

Научно-стручна конференција са међународним учешћем
(Студентско одмаралиште "Ратко Митровић" на Златибору, 27-30.11.2025.)

Scientific and Professional Conference with international participation

(Student Resort "Ratko Mitrović" in Zlatibor, 27-30.11.2025.)

Психолошко саветовалиште за студенте Студентског културног центра Ниш
Psychological counselling for students within Students' Cultural Center Niš

МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ У ПЕРИОДУ ДРУШТВЕНИХ ПРОМЕНА
MENTAL HEALTH IN A PERIOD OF SOCIAL CHANGE

КЊИГА РЕЗИМЕА

BOOK OF ABSTRACTS

СКЦ Ниш, 2025

Научно-стручна конференција са међународним учешћем (Студентско одмаралиште "Ратко Митровић" на Златибору, 27-30.11.2025.)
Scientific and Professional Conference with International Participation (Student Resort "Ratko Mitrović" in Zlatibor, 27-30.11.2025.)

МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ У ПЕРИОДУ ДРУШТВЕНИХ ПРОМЕНА
Књига резимеа
MENTAL HEALTH IN A PERIOD OF SOCIAL CHANGE
Book of Abstracts

Електронско издање, Ниш 2025.

Издавач: Студентски културни центар Ниш
За издавача: др Предраг Јеленковић, директор

Рецензенти: проф. др Драгана Станојевић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Јелена Минић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Оливера Радовић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Биљана Јаредић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Јелена Давидовић Ракић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Кристина Ранђеловић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
проф. др Милица Митровић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
доц. др Милена Белић, Департман за филозофске науке, Државни универзитет у Новом Пазару
доц. др Дамјана Димитријевић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу

Уредник: Александар Благојевић
Уредници издања: Анђела Кељановић, Даринка Илић
Штампа: Медивест КТ, Ниш
Тираж: 100 примерака
ISBN 978-86-7757-286-0

Једанаеста научно-стручна конференција са међународним учешћем у организацији Психолошког саветовалишта за студенте при Студентском културном центру Ниш, подржана од стране Савеза студената Универзитета у Нишу и Филозофског факултета Универзитета у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

Eleventh scientific-professional conference with international participation organized by the Psychological Counselling Center for Students within the Students' Cultural Center Niš, supported by the Student Union of the University of Niš and Faculty of Philosophy University of Pristina located in Kosovska Mitrovica

Програмски одбор

проф. др Миљана Павићевић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Љупчо Кеверески, Педагошки факултет, Универзитет Св Климент Охридски, Македонија

проф. др Душан Ранђеловић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Драгана Станојевић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Дарко Хинић, Природно-математички факултет, Универзитет у Крагујевцу

проф. др Јелена Минић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Оливера Радовић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Биљана Јаредић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Ђерђи Ердеш-Кавечан, Факултет организационих студија „Едука“, Универзитет Привредна академија у Новом Саду

проф. др Јелена Давидовић Ракић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Иван Стојиловић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Бојана Цвејић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
проф. др Душан Тодоровић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
проф. др Кристина Ранђеловић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
проф. др Милица Митровић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
доц. др Милена Белић, Департман за филозофске науке, Државни универзитет у Новом Пазару
доц. др Тијана Тодић Јакшић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
проф. др Боро Крстић, Универзитет у Бијељини, Република Српска
доц. др Сенка Костић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
доц. др Јелена Блануша, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу
доц. др Дамјана Димитријевић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу

Организациони одбор

Анђела Кељановић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
Ивана Владисављевић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
Кристина Цветковић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
Тијана Симић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
Кристина Милутиновић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
Емилија Поповић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици
Даринка Илић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу и Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Кристијан Пешић, Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Милица Стојановић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу и Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Марија Милосављевић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу и Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Марија Стојановић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу и Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Нађа Ђорђевић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу и Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Рецензенти

проф. др Драгана Станојевић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Јелена Минић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Оливера Радовић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Биљана Јаредић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Јелена Давидовић Ракић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

проф. др Кристина Ранђеловић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу

проф. др Милица Митровић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу

доц. др Милена Белић, Департман за филозофске науке, Државни универзитет у Новом Пазару

доц. др Дамјана Димитријевић, Филозофски факултет, Универзитет у Нишу

Уредници књиге резимеа / Book of abstracts Editors

Анђела Кељановић, Филозофски факултет, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

Даринка Илић, Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Издавач / Publisher:

Студентски културни центар Ниш

За издавача / For the publisher:

др Предраг Јеленковић, директор

Електронско издање/Electronic publication

Једанаеста научно-стручна конференција са међународним учешћем у организацији Психолошког саветовалишта за студенте при Студентском културном центру Ниш, подржана од стране Савеза студената Универзитета у Нишу и Филозофског факултета Универзитета у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици

„Ментално здравље у периоду друштвених промена“

Одмаралиште „Ратко Митровић“ - Златибор
27 - 30. новембра 2025. године

ПРОГРАМ КОНФЕРЕНЦИЈЕ

ПРОГРАМ КОНФЕРЕНЦИЈЕ

четвртак, 27. новембар 2025.

14:00 - 14:20

Свечано отварање конференције

прог. др Миљана Павићевић, председница Програмског одбора конференције

Даринка Илић, председница Организационог одбора

Кристијан Пешић, Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Никола Јованчић, Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

14:20 - 14:30

Пауза

14:30 - 16:30

Радионица: *Емоције у блокади, и блокада у емоцијама: Препознавање емоција у помагачком раду*

Модераторке: Тања Видовић и Душица Лазовић

16:30 - 16:45

Пауза

16:45 - 18:15

Радионица: *Мозак или ChatGPT - ко ће први прегорјети?*

Модераторке: Лора Јанковић, Жељана Зелак и Наталија Јокић

Ментално здравље и родно засновано насиље у ери друштвених трансформација

Модераторке: Александра Ђурић, Марија Ивановић, Кристина Губић

16:45 - 18:15

18:15 - 18:30

Пауза

18:30 - 20:00

Супервизија саветодавног сектора Саветовалишта

Кристијан Пешић и Никола Јованчић

Завршетак првог дана конференције

петак, 28. новембар 2025.

12:00 - 13:30

Пленарно предавање: Ми против њих - епска борба као део националног идентитета

Урош Митић, дипл. психолог и психотерапеут (НСП)

13:30 - 14:30

Пауза за ручак

14:30 - 16:00

Пленарно предавање: Зашто волимо обле облике: естетска процена облине и угаоности

доц. др Јелена Блануша

16:00 - 16:15

Пауза

16:15 - 17:45

Радионица: *Између масе и самоће: отуђеност као искуство младих у књижевности и психологији*

Модератор: Андрија Радоњић

17:45 - 18:00

Пауза

18:00 - 19:30

Радионица: *Да ли је у реду бити у реду? - Млади и ментално здравље*

Модераторке: Катарина Гуснић и Викторија Дејановић

19:30

Завршетак другог дана конференције

Субота, 29. новембар 2025.

12:30 - 14:00

Тим билдинг Саветовалишта

14:00 - 15:00

Пауза за ручак

Усмена саопштења 1

15:00 - 17:45

Усмена саопштења 2

Онлајн усмена саопштења

17:45 - 18:00

Пауза

18:00 - 19:30

Радионица: *Мапирај, изрази, осети: три психолошка приступа комуникацији*

Милица Стојановић и Дуња Ђорђевић

19:30

Завршетак трећег дана конференције

Недеља, 30. новембар 2025.

10:00 - 10:30

Званично затварање конференције

Субота, 29. новембар 2025.

Усмена саопштења 1

1. Кристина Матовић и Горјана Вујовић

Зависност од интернета као предиктор суицидалности код студената

2. Уна Војиновић и Горјана Вујовић

Учесталост конзумације порнографских садржаја као детерминанта слике тијела код студената

15:00 -16:00

(први део)

3. Илија Николић

Религиозност и анксиозност као предиктори ставова према употреби марихуане

16:00-16:10

(кратка пауза)

4. Валентина Нинић

Системска породична психотерапија- приступи, идеје, технике

16:10-17:45

(други део)

5. Софија Радовановић

Психолошки ресурси као заштитни фактори у различитим узрасним добима и животним срединама

6. Бојан Џилат

Кључни психолошки аспекти професионалних активности у здравственом окружењу

7. Петар Радовић, Марија Тодоровић, Душан Тодоровић

Потреба за психолошким саветовалиштима за младе и студенте – историјат, значај, практичне импликације

Усмена саопштења 2

1. Денис Демировић, Милица Контић

Изазови поласка у школу и ефекти на ментално здравље породичног система

2. Милица Контић, Денис Демировић

Неки од ефеката очекивања постигнућа на ментално здравље деце у породици и школи

3. Тијана Михаиловић

Субјективно благостање просветних радника током обуставе рада образовних установа током школске 2024/2025. године

15:00 -16:00

(први део)

4. Катарина Гуснић, Викторија Дејановић

16:00-16:10

Геронтологија и значај образовања у трећем добу

(кратка пауза)

Онлајн усмена саопштења

16:10-17:45

5. Биљана Трифуновић Маринковић, Лидија Златић, Душан Ранђеловић

(други део)

Повезаност перфекционизма и прокрастинације код студената: медијаторска улога анксиозности

6. Марина Костић

Парадокс стреса - када и како притисак постаје ресурс?

7. Миљана Спасић Шнеле, Миљана Николић, Јелисавета Тодоровић

Идентитетске оријентације као предиктори субјективног благостања и наде

8. Небојша Ратковић

Психолошка резилјентност и индивидуални доживљај смисла у кризним периодима

9. Ана Комленић и Сања Хормиш

Повезаност метакогнитивних уверења и условног и безусловног самоприхватања код пацијената који болују од астме

10. Павле Николић и Анђела Рајковић

Психолошки аспекти коришћења друштвених мрежа код младих

11. Јована Герић

Дигитални ум – како друштвене мреже обликују наше ментално здравље

ПЛЕНАРНА ПРЕДАВАЊА
PLENARY LECTURES

ЗАШТО ВОЛИМО ОБЛЕ ОБЛИКЕ: ЕСТЕТСКА ПРОЦЕНА ОБЛИНЕ И УГАОНОСТИ

Јелена Блануша¹

*Универзитет у Нишу, Филозофски факултет, Департман за психологију
Лабораторија за експерименталну психологију, Филозофски факултет,
Универзитет у Београду*

Преференција облик насупрот угаоним визуелним облицима забележена је у бројним студијама које су испитивале естетску процену. Резултати ових студија показују да испитаници дају више естетске оцене облима формама, те да их чешће повезују са позитивним придевима као што су „леп“, „весео“, „забаван“. Са друге стране, угаоне фигуре се ређе бирају у задацима преференције, готово конзистентно добијају ниже естетске оцене, те се повезују са речима које имају негативну конотацију и често повезују са неизвесношћу и опасношћу. Иако је истраживање овог феномена све актуелније у савременим студијама, механизам његовог настанка и даље остаје необјашњен. Два теоријска разматрања би могла понудити потенцијално објашњење. Према *хипотези опасности*, угаоне фигуре добијају ниже процене због тога што асоцирају на потенцијално опасне или претеће предмете из околине који могу изазвати повреде, док обле форме асоцирају на удобност и пријатност. Са друге стране, *хипотеза визуелног наметања*, сугерише да преференција облине настаје као последица чињенице да облину доживљавамо као основно својство стимулације, због чега је и потребно краће време за обраду информација. У серији експеримената желели смо да испитамо поменуте хипотезе, као и да утврдимо како афективни, формални и контекстуални чиниоци утичу на естетску процену облине и угаоности. Главни резултат спроведених експеримената показао је да, након уједначавања стимулуса по формалним својствима, виша преференција облине није забележена у свим случајевима: показана је преференција угаоности, нарочито на једноставним стимулусима, док се преференција облине појављује код комплексних стимулуса. Забележен је и ефекат афективних варијабли који би могао бити у складу са хипотезом опасности у одређеном броју случајева, док се, супротно очекивањима, није показало да постоји универзално визуелно наметање облине. Уопште узев, добијени резултати указују на то да се да се преференција облине не може забележити у свим експерименталним ситуацијама те да

¹ jelena.blanusa@gmail.com

различити формални, афективни и контекстуални чиниоци могу одредити ову појаву.

Кључне речи: облина, угаоност, преференција, опасност, визуелно наметање

WHY WE PREFER CURVED SHAPES: AESTHETIC JUDGMENTS OF CURVATURE AND ANGULARITY

Jelena Blanuša

University of Niš, Faculty of Philosophy, Department of Psychology

Laboratory for Experimental Psychology, Faculty of Philosophy, University of Belgrade

The preference for curved over angular visual shapes has been documented in numerous studies examining aesthetic evaluation. The results of these studies show that participants tend to give higher aesthetic ratings to curved forms and are more likely to associate them with positive adjectives such as “beautiful,” “cheerful,” and “fun.” On the other hand, angular figures are less frequently chosen in preference tasks, almost consistently receive lower aesthetic ratings, and are often linked to words with negative connotations, commonly associated with uncertainty and danger. Although research on this phenomenon is increasing in contemporary studies, the mechanism underlying its emergence remains unexplained. Two theoretical frameworks could offer a potential explanation. According to the *threat hypothesis*, angular figures receive lower ratings because they are associated with potentially dangerous or threatening objects in the environment that could cause harm, whereas curved forms are linked to comfort and pleasantness. On the other hand, the *visual fluency hypothesis* suggests that the preference for curvature arises from the fact that we perceive curved shapes as a fundamental property of visual stimuli, which leads to faster information processing. In a series of experiments, we aimed to examine the aforementioned hypotheses, as well as to determine how affective, formal, and contextual factors influence the aesthetic evaluation of curvature and angularity. The main result of the conducted experiments showed that, after balancing the stimuli based on formal properties, a higher preference for curvature was not observed in all cases: a preference for angularity emerged, particularly with simple stimuli, while a preference for curvature appeared in response to more complex stimuli. An effect of affective variables was also recorded, which may be consistent with the threat hypothesis in certain cases. Contrary to expectations, however, no universal visual fluency advantage for curvature was observed. Overall, the obtained results suggest that the preference for curvature cannot be consistently demonstrated across all experimental conditions and that various formal, affective, and contextual factors may shape this phenomenon.

