

ПСИХОЛОШКЕ НОВИНЕ



ДПС ОСНОВАН 1953.

ЛИСТ ДРУШТВА ПСИХОЛОГА СРБИЈЕ

Број 483 * година XLIV * ФЕБРУАР 2025. * Београд

Издајемо из овог броја

► Чланови програмског и организационог одбора Конгреса психолога Србије



► У Србији 250.000 људи болује од депресије



► Зашто пажња траје 49 секунди



► Вађење крајника утиче на ментално здравље



ЗИМА ВИСОКОГ НАПОНА



Масовно убиство које се догодило на Цетињу првог дана јануара и у коме је страдало тринаест особа, укључујући и двоје деце, дубоко је потресло цео регион и као да је наговестило турбулентни јануар, кога су обележиле велике студентске демонстрације, блокада саобраћајница у више места наше земље, као и 24-часовна блокада Аутокоманде у Београду, али и оставка премијера Србије и градоначелника Новог Сада, у коме је пре три месеца пала надстрешница на Железничкој станици и убила петнаесторо људи. На жалост, јануар је обележен и гажењем студената који су мирно протестовали на улицама Београда, а последњег дана јануара, осамнаестогодишњи младић колима је ударио две лекарке Института за ментално здравље у Београду, које су заједно са осталим колегама ове здравствене установе стајале мирно испред ове здравствене установе, одајући почаст страдалима у Новом Саду. Након овог инцидента, огласило се и Удружење психијатара Србије и најоштрије осудило сваки облик насиља, позивајући на деескалацију тензија у друштву.

У ситуацији друштвене кризе која нас све дубоко потреса, Друштво психолога Србије више пута је у последња три месеца оштро осудило било који облик насиља над студентима који протестују или притисака на грађане који их подржавају, као и ширење говора мржње, вређање и претње у свакодневном обраћању медија са националном фреквенцијом, чиме се директно доприноси учесталим напади-ма на студенте и угрожавању њихове безбедности. У саопштењу ДПС-а подсећа се да психологе обавезује Етички кодекс да поступају у јавном интересу и истиче да је интерес свих нас поштовање закона, заштита безбедности и менталног здравља грађана и промовисање хуманих вредности.

Друштво психолога Србије вредно ради на припреми 73. Конгреса психолога Србије који ће се одржати од 4. до 7. јуна у хотелу „Црни врх“ на Дивчибарама под називом „Вредности под притиском: психологија између идеалног и реалног“. Како истичу организатори највећег струковног научно-стручног скупа психолога у нашој земљи, овогодишња тема конгреса истражује изазове са којима се суочавамо у балансирању наших лич-

них и професионалних вредности у све сложенијем и захтевнијем друштвеном контексту. Програм конгреса укључује и предавања реномираних стручњака, интерактивне радионице и панел дискусије које ће понудити иновативне перспективе и практична решења за кључне дилеме модерног доба. Пленарни предавачи на овогодишњем конгресу су др Александар Бауцал, који ће одржати предавање на тему „Решавање проблема у сарадњи: PEER тренинг за развој компетенција релевантних за сарадњу“, др Јелена Павловић чије пленарно предавање носи назив „AI (вештачка интелигенција) и људске вредности: конструктивистичка перспектива ко-креирања“ и др Борис Јокић. Поред богатог научног програма, учесници ће имати прилику да уживају у друштвеним активностима, упознају колеге из струке и уживају у природним лепотама Дивчибара. Због свега тога, конгрес обећава да ће бити јединствено искуство које инспирише и подстиче размену знања и сарадњу међу психолозима из земље и региона.

У овом броју „Психолошких новина“ представљамо чланове програмског и организационог одбора Конгреса психолога Србије, као и пленарне предаваче и подсећамо колеге да што пре пријаве радове за овогодишњи научно-стручни скуп. Пишемо и о кампањи „Ту сам за тебе – заједно против депресије“ коју спроводи Удружење психијатара Србије у сарадњи са удружењима која окупљају особе са проблемима менталног здравља, мотивисани статистиком да у нашој земљи око 250.000 људи пати од депресије. Они истичу да је, упркос тим великим бројкама, овај проблем и даље недовољно препознат у друштву, као и да велики део популације има предрасуде у вези са проблемима менталног здравља, што је

један од разлога зашто се већина оболелих не лечи. На жалост, чињеница јесте да 10 до 15 одсто пацијената са депресијом изврши суицид, што додатно наглашава потребу за хитним деловањем. Према подацима Светске здравствене организације, депресија погађа 3,8 одсто светске популације, што значи да око 280 милиона људи на планети пати од овог психичког поремећаја. Иако фактори попут несрећних животних догађаја, лошег физичког здравља и стреса могу да повећају ризик од

развоја депресије, међународни тим истраживача, предвођен Универзитетом у Единбургу и Кингс Колеџом у Лондону, идентификовао је генетске факторе ризика за настанак ове болести.

У овом броју новина преносимо и резултате истраживања Светске здравствене организације који говоре да пажња савременог човека траје само 49 секунди, а нове генерације одрастају са технолошким играчкама које им такође скраћују пажњу и концентрацију, па учење и стицање знања за њих представља посебан изазов. Пишемо и о занимљивој студији истраживача калифорнијског Универзитета Дејвис, које побija мит да су мушкарци ти које фаворизују млађе партнерке и доказују да припадници оба пола бирају млађе партнере за ступање у везу – иако су, глобално посматрано, младожење широм света четири године старије од невести. Најмањи је јаз у Европи, у којој су мушкарци у просеку три године старији од партнерки, а највећи у подсахарској Африци, где су младожење више од осам година старије од невести. Занимљиво истраживање публиковали су и кинески и шведски научници са Универзитета у Гуангсију и Универзитета „Каролинска“, који су анализирали податке више од милион људи из шведског здравственог регистра и открили да је одстрањивање крајника у детињству повезано са 43 одсто већим ризиком од развоја менталних стања, попут посттрауматског стресног поремећаја и депресије. Истраживачи су такође упоредили и браћу и сестре како би контролисали одређене генетске, као и факторе околине. Чак и на овом узорку, постојао је 34 одсто већи ризик од развоја поремећаја анксиозности код чланова породице који су рано извадили крајнике.

Катарина Ђорђевић

ВЕСТИ ИЗ ДРУШТВА

ЧЛАНАРИНА У ДПС-У И ПРЕТПЛАТА НА ЧАСОПИСЕ
„ПСИХОЛОГИЈА“ И „ПСИХОЛОШКЕ НОВИНЕ“

Чланарину можете уплатити:

На основу рачуна (фактура): Уколико трошкове чланарине плаћа правно лице (установа), потребно је на мејл sekretar@dps.org.rs доставити захтев за издавање фактуре са именом и презименом психолога, податком о припадности психолога секцији или подружници и подацима о установи (најмање: тачан назив, адреса, ПИБ и да ли је потребно издати рачун путем Система електронских фактура).

