	<b>ФИЛОЗОФСКИ ФАКУЛТЕТ У НИШУ</b>	Број:
		10/3-14
	<b>ИЗВЕШТАЈ О УРАЂЕНОМ МАСТЕР РАДУ</b>	Датум:
		09.12.2016.

Наставно-научном већу Филозофског факултета Универзитета у Нишу  
подносимо следећи извештај:

### ИЗВЕШТАЈ О УРАЂЕНОМ МАСТЕР РАДУ

#### I ПОДАЦИ О КОМИСИЈИ:

##### 1. Састав комисије:

1. Др Горан Голубовић, редовни професор
2. Др Марина Хаџи Пешић, редовни професор
3. Др Миодраг Миленовић, доцент

2. Одлука Већа департмана за психологију број 10/8-54 од 17.12.2015.

#### II ПОДАЦИ О КАНДИДАТУ:

##### 1. Име, име једног родитеља, презиме:

Ружица (Предраг) Тодоровић

##### 2. Година уписа на мастер академске студије:

2013/2014.

##### 3. Назив студијског програма:

Мастер академске студије психологије

#### III НАСЛОВ МАСТЕР РАДА:

*Типови реакције на стрес, анксиозност и депресивност код православних верника са редовним литургијско-молитвеним животом*

#### IV ПРЕГЛЕД МАСТЕР РАДА:

У овом раду кандидаткиња се бави испитивањем разлика у погледу нивоа анксиозности, депресивности и реакције на стрес (тип Б насупрот типу А) између испитаника православне вероисповести који упражњавају редован литургијско-молитвени живот и испитаника који се изјашњавају као неверници.

Узорак је сачињавало укупно 200 испитаника (100 православних верника и 100 атеиста/агностика) на територији Општине Бор. Основну групу чинили су православни верници који упражњавају редован литургијско-молитвени живот при Православном Храму у Бору „Свети Ђорђе“ Тимочке епархије, и који обављају своју професионалну делатност при различитим предузећима, установама, имају статус незапослених лица или су у пензији. У контролну групу уврштени су атеисти и агностици такође, запослени при различитим предузећима, установама, незапослени или су у пензији.

Концепт *A типа* понашања, који је први пут откривен код успешних пословних људи, карактерише агресивност и непрекидна борба за постигнућем у што краћем временском периоду, изражена компетитивност, тенденција ка хостилности, неспособност да региструју телесне симптоме који их упозоравају да успоре темпо рада, као и потискивање симптома због окупираности послом. Реч је о понашајном обрасцу чије се поједине карактеристике доводе у везу са настанком низа болести, пре свега коронарних и хормоналних. *B тип* понашања карактерише особе које показују више стрпљења, живе опуштеније, нису такмичарски расположене и имају мање тешкоћа у интерпесоналним односима од особа са А типом. Особе *B типа* понашања су самопоузданије и способне да упорно, истрајно и равномерно раде са систематским приступом и уједначеним темпом, што им омогућује квалитетан рад и продуктивност без такмичења с другима и без страха од неуспеха. Анксиозност, депресивност и стрес су постали синоним за 21. век. У савременом животу, анксиозност и депресивност су типични пратиоци *A типа понашања* и предиктори су разноврсне психосоматске патологије.

Сумирајући бројна емпиријска истраживања ауторка истиче да исправна молитва и редован литургијски живот јачају душевно здравље, умањују депресивност и анксиозност, као и да подстичу адекватнију реакцију на стрес (тип Б насупрот типу А). Део литературе описује један аспект религиозности и назва га „Верски копинг“ (*Religious coping*), који наглашава да нечија религиозност може да омогући да се критички и динамички обрађују и разумеју животне ситуације и стресови. Као резултат тога, особа се може ефикасније носити са проблемима, да би задовољила захтеве животне средине.

Ово истраживање представља проверу тезе да је редован литургијско–молитвени живот протективни фактор у смислу опште редукције анксиозности и депресивности, као и да исти поспешује адекватније реакције на стрес (тип Б насупрот типу А).

Како се о здрављу све више говори у вези са понашањем особе, животним стилем, психолошким и социјалним факторима, добијени резултати могу бити коришћени за учење и развијање здравих облика понашања и унапређење здравља.

