviru vzgoje in izobraževanja za trajnostni razvoj (VITR).

## Zeleni dregljaji za spodbujanje trajnostnega vedenja: pregled literature

Andraž Matkovič<sup>1</sup>  
andraz.matkovic@ff.uni-lj.si  
<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

7-P\_02-06

S pojavom podnebne in ekološke krize se pojavljajo pozivi k spremembi človeških navad, ki to krizo povzročajo in spodbujajo. Kljub pretežno pozitivnim stališčem do ekološko-trajnostnega vedenja pa se pogosto ne vedemo v skladu z njimi. Dregljaji (angl. nudges) so intervence, s katerimi poskušamo vplivati na spremembo vedenja preko oblikovanja fizičnega, socialnega in psihološkega okolja na način, da posamezniki ohranijo svobodo izbire. Z različnimi vrstami intervenc lahko ciljamo na različne psihološke ovire, kot so omejen dostop do relevantnih informacij, omejena sposobnost ocenjevanja in primerjanja izbir ter omejena pozornost in samonadzor. V prispevku bomo na konkretnih primerih predstavili različne vrste zelenih dregljajev na področju trajnostnega vedenja, vključno z uporabo privzetih izbir, socialno primerjavo in uokvirjanjem. Nedavne metaanalize in obsežne raziskave so pokazale, da so dregljaji učinkoviti le v omejenem obsegu. Izpostavili bomo razlike v učinkovitosti med različnimi vrstami intervenc ter področij in poudarili pomen ustreznega načrtovanja ter preverjanja učinkovitosti vedenjskih intervenc.

## Subjektivna ustreznost bivalnega okolja: razvoj in validacija vprašalnika

Urška Smrke<sup>1</sup>, Matej Blenkuš<sup>2</sup> in Gregor Sočan<sup>3</sup>  
urska.smrke@um.si  
<sup>1</sup>Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko UM  
<sup>2</sup>Fakulteta za arhitekturo UL  
<sup>3</sup>Filozofska fakulteta UL

7-P\_02-07

Z naraščanjem svetovnega in predvsem mestnega prebivalstva se povečujejo tudi zahteve po ustreznih bivalnih okoljih. Vse težje je zagotoviti okolja, ki ne ustrezajo le zakonsko predpisanim minimalnim zahtevam za doseganje določene ravni stanovanjskega standarda, temveč so primerna tudi za najrazličnejše stanovalce z njihovimi raznolikimi lastnostmi in načini življenja. Dodatno ta proces ovira pomanjkanje veljavnih merskih instrumentov za vpogled v subjektivne zaznave stanovalcev glede njihovega bivalnega okolja. V pričujoči raziskavi predstavljamo razvoj in validacijo vprašalnika o subjektivni ustreznosti bivalnega okolja, tj. novega konstrukta, ki zajema zadovoljstvo z bivalnim okoljem, zahtevnost in prilagodljivost posameznika do

njegovega bivalnega okolja. V prvi študiji smo razvili začetni nabor postavk, oblikovali prvo različico vprašalnika in ocenili njegove psihometrične lastnosti. V drugi študiji smo razvili drugo različico vprašalnika, preverili njegovo notranjo strukturo in raziskali nomološko mrežo konstrukta na vzorcu stanovalcev Ljubljane (N = 282). Rezultati podpirajo veljavnost in zanesljivost vprašalnika subjektivne ustreznosti bivalnega okolja. Tako je vprašalnik uporaben v nadaljnjih raziskavah odnosov med posamezniki in njihovim bivalnim okoljem ter v dejanskih procesih načrtovanja oziroma vrednotenja urbanih bivalnih okolij.

### **A new look at old tasks: how leadership and autonomy facilitate job exploration**

Katarina Katja Mihelič<sup>1</sup>, Aleša Saša Sitar<sup>1</sup>, Nina Flatscher<sup>2</sup>, Ajda Merkuž<sup>1</sup>, Miha Škerlavaj<sup>1</sup>, Aljoša Valentinčič<sup>1</sup> in Sabine Bergner<sup>2</sup>  
katja.mihelic@ef.uni-lj.si

<sup>1</sup>Ekonomška fakulteta UL

<sup>2</sup>Institute of psychology, University of Graz

7-P\_02-08

To trigger organizational innovation and growth, it is important to explore new avenues while at the same time exploiting existing ones. The question of this study is how far situational and personal aspects enhance a person's exploration and exploitation tendencies at work. With respect to the situational aspects, we focus on leadership and task autonomy. Regarding the personal aspects, we explore the Big Five traits of openness and conscientiousness. In a 2x2 between-subject vignette experiment 100 students ( $M_{age} = 22,32$ ,  $SD_{age} = 2,59$ ) were asked to organize a student event where they revealed their exploration and exploitation tendency. In the vignette, the students were supervised by a professor who was described as being either a transformational or transactional leader (leadership condition: transformational vs. transactional). While half of the students were told that they could decide for themselves how to organize the event, the other half had to follow strict workflows (task autonomy: high vs. low autonomy). Additionally, the students' level of openness and conscientiousness were examined. Results show that the students' exploration tendency more strongly depends on leadership and task autonomy than their exploitation tendency. In fact, those who were led in a transformational way and could complete the task with a high level of autonomy demonstrated the strongest tendency to explore new ways for finishing a given task. This was particularly true when they were highly open to new experiences. In essence, this outcome suggests that the combination of transformational leadership and high task autonomy fosters the individual tendency to be more explorative at work which in turn ought to enhance innovation. This holds particularly true for highly open individuals. (Research results are part of research

activities of bilateral Project BI-AT/23-24-033, co-financed by Slovenian Research Agency (ARRS) and Austria's Agency for Education and Internationalisation (OeAD) under The programme for Scientific & Technological Cooperation (WTZ).