Уколико трошкове чланарине сноси физичко лице, налог за уплату (е-банкинг или уплата на неком од уплатних места) треба да садржи следеће податке:

УПЛАТИЛАЦ: име и презиме са потпуном адресом

Чланарина у ДПС до 28.02.2025. године

за запослене психологе	3.500,00 дин.
за пензионере	2.500,00 дин.
за незапослене психологе, мастер и докторске студенте	2.000,00 дин.
за психологе из иностранства	40 еура

Чланарина у ДПС од 01.03.2025. године

за запослене психологе	4.500,00 дин.
за пензионере	3.500,00 дин.
за незапослене психологе мастер и докторске студенте	2.500,00 дин.
за психологе из иностранства	50 еура

СВРХА УПЛАТЕ: чланарина за жељену годину чланства и податак којој секцији или подружници

члан ДПС припада (пример: „чланарина за 2025. Секција за психологију музике“)

ПРИМАЛАЦ: Друштво психолога Србије, Београд
ИЗНОС: зависно од категорије (видети табелу изнад)
РАЧУН ПРИМАОЦА: 170-755-77

ПОЗИВ НА БРОЈ: свој регистрациони/идентификациони/члански број у Друштву

*Умањује се износ чланарине за 10 одсто за групне уплате за десет и више уплаћених чланарина у складу са датумом уплате. Овај попуст се односи на групну уплату из исте установе - Војска Србије се рачуна као једна установа, или групну уплату из секције или подружнице ДПС-а.

*одобрава се бесплатна чланарина за 2025. годину за оне који дипломирају у току те године.

ЦЕНА ЧАСОПИСА „ПСИХОЛОГИЈА“ У 2025.

За радне организације:

једна претплата	3.500,00 дин.
две и три претплате	3.000,00 дин.
четири и више претплате	2.400,00 дин.

За индивидуалне претплате

чланови ДПС	2.000,00 дин.
студенти	1.000,00 дин.
сви остали	3.000,00 дин.

За све који купују појединачне бројеве: 1.000,00 дин.

*Уз претплату на текућу или претходну годину, остварује се попуст од 50 одсто на доступан годишњи комплет часописа „Психологија“ из претходних година.

ЦЕНА ОГЛАСНОГ ПРОСТОРА У
„ПСИХОЛОШКИМ НОВИНАМА“:

Редовни бројеви

део стране	повећан тираж
12.000,00 дин 1/1	20.000,00 дин.
8.000,00 дин 1/2	10.000,00 дин.
4.000,00 дин 1/4	7.000,00 дин.
2.500,00 дин 1/8	3.000,00 дин.

ТЕРАПИЈА ПОСВЕЋЕНОСТИ И ПРИХВАТАЊА: ОСНОВНИ
ИСКУСТВЕНО-ИНСТРУКТИВНИ КУРС 22. И 23. ФЕБРУАРА

Центар за примењену психологију поново организује обуку из интегративног модела психолошке промене – Терапија посвећености и прихватања (АСТ): основни искуствено-инструктивни курс. Обука ће бити одржана 22. и 23. фебруара, а рок за пријаву је 9. фебруар. Терапија посвећености и прихватања или АСТ (Acceptance and Commitment Therapy) је модел психолошке промене настао као мудра интеграција класичног бихевиоризма, когнитивних модела и техника древног истока. АСТ представља потпуно оригиналан спој савремених научних теорија попут Теорије релационих оквира, вежби пуне свесности, вежби вођених фантазија, емоционалне прораде психичких садржаја и планирања будућег понашања. Основни циљ овог програма је упознавање учесника са принципима и техникама АСТ кроз стицање знања и вештина потребних за примену овог метода психолошке промене у пракси.

Очекује се да ће полазници унапредити своје вештине да на специфичан начин сагледају проблеме клијената, мотивишу их на промену и допуне своју саветодавну праксу техникама које су

истовремено и древне и савремене. Полазници: психолози и студенти мастер студија психологије, психотерапеути и едуканти, психијатри и други професионалци из области менталног здравља и помагачких професија. Услов за похађање едукације имају психотерапеути и едуканти који су завршили неки од факултета из области менталног здравља и помагачких професија. Аутор и водитељ је др Драган Жуљевић, доктор психолошких наука са клиничко-психотерапијским усмерењем који поседује вишегодишње искуство у дијагностичком и психотерапијском раду. АСТ је учио од твораца правца Стевена Хауса, Кирка Стросакла и Никласа Торнекеа.

Трајање: 16 сати рада, 2 узастопна дана

Величина групе за оптималан рад: 12-20 полазника

Котизација: 19.000,00 (за чланове Друштва психолога Србије и студенте мастер студија одобрен је попуст – 15.200,00 РСД)

Пријаву можете послати путем електронске поште на e-mail: cpp@dps.org.rs

ДПС ОШТРО ОСУЂУЈЕ НАСИЉЕ НАД СТУДЕНТИМА

У ситуацији друштвене кризе која нас све дубоко потреса, Друштво психолога Србије још једном оштро осуђује било који облик насиља над студентима који протестују или притисака на грађане који их подржавају као и ширење говора мржње, вређање и претње у свакодневном обраћању медија са националном фреквенцијом чиме се директно доприноси учесталим нападима на студенте и угрожавању њихове безбедности. Ничији живот, ни лични интегритет не сме бити угрожен због исказивања различитог

става, јер су грађанска права и слободе гарантовани Уставом Републике Србије.

Студенти су исказали спремност да по цену привремене жртве личних интереса, одлучно и достојанствено реагују у циљу заједничког интереса. Позивамо колегинице и колеге психологе да и као грађани и као професионалци подрже студенте у њиховим захтевима и њиховом праву на борбу за праведно друштво и бољу будућност. Солидарност и хуманост су само речи, ако из њих не проистиче и одговорност за њихово

промовисање кроз дела.

Психологе обавезује Етички кодекс да поступају у јавном интересу, а интерес свих нас је поштовање закона, заштита безбедности и менталног здравља грађана и промовисање хуманих вредности. Доследно остајемо при ставу да је борба за праведно, уређено и хумано друштво, друштво без корупције и без застрашивања грађана наша професионална и грађанска дужност.



ДРУШТВО ПСИХОЛОГА СРБИЈЕ

психолошке новине

Издавач: Друштво психолога Србије
ISSN 2217-9313

Психолошке новине уредило Друштво психолога Србије; Редакција: др Адела Зобеница, Соња Ивковић, Ана Миленковић; Сарадници: Јасна Вељковић и Драгана Косовалић, Јелена Минић, Меира Мрђенов, Саша Стојшић, Вељко Јовановић, Миљана Павићевић, Драгана Брдарић, Ана Окиљевић; Технички уредник и прелом: Вук Милосављевић; Заглавље: Стојан Пешановић; Штампана: ЦПП Београд; Адреса издавача: 11 000 Београд, Бушина 7/3; Секретар Друштва: Марија Вукотић Одаловић; Телефон: + 381 11 3035131; WEB: http://www.dps.org.rs; Прилоге слати на psiholoske.novine@dps.org.rs са назнаком ЗА ПСИХОЛОШКЕ НОВИНЕ, Слике: Pixabay

Жиро рачун: 170-755-77; Радно време од 8 до 15 часова. На основу мишљења Секретаријата за информисање Републике Србије бр. 413 01 189 91 1 д 20.02.1991.године, лист је производ из тарифног броја 8, став 1. тачка 1.алинеја 10, за чији се промет плаћа порез по стопи од 3 %.

ЧЛАНОВИ ОРГАНИЗАЦИОНОГ ОДБОРА КОНГРЕСА ПСИХОЛОГА СРБИЈЕ 2025

Александар Стевановић

Дипломирани психолог са вишегодишњим искуством у образовању, истраживању и практичној психологији. Тренутно је студент докторских студија на Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM) у Шпанији. Своје основне и мастер студије завршио је на Филозофском факултету Универзитета у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици. Александар Стевановић је од 2023. године асистент на Високој струковној школи за образовање васпитача и тренера у Суботици, док је претходно радио као асистент на Високој школи социјалног рада у Београду и сарадник у настави - демонстратор на Филозофском факултету Универзитета у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици. Као део свог професионалног искуства, био је професор здравствене психологије у Средњој школи "Свети Сава". Активно учествује у научно-истраживачким пројектима, међу којима су истраживања о менталном благостању студената, кризној психосоцијалној подршци у заједници и наслеђивању психолошких чинилаца менталног здравља. Члан је Друштва психолога Србије од 2021. године. Додатно се усавршавао кроз едукације из психодинамски оријентисане психотерапије, укључујући О.Л.И. интегративну психодинамску психотерапију и уводни курс из групне психотерапије. Као коаутор учествовао је у публикацијама "Психологија успеха у спорту" и "Комуникацијске вештине - збирка психолошких вежби".