Key words: curviness, angularity, preference, threat, visual pop-out

МИ ПРОТИВ ЊИХ – ЕПСКА БОРБА КАО ДЕО НАЦИОНАЛНОГ ИДЕНТИТЕТА

Урош Митић²

Психолошко саветовалиште “Психум”

Овај рад истражује дубоко укоренењени културолошки и психолошки наратив „ми против њих“, који је током векова постао један од стубова националног идентитета на простору Балкана. Полазећи од трансакционо-аналитичког и наративног оквира, рад анализира како је колективна психа обликована кроз мит о борби између потлачених и тлачитеља, симболички представљених у фигурама хајдука и Турака. Овај бинарни образац, преношен кроз песме, епску поезију и историјске приче, постао је културолошки скрипт који и данас управља нашим доживљајем света, власти, отпора и слободе. Овај архетипски сукоб се и даље манифестује у савремене односе: у политику, јавни дискурс и свакодневне вредносне поделе. Уместо дијалога, одржава се наратив борбе у коме остајање у скрипту значи прихватање малих победа и помирење са судбином да је Голијат увек већи и моћнији од Давида. Такав став одржава енергију борбе, али не и промене. У психолошком смислу, овај образац покреће циклус између потчињености и побуне, без зрелости и конгруентности. Међутим, генерација Z ову борбу схвата другачије. Њихов одговор није ни покорност ни хајдучка побуна, већ здрава асертивност, способност да се постави граница, изрази став и делује конструктивно. Управо тај облик зрелог бунта представља почетак преображаја вишевековног културолошког сценарија. Рад ће бити усмерен на препознавање и оснаживање ових здравих потенцијала, на развој капацитета да останемо у односу са светом, а да се не изгубимо у борби, да чувамо интегритет без потребе да стално бирамо страну.

² uros93kg@gmail.com

US VS. THEM– THE EPIC STRUGGLE AS PART OF NATIONAL IDENTITY

Uroš Mitić

Psychological Counseling Center “Psihum”

This paper explores the deeply rooted cultural and psychological narrative of “us versus them,” which over centuries has become one of the pillars of national identity in the Balkans. Drawing from transactional-analytic and narrative frameworks, the paper examines how the collective psyche has been shaped by the myth of the struggle between the oppressed and the oppressor, symbolically represented in the figures of the *hajduk* and the Turk. This binary pattern, transmitted through songs, epic poetry, and historical tales, has evolved into a cultural script that still governs our experience of the world, power, resistance, and freedom. This archetypal conflict continues to manifest in modern relations — in politics, public discourse, and everyday value divisions. Instead of dialogue, the narrative of struggle persists, where remaining within the script means accepting small victories and resigning to the fate that Goliath is always bigger and stronger than David. Such an attitude sustains the energy of battle but not of change. Psychologically, this pattern perpetuates a cycle between submission and rebellion, without maturity or congruence. However, Generation Z understands this struggle differently. Their response is neither obedience nor *hajduk-style* revolt, but healthy assertiveness — the ability to set boundaries, express opinions, and act constructively. This form of mature defiance marks the beginning of a transformation of a centuries-old cultural scenario. The paper focuses on recognizing and empowering these healthy potentials, developing the capacity to remain in relationship with the world without losing oneself in the fight — to preserve integrity without constantly having to choose sides.

РАДИОНИЦЕ
WORKSHOPS

ИЗМЕЂУ МАСЕ И САМОЋЕ: ОТУЂЕНОСТ КАО ИСКУСТВО МЛАДИХ У КЊИЖЕВНОСТИ И ПСИХОЛОГИЈИ

Андрија Радоњић³

Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Предавање „Између масе и самоће: отуђеност као искуство младих у књижевности и психологији” бави се питањем идентитета и доживљаја отуђености у савременом свету посматрано кроз спој психолошких концепата и књижевних дела. Полазећи од психолошких оквира Ерика Ериксона (развојне фазе), Урија Бронфенбренера (еколошки модел) и егзистенцијалне психотерапије „Ирвина Јалома” разматрају се кључне теме као што су припадност, усамљеност и потрага за смислом. На књижевном плану анализирају се дела која осликавају искуства младих у савременом свету а то су: „Ловац у жити” Џ.Д. Селинџера, „Нормални људи” Сали Руни, „Не дај ми никада да одем” Казуо Ишигура и „Цвеће за Алџернона” Данијела Киза. У овим романима откривамо различите моделе доживљаја отуђености. Од бунта и немоћи, преко интимних односа, идентитета и трагања за смислом и достојанством у свету који се непрестано мења до суочавања са смртношћу и пролазношћу. Поред предавачког сегмента, радионица садржи и интерактивни део осмишљен да подстакне креативност и личну рефлексију учесника. Учесници ће најпре у групама креирати симболични лик „студент 2025” са његовим страховима, изазовима и жељама. Потом ће свака група свог студента поставити у свет једног од одабраних књижевних дела, размишљајући о томе како би се он снашао у специфичним условима које тај универзум носи. Кроз ову симулацију, учесници се подстичу да промишљају шта значи бити млад у савременом контексту. Циљ радионице јесте да кроз дијалог између књижевности и психологије осветле искуства младих генерација у савременом друштву, са посебним нагласком на отуђеност, трагање за идентитетом и односе између појединца и заједнице. Комбинујући анализу одабраних дела и интерактивни рад са учесницима намера је да се подстакне критичко мишљење, емпатија и свест о властитом месту „између масе и самоће”.

³ andrija5radonjic@gmail.com

Оквирно време трајања радионице је 1 сат и 30 минута. Број учесника је ограничен на минимум 15, а максимум 25.

Кључне речи: отуђеност, идентитет, одрасли у настајању, књижевност, смисао

BETWEEN THE CROWD AND SOLITUDE: ALIENATION AS THE EXPERIENCE OF YOUTH IN LITERATURE AND PSYCHOLOGY

Andrija Radonjić

Psychological counselling service for students SKC Niš

This lecture explores questions of identity and experiences of alienation in contemporary society, examined through the intersection of psychological concepts and literary works. Drawing on the psychological frameworks of Erik Erikson (stage of psychosocial development), Urie Bronfenbrenner (ecological model of development) and the existential psychotherapy of Irvin Yalom, key themes such as belonging loneliness, and the search for meaning are discussed. The literary corpus includes works that portray the intimate experiences of young people: *The Catcher in the Rye* by J.D.Salinger, *Normal People* by Sally Rooney, *Never Let Me Go* by Kazuo Ishiguro, and *Flowers for Algernon* by Daniel Keyes. These novels reveal diverse forms of alienation: from adolescent rebellion and vulnerability, through fragile interpersonal relationships, identities, and the pursuit of meaning dignity in changing world, to confronting mortality and impermanence. In addition to the lecture segment, the workshop includes an interactive component designed to foster creativity and personal reflection. Participants will first, in groups, creative a symbolic character “Student 2025” with their fears, challenges, and aspirations. Each group will then place their student in the universe of one of the selected literary works, reflecting on how the character would navigate the specific conditions of that world. Through this simulation, participants are encouraged to consider what it means to be young in a contemporary context, and to explore similarities and differences in relation to literary protagonists. The goal of workshop is to illuminate the experiences of contemporary youth through a dialogue between literature and psychology, with a focus on alienation, identity exploration, and social relationships. Combining analysis of selected works with interactive exercises, the aim is to foster critical thinking, empathy, and awareness of one’s position “between the crowd and solitude.”

The approximate duration of the workshop is 1 hour and 30 minutes. The number of participants is limited to a minimum of 15 and a maximum of 25.

Key words: alienation, identity, emerging adulthood, literature, meaning

МОЗАК ИЛИ CHATGPT: КО ЋЕ ПРВИ ПРЕГОРЈЕТИ?

Лора Јанковић, Жељана Зељак⁴, Наталија Јокић

Универзитет у Бањој Луци, Филозофски факултет, студијски програм Психологија,

На радионици „Мозак или ChatGPT: Ко ће први прегорјети?“ разматраће се ефекат вјештачке интелигенције (енг. AI) на когнитивно функционисање, учење и ментално здравље у савременом друштву. Полазећи од чињенице да се људи све више ослањају на дигиталне алате као извор информација, подршке и мишљења, истражићемо гдје је граница између корисног коришћења и прекомјерног ослањања на технологију. Посебна пажња биће усмјерена на психолошке ефекте овог ослањања – попут смањене мотивације, осјећаја преоптерећења, смањења когнитивног напора и губитка критичког промишљања. Циљ радионице је да код учесника подстакне критички однос према улози вјештачке интелигенције у свакодневном животу, развије свијест о њеним предностима и ризицима, те оснажи способност саморегулације у коришћењу дигиталних алата уз очување менталног благостања. Први дио радионице усмјерен је на кратко упознавање са најчешћим облицима употребе AI алата и начинима на које они могу бити подршка у учењу, продуктивности и стручној пракси. Кроз вођену дискусију, учесници разматрају ситуације у којима се ослањање на AI показује као корисно, али и оне у којима доводи до губитка личног ангажмана или преношења одговорности на технологију. Други дио радионице обухвата интерактивне активности самопроцјене и групну дебату у којој се учесници баве питањем гдје повући границу између подршке и преоптерећења, односно, када AI постаје користан савезник, а када ризик за професионални и лични развој. У завршном сегменту, учесници заједнички формулишу препоруке за одговорно и уравнотежено коришћење AI алата у складу са принципима очувања менталног здравља и аутентичног размишљања.

Минималан број учесника је 6, а максималан 12. Предвиђено трајање радионице је 90 минута.

Кључне речи: ментално здравље, вјештачка интелигенција, друштвене промјене, дигитализација, психолошка подршка

⁴ zeljana.zeljak@student.ff.unibl.org

BRAIN OR CHATGPT: WHO WILL BURN OUT FIRST?

Lora Janković, Željana Zeljak, Natalija Jokić

University of Banja Luka, Faculty of Philosophy, Psychology Study Program

The workshop “Brain or ChatGPT: Who Will Burn Out First?” will explore the impact of artificial intelligence (AI) on cognitive functioning, learning, and mental health in contemporary society. Starting from the growing tendency to rely on digital tools as sources of information, support, and even decision-making, participants will examine the fine line between beneficial use and excessive dependence on technology. Special attention will be given to the psychological effects of this reliance, such as reduced motivation, cognitive overload, diminished critical thinking, and a decrease in personal engagement. The aim of the workshop is to encourage participants to critically reflect on the role of AI in everyday life, to develop awareness of its advantages and potential risks, and to strengthen self-regulation skills in using digital tools while maintaining mental well-being. The first part of the workshop focuses on familiarizing participants with the most common uses of AI tools and the ways they can support learning, productivity, and professional practice. Through guided discussion, participants will reflect on situations where reliance on AI proves helpful, as well as those where it leads to cognitive passivity or the transfer of responsibility to technology. The second part includes interactive self-assessment activities and a group debate, where participants explore how to draw the line between support and overload, that is, when AI serves as a useful ally, and when it becomes a risk for personal and professional growth. In the final segment, participants will collaboratively formulate recommendations for responsible and balanced use of AI tools, aligned with the principles of preserving mental health and authentic thinking. The minimum number of participants is 6, and the maximum is 12. The planned duration of the workshop is 90 minutes.

Key words: Mental health, artificial intelligence, social changes, digitalization, psychological support

ЕМОЦИЈЕ У БЛОКАДИ И БЛОКАДА У ЕМОЦИЈАМА: ПРЕПОЗНАВАЊЕ ЕМОЦИЈА У ПОМАГАЧКОМ РАДУ

Тања Видовић⁵, Душица Лазовић

Универзитет у Новом Саду, Филозофски факултет, Одсек за психологију

Психолошка радионица „Емоције у блокади, и блокада у емоцијама“ је настала као део иницијативе у оквиру студентске блокаде, са визијом да се студентима који се у оквиру својих студија не баве психолошким концептима, приближи концепт емоција и боље упознавање истих. Радионица је део активности Тима за психолошку подршку Универзитета у Новом Саду, који су креирали низ секундарно превентивних активности за људе у кризним ситуацијама. За потребе конференције, активност је прилагођена популацији особа из помагачких струка (студенти психологије и психолози). Циљ радионице је развијање вештина препознавања и именовања емоција код помагача (први аспект емоционалне интелигенције), које представљају неопходан први корак, пре заласка у поље регулације емоција. Полази се од претпоставке да су емоције саставни део искуства помагача, али да у условима стреса или друштвене кризе оне често бивају потиснуте и тешке за препознавање. Кроз интерактивне вежбе и дискусију, стављамо фокус на развој вештина препознавања и именовања емоција код помагача. Приближавамо учесницима које су емоције карактеристичне за помагачке професије и како се препознају телесне сензације које указују на одређену емоцију. Такође имају прилику да прошире своја знања и да развију способност диференцијације емоција кроз информисање о разликама између појединих осећања која су веома слична (нпр. Кајање и Кривица, Страх и Анксиозност). Учесници у сигурном простору могу да деле своја осећања, те наиђу на разумевање и прихватање од стране групе и водитеља. Управо у овим ситуацијама, водитељ нормализује осећања учесника, мења перспективу учесника о емоцијама (приказује их као пожељне) и ставља акценат на адаптивност и функцију сваке појединачне емоције.