### **Intelektualna skromnost in kognitivna reflektivnost kot napovednika zaupanja v znanost**

Nejc Ploh<sup>1</sup> in Bojan Musil<sup>1</sup>

nejc.ploh1@um.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

7-P\_02-09

Pretekle raziskave, še zlasti raziskave v času pandemije covida-19, so pokazale, da je zaupanje v znanost značilen napovednik zdravstvenega vedenja (npr. upoštevanja smernic za omejevanje okužb z novim koronavirusom), njegova vloga pri oblikovanju odločitev pa posega tudi na področja, kot je varovanje okolja. Medtem ko se zaupanje v znanost med posamezniki izrazito razlikuje, je doslej znanih le peščica dejavnikov, ki pojasnjujejo to variabilnost, pri čemer za nekatere obstaja le omejena empirična podpora. Nadalje pa mnogo konstruktov, ki bi na podlagi teorije lahko bili povezani z zaupanjem v znanost, doslej še sploh ni bilo podvrženih empiričnemu testiranju. V pričujoči raziskavi smo najprej preverili vlogo nekaterih že znanih napovednikov zaupanja v znanost, in sicer stopnje izobrazbe, politične orientiranosti, stopnje religioznosti, zarotniške miselnosti in odprtosti za izkušnje. V nadaljevanju pa smo želeli proučiti dodatno napovedno vrednost dveh novih napovednikov, in sicer intelektualne skromnosti (ta je sestavljena iz več vidikov – neodvisnost intelekta in ega, odprtost za spreminjanje lastnih pogledov, spoštovanje pogledov drugih in pomanjkanje intelektualne pretirane gotovosti) in kognitivne reflektivnosti. Spletna raziskava, izvedena na vzorcu 705 Američanov, je pokazala, da politični konservatizem, religioznost, zarotniška miselnost in odprtost za izkušnje značilno napovedujejo zaupanje v znanost. Stopnja izobrazbe se ni izkazala kot značilen napovednik zaupanja v znanost. Nadalje pa rezultati razkrivajo, da je – tudi po statističnem kontroliranju ostalih dejavnikov – eden od ključnih napovednikov zaupanja v znanost odprtost za spreminjanje lastnih pogledov (vidik intelektualne skromnosti). Na drugi strani raziskava ni pokazala značilne dodatne napovedne vrednosti kognitivne reflektivnosti. Naša raziskava izboljšuje razumevanje dejavnikov, ki prispevajo k zaupanju v znanost. Prav tako izpostavlja vlogo doslej neznanega dejavnika, ki bi ga bilo mogoče nasloviti z intervencijami, kar pa bi v naslednjem koraku lahko okrepilo zaupanje v znanost in potencialno prispevalo k sprejemanju odločitev, ki so ugodne za posameznika in družbo.

## Kako se počutijo univerzitetni pedagoški delavci ob prejemanju povratnih informacij s strani študentov

Tina Pogorelčnik<sup>1</sup> in Eva Boštjančič<sup>2</sup>  
eva.bostjancic@ff.uni-lj.si

<sup>1</sup>Adecco

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

7-P\_02-10

Pedagoški delavci redno dobivajo povratne informacije v obliki študentskih evalvacijskih anket. To je uveljavljen način pridobivanja podatkov v namene merjenja, izboljševanja poučevanja in napredovanja, prav zato pa je pogosto deležen tudi kritik glede veljavnosti in uporabnosti. Na Univerzi v Ljubljani se vsak semester izvaja študentska anketa, ki je namenjena spremljanju mnenja študentov o posameznih predmetih in pedagoškem delu visokošolskih učiteljev ter visokošolskih sodelavcev. Cilj raziskave je bil preučiti njihovo sprejemanje povratne informacije o pedagoškem delu. Podatke smo zbrali s pomočjo anketnega vprašalnika z vprašanji zaprtega in odprtega tipa. V raziskavi je sodelovalo 244 visokošolskih učiteljev in sodelavcev, ki delujejo na Univerzi v Ljubljani, od katerih jih 15 povratnih informacij študentov, ki se nahajajo v visokošolskem informacijskem sistemu, ne bere, zato je končni vzorec zajemal 229 oseb. Ugotovili smo, da imajo udeleženci do povratnih informacij na splošno pozitiven odnos. Manj enotni pa so si na področju strinjanja glede tega, ali bi morale imeti pglavitno vlogo pri sprejemanju odločitev o napredovanju. Negativne povratne informacije jih motivirajo, da izboljšajo svoje pedagoško delo, pozitivne pa v njih vzbudijo občutke samozavesti. Večini dajo ideje, kako spremeniti svoj način poučevanja, ter jih k spremembi tudi spodbudijo. Uporabna vrednost raziskave je predvsem sistematičen pregled tematike, ugotovitve pa lahko služijo tudi organom univerz pri razumevanju sprejemanja visokošolskih učiteljev in sodelavcev na povratne informacije ter kot smernice pri oblikovanju strategij za ravnanje s povratnimi informacijami o pedagoškem delu.