Бранка Тишма

Дипломирани психолог, дипломирала на Филозофском факултету Универзитета у Београду, на Катедри за психологију. Као психолог радила у предшколској установи „Радост“ у Чачку и ОШ „Лазар Саватић“ у Земуну. Преко 20 година је члан „Удружења Здравно да сте“ и координатор дејих програма, који су настали као одговор на ратом угрожен социјални оквир развоја деце. Аутор, коаутор и релизатор различитих семинара, радионица, искуствених група и акредитованих програма у образовању и у програмима „Здравно да сте“ намењених деци, одраслима и професионалцима који су ангажовани у раду са децом и њиховим родитељима. Учесник великог броја конференција у образовању, и програма реализованих у предшколству и основном образовању. Члан различитих радних група при Министарству просвете. Дугогодишњи члан и активан учесник у раду ДПС-а, председник Секције психолога у основним школама. Покретач и учесник различитих истраживања и активности које се односе на развој струке и статус психолога у образовању. Дала је велики допринос у промовисању и значају психолошке струке. Добитник награда Друштвено признање „Љубомир – Љуба Стојић“ и „Живорад – Жижа Васић“.



психолог радила шест година у ОШ „Растко Немањић - Свети Сава“ у Новој Пазови, две године била психолог у Средњој школи ИТХС, од њеног оснивања и двадесет једну годину ради у ОШ „Јован Стерија Поповић“ на Новом Београду. На свим местима на којима је радила оставила је лични и стручни печат на који је поносна и не лажно скромна. Током рада самостално или у тиму реализује послове у оквиру своје струке: аутор је и коаутор бројних аналитичко истраживачких радова из домена школске психологије и школске праксе уопште, у школи и ван ње, (Рад са даровитим ученицима, Пријатељство и другарство, Дечије лажи. Психологија моћи – (не) моћ психологије и др. Радила на дизајнирању и извођењу обука за наставнике, некада била сарадник Грађанских иницијатива као едукатор и тренер, сарадник је Завода за унапређивање образовања и васпитања, учесник у бројним Радним групама МПС-а. Вишедеценијски је активни учесник Сабора, сада Конгреса психолога Србије (некада и Конгреса Србије и Црне Горе), великог броја конференција и скупова који су се бавили школством, са становишта школског психолога. Дугогодишњи је члан и активан учесник у раду ДПС-а. Улогу „Пионира“, поносно носи и данас. Супруга је једног доброг психолога и мајка успешног учитеља, на одређено време.



Нађа Ђедовић

Дипломирани психолог, МА у области примењене психологије. Од 2016. године запослена на месту стручног сарадника у Правно-пословној школи у Београду. Током студија волонтирала је на Конгресу психолога, да би 2021. године присуствовала као учесник округлог стола на тему: „Компетенције стручних сарадника“. Као активни члан секције, и на предлог исте је у току 2021. године била делегат на редовној Скупштини Друштва психолога Србије. Учествовала је на пројекту „Бирај речи, хејт спречи“, који се бави превенцијом дигиталног насиља а чији су носиоци УНИЦЕФ, МПНТР и Теленор. Похађала је едукацију из системске породичне психотерапије и стекла звање системски породични терапеут под супервизијом. У периоду од 2017. до 2019. године радила је на Факултету безбедности Универзитета у Београду као демонстратор и сарадник у настави. У професионалном раду највише се бави проблемима адолесцената и пружањем подршке младима у превазилажењу препрека приликом учења и одрастања.



Нада Станков

Дипломирала психологију на Филозофском факултету Универзитета у Београду 1992. године, на Групи школске психологије. Као школски

Дарија Хафизовић

Мастер психолог и психотерапеут под супервизијом. Дипломирала на Филозофском факултету Универзитета у Приштини, са привременим седиштем у Косовској Митровици, а мастерирала психологију рада на Филозофском факултету Универзитета у Нишу. Упоредо са студијама уписује едукацију за РЕ и ЦБТ психотерапију при Српском центру за РЕ и ЦБТ. По завршетку студија своју каријеру отпочиње у ХР служби агенције за запошљавање, а касније и у интернационалној компанији. Од недавно је члан Друштва психолога Србије са идејом промоције етичке употребе психолошких знања у корпоративне сврхе, као и бољим повезивањем колега из поменуте бранше у оквиру самог Друштва. Чланство у Друштву психолога Србије отпочела је пријавом рада на Конгресу психолога Србије 2018. године, због чега посебно уважава овај догађај и узима активно учествовање у његовом организовању. Често се појављује као коаутор научних чланака, волела би да настави академско усавршавање, али своје задовољство тренутно проналази у непосредном раду како са групом запослених тако и индивидуално са клијентима.



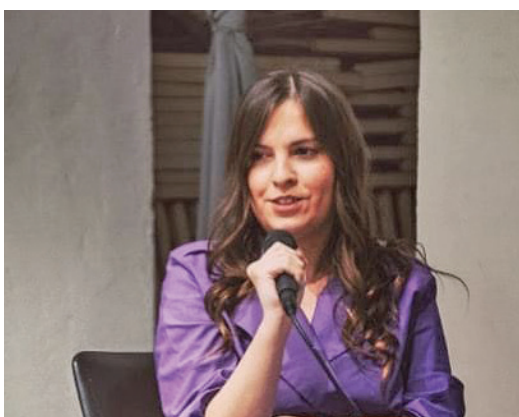
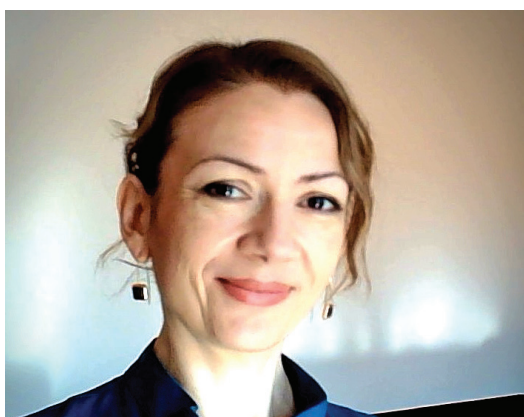
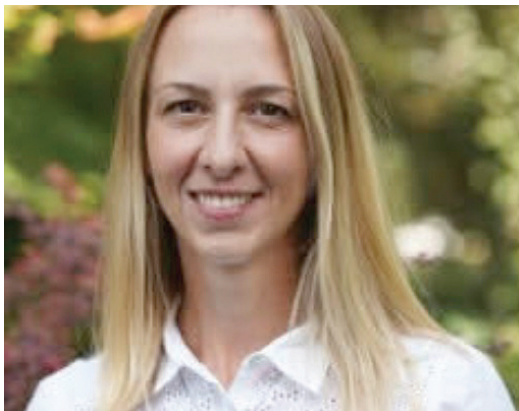
Татјана Глигорић

Рођена 18.03.1991. године у Ваљево. Године 2010. уписује Пословни факултет Ваљево Универзитет Сингидунум, студијски програм Пословна информатика, стечено звање - дипломирани пословни информатичар. 2017. наставља образовање на мастер студијама на Факултету здравствених, правних и пословних студија у Ваљево, Универзитета Сингидунум, на смеру Информациони системи и технологије. Од марта 2013. до новембра 2017. радно искуство стиче у фирми Горење д.о.о Ваљево. Од новембра 2017. до 2019. године ангажована је на Факултету здравствених, правних и пословних студија, на позицији лабораторија, администратор мрежа, вођа рачунског центра и сарадник у настави. Од 2019. године наставља са радом на факултету, на позицији асистента у настави, шефа Рачунског центра, креатора садржаја за Инстаграм профила и веб- администратора сајта факултета. Од априла 2024. године ангажована на пословима креатора садржаја за Инстаграм профил Друштва психолога Србије. Аутор, дизајнер и фотограф промотивних материјала за различите клијенте. У току студија учествовала на више конференција, догађаја и курсева, што наставља и по завршетку студија.