Минималан број учесника: 10, максималан: 20. Предвиђено трајање: 120 минута.

Кључне речи: препознавање емоција, емоционални вокабулар, подршка у кризи

⁵ tanjavidovic2002@gmail.com

EMOTIONS IN BLOCKADE AND BLOCKADE IN EMOTIONS

Tanja Vidović, Dušica Lazović

University of Novi Sad, Faculty of philosophy, Department of psychology

Psychoeducational workshop "Emotions in blockade and blockade in emotions" has made its debut as part of the initiative during the student blockades, with a mission to bring the concept of emotions closer and foster a deeper understanding of them for students that don't get to learn much about psychological concepts in their studies. The workshop was part of the activities of the Student Psychological Support Team at the University of Novi Sad, which developed a series of secondary preventive activities for individuals in crisis situations. For the purposes of the conference, the activity has been adapted to the population of helping professionals (psychology students and psychologists). The goal of the workshop is to develop skills in recognizing and naming emotions among helpers (the first aspect of emotional intelligence), which represents a necessary first step before moving into the field of emotion regulation. It is based on the assumption that emotions are an integral part of a helper's experience, but that under conditions of stress or social crisis, they are often suppressed and difficult to recognize. Through interactive exercises and discussion, we focus on developing the skills of recognizing and naming emotions among helpers. Participants are introduced to emotions characteristic of helping professions and learn how to recognize bodily sensations that indicate a particular emotion. They also have the opportunity to expand their knowledge and develop the ability to differentiate between emotions by learning about the differences between certain similar feelings (e.g., Regret vs. Guilt, Fear vs. Anxiety). Participants share their feelings in a safe space, finding understanding and acceptance from both the group and the facilitators. In these moments, the facilitators normalize feelings, changing perspectives of the participants on emotions (presenting them as welcomed and valuable), highlighting the adaptive role and function of each individual emotion.

Minimum number of participants: 10; Maximum number of participants: 20 Duration: 120 minutes

Key words: recognizing emotions, emotional vocabulary, support in crisis situations

“ДА ЛИ ЈЕ У РЕДУ БИТИ У РЕДУ?”- МЛАДИ И МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ

Катарина Гуснић⁶, Викторија Дејановић

*Филозофски факултет Универзитета у Приштини са привременим седиштем у Косовској
Митровици, Катедра за педагогију*

Фокус група има за циљ да истражи како млади перципирају значај менталног здравља, које су најчешће препреке у тражењу стручне помоћи, и у којој мери друштво утиче на њихов однос према психолошкој подршци. Учесници ће дискутовати о личним искуствима, ставовима и веровањима у вези са стресом, анксиозношћу, депресијом и емоционалним изазовима који су све присутнији међу младима. Посебна пажња биће посвећена питању стигме – зашто многи сматрају да је „срамота” потражити помоћ и како се тај став може променити. Циљ је, да се кроз интерактивну дискусију, као и различите активне методе, подстакне свест о значају бриге о менталном здрављу и оснажи спремност младих да отворено разговарају о својим емоцијама. Поред дискусије, у раду ће се користити и практичне активности попут кратких вежби самопроцене, групних задатака и играња улога, које ће учесницима омогућити да се уживе у различите социјалне ситуације и боље разумеју ставове и осећања других. На пример, једна од активности би подразумевала „замену улога” — где би учесници преузели улоге особа које се суочавају са различитим облицима притиска, стигме или анксиозности, како би разумели како коментари и ставови окружења могу утицати на нечије емоционално стање. Након тога би уследила кратка дискусија о утисцима и могућим начинима подршке. Кроз овакве активности учесници ће имати прилику да преиспитају сопствене ставове о стигматизацији менталног здравља, да развију емпатију и науче начине како да подрже вршњаке који се суочавају са психолошким изазовима. Овај приступ омогућава дубље разумевање теме и активније укључивање свих учесника у процес учења и размене искустава. Фокус група ће такође омогућити учесницима да размене искуства и да чују различите перспективе, што може помоћи у смањењу осећаја усамљености и стигме повезане са психолошким проблемима. На крају, резултати ове радионице пружиће корисне увиде за развој едукација и програма који промовишу ментално

⁶ katarinagusnic123@gmail.com

здравље међу младима и доприносе изградњи подржавајуће и свесне заједнице. Такође, ова фокус група ће омогућити истраживачима да боље разумеју перцепције младих у вези са менталним здрављем и да идентификују специфичне потребе које нису довољно покривене постојећим услугама. Информације прикупљене током дискусије могу послужити као основа за креирање нових образовних и превентивних програма, који подстичу психолошку подршку и отворен дијалог о емоционалним изазовима. На овај начин, резултати фокус групе могу имати дугорочан позитиван утицај на младе и на целокупну заједницу. Број учесника: од 8-10 учесника, трајање од 60-90 минута.

Кључне речи: Ментално здравље, млади, фокус група, емоционални изазови, психолошка подршка

IS BEING OKAY REALLY OKAY? – YOUNG AND MENTAL HEALTH

Katarina Gusnić, Viktorija Dejanović

University of Priština in Kosovska Mitrovica, Faculty of Philosophy,

Department of pedagogy

The focus group aims to explore how young people perceive the importance of mental health, what the most common barriers to seeking professional help are, and to what extent society influences their attitude towards psychological support. Participants will discuss their personal experiences, attitudes, and beliefs regarding stress, anxiety, depression, and emotional challenges, which are increasingly prevalent among young people. Special attention will be given to the issue of stigma—why many consider it “shameful” to seek help and how this attitude can be changed. The goal is to raise awareness about the importance of mental health care through interactive discussion, as well as various active methods that encourage young people to openly talk about their emotions. In addition to discussion, practical activities such as short self-assessment exercises, group tasks, and role-playing scenarios will be used to help participants engage in different social situations and better understand the feelings and attitudes of others. For example, one activity called “role exchange” will invite participants to take on the roles of individuals facing different forms of pressure, stigma, or anxiety, in order to understand how social reactions and comments can affect someone’s emotional state. This will be followed by a short discussion about impressions and possible ways of providing support. Through such activities, participants will have the opportunity to reflect on their own attitudes toward mental health stigma, develop empathy, and learn ways to support peers facing psychological challenges. This approach enables a deeper understanding of the topic and encourages active participation and experience sharing among all participants. The focus group will also allow participants to share experiences and hear different perspectives, which can help reduce feelings of loneliness and stigma associated with psychological issues. Ultimately, the results of this workshop will provide valuable insights for the development of educational initiatives and programs that promote mental health among young people and contribute to building a supportive and aware community. Additionally, this focus group will enable researchers to better understand young people’s perceptions of mental health and to identify specific needs

that are not adequately addressed by existing services. The information gathered during the discussion can serve as a basis for creating new educational and preventive programs that encourage psychological support and open dialogue about emotional challenges. In this way, the results of the focus group can have a long-term positive impact on both young people and the community as a whole.

Number of participants: 8–10 participants

Duration: 60–90 minutes

Key words: Mental health, young people, focus group, psychological support, emotional challenges

МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ И РОДНО ЗАСНОВАНО НАСИЉЕ У ЕРИ ДРУШТВЕНИХ

ТРАНСФОРМАЦИЈА

Александра Ђурић⁷, Марија Ивановић, Кристина Губић

Универзитет "Бјелјина", Факултет за психологију

У савременом друштву, у којем се границе између традиционалних и савремених родних улога непрестано померају, ментално здравље постаје једно од најосетљивијих, али и најважнијих подручја заштите појединца. Радионица је намењена студентима психологије и има за циљ да кроз интерактиван и рефлексиван приступ истражи сложен однос између родно заснованог насиља и менталног здравља, те да подстакне развој професионалне емпатије и критичког мишљења будућих психолога. Активности радионице започињу уводном дискусијом о перцепцији и друштвеним репрезентацијама насиља, након чега учесници, кроз рад у мањим групама, анализирају три реалистична случаја који осветљавају различите облике насиља: физичко, психолошко и дигитално. У три вињете разматрају се обрасци моћи, контроле и емоционалне манипулације у различитим контекстима блиских односа, са циљем да се осветли начин на који насиље нарушава самопоштовање, осећај личне ефикасности и интегритет личности. Кроз анализу вињета, учесници ће препознати динамику виктимизације и секундарне трауматизације, као и психолошке процесе који прате покушај опоравка и реинтеграције након насиља. Кроз заједнички рад идентификују се психолошке последице, механизми одбране и потенцијални професионални приступи подршци жртвама. У завршном делу радионице, пленарна дискусија омогућава интеграцију сазнања и критичко преиспитивање начина на које друштвене норме, медијски садржаји и лична уверења утичу на препознавање и реаговање на насиље. Радионица је предвиђена за минимално 10, а максимално 25 учесника, са укупним трајањем од 60 минута. Кроз искуствено учење и размену перспектива, учесници развијају дубље разумевање психолошких корена насиља, као и професионалних и етичких изазова у раду са жртвама у контексту савремених друштвених трансформација.

Кључне речи: Ментално здравље, родно засновано насиље, емпатија, психолошка подршка, друштвене норме

⁷ aleksandra.djuric030@gmail.com

MENTAL HEALTH AND GENDER-BASED VIOLENCE IN THE ERA OF SOCIAL TRANSFORMATIONS

Aleksandra Đurić, Marija Ivanović, Kristina Gubić

University of Bijeljina, Faculty of Psychology

In contemporary society, where the boundaries between traditional and modern gender roles are constantly shifting, mental health emerges as one of the most sensitive yet crucial areas of individual well-being. This workshop is designed for psychology students and aims, through an interactive and reflective approach, to explore the complex relationship between gender-based violence and mental health, as well as to foster the development of professional empathy and critical thinking among future psychologists. The workshop activities begin with an introductory discussion on the perception and social representations of violence, after which participants, working in small groups, analyze three realistic cases that illustrate different forms of violence: physical, psychological, and digital. In three vignettes, patterns of power, control, and emotional manipulation are examined across different contexts of close relationships, with the aim of shedding light on how violence undermines self-esteem, the sense of personal efficacy, and the integrity of the self. Through the analysis of the vignettes, participants will recognize the dynamics of victimization and secondary traumatization, as well as the psychological processes that accompany attempts at recovery and reintegration after violence. Through collaborative work, participants identify psychological consequences, defense mechanisms, and potential professional approaches to supporting victims. In the final part of the workshop, a plenary discussion enables the integration of insights and a critical examination of how social norms, media content, and personal beliefs influence the recognition of and response to violence. The workshop is intended for a minimum of 10 and a maximum of 25 participants, with a total duration of 60 minutes. Through experiential learning and the exchange of perspectives, participants develop a deeper understanding of the psychological roots of violence, as well as the professional and ethical challenges involved in working with victims within the context of contemporary social transformations.

Key words: mental health, gender-based violence, empathy, psychological support, social norms

МАПИРАЈ, ИЗРАЗИ, ОСЕТИ: ТРИ ПСИХОЛОШКА ПРИСТУПА КОМУНИКАЦИЈИ

Милица Стојановић, Дуња Ђорђевић⁸

Универзитет у Нишу, Филозофски факултет, Департман за психологију

Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш

Радионица „Мапирај, изрази, осети“ замишљена је као практичан приказ различитих психолошких приступа комуникацији у организационом контексту. Кроз гешталтистички, трансакциони и психодинамски оквир учесници ће моћи да истраже на који начин лични стил комуникације, свесни и несвесни обрасци, као и динамика односа утичу на радну атмосферу и сарадњу. Гешталтистички приступ ставља нагласак на освешћивање телесних и емоционалних сигнала и на аутентично изражавање у контакту, а посебна пажња биће посвећена најчешћим прекидима циклуса контакта, наглашавајући искуство у „овде и сада“. Трансакциона анализа пружа алате за препознавање улога и „игара“ које несвесно играмо у свакодневним интеракцијама. Психодинамски оквир омогућава разумевање дубљих емоционалних слојева и несвесних процеса који обликују односе у организацији. Радионица је намењена свима који желе да стекну увид у сопствене комуникационе обрасце и да развију практичне вештине које се могу применити у тимском раду, лидерству и свакодневним интеракцијама. Посебан нагласак биће на искуственом учењу – кроз вежбе, дискусије и заједничку рефлексију, учесници ће моћи да препознају сопствени стил и да пронађу начине да га унапреде, као и да развију вештине препознавања и превазилажења прекида у комуникацији и конструктивног приступа конфликтима. Циљ радионице је да покаже да комуникација није само размена информација, већ процес у којем се мапирају обрасци, изражавају осећања и препознају дубљи слојеви односа – са намером да се развије здравија, аутентичнија и ефикаснија сарадња у организацијама. Радионица је намењена групи до 15 учесника, чиме се омогућава активно учешће и искуствено учење кроз практичне вежбе и заједничку рефлексију. Предвиђено трајање радионице је 90 минута, уз могућност прилагођавања динамике и обима активности у складу са потребама групе.