## Vloga stila navezanosti pri vplivu socialne opore na občutek bolečine: preliminarni podatki

Asja Flamiš<sup>1</sup>, Marina Horvat<sup>1</sup>, Saša Zorjan<sup>1</sup> in Satja Mulej Bratec<sup>1</sup>  
asja.flamis@student.um.si

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UM

7-P\_02-11

V vsakodnevem življenju se pogosto za pomoč pri obvladovanju negativnih čustev ali fizične bolečine obrnemo na ljudi, ki so nam blizu. Socialna opora je kompleksen konstrukt, ki zajema tolažbo, pomoč, občutek vrednosti in sprejetosti. Že oblikovanje navezanosti v otroštvu bi lahko bilo povezano z oblikovanjem zmožnosti prejemanja socialne opore. Znotraj varne navezanosti se razvije odnos, ki je podporen in skrbeč. Otrok razvije občutek za socialno oporo in svet dojema kot dober in podporen. Ravno nasprotno pa

lahko izogibajoča ali ambivalentna navezanost ustvari dvome v oporo in posledično tudi prepričanje, da osebi nihče ne bo pomagal. Pretekle raziskave kažejo, da varni stil navezanosti pozitivno prispeva k učinkom socialne opore in doživljanja bolečine. Raziskovanje pozitivnih učinkov socialne opore pa lahko vodi v nizkocenovne, nefarmakološke alternative lajšanja bolečine. V prispevku bomo predstavili tekočo raziskavo, kjer smo se osredotočili na vlogo stila navezanosti v povezavi z zaznavo akutne bolečine udeleženk ob prisotnosti ali odsotnosti partnerjev in na njihove možganske korelate, merjene s pomočjo encefalograma (EEG). Udeleženke med raziskavo prejmejo boleče električne dražljaje, medtem pa EEG meri možgansko aktivnost. Za vsak dražljaj ocenijo intenzivnost in neprijetnost bolečine. Med prejemanjem bolečih dražljajev so udeleženke v nekaterih delih eksperimenta povezane s partnerji preko videokamere (pogoj prisotnosti), v ostalih delih eksperimenta pa je prikazan video brez prepoznavne vsebine (pogoj odsotnosti). Sledi reševanje vprašalnika navezanosti v odraslosti. V prispevku bomo predstavili preliminarne izsledke o tem, ali stil navezanosti moderira učinek podpore partnerja na občutek bolečine. Uporabili bomo podane ocene bolečine in izmerjene EEG podatke.



## Delavnice

### Introducing VTS online: revolutionizing psychological assessment

Johannes Föls-Lindemann<sup>1</sup>  
johannes.foels-lindemann@schuhfried.com  
<sup>1</sup>Schuhfried GmbH

1-D\_01-01

VTS (Vienna Test System) online is a cutting-edge digital platform that is transforming the landscape of psychological assessment. Designed to meet the evolving needs of mental health professionals and organizational psychologists, VTS online provides a comprehensive and user-friendly solution for conducting efficient and accurate psychological assessments. The platform's intuitive interface allows for seamless navigation, enabling practitioners to easily create, administer, and score assessments in a fraction of the time compared to traditional methods. One of the key advantages of VTS online is its vast library of psychometric tests and measures. From personality assessments and cognitive abilities tests to diagnostic screenings, the platform offers an extensive range of validated instruments that cater to various domains. The tests are carefully selected and continuously updated by a team of renowned experts in the field, ensuring the highest standards of reliability and validity. VTS online goes beyond mere assessment administration by providing in-depth insights and actionable recommendations. The platform's advanced algorithms analyse assessment results, generating comprehensive reports that highlight key findings and offer evidence-based interpretations. Security and confidentiality are paramount when working with sensitive personal data, and VTS online prioritizes the protection of sensitive data. The platform adheres to strict privacy protocols, utilizing encrypted connections and secure servers to safeguard user information. Additionally, VTS online complies with all relevant ethical guidelines and regulations, ensuring compliance with industry standards and promoting trust among users. VTS online is not just a tool, it is a game-changer for professionals seeking to optimize their assessment practices. By harnessing the power of technology, this innovative platform offers a scalable and cost-effective solution that enhances accuracy, efficiency, and client outcomes. Experience the future of psychological assessment with VTS online and unlock new possibilities in mental health care in our workshop at the Slovenian Congress of Psychologists.