Приложени мастер рад изложен је на 146 страна и обухвата следеће целине:

**Теоријска разматрања** садрже одређења и описе испитиваних концепата истраживања, преглед теорија о њиховом настанку и развоју, различите врсте операционализација, резултате досадашњих истраживања који се односе на повезаност проучаваних концепата са сродним појмовима, али и са различитим психосоматским манифестацијама, као и могућности превенције истих. Након приказа основних појмова, следи упознавање са утицајем религиозности на ментално здравље код особа које упражњавају редован литургијско-молитвени живот и другим специфичностима које су откривене у досадашњим студијама.





# ФИЛОЗОФСКИ ФАКУЛТЕТ У НИШУ

## ИЗВЕШТАЈ О УРАЂЕНОМ МАСТЕР РАДУ

Број:

10/3-14

Датум:

09.12.2016.

*Приказ методологије истраживања* обухвата дефинисање проблема, значаја и циљева истраживања, затим следе одређења варијабли, приказ психометријских карактеристика примењених инструмената и очекивани резултати.

*Резултати истраживања* чине трећу велику целину. У I делу овог поглавља представљени су резултати дескриптивне статистичке анализе на целокупном узорку на којем је спроведено истраживање описано кроз седамнаест табела. Дате су дескриптивне карактеристике испитиваних варијабли (дескрипција скорова испитаника на основним варијаблама истраживања на сваком подзорку). Затим у II делу следи приказ резултата према хипотезама истраживања. Прво су приказане разлике у односу на испитиване варијабле, затим је дат приказ разлика у основним варијаблама истраживања с обзиром на контролне варијабле, док је на крају приказана повезаност основних варијабли истраживања у две групе испитаника. *Резултати показују да постоје статистички значајне разлике између група испитаника који упражњавају редован литургијско-молитвени живот православне вероисповести контролне групе у односу на тип понашања (А и Б). Утврђено је да религиозност има статистички значајан утицај на тип понашања испитаника.* Резултати потврђују јасну разлику у типу реакције на стрес између православних хришћана који испољавају Б тип понашања у односу на контролну групу која више испољава А тип понашања. Затим су утврђене статистички значајне разлике у степену изражености основних варијабли истраживања код контролне групе. Утврђене значајне разлике нивоу изражености анксиозности и депресивности контролне групе (атеиста и агностика) по појединачним ставкама мерне скале. Испитивањем је утврђено да контролна група манифестује знаке повишене анксиозности у виду осећања нервозе, несигурности, дрхтања и трзања, немира, лаког замарања, губљења даха, лупања срца; презнојавање које није у вези са врућином, вртоглавице или несвестице; мучнине, проливе и стомачне проблеме; осећање узнемирености – на ивици живота; спремост да се брзо реагује, тешкоће у концентрацији, проблем да се заспи или одржи сан, осећање изиритираности, често размишљање о опасности, виђење себе као неспособног да се носе са проблемима, честе мисли да ће се нешто страшно десити - у односу на православне вернике који упражњавају редован литургијско-молитвени живот. Такође, је утврђено да контролна група манифестује депресивност у виду значајно већег нивоа осећања изиритираности, губитка интересовања или задовољства у свакодневним активностима, проблема у концентрацији, отежаног доношења одлука, виђења будућности као безнадежне, умора или губитка енергије, промене у режиму спавања, потешкоће да се заспи, или спавање више или мање него уобичајено - у односу на православне вернике који упражњавају редован литургијско-молитвени живот. Проучавајући међусобни однос зависних варијабли утврђено је постојање повезаности између испитиваних концепата, при чему су корелације између појединих варијабли биле значајне у обе групе. Установљен је статистички значајан утицај интеракције између радног статуса и верске припадности односно да се утицај радног статуса на депресивност мења у зависности од верске припадности испитаника. *Резултати испитивања су показали да постоје статистички значајне разлике основних варијабли истраживања анксиозност/депресивност с обзиром на контролне варијабле у обе групе.* Добијене су статистички значајне разлике у степену изражености једне од основних варијабли истраживања анксиозности у односу на пол, при чему је утврђено да жене имају веће дрхтање, трзање и осећање несигурности, губљење даха, навалe врућине и дрхтавице, честе



мисли да ће се нешто страшно десити. Затим, утврђено је да запошљени имају израженије лупање срца, осећање узнемираности и већи немир у односу на незапошљене и пензионере. Добијене су статистички значајне разлике у степену изражености друге основне вријабле истраживања депресивности у односу на брачни статус, где је утврђено да неудате и неожењени имају израженије избегавање других људи и виђење будућности као безнадежне. Повезаност основних варијабли истраживања у две групе испитаника није било могуће проверити, због недовољног броја испитаника у целокупном узорку Типа А понашања.