⁸dunjadjordjevic8@gmail.com

Кључне речи: психотерапијски приступи, комуникација, организациони контекст, аутентичност, искуствено учење

MAP, EXPRESS, FEEL: THREE PSYCHOLOGICAL APPROACHES TO COMMUNICATION

Milica Stojanović, Dunja Đorđević

University of Niš, Faculty of Philosophy, Department of psychology

Psychological Counseling Center for Students SKC Niš

The workshop Map, Express, Feel is designed as a practical demonstration of different psychological approaches to communication within an organizational context. Through the Gestalt, Transactional and Psychodynamic frameworks, participants will explore how personal communication styles, conscious and unconscious patterns, and relational dynamics influence the work atmosphere and collaboration. The Gestalt approach emphasizes awareness of bodily and emotional signals and authentic expression in contact, with special attention to the most common interruptions of the contact cycle, highlighting the experience of the "here and now." Transactional Analysis offers tools for recognizing the roles and "games" we unconsciously play in everyday interactions. The Psychodynamic framework allows for an understanding of deeper emotional layers and unconscious processes that shape relationships within organizations. The workshop is intended for everyone who wishes to gain insight into their own communication patterns and develop practical skills applicable to teamwork, leadership, and everyday interactions. A special emphasis will be placed on experiential learning – through exercises, discussions, and shared reflection, participants will be able to recognize their own style and find ways to enhance it, as well as to develop skills for identifying and overcoming communication breakdowns and approaching conflicts constructively. The aim of the workshop is to demonstrate that communication is not merely an exchange of information, but a process through which patterns are mapped, emotions are expressed, and deeper layers of relationships are recognized — with the intention of fostering healthier, more authentic, and more effective collaboration within organizations. The workshop is designed for groups of up to 15 participants, allowing for active involvement and experiential learning through practical exercises and shared reflection. The duration of the workshop is 90 minutes, with the possibility of adjusting the pace and scope of activities in accordance with the needs of the group.

Key words: psychotherapeutic approaches, communication, organizational context, authenticity, experiential learning

СЛОБОДНА САОПШТЕЊА
THEMATIC SESSION

ПОВЕЗАНОСТ МЕТАКОГНИТИВНИХ УВЕРЕЊА И УСЛОВНОГ И БЕЗУСЛОВНОГ САМОПРИХВАТАЊА КОД ПАЦИЈЕНАТА КОЈИ БОЛУЈУ ОД АСТМЕ

Ана Комленић⁹, Сања Хромиш

Институт за плућне болести Војводине

Дисфункционална метакогнитивна уверења наглашавају менталне потешкоће код испитаника који болују од астме. Истраживања показују да руминација као и нестабилно самоприхватање предвиђају некохерено размиљање. Предмет овог истраживања био би испитивање везе између условног и безусловног самоприхватања и индикатора метакогнитивних уверења код пацијената који болују од астме. Спроведена је корелациона пилот студија, у којој је учествовало 52 испитаника, од којих су 34 жене и 18 мушкарци, просечне старости 47 година. Студија је спроведена на Институту за плућне болести Војводине током августа 2024. године. Коришћени инструменти били су Упитник о безусловном самоприхватању (USAQ) и Упитник о метакогницијама-30 (MCQ-30). Резултати указују да условно самоприхватање предвиђају неконструктивна метакогнитивна уверења, а најзначајнији предиктор је стални утисак да је брига неизбежна $R^2=.647$, $F(1, 51)=44,948$, $p=0.00$ ($p < 0.05$), β_1 (MSQ30) = -462 , $p=.007$, $p < 0.05$, β_2 (Неконтролисаност Опасност) = 0.373 $p = .028$ $p < 0.05$. Када су направљене парцијалне корелације, показано је да постоји ниска статистички значајна корелација између условног самоприхватања и нарушеног поверења у сопствено памћење $r = (52) = .323$, $p < 0.05$. и потребе за контролом сопствених мисли $r = (52) = .554$, $p < 0.05$. С друге стране, идеја да могу да контролишем када ћу бринути предвиђа безусловно самоприхватање $R^2 = .247$, $F(1,51)=16,500$, $p=0.00$ ($p < 0.05$), бета (Неконтролисаност/Опасност) = -497 , $p=.000$, док они који себе безусловно прихватају не мисле да је стална брига ефикасна стратегија суочавања $r = (52) = -.297$, $p < 0.05$. Психолози који раде са пацијентима који болују од астме би охрабривањем безусловног самоприхватања могу да охрабрују конструктивни метакогнитивна уверења а са циљем ефикасније регулације афекта.

Кључне речи: астма, метакогниција, условно самоприхватање, безусловно самоприхватање

⁹ okianna@gmail.com

THE RELATIONSHIP BETWEEN METACOGNITIVE BELIEFS AND CONDITIONAL AND UNCONDITIONAL SELF-ACCEPTANCE IN PATIENTS WITH ASTHMA

Ana Komlenić, Sanja Hromiš

Institute for Pulmonary Diseases of Vojvodina

Dysfunctional metacognitive beliefs highlight mental difficulties in subjects with asthma. Research shows that rumination as well as unstable self-acceptance predict incoherent thinking. The subject of this research would be to examine the relationship between conditional and unconditional self-acceptance and indicators of metacognitive beliefs in patients suffering from asthma. Correlational pilot study was conducted, 52 subjects participated, of which 34 were women and 18 were men, with an average age of 47 years. The study was conducted at the Institute for Pulmonary Diseases of Vojvodina during August 2024. The instruments used were The Unconditional Self-Acceptance Questionnaire (USAQ) and Metacognitions Questionnaire-30 (MCQ-30). The results indicate that conditional self-acceptance is predicted by non-constructive metacognitive beliefs, and the most significant predictor is the constant impression that worry is inevitable $R^2=.647$, $F(1, 51)=44,948$, $p=0.00$ ($p < 0.05$), β_1 (MSQ30) = -462 , $p=.007$, $p < 0.05$, β_2 (Uncontrollability Danger) = 0.373 $p = .0028$ $p < 0.05$. When partial correlations were made, it was shown that there is a low statistically significant correlation between conditional self-acceptance and impaired trust in one's own memory $r = (52) = .323$, $p < 0.05$. and the need to control one's thoughts $r = (52) = .554$, $p < 0.05$. On the other hand the idea that I can control when I will worry is a condition of unconditional self-acceptance $R^2=.247$, $F(1,51)=16,500$, $p=0.00$ ($p < 0.05$), β (Uncontrollability Danger) = -497 , $p=.000$. and the one who accept themselves unconditionally do not think that constant worry is an effective coping strategy $r=(52) = -.297$, $p < 0.05$. Psychologists working with asthma patients can encourage constructive metacognitive beliefs by encouraging unconditional self-acceptance, with the goal of more effective affect regulation.

Key words: asthma, metacognition, conditional self-acceptance, unconditional self-acceptance

ИЗАЗОВИ ПОЛАСКА У ШКОЛУ И ЕФЕКТИ НА МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ ПОРОДИЧНОГ СИСТЕМА

Денис Демировић¹⁰, Милица Контић

*Државни универзитет у Новом Пазару, Департман за
филозофске науке и уметност, студијски програм Психологија*

Циљ рада јесте да се опишу кључни изазови са којима се деца и породица суочавају при поласку у школу, са акцентом прилагођавања на нову развојну фазу. Полазак у основну школу је вид транзиције, како за дете, тако и за родитеље или старатеље, односно за цео породични систем. За разлику од периода када је дете претходно похађало вртић и предшколско образовање, полазак у школу захтева већи степен самосталности, па је увремењена припрема веома важна. Предшколско образовање подразумева процесе социјализације деце, усвајања самосталних навика хигијене, храњења, обављања обавеза, али и развој вештина, попут fine и грубе моторике. У периоду транзиције, код деце се могу јавити страх од сепарације, школска анксиозност, тешкоће у процесу социјализације и слични проблеми, који могу водити ка факторима ризика по ментално здравље деце. Проблеми детета често се рефлектују на породични систем у целини. Веома је важно да се припрема за школу спроводи у складу са развојном зрелошћу, како на индивидуалном нивоу деце, тако и подстицањем социјализације у групи. Са друге стране, родитељи и старатељи деце могу испољити бриге, које се огледају кроз питања да ли је њихово дете спремно за полазак у први разред, како ће се уклопити у вршњачку групу или какав ће успех постићи. Поред оснаживања родитеља и старатеља, често се занемарује процес саветовања, који би на време суочио породични систем са предстојећим школским изазовима. Саветовање би обухватило давање информација о томе шта се може очекивати од поласка у школу (очекиване емотивне реакције с обзиром на развојне фазе детета), развој родитељских вештина како да умире себе и дете, услед јављања анксиозности за школски почетак, посета школи коју ће дете похађати, ради упознавања са простором у коме ће боравити и слично. Добро ментално здравље родитеља такође може осигурати да ће дете имати сигурну емотивну базу и подршку, као вид превенције менталног здравља деце за полазак у школу.

¹⁰ ddemirovic@np.ac.rs

Кључне речи: породично функционисање, школа, ментално здравље

CHALLENGES OF STARTING SCHOOL AND EFFECTS ON THE MENTAL HEALTH OF THE FAMILY SISTEM

Denis Demirović, Milica Kontić

*State University of Novi Pazar, Department of Philosophy and Arts,
Psychology Study Programme*

The aim of this paper is to describe the key challenges that children and families face at school entry, with an emphasis on adaptation to a new developmental stage. The transition to primary school is a significant change for the child, for parents or guardians, and for the family system as a whole. In contrast to the period of kindergarten and preschool, starting school requires a higher degree of independence; timely preparation is therefore crucial. Preschool education entails processes of socialization; the acquisition of self-care routines (hygiene, eating, fulfilling responsibilities); and the development of skills such as fine and gross motor abilities. During the transition period, children may experience separation anxiety, school-related anxiety, difficulties in socialization, and similar problems, which may become risk factors for mental health. A child's problems often reverberate throughout the family system. It is therefore essential that preparation for school be aligned with developmental readiness—both at the individual level and via the facilitation of socialization in group settings. Parents and guardians, for their part, commonly voice concerns about whether their child is ready for first grade, how the child will integrate into the peer group, and what level of academic success they will attain. Beyond empowering parents and guardians, the role of counseling is often overlooked, despite its potential to help the family system proactively address upcoming school challenges. Counseling may include providing information about what to expect at school entry (anticipated emotional reactions across developmental stages), developing parental skills to calm both themselves and the child in response to anxiety about the start of school, and arranging visits to the school the child will attend to familiarize them with the environment. Parental mental health also plays a vital role in ensuring a secure emotional base and support for the child, serving as a preventive factor for children's mental health at the start of schooling.

Key words: Family functioning, school, mental health

НЕКИ ОД ЕФЕКТА ОЧЕКИВАЊА ПОСТИГЊУЋА НА МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ ДЕЦЕ У ПОРОДИЦИ И ШКОЛИ

Милица Контић¹¹, Денис Демировић

*Државни универзитет у Новом Пазару – Департман за филозофске науке и
уметност, студијски програм Психологија*

Циљ рада јесте упознавање са теоријским оквирима који објашњавају како се ниво очекивања постигнућа деце (у породичном и школском систему) може одразити на њихово ментално здравље. Школски систем данас укључује савремене алате, попут интернет технологије, који раније нису били доступни. Постигнуће ученика у школи данас је, поред процеса учења, дефинисано и познавањем и употребом нових технологија. У складу са генерацијским разликама, родитељи и старатељи такође очекују од деце да буду у корак са технологијом, у циљу постизања бољег школског успеха. Поређење деце од стране родитеља, односно старатеља, али и учитеља/наставника, по питању успеха у школи, али и успеха у овладавању социјалним вештинама представљају извор стреса за дете, што се може рефлектовати и на ментално здравље. Неразумевање мотива родитеља за дететовим постигнућем, а и капацитета деце да те жеље испуне, могу бити чест извор фрустрација. У зависности од примењиваног васпитног стила родитеља, односно старатеља, формирају се навике у склопу породичног функционисања, али и каснијих вредности код деце. У складу са начинима мотивисања и успостављања вредносног система у оквиру породице, она касније могу различито реаговати на очекивање успеха од стране родитеља. Поред уже породице, очекивања могу имати и чланови шире друштвене заједнице, што са собом може донети, поред позитивних и негативне ефекте, а све то зависи и од структуре личности деце и њиховог индивидуалног реаговања. Разумевање позитивног менталног здравља у оквиру породице, као и едукација током образовања, важна је за адекватан развој и напредовање и превенцију у том домену. Различите радионице намењене ученицима, родитељима, али и учитељима/наставницима могу помоћи у јачању мотива за постигнућем, а и адекватнијем савладавању стреса услед неуспеха на путу ка постизању циљева. То могу бити радионице усмерене на упознавање са интринзичном и екстринзичном

¹¹ mkontic@np.ac.rs

мотивацијом, јачање самопоуздања, усвајање метода ефикасног учења и саморегулације у том процесу.

Кључне речи: постигнуће, ученици, ментално здравље

SOME EFFECTS OF ACHIEVEMENT EXPECTATIONS ON CHILDRENS' MENTAL HEALTH IN THE FAMILY AND SCHOOL

Milica Kontić, Denis Demirović

*State University of Novi Pazar, Department of Philosophy and Arts,
Psychology Study Programme*

The aim of this paper is to present theoretical frameworks that explain how the level of achievement expectations placed on children—within both family and school systems—may affect their mental health. Today's school system incorporates contemporary tools, such as internet technologies, that were previously unavailable. As a result, students' achievement is shaped not only by learning processes but also by familiarity with and use of new technologies. In view of generational differences, parents and guardians likewise expect children to keep pace with technology in order to attain better academic success. Comparisons made by parents/guardians and teachers—regarding both school performance and mastery of social skills—represent a source of stress for the child, which may be reflected in mental health. A lack of alignment between parents' motives concerning a child's achievement and children's capacities to fulfill those expectations can often be a source of frustration. Depending on the parenting style applied, habits are formed within family functioning and later translate into children's values. In line with the ways motivation and value systems are established in the family, children may subsequently respond differently to parental expectations of success. Beyond the immediate family, members of the wider community may also hold expectations, which can yield positive as well as negative effects, depending in part on children's personality structure and individual responses. Understanding positive mental health within the family, as well as education throughout schooling, is crucial for appropriate development, progress, and prevention in this domain. Various workshops aimed at students, parents, and teachers can help strengthen achievement motivation and foster more effective coping with stress arising from setbacks on the path toward goal attainment. Such workshops may focus on understanding intrinsic and extrinsic motivation, building self-confidence, adopting effective learning strategies, and developing self-regulation.