### SymLink restrukturiranje (SLR): psihološka metoda za spodbujanje intuitivnega mišljenja

Dušan Enova<sup>1</sup>  
ikenova.psiholog@gmail.com  
<sup>1</sup>UKC Ljubljana

8-D\_02-01

Nova metoda razvijanja intuicije se imenuje SymLink restrukturiranje (SLR) ali restrukturiranje simbolnih povezav, ki spada v področje različic metode "Možganske nevihte". Gre za različico tehnike usmerjenih (prisilnih) povezav, ki temelji na naključno izbranih besedah in iskanju povezav med njimi. Naključje umetno ustvarimo in sicer z uporabo pripomočka "Arhetipske rulete". Avtor SLR metode sem klinični psiholog Dušan Enova. S pomočjo te metode si oseba širi svoj notranji lokus kontrole v smislu procesa pridobivanja poglobljenih uvidov v svojo trenutno osebno psihološko situacijo in posledično pridobivanje nabora idej za reševanje svojih življenjskih problemov. Metoda SLR sestoji iz treh vrst tehnik: 1. Uvodna tehnika ali "Uglasitev" poveže različne tehnike relaksacije in čuječnosti. 2. Podtehnike glavne tehnike so: "Možganska nevihta sinhronicitet", "Arhetipske življenjske izkušnje" in "Simbolika pesmi". 3. Zaključna tehnika poveže različne pristope k analizi dobljenih rezultatov v kontekstu faz ustvarjalnega mišljenja po avtorju Grahamu Wallasu in stopenj pripravljenosti za spremembe vedenja, po avtorjih Prochaska idr.. Metoda SLR je bila pred časom testirana na vzorcu nekaj pacientov s koronarno boleznijo, pri čemer so se pokazali spodbudni rezultati. Septembra 2023 se je v UKC Ljubljana začela raziskava na večjem vzorcu pacientov po srčnem infarktu. Na delavnici bo vsak udeleženec dobil pripomočke za izvedbo metode na svojem primeru. Po uvodni predstavitvi tehnik metode bodo vsi udeleženci izvajali tehnike SLR. Pred tem bom odgovarjal na vprašanja o nejasnostih v zvezi z izvedbo posameznih tehnik. Tekom izvajanja metode bom krožil do vsakega udeleženca z namenom možnosti individualne konzultacije. Za konec bo sledil pogovor in evalvacija uporabnosti metode z udeleženci delavnice.

## **Psihoterapevtski program Mind-e (bio-neurofeedback in vodena meditacija)**

Senja Stirn<sup>1,2</sup>

institut.psychologie.stirn@gmail.com

<sup>1</sup>Bolnišnični center Rouffach

<sup>2</sup>Institut psihologije Rouffach

9-D\_03-01

Mind-e je psihoterapevtski program, ki se, po testiranju z "Echelle de cognition sociale" (baterija testiranja socialne kognicije in teorije uma, Stirn, 2018), vodi s pomočjo modernega in prenosnega EEG (elektroencefalogram). Ta omogoča direktno povratno izkušnjo: snemanje in neposredno vizualizacijo biološke in nevronske aktivnosti, tj. notranjih fizioloških procesov, z možnostjo psihosomatske avtoregulacije, s pomočjo vadbe vodene meditacije s psihologom. Omogoča tudi primerjavo aktivnosti vseh štirih konzultacij. Meditacija, torej stanje čuječnosti, tu ni njen cilj, temveč teoretizirana metoda, katere psihoterapevtski učinek temelji na psihološki podpori. Cilj terapevtskega programa je izboljšati usmerjeno pozornost preko zaznavanja telesa (ritem srca, dihanja, možganskega delovanja itd.) in zavedanja povezave med telesom in umom. To izboljša učenje nevroregulacije, na bazi principa nevroplastičnosti. Tako omogoča boljši vpogled, prepoznavanje lastnih čustvenih stanj in namenov pa tudi ostalih ljudi, tj. socialno kognicijo, teorijo uma in samopodobo. Naše raziskave in ostala literatura so že dokazale učinek tovrstnih terapij v primeru motenj pozornosti, hiperaktivnosti, depresije in različnih psihopatoloških motenj tako za otroke kot odrasle. Poleg tega smo z Mind-e dokazali, da so učinki že ustvarjeni po le 6-tedenski terapiji. Program delavnice:

1. Uvod: bio-neurofeedback in meditacija; Uvod v nevropsihološke modele in kognitivno delovanje v psihopatologiji;
2. Program "Mind-e" terapije: osnovni teoretični modeli, Predstavitev hipotez in rezultatov dveh naših raziskav, cilji terapije in kdaj jo uporabljati, proces terapije (testiranje, 4 termini, testiranje efekta terapije z Lestvico doseženih potencialov usmerjene pozornosti in socialne kognicije);
3. Mind-e vadba za udeležence – vsak udeleženec lahko opravi kratek preizkus programa Mind-e z bio-neurofeedbackom (približno 15 min na udeleženca);
4. Vprašanja in odgovori.

## Okrogle mize

### Med zmago in osebno krizo: spoprijemanje z duševnim (ne)zdravjem v svetu vrhunškega športa

Vodja okrogle mize: Saša Cecić Erpič<sup>1</sup>  
sasa.cecicerpic@fsp.uni-lj.si

Gosti: Janja Usenik<sup>2</sup>, Matej Tušak<sup>1</sup>, Mina Markovič<sup>3</sup> in Jernej Župančič Regent<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Fakulteta za šport UL