**Дискусија** резултата дата је на шеснаест страна текста у којима су понуђена објашњења за утврђене налазе у односу на претходно постављене хипотезе позивањем на релевантна теоријска схватања и резултате сродних емпиријских истраживања.

**Закључак истраживања** је приказан на две стране и садржи преглед и импликације најважнијих налаза. Истакнута су ограничења и предности истраживања и дати предлози за будућа истраживања како би се наведена ограничења превазишла. Указано је истовремено на важност утицаја духовности као битне интеракције ментално-физичко и ум-тело, односно разумевање интерактивних веза између позитивних аспеката менталног здравља и физичког здравља.

**Литература** садржи деведесет и две библиографске јединице на српском, хрватском и енглеском језику.

**Прилози:** У прилозима су дати инструменти коришћени у истраживању: Упитник конструисан за потребе истраживања, Инвентар анксиозности—*Mind over mood anxiety inventory*, Инвентар депресивности—*Mind over mood depression inventory*, Упитник за процену А типа и Б типа понашања—*Activity Questionary for Type A and Type B*.

Рад има укупно 146 страна и 26 табела.

## V ВРЕДНОВАЊЕ ПОЈЕДИНИХ ДЕЛОВА МАСТЕР РАДА:

### 1. ЗАКЉУЧЦИ ОДНОСНО РЕЗУЛТАТИ ИСТРАЖИВАЊА

Утврђени резултати потврђују очекивања утицаја религиозности на анксиозност, депресивност и тип реакције на стрес (тип Б насупрот типу А) што је конзистентно са досадашњим емпиријским налазима. Може се закључити да религиозност има статистички значајан утицај на тип понашања испитаника, али да је идентификовани утицај мале јачине. Утврђено је да су испитаници из групе православних верника склонији Б типу понашања у односу на контролну групу док су испитаници из контролне групе склонији А типу понашања. Религиозност помаже вернику да сам посредно стиче доживљај веће социјалне контроле што му свакако поможе да пробуди додатни оптимизам и самопоштовање, уз примену „Верског копинга“ (*Religious coping*) где је нечија религија један од фактора кроз који се критички и динамички обрађују и разумеју животне ситуације и стресови. Као резултат тога, особа се може ефикасније носити са проблемима. Разлике у погледу анксиозности између особа које упражњавају редован литургијско-молитвени живот православне вероисповести и контролне групе испитаника (атеиста и агностика) су пронађене што је такође очекивано. Редукција анксиозности код православних верника који упражњавају редован литургијско-молитвени живот је евидентна. Разлике у погледу депресивности између особа које упражњавају редован литургијско-молитвени живот православне вероисповести и контролне групе испитаника су пронађене што је у складу са очекивањем. Утврђене полне разлике у обе групе у нивоу манифестоване анксиозности указују да је код жена заступљенији одабир превађавања усмереног на емоције као и израженија склоност доживљавања високог нивоа дистреса. Утврђено постојање више манифестоване анксиозности у





# ФИЛОЗОФСКИ ФАКУЛТЕТ У НИШУ

## ИЗВЕШТАЈ О УРАЂЕНОМ МАСТЕР РАДУ

Број:

10/3-14

Датум:

09.12.2016.

обе групе у односу на радни статус указује на већу изложеност радно активних особа психосоцијалним стресорима и примену неадекватних копинг стратегија у суочавању са хроничним оптерећењем и свакодневним микростресорима. Утврђена је значајна разлика у нивоу манифестоване депресивности у погледу брачног статуса православних верника која је била нижа у односу на контролну групу што се може објаснити утицајем религије на очување породице. Утврдити повезаност између А типа понашања, анксиозности и депресивности код основне и контролне групе испитаника није било могуће проверити, због недовољног броја испитаника у целокупном узорку Тип А понашања.