Key words: academic achievement; students; mental health

ЗАВИСНОСТ ОД ИНТЕРНЕТА КАО ПРЕДИКТОР СУИЦИДАЛНОСТИ КОД СТУДЕНАТА

Кристина Матовић¹², Горјана Вујовић

*Универзитет у Источном Сарајеву, Филозофски факултет,
студијски програм Психологија*

У времену када виртуелни простор постаје неизоставан дио идентитета младих, забрињавајуће се продубљује веза између зависности од интернета и суицидалности међу студентима, што ово питање чини једним од најважнијих изазова савременог менталног здравља. Циљ овог истраживања био је да се испита постојање повезаности између зависности од интернета и различитих облика суицидалности код студената. Истраживање је спроведено на узорку од 138 студената основних студија из Босне и Херцеговине и Србије, при чему је 77.5% учесника било женског пола. У истраживању су коришћени стандардизовани мјерни инструменти: Internet Addiction Test (Young, 1998) и Columbia–Suicide Severity Rating Scale (Posner et al., 2011). Подаци су прикупљени путем онлајн упитника, а за анализу су коришћени Пирсонов и Спирманов коефицијент корелације, у зависности од нормалности дистрибуције података. Резултати су показали постојање статистички значајних, иако слабих позитивних корелација између зависности од интернета и суицидалног понашања током живота $r(136) = .27, p < .01$, као и у посљедњих годину дана $r(136) = .17, p < .05$. Повезаност са суицидалним мислима и њиховим интензитетом није била статистички значајна, али су уочени трендови који указују на потенцијалну везу која захтијева даља истраживања. Закључно, налази сугеришу да виши нивои зависности од интернета могу бити повезани са повећаним ризиком од суицидалног понашања међу студентима, што наглашава важност раног препознавања и превентивног дјеловања у области менталног здравља младих.

*Кључне речи: зависност од интернета, суицидалност, суицидалне мисли,
суицидална понашања*

¹² matovickristina4@gmail.com

INTERNET ADDICTION AS A PREDICTOR OF SUICIDALITY AMONG STUDENTS

Kristina Matović, Gorjana Vujović

University of East Sarajevo, Faculty of Philosophy,

Psychology Study Programme

In an era when the virtual space has become an inseparable part of young people's identity, the increasingly concerning link between internet addiction and suicidality among students emerges as one of the key challenges of contemporary mental health. The aim of this study was to examine the relationship between internet addiction and various forms of suicidality among university students. The research was conducted on a sample of 138 undergraduate students from Bosnia and Herzegovina and Serbia, with 77.5% of participants identifying as female. Standardized instruments were used: the Internet Addiction Test (Young, 1998) and the Columbia-Suicide Severity Rating Scale (Posner et al., 2011). Data were collected through an online questionnaire, and Pearson's and Spearman's correlation coefficients were applied depending on the distribution normality of the variables. The results indicated statistically significant, albeit weak, positive correlations between internet addiction and suicidal behavior across the lifespan $\rho(136) = .27, p < .01$, as well as in the past year $\rho(136) = .17, p < .05$. The associations with suicidal thoughts and their intensity were not statistically significant, although observed trends suggest a potential relationship warranting further investigation. In conclusion, the findings suggest that higher levels of internet addiction may be associated with an increased risk of suicidal behavior among students, highlighting the importance of early identification and preventive action in the field of youth mental health.

Key words: internet addiction, suicidality, suicidal thoughts, suicidal behavior

УЧЕСТАЛОСТ КОНЗУМАЦИЈЕ ПОРНОГРАФСКИХ САДРЖАЈА КАО ДЕТЕРМИНАНТА СЛИКЕ ТИЈЕЛА КОД СТУДЕНАТА

Уна Војиновић,¹³ Горјана Вујовић

Универзитет у Источном Сарајеву, Филозофски факултет,

студијски програм Психологија

У времену када су медијски садржаји прожели готово сваки аспект савременог живота, порнографија заузима посебно мјесто у обликовању начина на који појединац спознаје и вреднује властито тијело. Проблем овог рада је операционализован у смјеру испитивања повезаности између учесталости конзумације порнографских садржаја и перцепције слике тијела, односно да ли и како учесталост конзумације порнографије утиче на доживљај властитог тијела код студената. Порнографски садржаји су дефинисани као визуелни или текстуални материјали сексуалног карактера, док се фреквенција конзумације таквог садржаја испитаника односи на то колико му често испитаник приступа. Перцепција слике тијела представља скуп субјективних увјерења, ставова и осјећања које појединац има о сопственом тијелу. Узорак истраживања чини 251 студент са више факултета широм Босне и Херцеговине и Републике Србије, од којих је 63% женског и 37% мушког пола. Као мјерни инструменти кориштени су Body Shape Questionnaire (BSQ; Evans et al., 1993) за процјену слике тијела, те посебно конструисана питања о конзумацији порнографије која обухватају историју, учесталост конзумације и тип конзумираних порнографских садржаја код испитаника. За статистичку обраду података кориштена је анализа варијансе (ANOVA). Резултати су показали да испитаници који имају историју конзумирања порнографских садржаја остварују знатно више незадовољство сликом тијела у односу на оне који никада нису приступили таквом садржају ($F(1,249)=109.83, p<.01;$), показали су и да учесталост конзумирања порнографских садржаја ($F(8,134)=18.45, p<.01;$), као и разне њихове врсте ($F(3,139)=3.55, p<.01;$), значајно утичу на перцепцију слике тијела тако што се незадовољство сопственим тијелом повећава, повећавањем учесталости конзумације и разноврсношћу конзумације таквих садржаја. Потврђено је да постоји значајна повезаност између конзумације

¹³ unaunav9999@gmail.com

порнографских садржаја и задовољства сопственим тијелом, што сугерише да учесталија изложеност сексуалним медијским садржајима може повећати перцепцију незадовољства сликом тијела.

Кључне речи: Слика тијела, порнографски садржај, учесталост конзумације порнографског садржаја

THE FREQUENCY OF PORNOGRAPHY CONSUMPTION AS A DETERMINANT OF BODY IMAGE AMONG STUDENTS

Una Vojinović, Gorjana Vujović

University of East Sarajevo, Faculty of Philosophy, Psychology Study Programme

In an era when media content has permeated almost every aspect of daily life, pornography occupies a distinctive place in shaping the way individuals perceive and evaluate their own bodies. The problem of this study was operationalized in the direction of examining the relationship between the frequency of pornography consumption and body image perception, specifically whether and how the frequency of pornography consumption influences students' perception of their own bodies. Pornographic content was defined as visual or textual material of a sexual nature, while the frequency of consumption referred to how often respondents accessed such content. Body image perception was defined as a set of subjective beliefs, attitudes, and feelings an individual holds about their own body. The research sample consisted of 251 students from various faculties across Bosnia and Herzegovina and the Republic of Serbia, of whom 63% were female and 37% male. The Body Shape Questionnaire (BSQ; Evans et al., 1993) was used as a measurement instrument for assessing body image, together with specially constructed questions on pornography consumption covering respondents' history, frequency, and types of pornography consumed. Statistical data analysis was carried out using analysis of variance (ANOVA). The results showed that respondents with a history of pornography consumption reported significantly higher body image dissatisfaction compared to those who had never accessed such content ($F(1,249)=109.83, p<.01;$). They also demonstrated that both the frequency of pornography consumption ($F(8,134)=18.45, p<.01;$) and the variety of content consumed ($F(3,139)=3.55, p<.01;$) had a significant impact on body image perception, such that dissatisfaction with one's own body increased with greater frequency and diversity of consumption. It was confirmed that there is a significant relationship between pornography consumption and satisfaction with one's own body, suggesting that more frequent exposure to sexualized media content may increase body image dissatisfaction.

Key words: Body image, pornography, frequency of pornography consumption

СУБЈЕКТИВНО БЛАГОСТАЊЕ ПРОСВЕТНИХ РАДНИКА ТОКОМ ОБУСТАВЕ РАДА ОБРАЗОВНИХ УСТАНОВА ТОКОМ ШКОЛСКЕ 2024/2025. ГОДИНЕ

Тијана Михаиловић¹⁴

Академија за хумани развој, Одсек за психологију

Овај рад анализира ефекте обуставе рада у образовним институцијама током школске 2024/2025. године на субјективно благостање просветних радника у Србији, са фокусом на стрес, сагоревање и утицај неких социодемографских варијабли (пол, узраст, дужина стажа у просвети, степен образовања, брачни статус, материјално стање, учешће у обустави рада). Истраживање је спроведено на узорку од 203 испитаника (90,6% жена), уз примену модификованих скала (BBC Well-being Scale за благостање, Perceived Stress Scale за стрес и Burnout Scale за сагоревање). Подаци су прикупљени путем онлајн упитника (Google Forms) и анализирани дескриптивном статистиком, Пирсоновом корелацијом и t-тестом за независне узорке (SPSS v22.0). Квалитативна анализа отвореног питања идентификовала је шест тема: јединство и колективна кохезија, подршка спољашњих актера, конфликти и поделе, стрес и емоционална исцрпљеност, отпорност и лични раст, разочарање и губитак наде. Резултати показују нижи ниво благостања код жена ($M=71,9$, $SD=15,4$) у поређењу са мушкарцима ($M=78,4$, $SD=17,1$), без значајне разлике ($t=1,718$, $p=0,087$). Сагоревање је веће код жена ($M=24,5$, $SD=5,5$) него код мушкараца ($M=20,3$, $SD=8,0$; $t=-3,059$, $p=0,003$), док је стрес сличног нивоа изражености (жене: $M=33,2$, $SD=3,3$; мушкарци: $M=32,0$, $SD=4,1$; $t=-1,511$, $p=0,132$). Радници старији од 50 година ($M=68,3$, $SD=14,2$) и са стажем преко 20 година ($M=70,1$, $SD=13,8$) извештавају ниже благостање и већи ниво стреса ($M=34,5$, $SD=3,9$) у поређењу са млађима (<40 година: $M=75,2$, $SD=16,0$). Испитаници са лођим материјалним стањем ($M=65,4$, $SD=12,3$) показују виши ниво сагоревања ($M=26,8$, $SD=6,1$). Код жена постоји негативна корелација благостања и сагоревања ($r=-0,273$, $p<0,01$) и стреса. Квалитативни подаци указују да да јединство са колегама смањује ниво стреса, а да међусобни конфликти са колегама појачавају сагоревање. Закључак указује на двосмислени ефекат обуставе наставе, са већим ризиком сагоревања код жена, старијих радника и оних са лошим

¹⁴mihtijana96@gmail.com

материјалним стањем. Препоручују се обуке за управљање стресом, које се могу наћи и у Каталогу акредитованих обука ЗУОВ-а.

Кључне речи: Субјективно благостање, обустава рада, стрес, сагоревање, просветни радници

SUBJECTIVE WELL-BEING OF EDUCATION WORKERS DURING WORK STOPPAGES IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Tijana Mihailović

Academy for Human Development, Department of Psychology

This paper analyzes the effects of work stoppages in educational institutions during the 2024/2025 school year on the subjective well-being of teaching staff in Serbia, focusing on stress, burnout, and the influence of certain sociodemographic variables (gender, age, length of service in education, level of education, marital status, financial situation, participation in the work stoppage). The study was conducted on a sample of 203 participants (90.6% female), using modified scales (the BBC Well-being Scale for well-being, the Perceived Stress Scale for stress, and the Burnout Scale for burnout). Data were collected through an online questionnaire (Google Forms) and analyzed using descriptive statistics, Pearson's correlation, and an independent samples t-test (SPSS v22.0). A qualitative analysis of the open-ended question identified six themes: unity and collective cohesion, support from external actors, conflicts and divisions, stress and emotional exhaustion, resilience and personal growth, disappointment and loss of hope. Results show a lower level of well-being among women ($M=71.9$, $SD=15.4$) compared to men ($M=78.4$, $SD=17.1$), with no significant difference ($t=1.718$, $p=0.087$). Burnout was higher among women ($M=24.5$, $SD=5.5$) than among men ($M=20.3$, $SD=8.0$; $t=-3.059$, $p=0.003$), while stress levels were similar (women: $M=33.2$, $SD=3.3$; men: $M=32.0$, $SD=4.1$; $t=-1.511$, $p=0.132$). Employees over the age of 50 ($M=68.3$, $SD=14.2$) and those with more than 20 years of service ($M=70.1$, $SD=13.8$) reported lower well-being and higher stress levels ($M=34.5$, $SD=3.9$) compared to younger workers (<40 years: $M=75.2$, $SD=16.0$). Participants with poorer financial situations ($M=65.4$, $SD=12.3$) showed higher burnout levels ($M=26.8$, $SD=6.1$). Among women, a negative correlation was found between well-being and burnout ($r=-0.273$, $p<0.01$), as well as with stress. Qualitative data indicate that unity with colleagues reduces stress levels, while interpersonal conflicts increase burnout. The conclusion highlights the ambivalent effect of the work stoppage, with a higher risk of burnout among women, older workers, and those with poorer financial conditions. It is recommended to implement stress management training, which can be found in the Catalogue of Accredited Training Programs of the Institute for the Advancement of Education (ZUOV).

