

REZILIJENTNOST STUDENATA – pilot studija

Vesna Radovanović¹, Jasmina Kovačević²

^{1,2}Univerzitet u Beogradu-Fakultet za specijalnu edukaciju i rehabilitaciju, Beograd, Srbija

¹radovanovic3@yahoo.com, ²kovacjasminka@gmail.com

Kratak sadržaj: Cilj ovog rada je bio da se ispita rezilijentnost studenata univerziteta u Srbiji. Rezultati koji će biti predstavljeni u ovom radu deo su sveobuhvatnijeg istraživanja akademske rezilijentnosti studenata sa teritorije Republike Srbije. Prigodni uzorak za ovo istraživanje činilo je 60 studenata, oba pola, starosnog uzrasta od 19 do 24 godina, koji pohađaju osnovne i master studije na univerzitetima u Beogradu i Novom Sadu. Za prikupljanje podataka korišćena je Kratka skala rezilijentnosti (Brief Resilience Scale – BRS; Smith et. al., 2008) Likertovog tipa, sa rasponom odgovora od 1 (potpuno netačno) do 5 (potpuno tačno). Ukupni skor dobijen je aritmetičkom sredinom skorova ostvarenih na pojedinačnim ajtemima, pri čemu se tri ajtema obrnuto skoruju („Teško mi je da se povratim kada se desi nešto loše“). Interna konzistentnost skale u ovom istraživanju iznosi 0.757. Rezultati su pokazali da je prosečni skor rezilijentnosti na niskom nivou (AS=2.44; SD=0.76) i da postoje velika odstupanja u odgovorima što se može protumačiti razlikama vezanim za iskustvo i širim kontekstualnim činiocima značajnim za prevazilaženje stresnih situacija. Najviši nivo rezilijentnosti ostvaren je na ajtemu „Obično prolazim kroz teške situacije bez mnogo muke“ (AS=3.10; SD=1.23), dok je najniži nivo ostvaren na ajtemima „Treba mi punovremena da prebrodim zastoje u životu“ (AS=2.00; SD=1.09) i „Brzo se oporavim posle teškog perioda“ (AS=2.20; SD=1.10). Dobijeni rezultati ukazuju da se studenti suočavaju sa različitim izazovima tokom studiranja i da im je u tome potrebna sistematska podrška i pomoć.

Ključne reči: rezilijentnost, studenti, prepreke, protektivni faktori, adaptacija

STUDENTS' RESILIENCE – a pilot study

Abstract: The aim of this work was to examine the level of resilience of university students in Serbia. The results that will be presented in this paper are the part of a more comprehensive study of the academic resilience of students from the territory of the Republic of Serbia. The convenience sample for this research consisted of 60 students, both gender, aged 19 to 24, who attend undergraduate and master studies at universities in Belgrade and Novi Sad. 70.0% of students belong to the group of social sciences and humanities and technology and engineering sciences, while 30.0% of students belong to the group of medical sciences and sciences and mathematics. In relation to the years of study, the highest percentage were students of the fourth year of basic academic studies (20.0%), while the lowest percentage were students of the second year of master's academic studies (8.3%). The majority of the students had average scores between 7 and 8 (31.7%), while 7 (11.7%) of them had the smallest average scores (between 6 and 7). The tool used to collect the data was widely used Brief Resilience Scale (BRS - Smith et. al., 2008). The BRS is comprised of 6 items, rated on a five-point Likert Scale, ranging from „Not suitable“ (1) to „Completely suitable“ (5). The BRS is scored by reverse coding for three items („It is hard for me to snap back when something bad happens“), and then calculating the mean of the six items. The internal consistency of the scale in this research was 0.757. The results showed generally low level of resilience (AS=2.44; SD=0.76). The differences related to the students experience and wider contextual factors important for overcoming stressful situations may constitute the major factor affecting these results. The highest level of resilience was achieved on the item "I usually come through difficult times with little trouble" (AS=3.10; SD=1.23), while the lowest level was achieved on the item "I tend to take a long time to get over set-backs in my life" (AS=2.00; SD=1.09) and "I tend to bounce back quickly after hard times", (AS=2.20; SD=1.10). The obtained results indicate that students face various challenges during their studies and they need systematic support and help in this.

Key Words: resilience, students, setback, protective factors, adaptation

1. UVOD

Termin rezilijentnost odnosi se na situacije u kojima pojedinci ostvaruju relativno dobre ishode, uprkos izloženosti mnogobrojnim preprekama [1,2]. Literatura obiluje raznovrsnim pristupima u određivanju sadržaja rezilijentnosti [3] no i pored različitih koncepcija, gotovo sve definicije zasnovane su na dva ključna elementa: problem (prepreka) i pozitivna adaptacija [4]. Kako se vremenom polje rezilijentnosti razvijalo, interesovanje istraživača se usmeravalo na identifikaciju specifičnih karakteristika pojedinaca koji napreduju bez obzira na to što ih na putu ka postavljenom cilju usporavaju i ograničavaju raznovrsne životne i profesionalne prepreke [5]. Većina

istraživača ukazuje da je rezilijentnost urođena sposobnost organizma na osnovu koje smo u stanju da razvijamo društvene kompetencije, veštine rešavanja problema, kritičku svest i autonomiju [6]. Određen broj autora rezilijentnost vide kao proces adaptacije na izazove ili preteće okolnosti koji se sastoji u sticanju sve veće i šire kompetencije za reagovanje na promene i stres [7,8,9]. S toga se rezilijentnost sve više posmatra kao promenljivi skup procesa koji se mogu negovati, menjati i razvijati [10,11], dok se ključni elementi razvoja otpornosti navode interaktivni procesi između pojedinca i okruženja i između rizika i protektivnih faktora.