<sup>2</sup>Pedagoška fakulteta UM

<sup>3</sup>Komisija za športno plezanje, Planinska zveza Slovenije

<sup>4</sup>Kajakaška zveza Slovenije

4-O\_01-01

Pomen optimalnega dobrega počutja in duševnega zdravja (DZ) vrhunskih športnikov je deležen vse večje pozornosti tako v akademskem kot tudi javnem diskurzu (Giles idr., 2020). Duševno zdravje pomembno vpliva na športne dosežke vrhunskih športnikov (Reardon idr., 2020), psihološka odpornost pa lahko pomaga zaščititi DZ športnikov (Durand-Bush idr., 2021). V športnem okolju je močno zasidrana stigma, da so vrhunski športniki lahko le vrhunsko duševno zdravi ljudje. V kontekstu imperativa športnih dosežkov sta DZ in dobro počutje relativno veliko manj pomembna od telesnega zdravja. Športniki in trenerji imajo v splošnem veliko znanja o delovanju telesa, pogovori o poškodbah in njihovem odpravljanju so sestavni del vsakodnevnih interakcij med trenerjem in športnikom. Kako pa je v primeru težav na področju DZ? Imajo športniki in njihovi trenerji dovolj visoko raven pismenosti o DZ, da lahko učinkovito razpravljajo tudi o tem? V vrhunskem tekmovalnem športu velja prepričanje, da je za vrhunske rezultate treba potrpeti in da je določena stopnja duševnega "nezdravja" običajna. Kje je meja med neprijetnimi občutki, ki so pogosto rezultat velikih fizičnih in psihičnih naporov, in duševnim nezdravjem, ki zahteva strokovno psihološko pomoč? O teh ter številnih drugih vprašanih bomo razpravljali na okrogli mizi, na kateri bodo sodelovali strokovnjaki, ki se s področjem DZ v športu ukvarjajo tako raziskovalno kot tudi aplikativno. Janja Usenik proučuje razvoj športne kariere, sodelovala je v velikem evropskem projektu z naslovom Dvojna kariera za duševno zdravje. Matej Tušak je eden od začetnikov športne psihologije v Sloveniji, v več kot 30-letni karieri je delal s številnimi športniki in športnimi zvezami. Mina Markovič je nekdanja športna plezalka in s tremi zlatimi medaljami na tekmah svetovnega pokala ena od začetnic vrhunskih dosežkov v športnem plezanju. Jernej Župančič Regent je nekdanji kajakaš na mirnih vodah in dvakratni olimpijec. Sedaj opravlja delo trenerja in v KZS skrbi za reprezentanco U-23.

### Življenje s pridobljeno možgansko poškodbo: vloga in izzivi, s katerimi se srečuje psiholog v dolgotrajni rehabilitaciji oseb s PMP

Vodja okrogle mize: Jasna Vešligaj Damiš<sup>1</sup>  
jasna.damis@gmail.com

Gosti: Tomaž Bratuša<sup>2</sup>, Špela Byrne<sup>2</sup>, Nuša Gašparac<sup>3</sup>, Teja Vošinek<sup>1</sup> in Vijana Zupanc Vinkler<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Center Naprej Maribor, center za osebe s pridobljeno možgansko poškodbo

<sup>2</sup>Enota Mavrica, Center za usposabljanje, delo in varstvo Dolfke Boštjančič Draga

<sup>3</sup>Zavod za usposabljanje, delo in varstvo dr. Marijana Borštnarja Dornava

4-O\_02-01

Na okrogli mizi bomo celovito in poglobljeno obravnavali aktualne probleme, s katerimi se srečujemo psihologi v okviru storitve dolgotrajne rehabilitacije oseb s pridobljeno možgansko poškodbo (PMP). Uporabniki naše storitve so osebe, ki so doživele težke možganske poškodbe in imajo dolgotrajne posledice v življenju. Poškodba možganov je potencialno ena najbolj uničujočih oblik invalidnosti zaradi širokega spektra učinkov. Predstavlja enega večjih problemov v večini razvitih družb in prav zaradi trajnih posledic so najtežji medicinsko-socialni problem razvitega dela sveta. Število in resnost težav, ki so posledica poškodbe možganov, se razlikuje od osebe do osebe, obseg nekaterih sprememb pa postane očiten le s časom. Ljudje s PMP pogosto v procesu akutne in post-akutne rehabilitacije različno uspešno okrevajo. Na začetku rehabilitacije je najpogosteje okrevanje hitrejše in napredek bolj viden, sledi faza, v kateri se napredek upočasni, kar lahko vpliva na psihično stanje osebe s PMP. Tako po zaključeni zdravstveni rehabilitaciji obstaja možnost, da sledi nagel upad, zaradi česar se lahko poškodovanci ujamejo v spiralo depresije, obupa in samomorilnih misli, kar je glavni razlog za post-rehabilitacijsko krizo "The post-rehab slump". Hkrati opažamo, da tovrstne težave zelo pogosto spremljajo spremembe vedenja in kontrole vedenja. Te posledice so ene najtežjih prav za družino, prijatelje, strokovnjake, imajo največji vpliv in so najbolj moteče za poškodovanca. Poškodba možganov globoko poseže v življenje posameznika na številnih področjih, izguba psihofizičnih zmožnosti, izguba dohodka in finančna stiska, invalidska upokojitev, sprememba in pogosto zmanjšanje socialne mreže, težave bližnjih s sprejemanjem poškodbe, izguba samozavesti in občutka lastne vrednosti itd. Osebe s PMP so lahko tudi žrtve družinskega nasilja in kršenja pravic, drugega verbalnega in fizičnega nasilja ter zlorab, nadlegovanja organiziranih skupin, ki jih novačijo za npr. preprodajo elektronskih naprav ipd. Razpravljali bomo o vlogi psihologa in izzivih, ki so