Key words: subjective well-being, work stoppage, stress, burnout, education workers

РЕЛИГИОЗНОСТ И АНКСИОЗНОСТ КАО ПРЕДИКТОРИ СТАВОВА ПРЕМА УПОТРЕБИ МАРИХУАНЕ

Илија Николић

*Психолошко саветовалиште за студенте СКЦ Ниш
Универзитет у Нишу, Филозофски факултет, Департман за психологију*

Циљ овог истраживања био је да се испита да ли религиозност и анксиозност представљају значајне предикторе ставова према употреби марихуане код студената. Узорак је обухватио 86 студената, узраста од 19 до 29 година, од којих је 60,5% женског, а 39,5% мушког пола. Подаци су прикупљени путем Упитника религиозности (Ljubotina, 2004) трочлане структуре: верска уверења, обредна религиозност и религиозна социјална понашања), EMAS-S скале анксиозности (Endler et al., 1991) сачињене од аутономно-емоционалне и когнитивне компоненте и Скале ставова према употреби марихуане (Arora et al., 2019) која мери ставове према њеној медицинској и рекреативној употреби. Коришћена је дескриптивна статистика, корелациона анализа, t-тестови и хијерархијска регресиона анализа. Резултати показују да је религиозност статистички значајан негативан предиктор позитивних ставова према употреби марихуане ($\beta = -0.415$, $p < .001$), док анксиозност није показала значајну предиктивну вредност ($p = .997$). Такође, уочена је слаба, али значајна позитивна корелација између узраста и ставова према употреби марихуане ($r = .249$, $p = .021$). Испитаници који су раније конзумирали марихуану имали су значајно ниже нивое религиозности ($M = 1.06$, $SD = 0.78$) и значајно позитивније ставове према употреби марихуане ($M = 3.48$, $SD = 0.74$) у односу на оне који је нису користили (религиозност: $M = 1.87$, $SD = 0.81$; ставови: $M = 2.18$, $SD = 0.68$). Резултати показују да нема статистички значајних разлика по полу код испитиваних променљивих. Налази указују да је религиозност значајан предиктор ставова о употреби марихуане и могу представљати основу за креирање интервенција и превентивних програма усмерених ка младима. Ограничења укључују величину и структуру узорка, метод самопроцене и одсуство анализа других могућих модератора.

Кључне речи: религиозност, анксиозност, марихуана, ставови, болести зависности

RELIGIOSITY AND ANXIETY AS PREDICTORS OF ATTITUDES TOWARD MARIJUANA USE

Ilija Nikolić

*Psychological Counseling for Students SKC Niš
University of Niš, Faculty of Philosophy, Department of Psychology*

The aim of this study was to examine whether religiosity and anxiety represent significant predictors of attitudes toward marijuana use among university students. The sample consisted of 86 students aged between 19 and 29 years, of whom 60.5% were female and 39.5% male. Data were collected using the Religiosity Questionnaire (Ljubotina, 2004) — a three-dimensional measure comprising religious beliefs, ritual religiosity, and religious social behavior; the EMAS-S Anxiety Scale (Endler et al., 1991) — which includes autonomic-emotional and cognitive components; and the Attitudes Toward Marijuana Use Scale (Arora et al., 2019) — assessing attitudes toward medical and recreational use. Descriptive statistics, correlation analysis, t-tests, and hierarchical regression analysis were applied. The results showed that religiosity was a statistically significant negative predictor of positive attitudes toward marijuana use ($\beta = -0.415$, $p < .001$), whereas anxiety did not show a significant predictive value ($p = .997$). A weak but significant positive correlation was found between age and attitudes toward marijuana use ($r = .249$, $p = .021$). Participants who had previously used marijuana reported significantly lower levels of religiosity ($M = 1.06$, $SD = 0.78$) and significantly more positive attitudes toward marijuana use ($M = 3.48$, $SD = 0.74$) compared to those who had never used it (religiosity: $M = 1.87$, $SD = 0.81$; attitudes: $M = 2.18$, $SD = 0.68$). No statistically significant gender differences were found for any of the examined variables. The findings indicate that religiosity is an important predictor of attitudes toward marijuana use and may serve as a basis for the development of prevention and intervention programs targeting young people. Study limitations include the size and composition of the sample, the use of self-report measures, and the absence of analyses of other potential moderators.

Key words: religiosity, anxiety, marijuana, attitudes, addictive disorders

ПСИХОЛОШКА РЕЗИЛИЈЕНТНОСТ И ИНДИВИДУАЛНИ ДОЖИВЉАЈ СМИСЛА У КРИЗНИМ ПЕРИОДИМА

Небојша Ратковић¹⁵

*Универзитет Привредна академија у Новом Саду,
Факултет организационих студија „Едука“
Агенција “People and People”*

Кризна искуства, било лична или друштвена, представљају периоде у којима дотадашњи обрасци функционисања постају недовољни, што захтева преиспитивање унутрашњих ресурса и начина тумачења стварности. Савремени приступи све више наглашавају да психолошка резилијентност није стабилна црта личности, већ динамичан процес адаптације и смислотражења. Циљ овог рада је да пружи преглед релевантне литературе која осветљава улогу индивидуалног доживљаја смисла у процесима резилијентности, са фокусом на трансакциону анализу, концепт психолошких уговора и наративну реконструкцију. Анализа литературе је спроведена као тематски преглед теоријских и истраживачких радова објављених на енглеском, шпанском и српском језику у периоду 2000–2025. Претрага је обухватила базе као што су Google Scholar, ResearchGate и Semantic Scholar, уз употребу кључних речи „resilience“, „meaning“, „crisis“, „transactional analysis“, „ego states“, „narrative reconstruction“ и „psychological contracts“. У анализу су укључени теоријски и прегледни радови који се баве процесима адаптације и тражења смисла у контексту кризе. Прегледана литература указује на три доминантна концептуална правца: (1) резилијентност као процес унутрашње координације, (2) улогу его-стања и психолошких уговора у обликовању реакција на кризу и (3) наративну реконструкцију као механизам интеграције кризних искустава у лични животни наратив. Радови доследно наглашавају значај флексибилног коришћења его-стања и преиспитивања дубоко укоренењених правила у изградњи адаптивних стратегија. Закључак је да резилијентност обухвата когнитивне, емоционалне и наративне процесе који омогућавају појединцу да у кризним условима развије нови осећај континуитета и личне снаге. Ова перспектива пружа теоријску основу за саветодавни и психотерапијски рад, наглашавајући могућност развоја и интеграције у условима неизвесности.

Кључне речи: резилијентност; смисао; криза; трансакциона анализа; его стања; психолошки уговори

¹⁵ nebojsaratkovic@gmail.com

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND THE INDIVIDUAL EXPERIENCE OF MEANING IN TIMES OF CRISIS

Nebojša Ratković

University Business Academy in Novi Sad, Serbia,

Faculty of Organizational Studies "Eduka"

Agency "People and People"

Crisis experiences, whether personal or societal, represent periods in which previously established patterns of functioning often become insufficient, requiring individuals to re-examine their internal resources and ways of interpreting reality. Contemporary approaches increasingly emphasize that psychological resilience should not be understood as a stable personality trait, but rather as a dynamic process of adaptation and meaning-making. The aim of this paper is to provide a review of the relevant literature that sheds light on the role of the individual experience of meaning in resilience processes, focusing on transactional analysis, psychological contracts, and narrative reconstruction as key theoretical frameworks. A thematic literature review was conducted, covering theoretical and review papers published in English, Spanish and Serbian between 2000 and 2025. The search included databases such as Google Scholar, ResearchGate, and Semantic Scholar, using the keywords "resilience," "meaning," "crisis," "transactional analysis," "ego states," "narrative reconstruction," and "psychological contracts." The review focused on literature examining adaptation and meaning-making processes in the context of crisis. The analysis identified three dominant conceptual directions: (1) resilience as a process of internal coordination, (2) the role of ego states and psychological contracts in shaping crisis responses, and (3) narrative reconstruction as a mechanism for integrating crisis experiences into personal life stories. Across these sources, authors consistently emphasize the importance of flexible ego-state functioning and the conscious re-examination of deeply ingrained psychological rules in building adaptive strategies. The conclusion is that resilience involves cognitive, emotional, and narrative processes that enable individuals to develop a renewed sense of continuity and personal strength in times of crisis. This perspective offers a valuable theoretical framework for counseling and psychotherapeutic work, highlighting opportunities for growth and integration under conditions of uncertainty.

Key words: resilience; meaning; crisis; transactional analysis; ego states; psychological contracts

ИДЕНТИТЕТСКЕ ОРИЈЕНТАЦИЈЕ КАО ПРЕДИКТОРИ СУБЈЕКТИВНОГ БЛАГОСТАЊА И НАДЕ

Миљана Спасић Шнеле, Миљана Николић, Јелисавета Тодоровић¹⁶
Универзитет у Нишу, Филозофски факултет, Департман за психологију

Субјективно благостање и нада представљају важне индикаторе менталног здравља које, према досадашњим сазнањима, остварују значајну повезаност са аспектима идентитета. Оријентације идентитета се односе на релативну важност коју особа приписује различитим атрибутима или карактеристикама када покушава да се дефинише и одговори на питање “Ко сам ја?”. Приликом дефинисања селфа, особе се ослањају на своје карактеристике које их чине уникатнима, на релације које остварују са другим људима, на осећај заједништва са различитим групама и на фидбек који добијају од своје околине о утиску који на њих остављају. С обзиром на то да када је реч о полним разлика у индикаторима менталног здравља резултати претходних истраживања нису конзистентни, у овом истраживању одлучили смо да контролишемо пол. Дакле, циљ овог истраживања био је испитати да ли идентитетске оријентације (персонална, релациона, социјална, колективна) предвиђају субјективно благостање и наду, након статистичке контроле пола. Узорак је био пригодан и сачињен од 151 испитаника ($J = 78.8\%$), старости од 15 до 30 година. У истраживању су коришћени Упитник идентитета (AIQ-IV), Скала задовољства животом (SWLS), Упитник за мерење позитивних и негативних емоција (SPANE) и Скала наде. Идентитетске оријентације су објашњавале 7% варијансе позитивних емоција ($R^2 = .07$, $F_{5,145} = 2.78$, $p = .050$). Значајни предиктор била је релациона идентитетска оријентација ($\beta = .28$, $t = 2.43$, $p = .016$). Пол се издвојио као једини значајни предиктор негативних емоција ($R^2 = .03$, $F_{1,149} = 4.32$, $p = .03$; $\beta = .17$, $t = 2.08$, $p = .039$). Значајни предиктор задовољства животом била је социјална идентитетска оријентација ($\beta = -.17$, $t = -1.99$, $p = .048$), док се модел није показао значајним. Модел сачињен од идентитетских оријентација објашњава 26% варијансе наде ($R^2 = .26$, $F_{4,146} = 12.82$, $p < .001$), док су значајни предиктори биле персонална ($\beta = .28$, $t = 2.99$, $p = .003$), релациона ($\beta = .26$, $t = 2.67$, $p = .008$) и социјална идентитетска оријентација ($\beta = -.23$, $t = -3.05$, $p = .003$). Резултати показују да идентитетске оријентације имају важну улогу у предвиђању менталног здравља младих, превасходно наде. Добијена сазнању указују на значајне аспекте идентитета чијим се оснаживањем кроз психоедукативне и саветодавне програме може допринети благостању младих.

Кључне речи: идентитетске оријентације, субјективно благостање, задовољство животом, емоције, нада

¹⁶ jelisaveta.todorovic@filfak.ni.ac.rs

IDENTITY ORIENTATIONS AS PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING AND HOPE

Miljana Spasić Šnele, Miljana Nikolić, Jelisaveta Todorović
University of Nis, Faculty of Philosophy, Department of Psychology

Subjective well-being and hope are important indicators of mental health that, according to current knowledge, are significantly associated with aspects of identity. Identity orientations refer to the relative importance individuals attribute to different characteristics or attributes when defining themselves and answering the question “Who am I?”. In defining the self, people rely on their unique traits, their relationships with others, their sense of belonging to various groups, and the feedback they receive from their environment regarding the impressions they make. Given that when it comes to gender differences in mental health indicators, the results of previous studies are not consistent, in this study we decided to control for gender. Therefore, the aim of this study was to examine whether identity orientations (personal, relational, social, and collective) predict subjective well-being and hope, after statistically controlling for gender. The sample was convenient and consisted of 151 respondents (F = 78.8%), aged 15 to 30 years. The Identity Questionnaire (AIQ-IV), the Satisfaction with Life Scale (SWLS), the Questionnaire for Measuring Positive and Negative Emotions (SPANES) and the Hope Scale were used in the study. Identity orientations explained 7% of the variance in positive emotions ($R^2 = .07$, $F_{5,145} = 2.78$, $p = .050$). The significant predictor was relational identity orientation ($\beta = .28$, $t = 2.43$, $p = .016$). Gender stood out as the only significant predictor of negative emotions ($R^2 = .03$, $F_{1,149} = 4.32$, $p = .03$; $\beta = .17$, $t = 2.08$, $p = .039$). The significant predictor of life satisfaction was social identity orientation ($\beta = -.17$, $t = -1.99$, $p = .048$), while the model was not significant. The model consisting of identity orientations explained 26% of the variance in hope ($R^2 = .26$, $F_{4,146} = 12.82$, $p < .001$), while significant predictors were personal ($\beta = .28$, $t = 2.99$, $p = .003$), relational ($\beta = .26$, $t = 2.67$, $p = .008$) and social identity orientations ($\beta = -.23$, $t = -3.05$, $p = .003$). The results show that identity orientations play an important role in predicting the mental health of young people, particularly hope. The findings indicate important aspects of identity whose empowerment through psychoeducational and counseling programs can contribute to the well-being of young people.