### 2. ОЦЕНА НАЧИНА ПРИКАЗА И ТУМАЧЕЊА РЕЗУЛТАТА ИСТРАЖИВАЊА

Резултати истраживања су приказани у складу са постављеним хипотезама, систематично и прегледно. Најпре је приказана структура узорка с обзиром на контролне варијабле, затим су дате дескриптивне статистичке мере на испитиваним варијаблама истраживања, а потом следи приказ резултата према постављеним хипотезама: разлике у погледу испитиваних варијабли, повезаност основних варијабли, затим приказ разлика на испитиваним варијаблама с обзиром на контролне варијабле. Преглед резултата истраживања завршава се приказом разлика на испитиваним варијаблама (анксиозност, депресивност, реакције на стрес) на целом узорку, као и контролне групе испитаника. Добијени налази су сагледани и протумачени у складу са релевантним теоријским схватањима и резултатима досадашњих истраживања из ових области.

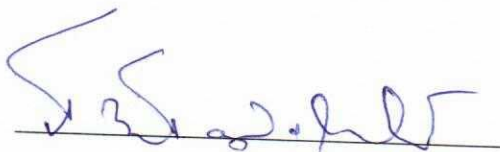
### 3. КОНАЧНА ОЦЕНА МАСТЕР РАДА

Мастер рад „Типови реакције на стрес, анксиозност и депресивност код православних верника са редовним литургијско-молитвеним животом“ је у складу са наведеном темом и испуњава све важне одреднице самосталног научног истраживања студента. Рад садржи обухватан и темељно обрађен теоријски део у којем се разматрају важни аспекти А и Б типа понашања, затим утицај религиозности на типове реакције на стрес, анксиозност и депресивност. Изложена су бројна истраживања и теорије водећих аутора у свакој од проучаваних области. Методолошки део одговара на постављене циљеве истраживања, а резултати су адекватно протумачени и аргументовани. Предност овог рада је у самом избору теме јер на нашим просторима нема много истраживања која су се бавила проучавањем наведених концепата и испитивањем њиховог међусобног односа ни на узорку православних верника, ни у узорку атеиста и агностика. Такође, проблем којим се ово истраживање бави је све више акутелан у савременом друштву. Како трка за успехом и новцем постаје императив у данашњем свету, стрес је постао свакодневна и неизбежна појава. Потенцирање начина живота који фаворизује тип А понашања, намеће такмичарски животни стил и води у хиперактивност, нагомилавање обавеза, дужности и стално осећање временског притиска, истовремено ствара велике менталне и емоционалне захтеве које појединац често не може да испуни. Сходно томе долази до низа последица, између осталог и до нарушавања телесног здравља, физиолошких промена и настанка анксиозности и депресивности. Ово истраживање настоји да укаже на важност оспособљавања људи да повећају контролу над својим здрављем кроз усвајање и избор здравих облика понашања и предузимање мера за редукцију фактора ризичног понашања пре него што болест добије шансу да се појави, што је у модерним условима живљења не само значајно, него и неопходно. Развој духовности подразумева интеракције ментално-физичко и ум-тело као протективни фактор у смислу јачања организма на све спољашње и унутрашње утицаје из психичке сфере појединца.

**VI ПРЕДЛОГ:**

На основу укупне оцене тезе комисија предлаже Наставно-научном већу Филозофског факултета у Нишу да одобри јавну одбрану мастер рада насловљеног као *Типови реакције на стрес, анксиозност и депресивност код православних верника са редовним литургијско-молитвеним животом* кандидаткињи Ружици Тодоровић, пред комисијом која подноси овај Извештај.

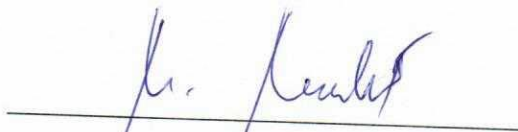
ПОТПИС ЧЛАНОВА КОМИСИЈЕ:



Др Горан Голубовић, редовни професор  
Филозофског факултета у Нишу



Др Марина Хаци Пешић, редовни професор  
Филозофског факултета у Нишу



Др Миодраг Миленовић, доцент  
Филозофског факултета у Нишу