postavljeni pred nas, kako postavljati meje, kako komunicirati s svojci, kako se odzivati, ko trčimo ob neresnice ali neskladja, ob zlorabah, kako ravnati pri različnem razumevanju ciljev in namena rehabilitacije med uporabnikom in njegovimi svojci ter kako ob vsem naštetem pomagati in razbremeniti zaposlene? Zavedati se moramo (kar potrjuje praksa in raziskovalno delo), da lahko oseba s PMP ob ustrezni podpori, ravnanju in rehabilitaciji napreduje tudi več let po poškodbi, zato je zagotavljanje strokovno ustrezne, multidisciplinarne in celostne storitve dolgotrajne rehabilitacije za osebe s PMP zelo pomembno in omili posledice invalidnosti.

## Duševno (ne)zdravje med strokovnjaki – preplet zunanega in notranjega sveta

Vodja okrogle mize: Saška Roškar<sup>1</sup>  
saska.roskar@nijz.si

Gosti: Borut Škodlar<sup>2</sup>, Urša Leban<sup>3</sup>  
<sup>1</sup>Nacionalni inštitut za javno zdravje  
<sup>2</sup>Enota za psihoterapijo UPK Ljubljana  
<sup>3</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Tolmin

6-O\_03-01

Duševne bolezni lahko prizadanejo vsakogar med nami, iskanje pomoči pa je velikokrat oteženo zaradi stigme, ki spremlja duševne bolezni. Slednje je še bolj naglašeno v primeru pomembne, a žal velikokrat spregledane ciljne skupine – strokovnjakov, ki s(m)o dejavni na področju duševnega zdravja. V različnih študijah so ugotavljali, da s(m)o velikokrat tudi sami vir stigmatizirajočih stališč do oseb z duševnimi težavami – čeprav se tega mogoče niti ne zavedamo – hkrati pa sami spadamo med poklicne skupine, ki so bolj ranljive za izgorelost, duševne težave itd. Zaradi poklicne vloge 'pomagati drugim' mnogokrat razvijemo (pre)visoka in nerealistična pričakovanja do sebe. To lahko vodi do zanikanja lastnih duševnih težav, občutkov sramu, odlašanja z iskanjem pomoči in v skrajnem primeru do resnega zapleta duševne bolezni ter samomorilnega vedenja. Lahko je tudi prisoten strah pred tem, da bi nas javnost in kolegi dojemali kot manj kompetentne, kar vodi v prikrivanje stiske. V mednarodni in domači študiji, ki smo jo izvedli med strokovnjaki, dejavnimi na področju duševnega zdravja, smo ugotavljali, da se predhodna izkušnja duševne bolezni povezuje z bolj izraženo samostigmo, kar nakazuje na potrebo po tem, da se te vsebine začnejo bolj sistematično nagovarjati. V različnih kampanjah ozaveščanja splošni javnosti posredujemo sporočilo, da je v primeru stiske potrebno o tem spregovoriti. Koliko pa se sami držimo te usmeritve? Kako odprti in sprejemajoči smo do možnosti, da tudi sami zbolimo za duševno motnjo? Ali poiščemo pomoč, kadar je to potrebno? Kako, če sploh, te vsebine, torej ranljivost za duševne težave vsakogar od nas, ne glede na poklicno usmeritev, naslovimo s študenti in tistimi, ki so še v procesu izobraževanja? Na okrogli mizi bomo poskušali nasloviti tovrstne dileme in vprašanja.

## Izzivi psihološkega merjenja v delovnem okolju

Vodja okrogle mize: Eva Boštjančič<sup>1</sup>  
eva.bostjancic@ff.uni-lj.si

Gosti: Tina Kastelic<sup>2</sup>, Marjeta Trstenjak<sup>3</sup>, Manca Jelenčič<sup>4</sup>, Eva Esih<sup>5</sup> in Neža Prelog<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>2</sup>Kompetenca

<sup>3</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

<sup>4</sup>Quantifly

<sup>5</sup>PsyBit

<sup>6</sup>Sandoz

6-O\_04-01

Kako prepričati vodjo, naročnika za psihološko merjenje v delovni organizaciji, katere pripomočke uporabiti, etične ovire pri merjenju, kaj narediti z rezultati merjenja? Psihologi se v delovnem okolju pogosto srečujemo z izzivi, kako določeno vedenje izmeriti, katero metodo in inštrumente uporabiti. Pogost dejavnik odločitve za začetek merjenja so tudi stališča vodje do psihološkega merjenja. Pri merjenju naletimo na številne etične dileme, ki jih bomo naslovili tudi na okrogli mizi. Predvsem pa se nam zdi pomembno, da jasno opredelimo namen in cilj merjenja ter da ob koncu ovrednotimo učinke oz. spremembe, ki so nastale zaradi/po izvedenem merjenju. Izzivov je tako veliko, odpirajo pa se novi, ki jih med drugim narekuje tudi orodje ChatGPT.