Dosadašnja istraživanja [12,13] pokazuju da je rezilijentnost jedan od značajnih indikatora kvaliteta života i da je kapacitet sa kojim se suočavamo sa nepovoljnim životnim događajima veoma važan za unapređenje kvaliteta života.

Visokoškolske ustanove predstavljaju značajan prostor za razvoj rezilijentnosti studenata. Studentima i mladim ljudima je potrebna podrška i smernice koje će im pomoći da savladaju raznovrsno gradivo, organizuju svoje vreme i nose se sa stresom i najrazličitijim izazovima koji ih čekaju kako na studijama, tako u daljem životu i razvoju.

Cilj ovog rada je bio da se ispita rezilijentnost studenata univerziteta u Srbiji. Rezultati koji će biti predstavljeni u ovom radu deo su sveobuhvatnijeg istraživanja akademske rezilijentnosti studenata sa teritorije Republike Srbije.

2. METOD RADA I REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Za prikupljanje podataka korišćena je Kratka skala rezilijentnosti (Brief Resilience Scale – BRS; Smith et. al., 2008) Likertovog tipa, sa rasponom odgovora od 1 (potpuno netačno) do 5 (potpuno tačno). Ukupni skor dobijen je aritmetičkom sredinom skorova ostvarenih na pojedinačnim ajtemima, pri čemu se tri ajtema obrnuto skoruju („Teško mi je da se povratim kada se desi nešto loše“). Interna konzistentnost skale u ovom istraživanju iznosi 0.757.

Prigodni uzorak za ovo istraživanje činilo je 60 studenata, oba pola, starosnog uzrasta od 19 do 24 godina, koji pohađaju osnovne i master studije na univerzitetima u Beogradu i Novom Sadu. Grupaciji društveno-humanističkih i tehničko-tehnoloških nauka pripada po 35.0%, dok grupaciji medicinskih i prirodno-matematičkih nauka po 15.0% studenata. U odnosu na godine studiranja najviši procenat činili su studenti četvrte godine osnovnih akademskih studija (20.0%), dok su najniži procenat činili studenti druge godine master akademskih studija (8.3%). U odnosu na prosečnu ocenu najviše je bilo zastupljeno studenata sa prosečnom ocenom između 7 i 8 (31.7%), dok je najmanje bilo zastupljeno studenata sa prosečnom ocenom između 6 i 7 (11.7%). (Tabela 1)

Tabela 1. Struktura uzorka u odnosu na stepen studija, prosečnu ocenu i godine studiranja

Stepen studija	osnovne						master					
	f		%		f		%		f		%	
	49		81.7		11		18.3					
Prosečna ocena tokom studiranja	6-7		7-8		8-9		9-10					
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	7	11.7	19	31.7	20	30.3	14	23.3				
Godine studiranja	1		2		3		4		5		6	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	11	18.3	11	18.3	12	20.0	14	23.3	7	11.7	5	8.3

U odnosu na postavljeni cilj istraživanja dobijeni rezultati pokazuju da je prosečni skor rezilijentnosti (Tabela 2) na niskom nivou (AS=2.44; SD=0.76) i da postoje odstupanja u odgovorima što se može protumačiti razlikama vezanim za iskustvo i širim kontekstualnim činiocima značajnim za prevazilaženje stresnih situacija. Najviši nivo rezilijentnosti ostvaren je na ajtemu „Obično prolazim kroz teške situacije bez mnogo muke” (AS=3.10; SD=1.23), dok je najniži nivo ostvaren na ajtemima „Trebam mi puno vremena da prebrodim zastoje u životu” (AS=2.00; SD=1.09) i „Brzo se oporavim posle teškog perioda” (AS=2.20; SD=1.10). U odnosu na ispitivane varijable, nivo studija, prosečna ocena i godine studiranja, statistički značajna povezanost dobijena je u okviru varijable godine studiranja i ajtema „Ne treba mi puno vremena da se oporavim od stresa” ($r = -0.361$; $p = 0.005$) što ukazuje da sa godinama studija rezilijentnost opada, a što je u suprotnosti sa očekivanjima da će vremenom, kroz iskustvo nivo rezilijentnosti biti u porastu.