73. КОНГРЕС ПСИХОЛОГА СРБИЈЕ

ВРЕДНОСТИ ПОД ПРИТИСКОМ: ПСИХОЛОГИЈА ИЗМЕЂУ ИДЕАЛНОГ И РЕАЛНОГ



Конгрес психолога Србије, који ће се одржати од 4. до 7. јуна у хотелу „Црни врх“ на Дивчибарама, носи назив „Вредности под притиском: психологија између идеалног и реалног“. Како истичу организатори највећег струковног научно-стручног скупа психолога у нашој земљи, овогодишња тема конгреса истражује изазове са којима се суочавамо у балансирању наших личних и професионалних вредности у све сложенијем и захтевнијем друштвеном контексту. Програм конгреса укључује и предавања реномираних стручњака, интерактивне радионице и панел дискусије које ће понудити иновативне перспективе и практична решења за кључне дилеме модерног доба. Пленарни предавачи на овогодишњем конгресу су др Александар Бауцал, који ће одржати предавање на тему „Решавање проблема у сарадњи: РЕЕР тренинг за развој компетенција релевантних за сарадњу“, др Јелена Павловић чије пленарно предавање носи назив „АИ (вештачка интелигенција) и људске вредности: конструктивистичка перспектива кокреирања“ и др Борис Јокић. Поред богатог научног програма, учесници ће имати прилику да уживају у друштвеним активностима, упознају колеге из струке и уживају у природним лепотама Дивчибара. Због свега тога, конгрес обећава да ће бити јединствено искуство које инспирише и подстиче размену знања и сарадњу међу психолозима из земље и региона. У овом броју „Психолошких новина“ представљамо чланове програмског и организационог одбора Конгреса психолога Србије, и подсећамо колеге да што пре пријаве радове за овогодишњи научно-стручни скуп.

ЧЛАНОВИ ПРОГРАМСКОГ ОДБОРА

Др Милица Лазић (председница) је докторка психолошких наука и научна сарадница запослена на Филозофском факултету у Новом Саду. Завршила је трогодишње постдокторско усавршавање



на пројекту Innovative Immunisation Hubs, који се бави повећањем вакциналне писмености маргинализованих група у шест европских земаља. У свом научно-истраживачком раду усмерена је на област менталног здравља, са ужим интересовањима у областима крос-културних истраживања, психологије резилентности, протективних фактора и субјективног благостања, а нарочито у контексту актуелних и стресора из периода одрастања. Ауторка је или коауторка преко 40 оригиналних научних радова у домаћим и међународним научним часописима, а учествовала је са саопштењима на преко сто научних конференција. Добитница је бројних награда, међу којима и награде Филозофског факултета у Новом Саду за најбољег младог истраживача Филозофског факултета за 2018. годину у области друштвених наука, награде „Живорад Жижа Васић“ коју додељује Друштво психолога Србије за популаризацију психологије као науке, Сакура стипендије за најбољи истраживачки рад на тему Јапана, а три чланка на којима је коауторка били су изабрани за врхунске резултате Филозофског факултета у Новом Саду за 2018., 2021. и 2023. годину. Од стране Министарства науке, технолошког развоја и иновација Републике Србије

добила је признање за изврсност у науци, односно да по резултатима научних публикација спада у један одсто најбољих истраживача у друштвеним наукама. Коауторка је уџбеника „Мерење процеса и успешности психолошких третмана“.

Др Драгана Јелић је асистенткиња на Одсеку за психологију Филозофског факултета Универзитета у Новом Саду, где је од 2018. ангажована на курсевима из области индустријско/организацијске психологије. Докторску дисертацију на тему „Улога радних и личних захтева и ресурса у предикцији благостања и организацијских исхода“ одбранила је 2024. године. Ауторка и коауторка је бројних научних публикација и саопштења у земљи и иностранству. Поред академског, поседује и преко 10 година радног искуства у спровођењу организацијских истраживања, реализацији процеса регрутације и селекције, а највеће искуство стекла је у креирању и реализацији организацијских тренинга и различитих развојних програма за запослене. Поред тренинга, сертификована је у области професионалне селекције, когнитивно-бихејвиоралног коучинга и напредног нивоа рационално-емотивне и когнитивно-бихејвиоралне терапије. Своја професионална интересовања усмерава у правцу изучавања фактора благостања запослених и успешности организација.

Др Душана Шакан је ванредна професорка на Факултету за правне и пословне студије др Лазар Вркатаћ на ком предаје педагошку психологију, психологију наставе, психологију мотивације и психологију одраслог доба. У свом научно-истраживачком раду усмерена је на истраживања природе мотивације за школско учење, њене социјалне и индивидуалне детерминанте, као и њене образовне исходе, те благостање ученика у адолесцентном периоду. Сходно интересовањима, докторирала је на тему мотивације за школско учење, којом се континуирано бави од почетка своје академске каријере. Поред доктората из

психологије, дипломирала је на Одсеку за романистику Филозофског факултета у Новом Саду. Резултате великог броја досадашњих истраживања представила је у монографији Мотивација за школско учење: теорије, истраживања и примена. Поред тога, објавила је као (ко)ауторка око 30 научних радова у домаћим и међународним часописима, учествовала је у бројним кроскултурним студијама представљајући Србију, те активно узимала учешће у великом броју домаћих и међународних научних конференција. Стални је сарадник Центра за теорију само-детерминације и суоснивач Мотива психолошког центра. Ангажована је као рецензент у бројним врхунским психолошким часописима. Учествовала је у неколико пројеката, а тренутно је ангажована као члан тима на пројекту Оријентације идентитета и менталног здравља адолесцената: Испитивање улоге базичних психолошких потреба и културе, који подржава Фонд за науку Републике Србије.

Др Ивана Јакшић је социјална психологиња и доценткиња на Факултету политичких наука Универзитета у Београду, где предаје социјалну и политичку психологију. Њена истраживачка интересовања обухватају међугрупне родне односе и различите форме политичке партиципације. Посебно се бави социјално-психолошким предикторима и механизмима различитих облика родно засноване дискриминације и насиља, док се у области политичког понашања фокусира на гласачку мотивацију. Такође, на постдипломским студијама ангажована је на извођењу методолошких курсева. Чланица је уредништва часописа "Политички живот" и рецензенткиња бројних домаћих и међународних часописа. Чланица је Европског удружења социјалних психолога (ЕАСП), Друштва психолога Србије (ДПС) и Удружења за политичке науке Србије (УПНС). Као руководитељка, истраживачица или аналитичарка била је ангажована на бројним националним и међународним фундаменталним и примењеним истраживачким пројектима. Објавила је на десетине радова и поглавља у домаћим и међународним научним часописима и монографијама и узела учешће на великом броју

конференција. Посвећена је интердисциплинарној истраживачкој сарадњи, медијској промоцији и популаризацији психолошке науке.