## Safeguarding v športu

Vodja okrogle mize: Tanja Kajtna<sup>1</sup>  
tanja.kajtna@fsp.uni-lj.si

Gosti: Maja Smrdu<sup>2,3</sup>, Tina Jeromen<sup>4</sup>, Rožle Prezelj<sup>5</sup>, Andreja Leskovšek McQuarrie<sup>6</sup> in Tone Jagodic<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Fakulteta za šport UL

<sup>2</sup>FAMNIT UP

<sup>3</sup>Center za duševno zdravje odraslih ZD Koper

<sup>4</sup>Psiholab

<sup>5</sup>Varuh športnikovih pravic

<sup>6</sup>McQuarrie svetovanje

<sup>7</sup>Olimpijski komite Slovenije

6-O\_05-01

Safeguarding je izraz, ki pomeni ustvarjanje varnega športnega okolja. Vsak športnik ima pravico do varnosti in zato tudi do športnega udejstvovanja v varnem športnem okolju – biti varen je temeljna človekova pravica. Promocijo varnega športnega okolja v zadnjem času izjemno poudarjata Mednarodni olimpijski komite in UEFA kot dve izmed največjih svetovnih športnih zvez. Psihologi opažamo, da športno okolje včasih ni varno z mnogih socialnih vidikov; želimo, da se o tem začne govoriti, in želimo, da začnemo iskati načine, kako to varnost zagotavljati. Tako športnike kot trenerje želimo ozaveščati o tem, kako prepoznavati,



ali je športno okolje varno, kako preprečevati nevarnosti in kako se s tem spoprijemati. Šport ima številne koristne vplive – skozi šport se naučimo dobrih socialnih spretnosti, razvijanja lastnih potencialov, vzdrževanja discipline in reda, prenašanja napetosti in spoprijemanja s stresom ter pridobivanja socialnih veščin. Spretnosti, ki jih pridobimo skozi šport, lahko prenašamo na druga področja življenja – v šolsko okolje, kasneje delovno mesto, odnose z ljudmi ... Te spretnosti pa športniki pridobijo le, če je šport predstavljal varno okolje. Safeguarding se začne s tem, da prepoznavamo vedenja in odnose, ki zmanjšujejo varnost v športu in ponujajo zaščito ogroženemu udeležencu športa, nato pa moramo vzpostaviti mehanizme, ki pomagajo preprečevati takšna vedenja in zmanjševati verjetnost, da bi v športu kdor koli škodil športniku. Med dejavnike okolja, ki ni varno, prištevamo ustrahovanje, vse oblike zlorab in nasilja, nadlegovanje, zanemarjanje, treniranje s poškodbami ali pretirana obremenitev s treningom ... Skozi safeguarding učimo prevzemanje odgovornosti za škodljivo vedenje, tako na individualnem kot institucionalnem nivoju. Safeguarding omogoča in določa izobraževanje, pravila ter usmeritve tako za ustrezno obnašanje in odnos kot za načine prepoznave. Športni funkcionirani, trenerji in športniki sami morajo imeti možnost, da se odzovejo takoj, ko prepoznajo, da je ogrožena ali da bi lahko v prihodnosti bila ogrožena varnost športnikov.

### Kako lahko kompetenčni model za uporabo psihodiagnostičnih sredstev zaživi v praksi?

Vodja okrogle mize: Nataša Troha<sup>1</sup>  
natasa75.troha@gmail.com

Gosti: Dušica Boben<sup>2</sup>, Anja Podlesek<sup>3</sup>, Luka Komidar<sup>3</sup> in David Gosar<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Ministrstvo za obrambo

<sup>2</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

<sup>3</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>4</sup>Pediatrična klinika UKC Ljubljana

6-O\_06-01

Okrogla miza se navezuje na vsebino simpozija o kompetenčnem modelu za uporabo psihodiagnostičnih sredstev (PDS). Na simpoziju bo predstavljen sam kompetenčni model, njegov razvoj ter presoja modela z vidika izobraževalca psihologov, praktika in založnika PDS. Kompetenčni model za uporabo PDS je komisija za psihodiagnostična sredstva pri Društvu psihologov razvila zaradi naraščajočega števila izobraževalnih programov psihologije, ki privedejo do naziva magister psihologije. Ta izobrazba je pogoj za uporabo velike večine PDS. Vendar se programi med seboj razlikujejo po vsebini in obsegu znanja, ki ga nudijo študentom. Komisija za psihodiagnostična sredstva je z razvojem modela želela podati podlago za presojanje pridobljenih kompetenc za uporabo PDS. Kompetenčni model za uporabo PDS vključuje kompetence na naslednjih področjih: osnove statistike

in analize podatkov, izdelava in prirejanje PDS, merske značilnosti PDS, izbor in kritična uporaba PDS, etična vprašanja v zvezi s PDS ter uporaba v aplikativnem in raziskovalnem kontekstu. Na okrogli mizi bomo s sogovorniki spregovorili o vlogi kompetenčnega modela za uporabo PDS, izhajajoč iz prispevkov na simpoziju, o načinih, kako model uveljaviti, in o tem, kaj še lahko storimo, da se ohrani oz. okrepi zavedanje, da so za uporabo PDS potrebne določene kompetence. Na okrogli mizi bomo naslovili tudi načine presojanja kompetenc s pomočju modela ter pozvali praktike, da prispevajo svoj delež pri opredeljevanju vsebin, ki jih je na različnih področjih psihologije potrebno poznati, da se PDS učinkovito in ustrezno uporabljajo.

