

Rizični i zaštitni čimbenici psihičkog zdravlja i akademske prilagodbe studenata

Znanstveni projekt "Rizični i zaštitni čimbenici psihičkog zdravlja i akademske prilagodbe studenata" kojeg financira MZOŠ provodio se od 2008. do 2013. godine (voditeljica dr.sc. Ivanka Živčić-Bećirević, suradnice dr.sc. Sanja Smojver-Ažić, dr.sc. Tamara Martinac-Dorčić te znanstvene novakinje Jasminka Juretić i Ines Jakovčić). Glavni cilj projekta bio je istražiti ulogu psihosocijalnih čimbenika u psihološkoj prilagodbi i akademskoj uspješnosti studenata.

U longitudinalno istraživanje uključen je reprezentativan uzorak od 35% redovito upisanih studenata prvih godina svih fakulteta Sveučilišta u Rijeci ak. god. 2007/2008, prosječne dobi od 19 godina, 59% djevojaka. Studenti su ispitani tijekom prvog, trećeg i šestog semestra nizom upitnika i skala procjene. Podaci o uspjehu na studiju prikupljeni su od studentskih službi tijekom 5 godina studiranja.

Dobiveni rezultati upućuju da na početku studija 23% studenata pokazuje povišenu depresivnost, a čak 52% povišenu anksioznost, dok oko 7% studenata navodi suicidalna razmišljanja. Ovi su problemi jače izraženi kod djevojaka, kao i u grupi studenata koji su zbog studija promijenili mjesto boravka. Usporedbom naših rezultata s podacima na drugim svjetskim sveučilištima, može se uočiti podjednaka učestalost depresivnih simptoma, dok je anksioznost češći problem naših studenata, pri čemu je uočeno značajno povećanje anksioznih simptoma na 2. godini studija. Istaknutost 2. godine studija kao posebno kritične za razvoj psihičkih smetnji u skladu je s ranijim istraživanjima (prije uvođenja bolonjskog sustava), na našem i na stranim sveučilištima. Niže razine nelagode na višim godinama studija mogu biti posljedica auto-selekcije studenata, ili pak efekta dobi i boljih vještina suočavanja.

Rezultati provedenog istraživanja daju korisne smjernice za intervencije u nekoliko pravaca. Pri selekciji kandidata za upis u studij posebnu bi pažnju trebalo posvetiti motivaciji studenata za odabrani studij budući da ona značajno pridonosi kasnijem uspjehu. Preventivne bi programe trebalo usmjeriti na olakšavanje prilagodbe studenata na početku studija, posebice onih koji su se odvojili od svojih obitelji. Pored toga, u preventivnim bi se aktivnostima trebalo više usmjeriti na ublažavanje anksioznosti na prvim godinama studija. Važno je na vrijeme prepoznati i studente s izraženim depresivnim simptomima, s obzirom na dobiveni podatak da prisutnost depresivnosti povećava rizik za odustajanje od studija, osobito kod neuspješnih studenata.

Pored ranog prepoznavanja psihičkih teškoća, aktivnosti bi trebalo usmjeriti na rad sa studentima koji na početku studija doživljavaju neuspjeh kroz organizaciju radionica za razvoj akademskih vještina, kao i grupnog i individualnog savjetovanja, s obzirom da se pokazalo

kako dobra organizacija vremena, vjerovanje u uspjeh i ulaganje napora da se on postigne najbolje razlikuju uspješne i neuspješne studente u ispitanom uzorku.