Др Јелена Опсеница Костић је редовни професор на Департману за психологију Филозофског факултета у Нишу. Своју научну каријеру започела је истраживањем односа између перцепције родитељског понашања и благостања адолесцената, а последњих година њен научно-истраживачки рад усмерен је на две области: на психосоцијалне аспекте превладавања неплодности и на психолошке аспекте употребе дигиталних технологија у свакодневном животу. Своје знање и искуство из ових области преточила је у наставне програме за студенте психологије, педагогије социјалног рада, у више научних чланака објављених у домаћим и међународним часописима и у монографијама: „Нови животни стилови и форме породице“ (2017), „Путовање кроз дигитални простор – Увод у сајберпсихологију“ (2022) и „Када рода неће да слети – Психолошки аспекти неплодности“ (2023). Од априла 2023. године ангажована је као руководилац двогодишњег пројекта Фонда за науку „Криза идентитета жена које се суочавају са неплодношћу: мешовити методолошки приступ“ (InsideMe, 1568). Члан је Друштва психолога Србије, Европског удружења за здравствену психологију (EHPS) и Европског друштва за ембриологију и хуману репродукцију (ESHRE). У оквиру ESHRE похађала је семинаре везане за репродуктивно здравље и психосоцијалне аспекте неплодности. У области сајберпсихологије издваја се награда „Др Борислав Стевановић“, коју јој је 2023. доделило Друштво психолога Србије, за монографију „Путовање кроз дигитални простор – Увод у сајберпсихологију“ (2022).

Др Мирјана Беара Бењак је ванредна професорка на Филозофско-уметничком факултету и на Заједничком студијском програму за психологију Универзитета у Крагујевцу, на предметима Основи педагошке психологије, Психологија образовања, Психологија менталног здравља и Позитивна психологија. Суоснивачка је Института за позитивну психологију у Новом Саду, где је учествовала у

реализацији ЕРАСМУС + пројекта Школа у којој цветају снаге – позитивно образовање. Током 28 година радног искуства, радила је као школски психолог, као саветница за школски развој у ШУ Нови Сад, те као асистенткиња и доценткиња на Државном универзитету у Новом Пазару. Ауторка и водитељка психолошких радионица за децу и младе у Центру за производњу знања и вештина. Била је ангажована као експерткиња на више домаћих и међународних истраживачких и пројеката техничке подршке из области образовања, запошљавања, менталног здравља и професионалног развоја. Ауторка и коауторка више десетина научних радова и публикација. Коауторка и реализаторка неколико акредитованих програма за стручно усавршавање запослених у образовању. Као чланица програмског одбора учествује у креирању и организацији манифестације Фестивал менталног здравља Института за јавно здравље Војводине од 2016. године, а ово јој је треће учешће у програмском одбору Конгреса психолога. Живи у Новом Саду.

Др Смиљана Јошић је завршила основне, мастер и докторске студије психологије на Филозофском факултету Универзитета у Београду. Тренутно ради као виша научна сарадница у Институту за педагошка истраживања и предавач на Економском факултету у Београду, где предаје Психолошко образовање наставника. Њен истраживачки рад фокусира се на испитивање сарадње у школи и улогом коју различити образовни актери имају у том процесу. Поред тога, усмерена је и на проучавање потпоре/подршке децијем развоју и учењу као и образовном ефикасношћу. Ауторка је више научних и стручних публикација а учествовала је и у бројним пројектима из области психологије образовања и развојне психологије међу којима су PEERSolvers, TIMSS2019, TALIS2013, IEEPS, Развионица и други. Добитница је награде за најбољи мастер рад Катарина Марић и признања за допринос друштвено-хуманистичким наукама од стране Фондације СуперСте.

Секретари Конгреса психолога Србије 2025. године су Огњен Јанић и Милица Љеваја.

ПОЗИВ НА 73. КОНГРЕС ПСИХОЛОГА СРБИЈЕ

Задовољство нам је да вас позовемо на 73. Конгрес психолога Србије под називом „Вредности под притиском: психологија између идеалног и реалног“, који ће се одржати од 4. до 7. јуна у хотелу Црни Врх на Дивчибарама. У времену растућих друштвених изазова и економске неизвесности, психолошка струка се суочава са фундаменталним питањима одрживости професионалних стандарда и вредности. Свакодневна пракса психолога све више постаје простор где се сусрећу идеални принципи струке и реалност система у којима радимо. Финансијски притисци манифестују се на различите начине који директно угрожавају квалитет нашег рада. У јавном сектору, психолози се боре са недостатком ресурса, преоптерећеношћу административним задацима и често непримереним условима рада. Многи од нас принуђени су да раде са далеко већим бројем клијената него што је препоручљиво, уз скраћено трајање сеанси које компромитују квалитет психолошког рада. У приватној пракси, изазов представља балансирање између економске одрживости и доступности услуга, посебно у контексту растуће инфлације и смањене платежне моћи становништва.

Истовремено, суочавамо се са све комплекс-

нијим захтевима различитих система у којима раде психолози. У образовању, од психолога се очекује да самостално решавају системске проблеме који захтевају координисану акцију више институција. У организацијском контексту, притисци за инстант резултатима често занемарују временске и методолошке захтеве квалитетног психолошког рада. Здравствени систем, оптерећен растућим потребама за услугама менталног здравља, ставља пред психологе нереална очекивања у погледу броја клијената и брзине интервенција. Систем социјалне заштите, са друге стране, чешће од свих других области у којима раде психолози, сусреће се са све чешћим медијским притисцима, а научници и истраживачи са све већим притиском за публикувањем научних радова.

Друштвени контекст додатно усложњава нашу позицију. Растућа свест о значају менталног здравља, иако позитивна, довела је до експанзије површних и често штетних „брзих решења“ која девалвирају психолошку струку. Истовремено, недовољна системска подршка и фрагментирани приступ менталном здрављу стварају јаз између друштвених потреба и реалних могућности струке да на њих одговори.

Програм овогодишњег Конгреса структури-

ран је тако да омогући свеобухватно сагледавање ових изазова и развој практичних стратегија за њихово превазилажење. Кроз пленарна предавања, симпозијуме, секције, округле столове, трибине и радионице, дискутоваћемо о развоју модела одрживе психолошке праксе у условима ограничених ресурса, стратегијама очувања професионалних стандарда под различитим притисцима, међусекторској сарадњи и системским решењима за унапређење положаја психолога, те о улози струковних удружења у заштити професионалних вредности и стандарда. Осим наведеног, Конгрес је као и сваке године отворен за различите научне и струковне теме из свих области психологије.

Позивамо вас да својим учешћем допринесете овој важној размени мишљења. Верујемо да само кроз отворени дијалог и заједничко деловање можемо градити пут ка одрживој психолошкој пракси која ће успешно балансираати између професионалних вредности и реалних ограничења са којима се суочавамо. Радујемо се вашем учешћу и прилици за разговор.

С поштовањем,
Програмски одбор 73. Конгреса
психолога Србије

У СРБИЈИ ОКО 250.000 ЛЉУДИ ПАТИ ОД ДЕПРЕСИЈЕ

У Србији око 250.000 људи пати од депресије, а упркос тим великим бројкама остаје и даље недовољно препозната у друштву. Велики део популације има предрасуде у вези са проблемима менталног здравља, и то је један од разлога зашто се већина оболелих не лечи. Нажалост, алармантна чињеница јесте да 10 до 15 одсто пацијената са депресијом изврши суицид, што додатно наглашава потребу за хитним деловањем.