Key words: identity orientations, subjective well-being, life satisfaction, emotions, hope

СИСТЕМСКА ПОРОДИЧНА ПСИХОТЕРАПИЈА- ПРИСТУПИ, ИДЕЈЕ, ТЕХНИКЕ

Валентина Нинић¹⁷

Одељење психијатрије, Општа болница Врбас

Циљ рада је упознавање са основним поставкама системске породичне психотерапије и издвајање наративног приступа и теорије атачмента у оквиру породичне терапије значајних за терапијски рад. У оквиру системске породичне терапије породица се посматра као јединствен систем где су чланови међусобно повезани и њен циљ је промена интеракције међу њима како би била функционална. У процесу усавршавања кроз терапију психотерапеут обогаћује себе као личност и повећава професионалне компетенције. Обавеза рада на себи током едукације развија самосвест и емоционалну стабилност терапеута, даје нову перспективу сагледавања и разумевања себе, препознавања сопствених образаца који би могли утицати на рад са клијентима. Тиме развија аутентичност и присутност у терапијском процесу што омогућава постављање граница. Поремећаји или симптоми појединца се посматрају као манифестације дисфункционалних образаца у породичној динамици. Најчешће коришћене интервенције су циркуларно постављање питања, рефраминг, генограм, придруживање, задавање домаћих задатака, структурално мапирање. Терапеут применом техника нормализације, екстернализације и саморефлексије има за циљ свеобухватан приступ који не лечи само симптом већ и дубље односе који га покрећу. У системској породичној терапији терапеут, између осталог, користи поставке теорије атачмента, посебно стилова афективне везаности који пружају оквир за разумевање емоционалне динамике и конфликта унутар породичних или партнерских односа. У наративном приступу у системској породичној терапији терапеут помаже породици да реконструише нове, оснажујуће наративе у којима се наглашавају ресурси. Закључно, сазнања из теорије атачмента и наративне терапије су од значаја за терапијски рад јер обе имају фокус на личне приче, истичу важност емоционалних односа и тиме доприносе разумевању породице.

Кључне речи: Системска породична психотерапија, процес, промена

¹⁷ valentina.ninicv@gmail.com

SISTEMATIC FAMILY PSYCHOTHERAPY – APROACHES, IDEAS, TECHINQUES

Valentina Ninić

The psychiatry outpatient clinic of the Vrbas General Hospital

The aim of the work is to introduce the basic assumptions of systemic family psychotherapy and to highlight the narrative approach and attachment theory within family therapy, which are significant for therapeutic work. Within systemic family therapy, the family is viewed as a unique system where members are interconnected and its goal is to change the interaction between them in order to make it functional. In the process of improving through therapy, the psychotherapist enriches himself as a person and increases professional competences. The obligation to work on himself during education develops the therapist's self-awareness and emotional stability, provides a new perspective for observing and understanding himself, recognizing his own patterns that could affect work with clients. Thus, he develops authenticity and presence in the therapeutic process, which allows for setting boundaries. Disorders or symptoms of an individual are viewed as manifestations of dysfunctional patterns in family dynamics. The most commonly used interventions are circular questioning, reframing, genogram, association, homework assignment, structural mapping. The therapist, by applying the techniques of normalization, externalization and self-reflection, aims for a comprehensive approach that not only treats the symptom but also the deeper relationships that trigger it. In systemic family therapy, the therapist, among other things, uses the premises of attachment theory, especially the styles of affective attachment that provide a framework for understanding emotional dynamics and conflicts within family or partner relationships. In the narrative approach in systemic family therapy, the therapist helps the family to reconstruct new, empowering narratives in which resources are emphasized. To conclude, insights from attachment theory and narrative therapy are important for therapeutic work because both focus on personal stories, emphasize the importance of emotional relationships, and thus contribute to understanding the family.

Key words: Systemic family psychotherapy, process, change

ПСИХОЛОШКИ АСПЕКТИ КОРИШЋЕЊА ДРУШТВЕНИХ МРЕЖА КОД МЛАДИХ

Павле Николић¹⁸, Анђела Рајковић

Универзитет „Бијељина“, Фармацеутски факултет

Друштвене мреже представљају сегмент дигиталне технологије савременог друштва који је постао један од најважнијих механизма социјалне интеракције. Информационе технологије су неизоставан део савременог образовног система, а период пандемије вируса COVID-19 је додатно убрзао процес дигитализације и повећао зависност од мрежа које су се показале као ефикасан алат за комуникацију. Платформе друштвених мрежа попут Инстаграма и сродних апликација имају широку примену у личном, професионалном и образовном контексту. Њихове предности се односе на размену телефонских позива и текстуалних порука, али и слање дигиталних докумената, фотографија, видео и аудио записа. Ове апликације су првенствено намењене мобилним уређајима чиме је олакшана континуирана комуникација. Младима је омогућено да у реалном времену имају брз приступ подацима, да буду информисани и повезани са друштвом у целини. Прекомерна употреба друштвених мрежа повезана је са ризичним факторима по ментално здравље. Континуирана изложеност различитим комуникацијским формама узрокује тенденцију повлачења из непосредне социјалне интеракције. Лични контакти су све чешће замењени виртуелном комуникацијом, а потреба за директним сусретом и унапређењем међуљудских односа је смањена. Претерана употреба дигиталних облика комуникације је повезана са негативним психолошким последицама, међу којима се посебно издвајају асоцијалност, усамљеност, апатија, анксиозност, емоционална затвореност као и депресивна стања. При овим околностима најчешће изостаје аутентични доживљај повезаности и задовољства након непосредног контакта и интеракције „лицем у лице“ посебно код младих који најчешће немају довољно развијену свест о потенцијалним негативним психолошким импликацијама изложености дигиталним садржајима. Циљ рада је да се сагледају теоријски приступи који објашњавају психолошки механизам утицаја друштвених мрежа на емоционални развој и формирање идентитета младих. Свеобухватни преглед литературе омогућава идентификацију кључних фактора ризика и заштите у циљу разумевања односа између менталног здравља младих и друштвених мрежа.

¹⁸ pavlenikolic2003@gmail.com

Резултати рада могу послужити као основ за развој превентивних програма за праћење утицаја дигитализације на развој младих са посебним освртом на њихово ментално здравље.

Кључне речи: Друштвене мреже, дигитална комуникација, ментално здравље, млади.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SOCIAL MEDIA USE AMONG YOUTH

Pavle Nikolić, Anđela Rajković

University "Bijeljina", Faculty of Pharmacy

Social networks represent a segment of digital technology in modern society that has become one of the most important mechanisms of social interaction. Information technologies are an indispensable part of the modern educational system, and the period of the COVID-19 pandemic further accelerated the process of digitalization and increased dependence on networks that have proven to be an effective tool for communication. Social media platforms such as Instagram and similar applications have broad use in personal, professional, and educational contexts. Their advantages include the exchange of phone calls and text messages, as well as the sending of digital documents, photos, videos, and audio recordings. These applications are primarily intended for mobile devices, which facilitates continuous communication. Young people are enabled to have quick access to information in real time and to remain informed and connected with society as a whole. Excessive use of social networks is associated with risk factors for mental health. Continuous exposure to various forms of communication causes a tendency to withdraw from direct social interaction. Personal contact is increasingly being replaced by virtual communication, while the need for face-to-face meetings and the improvement of interpersonal relationships has decreased. Excessive use of digital forms of communication is associated with negative psychological consequences, particularly including asocial behavior, loneliness, apathy, anxiety, emotional withdrawal, and depressive states. Under such circumstances, the authentic feeling of connection and satisfaction that follows direct "face-to-face" interaction is often lacking—especially among young people who often do not have a fully developed awareness of the potential negative psychological implications of exposure to digital content. The aim of this paper is to examine theoretical approaches that explain the psychological mechanisms through which social networks influence the emotional development and identity formation of young people. A comprehensive literature review enables the identification of key risk and protective factors to better understand the relationship between youth mental health and social networks. The results of this study can serve as a basis for developing preventive programs to monitor the effects of digitalization on youth development, with a special focus on their mental health.

Key words: Social networks, digital communication, mental health, youth

ПСИХОЛОШКИ РЕСУРСИ КАО ЗАШТИТНИ ФАКТОРИ У РАЗЛИЧИТИМ УЗРАСНИМ ДОБИМА И ЖИВОТНИМ СРЕДИНАМА

Софија Радовановић¹⁹

*Универзитет привредна академија у Новом Саду, Факултет организационих
студија „Едука“,*

У савременом друштвеном контексту, обележеном социјалним променама, психолошки ресурси као што су нада, отпорност на стрес, задовољство животом и осећај просперитета представљају кључне заштитне факторе менталног здравља. У оквиру позитивне психологије, ови конструкти се посматрају као механизми психолошке отпорности који омогућавају појединцу да очува стабилност, мотивацију и оптимално функционисање у условима изазова. Циљ овог истраживања био је да се испитају ниво и разлике у психолошким ресурсима код испитаника различитих старосних група. Узорак је обухватио 148 испитаника узраста старијих од 18 година. Подаци су прикупљени онлајн упитником који је садржао Скалу наде (Туцак Јунаковић, 2009), адаптирану Скалу отпорности на стрес (Слишковић и Бурић, 2018), Скалу задовољства животом (Комшо и Бурић, 2016), и Скалу просперитета (Комшо и Бурић, 2016), као и Упитник социодемографских података. Резултати показују да испитаници испољавају висок ниво наде ($M=3,99$; $SD=0,614$) и просперитета ($M=5,67$; $SD=0,867$), умерено задовољство животом ($M=4,94$; $SD=1,214$), али најнижи ниво отпорности на стрес ($M=3,09$; $SD=0,783$). Жене су постизале нешто више резултате на већини скала, осим на Скали отпорности на стрес ($M=3,056$; $SD=1,181$), где су мушкарци имали благо више вредности ($M=3,194$; $SD=1,284$). Испитаници из урбаних средина имали су више резултате на свим скалама, а највише просечне вредности забележене су код групе од 55–65 година ($M(SN)=4,132$; $M(SS)=3,157$; $M(SZ)=5,144$; $M(SP)=5,787$), док су најниже резултате на већини скала имали испитаници од 18–25 година ($M(SN)=3,978$; $M(SS)=3,039$; $M(SZ)=4,894$; $M(SP)=5,700$). Анализе статистичке значајности нису урађене, резултати су анализирани дескриптивном статистиком. Налази указују да су психолошки ресурси неравномерно распоређени током животног циклуса. Ниски нивои отпорности на стрес код млађих испитаника

¹⁹ sofijaradovanovic1@gmail.com

наглашавају потребу за развојем програма подршке који јачају механизме суочавања и унапређују добробит у савременом друштву.

Кључне речи: друштвене промене, нада, стрес, задовољство, просперитет

PSYCHOLOGICAL RESOURCES AS PROTECTIVE FACTORS IN DIFFERENT AGE GROUPS AND LIFE ENVIRONMENTS

Sofija Radovanović

Faculty of Organizational Studies „Eduka“, University Business Academy in Novi Sad

In the contemporary social context, marked by social transformations, psychological resources such as hope, stress resilience, life satisfaction, and a sense of prosperity represent key protective factors of mental health. Within the framework of positive psychology, these constructs are viewed as mechanisms of psychological resilience that enable individuals to maintain stability, motivation, and optimal functioning in the face of challenges. The aim of this study was to examine the levels and differences in psychological resources among participants of different age groups. The sample consisted of 148 participants aged 18 to 65+ years. Data were collected via an online questionnaire that included the Hope Scale (Tucak Junaković, 2009), the adapted Stress Resilience Scale (Slišković & Burić, 2018), the Life Satisfaction Scale (Komšo & Burić, 2016) and Prosperity Scale (Komšo & Burić, 2016), as well as a sociodemographic questionnaire. The results showed that participants reported a high level of hope ($M=3.99$; $SD=0.614$) and prosperity ($M=5.67$; $SD=0.867$), moderate life satisfaction ($M=4.94$; $SD=1.214$), but the lowest level of stress resilience ($M=3.09$; $SD=0.783$). Women achieved slightly higher results on most scales, except on the Stress Resilience Scale ($M=3,056$; $SD=1,181$), where men scored marginally higher ($M=3,056$; $SD=1,181$). Participants from urban environments reported higher scores on all measures. The highest average values were found among the group 55–65 years ($M(SN)=4,132$; $M(SS)=3,157$; $M(SZ)=5,144$; $M(SP)=5,787$), while the youngest participants (18–25 years) had the lowest scores on most scales ($M(SN)=3,978$; $M(SS)=3,039$; $M(SZ)=4,894$; $M(SP)=5,700$). Analyses of statistical significance were not performed, the results were analyzed using descriptive statistic. The findings indicate that psychological resources are unevenly distributed across the life span. Lower levels of stress resilience among younger participants highlight the need for developing supportive programs that

strengthen coping mechanisms and enhance overall well-being in the context of modern social changes.

Key words: social change, hope, stress, satisfaction, prosperity

ПАРАДОКС СТРЕСА: КАДА И КАКО ПРИТИСАК ПОСТАЈЕ РЕСУРС?