Tabela 2 – Deskriptivni pokazatelji Skale rezilijentnosti

Ajtemi	Min	Max	AS	SD
BRS1 Brzo se oporavim posle teškog perioda	1	5	2.20	1.102
BRS2 Trebam puno vremena da prebrodim stresove	1	5	2.50	1.321
BRS3 Ne treba mi punovremena da se oporavim od stresa	1	5	2.60	1.278
BRS4 Teško mi je da se povratim kada se nešto loše desi	1	5	2.25	1.019
BRS5 Obično prolazim kroz teška vremena bez mnogo muke	1	5	3.10	1.231
BRS6 Trebam puno vremena da prebrodim zastoje u životu	1	5	2.00	1.089
Ukupno	6	25	2.44	0.76

Tabela 3 – Povezanost rezultata sa stepenom studija, prosečnom ocenom i godinama studiranja

		BRS1	BRS2	BRS3	BRS4	BRS5	BRS6
Stepen studija	r	.148	.082	-.075	.173	.199	-.008
	p	.259	.536	.571	.186	.127	.952
	N	60	60	60	60	60	60
Prosečna ocena tokom studiranja	r	.086	-.008	-.177	-.030	-.097	-.194
	p	.512	.950	.177	.820	.462	.137
	N	60	60	60	60	60	60
Godine studiranja	r	.133	-.086	-.361**	-.107	-.030	-.130
	p	.311	.514	.005	.415	.818	.323
	N	60	60	60	60	60	60

Legenda: r – Pirsonov koeficijent korelacije; p – značajnost; N – broj ispitanika

3. ZAKLJUČAK

Svaka faza odrastanja donosi specifične razvojne zadatke i izazove, koji uz iznenadne životne događaje, određuju promene u tom najdužem periodu života čoveka [14]. U razumevanju načina kojim se odgovara na zahteve i izazove odraslog doba veoma je važan individualni kapacitet za rezilijentnost [15] što upućuje na činjenicu da se tokom perioda odrastanja ljudi razlikuju po otpornosti sa kojom se bore sa životnim događajima. Prema dosadašnjim saznanjima, rezilijentnost je interaktivni dinamički proces različitih faktora i sistema, od individualnih i bioloških, do socijalnih faktora u mikro i makrosistemu i može da bude specifična u odnosu na kontekst i vreme [16]. Studiranje za većinu studenata predstavlja izuzetno stresan period života. Promena sredine i adaptacija na novo okruženje, gubitak starih i uspostavljanje novih vršnjačkih odnosa, gubitak ili ograničenje mreže društvene podrške, akademski i materijalni pritisci, predstavljaju značajne faktore koji mogu da uspore ili onemoguće adekvatno akademsko napredovanje studenata. Rezultati pilot istraživanja pokazuju da je prosečni skor rezilijentnosti na niskom nivou, i da rezilijentnost sa godinama opada što je u suprotnosti sa većinom istraživanja [17]. Međutim, kako je istraživanje rađeno kao pilot studija na malom uzorku, u cilju sveobuhvatnijeg sagledavanja postavljenog problema, neophodno je dalja ispitivanja usmeriti na veći broj ispitanika uz primenu složenijih metodoloških pristupa.

4. LITERATURA

- [1] Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- [2] Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. <http://dx.doi.org/10.1196/annals.1376.002>
- [3] Sarkar, M., & Fletcher, D. (2013). How should we measure psychological resilience in sport performers? *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 17(4), 264-280. <http://dx.doi.org/10.1080/1091367X.2013.805141>
- [4] Windle, G., Bennett, K. M., & Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9 (8), 1-18. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-9-8>
- [5] Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147(6), 598-611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- [6] Bernard, B. (1995). Fostering Resilience in Children. from <http://crahd.phi.org/papers/Fostering.pdf>.
- [7] Masten, A., Best, K., Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444
- [8] Wolff, S. (1995). The concept of resilience. Australian and New Zealand. *Journal of Psychiatry*, 29, 565-574.
- [9] Stewart, M., Reid, G. & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12, 21-31.
- [10] Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238
- [11] Padrón, Y. N., Waxman, H. C., & Huang, S. L. (1999). Classroom behavior and learning environment differences between resilient and nonresilient elementary school students. *Journal of Education for Student Placed At Risk*, 4 (1), 63-81.
- [12] Nygren, B., Alex, L. & Jonsen, E. et al (2005). Resilience, sense of coherence, purpose in life and self transcendence in relation to perceived physical and mental health among the oldest old. *Aging Ment Health* 9(4), 354-362
- [13] Mehta, M., Whyte, E. & Lenze, E. et al (2008). Depressive symptoms in late life: associations with apathy, resilience and disability vary between young old and oldold. *Int J. Geriatr Psychiatry*, 23(3), 238-243.
- [14] Anđelković, V., Zubić, I. (2014). Rezilijentnost i kvalitet života u odraslom dobu. *Godišnjak za psihologiju*. 11(13), 153-166.
- [15] Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton & Company Inc.
- [16] Herrman, H., Stewart D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., Yuen, T. (2011). What is resilience? *Can J Psychiatry*, 56 (5), 258-265.
- [17] Montross, L. P., Depp, C., Daly, J., Reichstadt, J., Golshan, S., Moore, D., Sitzler, D. & Jeste, D. V. (2006). Correlates of self-rated successful aging among communitydwelling older adults. *Am J Geriatr Psychiatry*, 14, 43-51.