Удружење психијатара Србије покренуло је кампању под називом „Ту сам за тебе – заједно против депресије“ посвећену проблему депресије и значају подршке. Циљ је да се смање предрасуде повезане са депресијом, али и другим менталним болестима у нашем друштву. Због тога је потребно охрабрити особе које се суочавају са депресијом да потраже помоћ. Кампања се спроводи уз подршку удружења „Херц“ и „Видеа“, која окупљају особе са проблемима менталног здравља, као и Удружења пацијената Србије.

„Депресија као емоција је нешто што је сваки човек искусио током свог живота, и то не једном. Међутим, када говоримо о депресији као психијатријском поремећају, онда говоримо о нечему сасвим другом. Депресија као психијатријски поремећај представља синдром, скуп свих симптома код којег је депресивно расположење, иако јако битан, оно ипак само један од неопходних симптома да бисмо дијагностиковали депресивни поремећај. Депресија као поремећај, састоји се од озбиљних симптома који утичу на осећања, мишљење, вољу, сан, апетит, али и на свакодневно функционисање. Она може да се догоди свакоме без обзира на старост, пол, ниво школске спреме или материјалне приходе. Ипак, људи који имају неку врсту болести зависности, тешке губитке или друге велике стресогене догађаје, чешће развијају депресију. Такође, жене чешће оболевају од депресије него мушкарци. Врхунац учесталости депресија достиже код старијих, али оно што је последњих година упадљиво, јесте пораст учесталости болести код деце и адолесцената“,

истиче проф. др Чедо Миљевић, председник Удружења психијатара Србије.

Доц. др Бранимир Радмановић из Клинике за психијатрију Универзитета клиничког центра Крагујевац, објаснио је који су то симптоми када је психичко здравље нарушено, а особа треба да се обрати лекару за помоћ.

– Друштво депресију најчешће види као осећање туге. Обично се они који нису искусили депресивност чуде како је неко тужан без разлога. Питају се шта фали тој особи, констатују да нема неке проблеме, већ да их само измишља. А депресија јесте најчешће баш осећање безразложне туге, али је депресија и губитак интересовања, пад енергије, губитак иницијативе, умор, лош сан, апетит, лоша концентрација. Најбитније је да се ови феномени препознају на време – саветује

доц. др Радмановић.

Упркос томе што се у јавности често чује да је депресија савремена болест, то није тако. За промене људског расположења зна се од постанка модерног човека, више од 2.000 година. Ипак, суочавамо се са стресним догађајима који су другачији него претходних деценија, дијагностикује се чешће из различитих разлога, а оно што је посебно важно јесте да иако ова болест није савремена, њено лечење свакако јесте.

„Медицина данас препознаје различите видове лечења депресије. Лечење најчешће подразумева примену лекова, психотерапију или најбоље оба. Који вид терапије ће бити примењен зависи од симптома пацијената, других болести које има, животних околности у којима је, али не смемо да заборавимо и од жеље пацијената, када је то могуће. Антидепресиви су лекови

који се најчешће примењују у лечењу депресије. Они су бројни, делују на различите неурохемијске системе у мозгу и веома су делотворни. Са великом сигурношћу се може рећи, да је број оних којима помоћ није могуће пружити, веома мали. Данас, међутим, постоје терапијски приступи и за те пацијенте, а таква врста најсавременијег третмана могућа је од скоро и у нашој земљи“, објашњава др сц. мед Маја Пантовић Стефановић, психијатар Универзитета клиничког центра Србије.

Лариса Деспотовић, председница Удружења „Херц“ поручила је: „Сваки проблем са менталним здрављем заслужује пажњу и важно је потражити помоћ од породице, пријатеља и стручњака. Не устручавајте се да потражите подршку, јер нисте сами у овом процесу“.

– Празнични период за оболеле од депресије може бити посебно изазован. Желимо да знају да смо ми из Удружења пацијената и корисника увек спремни да пружимо подршку. И зато позивам све да се укључе у ову нашу кампању и да заједно учинимо корак ка смањењу стигме и унапређењу менталног здравља свих нас – рекла је Марина Марковић, председница удружења Видеа.

(NI)



ИДЕНТИФИКОВАНИ ГЕНЕТСКИ ФАКТОРИ РИЗИКА ЗА РАЗВОЈ ДЕПРЕСИЈЕ

Према подацима Светске здравствене организације, депресија погађа 3,8 одсто светске популације, што значи око 280 милиона људи. Иако фактори попут несрећних животних догађаја, лошег физичког здравља и стреса могу да повећају ризик од развоја депресије, та болест има и генетску компоненту, сматрају стручњаци. Међународни тим истраживача, предвођен Универзитетом у Единбургу и Кингс Колеџом у Лондону, анализирао је анонимне генетске податке више од пет милиона људи из 29 земаља. Истраживање је открило 700

варијација у генетском коду које су повезане с развојем депресије, од којих је скоро половина до данас непозната. Те мале промене у ДНК повезане су с неуронима у више делова мозга, укључујући оне које контролишу емоције.

Истраживање је такође открило да су специфични генетски фактори идентификовани управо захваљујући људима афричког, источноазијског, хиспанског и јужноазијског порекла. Иако је сваки појединачни генетски фактор за депресију веома мали, ако особа има више различитих промена у

ДНК, ризик од развоја депресије може бити већи. Аутори сматрају да ће нова сазнања омогућити прецизнију процену ризика од депресије. Истраживачи су потом анализирали више од 1.600 лекова како би утврдили њихов утицај на гене. Поред антидепресива, истраживање је открило да лекови попут прегабалина, који се користи за хроничне болове, и модафинила, који се користи за несаницу, такође утичу на гене и потенцијално могу да буду корисни у лечењу депресије.

(Guardian)

ПАЖЊА ДАНАС У ПРОСЕКУ ТРАЈЕ 49 СЕКУНДИ

Према подацима Светске здравствене организације, пажња одраслих коју ће посветити одређеној важној теми траје само 49 секунди. Поремећај пажње постао је масовни светски тренд, а стручњаци упозоравају на последице и изазове које носе инстант-решења и zasiћеност садржајима

Људи се све чешће јављају на психотерапију због тога што нема ко да их чује, потврђује психолог и психотерапеут Јована Стојковић. „Посебно је проблем између родитеља и детета. Мислим да је данас право богатство ако неки родитељ проведе са дететом сат времена, али без мобилног телефона, или да не ради још неку додатну активност поред разговора са дететом. Поремећај пажње јавља се све чешће и чешће. Негде код сваког трећег детета можемо видети да му тај фокус није добар, пажња је веома расејана“, објаснила је Стојковићева.

Додала је да се некада вежбало како да се уради више активности, а да данас треба најпре радити на томе како да се више фокусирамо на једну одређену активност.

Први проблеми са пажњом код деце јављају се у првом разреду, када се од њих тражи да седе мирно и обављају неке активности у трајању од 45 минута. У неким случајевима се до узраста који прати трећи разред основне школе постави и дијагноза импулсивности и испољавања агресије. Деца су јако нестрпљива, немају капацитет да саслушају другу страну... Међутим, и међу одраслима има оних који тешко слушају, прекидају саговорнике, упадају у реч...

„Мислим да је најгори период адолесценције и тог одрастања до негде 25. године, после се то већ некако смирује, али до побољшања долази тек након 40. године“, каже Стојковићева.

Говорећи о томе колико децу „држи пажња“ када су у питању садржаји на интернету, гошћа Јутарњег програма истакла је да је реч о пажњи која се мери секундама: „Они буквално погледају неколико секунди или један минут, а онда прелазе на следећу. Ја имам чак на психотерапији децу које искључиво гледају само рекламе које садрже високе тонове, боје и тако даље, а то је проблем јер мозак постане избомбардован тим високим стимулусима, и онда долази до проблема да се они не одазивају на неке нормалне тонове и своје име. Не може мозак који се није довољно развио да обради све те информације у тако кратком времену“, објаснила је Јована Стојковић.

