

Psihološki vidiki telesne vadbe in zdravega življenjskega sloga

Vodja simpozija: Saša Cecić Erpič
Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani,
e-mail: sasa.cecicerpic@fsp.uni-lj.si

Kronične nenalezljive bolezni (KNB) sodijo med najpomembnejše vzroke smrtnosti in prezgodnje umrljivosti tako v Sloveniji kot tudi v ostalih državah Evropske unije. Na povečano tveganje za nastanek in razvoj KNB pomembno vplivajo t.i. spremenljivi vedenjski dejavniki tveganja, kot so nezdrav življenjski slog, pomanjkanje telesne dejavnosti, nezdrave prehranjevalne navade ter škodljiva uporaba tobaka in alkohola. Telesna dejavnost nima pozitivnih učinkov le na telesno zdravje, ampak tudi na številne vidike psihološkega blagostanja. Prispevki v simpoziju se nanašajo na različne psihološke učinke telesne dejavnosti. Simpozij otvarjata prispevka, ki predstavljata izsledke projekta Soustvarjanje pomoči družinam v skupnosti, financiranega iz Norveškega finančnega mehanizma. Prvi prispevek se nanaša na kvalitativno študijo psiholoških vidikov vadbene intervencije za neaktivne odrasle iz družin s številnimi izzivi, drugi pa s teoretičnega vidika pojasnjuje kompleksnost soustvarjanja pomoči s takšnimi družinami. Tretji prispevek se osredotoča na dejavnike spreminjanja življenjskega sloga starostnikov z visokim tveganjem za nastanek KNB, četrti pa na kvalitativne vidike psiholoških učinkov vodene telesne vadbe v procesu zniževanja telesne teže. Zadnji prispevek se nanaša na šport invalidov in vpliv, ki ga ima na njihovo življenjsko in subjektivno zadovoljstvo.

Prispevki znotraj simpozija

Psihološki vidiki vadbene intervencije za neaktivne odrasle iz družin s številnimi izzivi

Saša Cecić Erpič

Načelo potrebne kompleksnosti v soustvarjanju pomoči z družinami z veliko izzivi

Lea Šugman Bohinc

Dejavniki spreminjanja življenjskega sloga starostnikov s tveganjem za kronične bolezni

Aljaž Fajfar, Saša Cecić Erpič

Psihološki učinki vodene telesne vadbe v procesu zniževanja telesne teže

Janja Tekavec

Kakšen vpliv ima šport na subjektivno in življenjsko zadovoljstvo invalidov?

Nika Šuc, Saša Cecić Erpič, Blaž Lešnik

Psihologija, šola, izobraževanje: izbrani aktualni problemi

Vodja simpozija: Mojca Jurišević
Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta,
e-mail: mojca.jurisevic@pef.uni-lj.si

V simpoziju bomo izpostavili izbrane probleme s področja šolske in pedagoške psihologije, ki so aktualni v slovenskem vzgojno-izobraževalnem sistemu pa tudi širše. Predstavljenih bo pet prispevkov, dva aplikativna in trije raziskovalni. Uvodoma se bomo posvetili osrednji temi kongresa in pogledali, kako z nevroznanstvenimi spoznanji obogatena šolska nevro psihologija prispeva k poglobljenemu diagnostičnemu ocenjevanju in individualizirani obravnavi kognitivnih in učnih težav ter motenj učencev, ki so nevrofiziološko pogojene. Sledil bo prispevek, v katerem bo predstavljen primer inovativne prakse za zmanjšanje stresa in testne anksioznosti dijakov ter povečanje njihovega samozaupanja in motiviranosti za učenje. Razumevanje doživljanja uspešnosti oziroma neuspešnosti dijakov bodo v okviru tretjega prispevka poglobili izsledki empirične raziskave, v kateri je bil v ospredju problem zaznavanja tekmovanj in situacij zmage in poraza pri dijakih, ki se udeležujejo državnih tekmovanj. V nadaljevanju perečo problematiko prepoznavanja dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov za viktimizacijo in nasilno vedenje v šoli odpira četrti prispevek; predstavlja napovedno vrednost pojava medvrstniškega nasilja med učenci v osnovni šoli z vidika značilnosti na ravni šole, razreda in na ravni individualnih značilnosti posameznika. Nenazadnje, peti prispevek sega na področje sodobnih oblik sporazumevanja preko socialnih omrežij ter pojasnjuje, kakšen je vpliv Facebooka na razvijajočo se samopodobo učencev osnovne šole ter na njihovo socialno sprejetost v razredu.

Prispevki znotraj simpozija

Vloga šolske nevro psihologije pri diagnostičnem ocenjevanju in obravnavi specifičnih težav in motenj učenja

Lidija Magajna

Zmanjševanje stresa med srednješolsko mladino

Lidija Srša

Zaznavanje tekmovanj in situacij zmage ter poraza med dijaki, ki se udeležujejo državnih tekmovanj

Marta Fülöp, Mojca Jurišević

Analiza dejavnikov medvrstniške viktimizacije in nasilnega vedenja pri učencih osnovne šole na ravni šole, razreda in individualnih značilnosti učenca

Katja Košir, Gašper Cankar, Marina Horvat, Ana Amon, Alenka Cvetko, Damjana Goličnik, Lucia Klasinc, Nika Lah, Tina Pivec, Tanja Špes