### Posodobljen pogled na certifikat EuroPsy

Vodja okrogle mize: Vlasta Novak Zabukovec<sup>1,2</sup>  
vlasta.zabukovec@famnit.upr.si

Gosti: Anja Podlesek<sup>2</sup>, Janja Usenik<sup>3</sup>, Urša Mars Bitenc<sup>1</sup>, Katarina Babnik<sup>2</sup> in Saša Zorjan<sup>4</sup>

<sup>1</sup>FAMNIT UP

<sup>2</sup>Filozofska fakulteta UL

<sup>3</sup>Pedagoška fakulteta UM

<sup>4</sup>Filozofska fakulteta UM

I-O\_07-01

EFPA (European federation of psychologists' associations) že več kot dvajset let usmerja vrsto aktivnosti za poenotenje študija psihologije v evropskem prostoru. Certifikat EuroPsy je bil potrjen in sprejet na generalni skupščini EFPE novembra 2009. Namen je bil in je še vedno določiti standard za akademsko izobraževanje in strokovno usposabljanje psihologov, ki zagotavlja, da ima psiholog potrebne kompetence za opravljanje psiholoških storitev. Kompetenčni model, supervizirana praksa in stalni strokovni razvoj so temeljni koncepti certifikata EuroPsy. Izkušnje prvih desetih let so pokazale na vrsto prednosti in izzivov pri akademskem izobraževanju kot tudi strokovnem usposabljanju psihologov. Zato je generalna skupščina EFPE leta 2019 imenovala delovno skupino za EuroPsy s splošno nalogo posodobitve kompetenčnega modela, kurikula in supervizirane prakse. Številne razprave različnih deležnikov so pripomogle k temu, da je generalna skupščina EFPE posodobitve potrdila v juliju 2023. Zato bomo na okrogli mizi predstavili novosti certifikata EuroPsy in prihajajoče izzive za delovanje Evropskega odbora za EuroPsy (EAC – European awarding committee) in slovenskega odbora za EuroPsy (NAC – National awarding committee). Posebej bomo spregovorili o prenovljenem kompetenčnem modelu in priložnostih, ki jih prinaša. Prav tako pa bomo naslovili tudi tematiko obvezne študijske prakse na prvi stopnji študija.

## **Psiholog v dilemi: etične vsebine in etična zavest v praksi**

Vodja okrogle mize: Mojca Čerče<sup>1</sup>  
mojca.cerce@gmail.com

Gosti: Vita Poštuvan<sup>2,3</sup>, Julija Pelc<sup>4</sup>, Dušica Boben<sup>5</sup>, Tina Jeromen<sup>6</sup>  
in Nataša Troha<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Gimnazija Slovenj Gradec

<sup>2</sup>Inštitut Andrej Marušič UP

<sup>3</sup>FAMNIT UP

<sup>4</sup>Zavod HERUKA

<sup>5</sup>Center za psihodiagnostična sredstva

<sup>6</sup>Psiholab

<sup>7</sup>Ministrstvo za obrambo

I-O\_08-01

Pri pisanju monografije Psiholog v dilemi: etične vsebine in etična zavest v praksi je sodelovalo več kot 60 psihologov oz. strokovnjakov s področja etike in predstavlja prvo večje tovrstno delo v psihološkem prostoru. Knjiga je razdeljena na pet obsežnih sklopov, in sicer: O etiki in etiki v psihologiji, Etične vsebine pri delu psihologov na različnih področjih, Etično občutljive teme pri delu psihologov, Etične vsebine v procesu učenja in poklicnega razvoja psihologa ter Krepitev etične zavesti in razreševanja etičnih dilem. Na okrogli mizi bomo predstavili proces nastajanja monografije in izpostavili pomen etike, razvoj etičnih standardov v psihologiji v Sloveniji ter osnovne koncepte in načela. S sodelovanjem avtorjev iz posameznih sklopov bomo predstavili praktične primere, s katerimi se srečujemo psihologi na različnih področjih našega dela, kako so te razvidne iz kodeksa poklicne etike psihologov ter predlagali načine za krepitev etične zavesti in poučevanja etike.

## **Poplave v Sloveniji: odziv narave in družbe**

Vodja okrogle mize: Barbara Čibej Žagar<sup>1</sup>  
barbara.cibejzagar@gmail.com

Gosti: Renata Kos Berlak<sup>1</sup>, Srečko Šestan<sup>1</sup> in Lučka Kajfež Bogataj<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Civilna zaščita RS

<sup>2</sup>Biotehniška fakulteta UL

I-O\_09-01

Letošnje leto je polno vremenskih posebnosti, ki so med drugim povzročile katastrofalne poplave v mesecu avgustu. Razloge za takšne in drugačne ekstremne pojave lahko iščemo predvsem v številnih človekovih posegih v naravno okolje oz. v zmanjšani skrbi za naravno in urbanizirano okolje. Zato bomo na okrogli mizi spregovorili o vplivih pretirane urbanizacije na podnebne spremembe in številne izjemne dogodke v našem okolju. Poseben poudarek bo namenjen predstavitvi Civilne zaščite in njenemu delovanju ob omenjenih poplavah. Organizacija psihološke pomoči tako krajanom kot vsem tistim, ki so se aktivno odzvali in sodelovali pri odpravljanju posledic, bo pokazala na vlogo in pomen psihološke stroke tudi ob kriznih dogodkih.