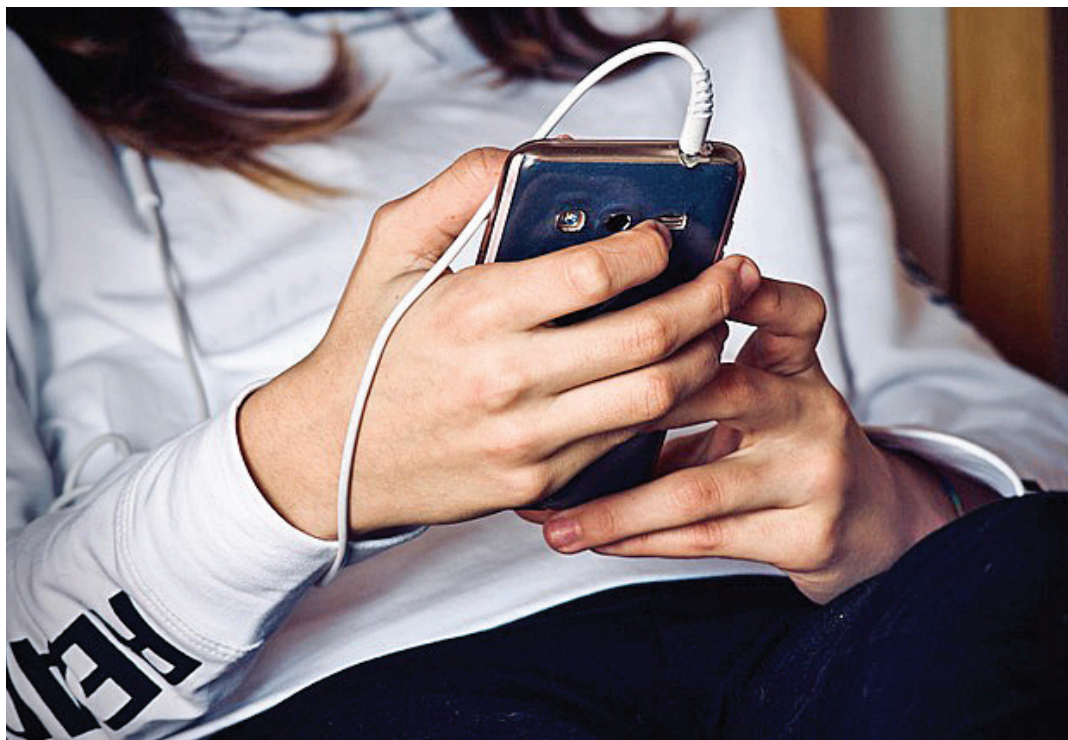
Разлика између клика и „дубине читања“

Када је реч о пажњи коју порталима поклањају читаоци или гледаоци садржаја, пракса се разликује у односу на, између осталог, и то – какав циљ има креатор тог садржаја. Искуства се у том домену разликују на порталу јавног сервиса, у односу на друге.

„Мало су различита него код портала који јуре велику читаност, којима је основни циљ да имају што више отварања страница, јер то доноси рекламе и то доноси неки приход. Али генерално, на интернету се мере две ствари. Једна је број отварања странице, значи број тих кликова – колико је некога натерао да кликне на нешто. Друга битна ствар је дубина читања и колико се дуго људи задржавају на тексту“, рекао је Зоран Станојевић, уредник Интернет портала РТС-а.

Кључ задржавања пажње такође је различит, односно зависи од намере оног ко садржај креира.

„Ако ми је циљ да имам што већи број кликова, јер број кликова ће људима из маркетинга сигнала-



лизирати да треба да плате рекламу на том сајту. Ако је број кликова велики, онда ми је циљ да људи само отворе вест и не занима ме шта ће даље. Ако је циљ да се ипак забаве тим садржајем, да читају, онда је важно колико иде дубина читања. Све у свему, не би требало рачунати на више од 50 секунди по једном тексту.

И кад се пишу текстови не би требало да буду дужи од двестотинак речи колико је потребно да се прочита у 30 до 40 секунди. Ја сам гледао који су текстови најчитанији на сајту РТС-а и дошао до закључка да је за њихово читање било потребно између 35 и 45 секунди, што значи да људи прочитају између 60 и 70 одсто текста“, истиче Станојевић.

Додаје да је суштина у томе да текст не буде толико дугачак, јер највећи број људи чита доста брзо. Ипак, има и оних који само отворе текст, баце поглед и иду даље.

На смернице током рада на садржају једног портала, првенствено утиче уређивачка политика, објашњава Станојевић.

„Трендови су се мењали од како постоји интернет. Људи који су први користили интернет били су људи вишег образовања, научници и интелектуалци, јер су они имали приступ интернету. Како се то проширило, тај ниво интересовања уопште постао је упросечен у односу на комплетно друштво. Нормално је да просечан грађанин нема то интересовање и ту пажњу које има неки научник. Самим тим, то пада и идемо ка томе да рачунамо на просечну пажњу – 30, 40 секунди је одлично време за посвећивање једном тексту“, истиче уредник Интернет портала РТС-а и додаје да постоји разлика и у таргетираној публици.

„Ако нам је циљ да имамо академске текстове на академским сајтовима, онда се неће водити превише рачуна о њиховој дужини, јер се рачуна да та публика има стрпљења да прочита од почетка до краја. Али, ако желимо да се вестима обратимо широјој популацији, значи – оно што рецимо ради сајт РТС-а, то значи да треба да буду вести писане тако да просечан грађанин има интересовање да прочита тих 30 до 50 секунди. Као што су и вести на телевизији. Ни оне не трају дуго. Вест на телевизији траје до 30 секунди. Прилог у дневнику траје два минута. Ако траје два и по минута, сматрајте да су вас частили“, поручује Станојевић.

Питање површности и „шта тражи људски мозак“

Јована Стојковић, психолог и психотерапеут, додала је да многи људи, када врше претрагу на интернету, врло често трагају за инстант-решењима, односно траже информацију у две или три реченице. Тај систем брзог одговора често је присутан и у свакодневном животу.

У односу на потрагу за брзим решењима и одговорима, Зоран Станојевић у даљем развоју медија ипак не очекује драматичне промене.

„Не мислим да ће се драматично разликовати, осим што ће бити та борба, коју ће пре свега психолози да воде. Највише се, ја мислим, у последње време, психолози ангажују управо за ту читаност и слично, да би схватили шта је то што људски мозак тражи. И ја мислим да ће се прилагођавати. Људски мозак се развијао миленијумима. Значи, не можемо ми да очекујемо да ће за 20, 30 година нешто битно да се промени. Биће неких ситних ствари, ситних промена“, рекао је Станојевић.

Промене види првенствено у вези са брзином развоја технологија: „Вероватно ће бити више видео прилога, али то нема везе са тим шта ми волимо да читамо или не волимо, него има везе са брзином технологије. Рецимо, интернет није почео као видео-платформа, због тога што је био јако спор. Значи, средином деведесетих година нисте могли да пустите видео-клип, јер би се он учитавао пола сата... Данас ви то гледате практично уживо“.

Наглашава де је присутан проблем са платформом Тик-ток која одговара младима који у 15 секунди виде оно што их занима: „Кад неко проведе пола сата гледајући петнаестосекундне садржаје, тај ништа није постигао у животу, ретко чега ће се сетити. И у тексту је проблем. И у овоме што ми причамо, ако сам ја рекао више од две или три информације у овом разговору, а рекли смо их најмање 15, људи ће запамтити само оно што их је највише шокирало“, закључио је Станојевић.

„Биће веома изазовно вратити пажњу на почетни ниво. Пажња је све краћа, речник веома осиромашен. Деца користе скраћенице, без тачке и зареза и развијају свој речник“, закључује Јована Стојковић. (PTC)

ДРУГИ ПИШУ

И ЖЕНЕ И МУШКАРЦИ РАДИЈЕ БИРАЈУ
МЛАЂЕ ПАРТНЕРЕ ЗА ЖИВОТ

Дуго се сматрало да се мушкарци чешће одлучују за млађе партнерке него жене. Али студија истраживача са калифорнијског Универзитета Дејвис, показује да оба пола фаворизују млађе друге половине. Студија спроведена на узорку од 4.500 Американаца открила је да и мушкарци и жене радије бирају млађе партнере за ступање у везу. Учесници истраживања одлазили су на састанке уговорене преко америчког сајта за упознавање људи који траже дугорочну везу на основу њихових интересовања.

Пол Иствик, професор психологије Универзитета у Калифорнији и водећи аутор студије, истиче да су учеснике нешто више привлачили млађи партнери, као и да овај тренд подједнако важи и за мушкарце и за жене.

„Ова склоност жена према млађим партнерима многимима ће бити изненађујућа јер, статистички гледано, глобално су у браковима мушкарци старији од жена, а уједно жене генерално изјављују да више воле старије партнере. Али преференције жена на самим уговореним састанцима на слепо откриле су нешто сасвим друго”, истиче професор Иствик.

Глобално гледано, ожењени мушкарци у просеку су четири године старији од својих жена. Најмањи јаз, у Европи и Северној Америци, мањи је од три године. Највећи јаз је у подсахарској Африци, где су мушкарци обично више од осам година старији од својих жена.

У недавном истраживању у 130 земаља, ниједна није имала парове у којима су мушкарци били млађи од својих партнерки или чак истих година. Подаци америчког пописа показују да је у половини брачних парова мушкарац старији најмање две године од жене, док само 14 одсто има жену која је старија. У Енглеској и Велсу скоро трећина брачних парова има разлику у годинама од пет или више година у корист мушкарца. У калифорнијску студију, чији резултати су објављени у *Proceedings of the National Academy of Sciences*, били су укључени испитаници узраста у распону од 22 до 85 година.



Отприлике половина учесника били су мушкарци, а половина жене, а већина је излазила на састанке преко америчке компаније за упознавање Tawlify. Одговарајући на питања из анкете, већина учесника је изјавила да има горњу старосну границу за потенцијалне партнере – али та граница није имала утицаја на њихов стварни избор.

Истраживачи су такође испитали да ли су жене са вишим приходима склоне да бирају млађе партнере. Међутим, било је врло мало доказа да су приходи утицали на склоност ових жена према млађим партнерима, наводе истраживачи. Студија није разматрала да ли је романтична привлачност на првом састанку довела до дугорочнијих веза.

Професор Иствик напомиње да ови налази указују да је и мушкарцима и женама на први поглед младост привлачнија – били они свесни тога или не. До ових резултата дошло се тако што су приликом избора потенцијалног партнера са којим ће отићи на састанак 55 одсто испитаника бирало млађег. „Можда ово није висок проценат, али у коначном збиру, разлика је видљива”, истиче професор Иствик.

Ипак, поставља се питање ако већ жене преферирају млађе мушкарце, зашто већина њих није у везама са млађим партнерима? Једна од теорија је да жене у почетку могу сматрати да су млађи мушкарци привлачнији, али везе престају када,

како пишу аутори, „неке особине мушке младости дођу до изражаја”. Зато мушкарци једноставније могу да испољавају своје преференције.

Изгледа да једино холивудске звезде и славне личности немају проблема у везама са млађим мушкарцима. Изузимајући Брижит Макрон (71) жену Емануела Макрона, 47-годишњег председника Француске, међу неким од најпознатијих парова са 'обрнутом разликом' су Деми Мур (62) и њен бивши муж Ештон Кучер (46), Шер (78) и дечко репер Александер Едвардс (38). Сијена Милер (43) је прошле године добила дете са 15 година млађим Олијем Гринином. Манекенка Хајди Клум удала се за немачког гитариста Тома Каулица (35) 2019. године.

Сем Тејлор-Џонсон, 57-годишња британска уметница и редитељка, упознала је свог супруга Арона (34) 2009. на снимању филма када је он имао 19 година. Пар се венчао 2012. и има две ћерке.

Разлика у годинама у Европи и САД опада деценијама, док су веће разлике и даље у регионима са мање родне равноправности. Друга могућност је, каже Иствик, да се разлика у годинама од почетка уноси у апликације за упознавање. Пошто дечаки сазревају касније, они се тек у познијим годинама пријављују на сајтове за упознавање. Уједно, старије жене вероватно избегавају овакву врсту упознавања јер не желе „да буду медицинске сестре или спонзорке”.

Друго истраживање спроведено прошле године показало је да, што су људи старији, чешће бирају млађе партнере. Али док су мушкарци од почетка бирали млађе, жене су почињале са старијим мушкарцима, а затим у средњим годинама бирале вршњаке, да би се у годинама пензионисања одређивале за млађе.

„Многи мушкарци сматрали су да су жене које су биле старије од њих привлачне. Дакле, ако би више људи изашло на састанке на којима је жена била старија од мушкарца, кладим се да бисте почели да виђате више ових парова 'обрнутих година'”, закључује професор Иствик.

(Guardian)

ВАЂЕЊЕ КРАЈНИКА У ДЕТИЊСТВУ ПОВЕЗАНО СА
МЕНТАЛНИМ ЗДРАВЉЕМ У ОДРАСЛОМ ДОБУ

Релативно уобичајена и безазлена операција којој су многа деца подвргнута може да доведе до анксиозних поремећаја током живота, наводи међународни тим научника у новој студији. Кинески и шведски научници са Универзитета у Гуангсију и Универзитета „Каролинска“ анализирали су податке више од милион људи из шведског здравственог регистра и открили да је одстрањивање крајника у детињству повезано са 43 одсто већим ризиком од развоја менталних проблема, попут посттрауматског стресног поремећаја и депресије. Имајући у виду да је у питању опсервациона студија не може се утврдити узрок оваквог исхода, али је ризик био присутан чак и када су други фактори узети у обзир – пол учесника, узраст у ком су крајници извађени, породични историјат стресних поремећаја, као и образованост родитеља (као

индикатор социоекономског положаја).

„Ови налази указују на потенцијалну улогу обољења крајника и аденоида и повезаних стања у развоју поремећаја повезаних са стресом”, наводе стручњаци.

Од вероватноће за развој различитих обољења, особе које су извадиле крајнике рано у животу, у односу на оне које нису, имале су највећи ризик од развоја посттрауматског стресног поремећаја (55 одсто). Истраживачи су такође упоредили и браћу и сестре како би контролисали одређене генетске, као и факторе околине. Чак и на овом узорку, постојао је 34 одсто већи ризик од развоја поремећаја анксиозности код



чланова породице који су рано извадили крајнике.

„Утврдили смо да је ризик највећи у првим годинама након операције, али да постоји и годинама, па и деценијама, касније”, додају научници.

С обзиром да се ради о националној студији са огромним узорком, резултати нуде довољно кредибилне доказе о некој повезаности овог типа операција

са падом менталног здравља. Међународни тим стручњака истиче да је један од могућих узрока за развој менталних поремећаја и главни разлог за одстрањивање крајника – упорна и хронична инфламација.

(PTC)