Марина Костић²⁰

Топличка академија струковних студија у Прокупљу, Одсек за медицинске студије

Циљ рада је разматрање парадокса стреса и одговора на питање да ли, када и како психолошки притисак може постати ресурс који доприноси расту, адаптацији и иновативном деловању, уместо да се посматра искључиво као фактор ризика за ментално и физичко здравље. Полазећи од савремених психолошких и медицинских истраживања, рад обухвата анализу научних и искуствених сазнања о двострукој природи стреса. Теоријски допринос рада огледа се у дефинисању и систематизацији психолошких и биолошких механизма који утичу на исходе стреса – од начина когнитивне процене и емоционалне регулације, преко неуроендокриних реакција и мотивационих процеса, до стратегија суочавања. Практичне импликације огледају се у приказу начина на који индивидуални и контекстуални ресурси могу трансформисати стресне ситуације у прилике за учење, адаптацију и лични развој. Резултати показују да адаптивни исходи настају када особа стрес интерпретира кроз призму изазова: активирају се обрасци понашања усмерени на већу фокусираност, употребу претходног знања и флексибилније решавање проблема, што омогућава да притисак делује као катализатор иновације и повећане компетенције. Хронични, непредвидиви и неконтролисани захтеви, у условима недостатка ресурса, доводе до малдаптивних последица попут емоционалне исцрпљености, смањене продуктивности и когнитивних дисфункција. На основу ових увида, препоручује се редефинисање праксе управљања стресом: уместо једноставне редукције притиска, акценат треба ставити на његово каналисање кроз интервенције које јачају перцепцију личне компетенције, развијају стратегије регулације емоција и подстичу социјалну подршку. Важно је обликовати организационе и културне оквире који балансирају ниво изазова и ресурса, да стрес делује као ресурс, а не као претња. Тако се отвара могућност да поједини стресори, у зависности од интензитета и контекста, буду доживљени као изазови који могу подстаћи адаптацију, мотивацију и професионални развој, док се истовремено признаје да одређени облици стреса задржавају свој деструктивни потенцијал и захтевају прихватање и подршку, а не нужно трансформацију. Овакво разумевање има значајне

²⁰ markost79.mk@gmail.com

импликације за унапређење менталног здравља и одрживу ефикасност у савременим условима живота и рада

Кључне речи: стрес, парадокс стреса, ресурс, стратегије суочавања, ментално здравље

THE PARADOX OF STRESS: WHEN AND HOW PRESSURE BECOMES A RESOURCE

Marina Kostić

Toplica Academy of Applied Studies Prokuplje, Department of Medical Studies

The aim of this paper is to examine the paradox of stress and to explore whether, when, and how psychological pressure can become a resource that fosters growth, adaptation, and innovative functioning, rather than being viewed solely as a risk factor for mental and physical health. Drawing on contemporary psychological and medical research, the paper analyzes scientific and experiential findings on the dual nature of stress. The theoretical contribution lies in defining and systematizing the psychological and biological mechanisms that determine stress outcomes - from cognitive appraisal and emotional regulation, through neuroendocrine reactions and motivational processes, to coping strategies. The practical implications are reflected in illustrating how individual and contextual resources can transform stressful situations into opportunities for learning, adaptation, and personal development. Findings indicate that adaptive outcomes emerge when stress is interpreted through the lens of challenge: behavioral patterns oriented toward greater focus, utilization of prior knowledge, and flexible problem-solving are activated, allowing pressure to function as a catalyst for innovation and enhanced competence. Conversely, chronic, unpredictable, and uncontrollable demands, when coupled with a lack of resources, lead to maladaptive consequences such as emotional exhaustion, reduced productivity, and cognitive dysfunction. Based on these insights, the paper advocates for a redefinition of stress management practices: rather than simply reducing pressure, emphasis should be placed on channeling it through interventions that strengthen perceived self-efficacy, enhance emotional regulation strategies, and foster social support. It is essential to shape organizational and cultural frameworks that balance the level of challenge and available resources, enabling stress to function as a resource rather than a threat. In this way, certain stressors - depending on their intensity and context - can be experienced as challenges that stimulate adaptation, motivation, and professional growth, while recognizing that some forms of stress retain their destructive potential and require acceptance and support rather than transformation. Such an understanding has significant implications

for promoting mental health and sustainable efficiency in contemporary living and working environments.

Key words: stress, paradox of stress, resource, coping strategies, mental health

КЉУЧНИ ПСИХОЛОШКИ АСПЕКТИ ПРОФЕСИОНАЛНИХ АКТИВНОСТИ У ЗДРАВСТВЕНОМ ОКРУЖЕЊУ

Бојан Цилат²¹

Поликлиника „Срце Сарајева“

Ово истраживање усмјерено је на испитивање психолошких фактора који утичу на квалитет бриге о пацијентима и психолошку добробит здравствених радника, са посебним нагласком на улогу комуникације, стреса и тимског рада унутар здравственог система. Психолошка делатност у здравственом окружењу представља један од кључних елемената очувања ефикасности здравствених тимова, јер утиче на међуљудске односе, мотивацију и отпорност на професионални стрес. Истраживање је спроведено на узорку од 250 здравствених радника различитих професионалних профила, који су анонимно попуњавали осмишљене упитнике само за ово истраживање, намењене мјерењу нивоа стреса, задовољства послом, квалитета комуникације, ефикасности тимског рада и психолошке добробити. Подаци су статистички обрађени применом дескриптивних метода и корелационе анализе ради испитивања односа између посматраних варијабли. Резултати показују да су виши нивои стреса негативно повезани са задовољством на послу ($r = -.65, p < .01$), док је квалитет комуникације снажно позитивно повезан са тимским радом ($r = .72, p < .001$). Тимски рад, такође, показује позитивну повезаност са психолошком добробити ($r = .68, p < .05$). Ови налази потврђују да психолошка димензија професионалног функционисања има суштинску улогу у очувању ефикасности и менталног здравља запослених у здравству. На основу добијених резултата препоручује се развој системских програма подршке који би укључили психолошке интервенције, едукације о комуникационим вештинама и стратегије управљања стресом, као и наставак истраживања које би проценило ефекте таквих интервенција на квалитет пружања здравствених услуга.

Кључне речи: здравствени радници, психолошка добробит, комуникација, стрес, тимски рад

²¹ bojan_dzilit@yahoo.com

KEY PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PROFESSIONAL ACTIVITIES IN THE HEALTHCARE ENVIRONMENT

Bojan Džilit

Polyclinic „Srce Sarajeva“

This research focuses on examining the psychological factors that influence the quality of patient care and the psychological well-being of healthcare professionals, with particular emphasis on the roles of communication, stress, and teamwork within the healthcare system. Psychological functioning in healthcare settings represents one of the key elements in maintaining the efficiency of medical teams, as it affects interpersonal relations, motivation, and resilience to occupational stress. The study was conducted on a sample of 250 healthcare workers from different professional backgrounds who anonymously completed a standardized questionnaire designed to measure levels of stress, job satisfaction, communication quality, teamwork effectiveness, and psychological well-being. Data were analyzed using descriptive statistics and correlation analysis to explore relationships among the observed variables. The results indicate that higher levels of stress are negatively associated with job satisfaction ($r = -.65, p < .01$), while the quality of communication is strongly and positively related to teamwork ($r = .72, p < .001$). Furthermore, teamwork shows a positive correlation with psychological well-being ($r = .68, p < .05$). These findings confirm that the psychological dimension of professional functioning plays a crucial role in maintaining both efficiency and mental health among healthcare professionals. Based on the obtained results, it is recommended to develop systematic support programs that include psychological interventions, training in communication skills, and stress management strategies, as well as to conduct further research assessing the effects of such interventions on the overall quality of healthcare service delivery.

Key words: healthcare professionals, psychological well-being, communication, stress, teamwork

ПОВЕЗАНОСТ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА И ПРОКРАСТИНАЦИЈЕ КОД СТУДЕНАТА: МЕДИЈАТОРСКА УЛОГА АНКСИОЗНОСТИ

Биљана Трифуновић Маринковић^{1,2}, Лидија Златић¹, Душан Ранђеловић²

¹Универзитет у Крагујевцу, Педагошки факултет у Ужицу,

²Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици,
Филозофски факултет

Прокрастинација, која се огледа у одлагању започињања или завршавања важних задатака, представља учесталу и распрострањену појаву у студентској популацији. Досадашњи налази сугеришу да значајну улогу у прокрастинацији може имати перфекционизам – особина личности која обухвата постављање високих стандарда и фокусираност на њихово постизање (перфекционистичка тежња), уз прекомерне критичке евалуације и бригу око прављења грешака (перфекционистичка забринутост). Ипак, механизми који се налазе у основи повезаности перфекционизма и прокрастинације још увек нису у потпуности разјашњени. Имајући у виду да поједини облици перфекционизма могу бити повезани са маладаптивним когницијама и повишеним нивоом анксиозности, смањујући продуктивно понашање, циљ овог истраживања представља испитивање медијаторске улоге анксиозности у релацији између димензија перфекционизма и прокрастинације код студената. Узорком је обухваћено 278 студената основних академских студија, старости између 18 и 28 година ($M=20.63$, $SD=1.79$). Подаци су прикупљени применом: Генералне скале прокрастинације, Фростове мултидимензионалне скале перфекционизма, и субскеале анксиозности из Скале анксиозности, депресивности и стреса. Резултати медијационе анализе спроведене помоћу Hayes PROCESS макро алата (Модел 4) су указали на значајан директан негативан допринос димензија Лични стандарди ($\beta=-0.289$, $p<0.001$) и Организација ($\beta=-0.475$, $p<0.001$), те значајан директан позитиван допринос димензија Брига око грешака ($\beta=0.132$, $p<0.001$), Родитељски критицизам ($\beta=0.165$, $p<0.001$), и Сумња у вези акције ($\beta=0.173$, $p<0.001$), објашњењу прокрастинације. Анализом су, такође, идентификована четири значајна индиректна ефекта. Анксиозност се показала као делимични медијатор у релацијама између Бриге око грешака ($\beta=0.051$, $CI=[0.008, 0.092]$), Родитељског

²² trifunovic_biljana@yahoo.com

критицизма ($\beta=0.053$, $CI=[0.007, 0.102]$), Сумње у вези акције ($\beta=0.038$, $CI=[0.007, 0.077]$), и прокрастинације, као и потпуни медијатор односа између Родитељских очекивања и прокрастинације ($\beta=0.048$, $CI=[0.015, 0.089]$). Добијени резултати сугеришу да перфекционистичка забринутост, кроз повећање анксиозности, подстиче одлагање започињања или завршавања важних задатака и активности, док перфекционистичка тежња може умањити тенденцију ка прокрастиницији.

Кључне речи: прокрастинација, перфекционизам, анксиозност

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND PROCRASTINATION AMONG STUDENTS: THE MEDIATING ROLE OF ANXIETY

¹Biljana Trifunović Marinković, ¹Lidija Zlatić, ²Dušan Randelović

¹University of Kragujevac, Faculty of Education in Užice

²University of Priština with temporary headquarters in Kosovska Mitrovica
Faculty of Philosophy

Procrastination, defined as the postponement of initiating or completing important tasks, is a frequent and widespread phenomenon among the student population. Previous research suggests that perfectionism, a personality trait involving the setting of high standards and striving to meet them (*perfectionistic strivings*), along with excessive self-criticism and concern about making mistakes (*perfectionistic concerns*), may play a significant role in procrastination. However, the mechanisms underlying the relationship between perfectionism and procrastination have not yet been fully elucidated. Considering that certain forms of perfectionism may be associated with maladaptive cognitions and elevated anxiety levels, thereby reducing productive behavior, the aim of this study was to examine the mediating role of anxiety in the relationship between perfectionism dimensions and procrastination among students. The sample consisted of 278 undergraduate students aged between 18 and 28 years ($M=20.63$, $SD=1.79$). Data were collected using the General Procrastination Scale, the Frost Multidimensional Perfectionism Scale, and the Anxiety subscale of the Depression, Anxiety, and Stress Scale. Mediation analysis, conducted using Hayes' PROCESS macro (Model 4), revealed significant direct negative effects of the *Personal Standards* ($\beta=-0.289$, $p<0.001$) and *Organization* ($\beta=-0.475$, $p<0.001$) dimensions, as well as significant direct positive effects of *Concern over Mistakes* ($\beta=0.132$, $p<0.001$), *Parental Criticism* ($\beta=0.165$, $p<0.001$), and *Doubt about Actions* ($\beta=0.173$, $p<0.001$) in explaining procrastination. The analysis also identified four significant indirect effects. Anxiety was found to partially mediate the relationships between *Concern over Mistakes* ($\beta=0.051$, $CI=[0.008, 0.092]$), *Parental Criticism* ($\beta=0.053$, $CI=[0.007, 0.102]$), and *Doubt about Actions* ($\beta=0.038$, $CI=[0.007, 0.077]$) with procrastination, as well as to fully mediate the relationship between *Parental Expectations* and procrastination ($\beta=0.048$, $CI=[0.015, 0.089]$). The results suggest that perfectionistic concerns, by increasing anxiety, foster

the tendency to delay initiating or completing important tasks and activities, whereas perfectionistic strivings may reduce the inclination toward procrastination.

Key words: procrastination, perfectionism, anxiety

ГЕРОНТОЛОГИЈА И ЗНАЧАЈ ОБРАЗОВАЊА У ТРЕЋЕМ ДОБУ

Катарина Гуснић²³, Викторија Дејановић

Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици,

Филозофски факултет, Катедра за педагозију

Савремено друштво карактерише значајан пораст очекиване дужине живота и повећање удела старијих особа у укупној популацији. Овде је реч о прегледном раду. Према подацима Светске здравствене организације, број особа старијих од 60 година већ премашује број деце млађе од пет година, што указује на глобални процес старења становништва. Иако је овај феномен резултат напретка медицине и побољшања животних услова, он истовремено представља и изазов за друштво у целини. У том контексту, јавља се потреба за развојем дисциплина које проучавају старење и живот у старости, међу којима посебно место заузима геронтологија — наука о образовању и самообразовању старијих особа. Геронтологија, настала у оквиру андрагогије, истиче значај целоживотног учења и могућности личног и друштвеног развоја у позним годинама живота. Она се бави истраживањем специфичности процеса учења код старијих особа, условљених физичким, когнитивним и социоекономским факторима, али и питањем равноправности и права на образовање у свим животним добима. Савремена друштва све више препознају да активно учешће старијих у образовању доприноси њиховом квалитету живота, социјалној интеграцији и успешном старењу. Целоживотно учење омогућава старијима да остану ангажовани, психички и социјално активни, те да се прилагоде брзим технолошким и културним променама. У складу са тим, геронтологија се профилише као неопходна научна и васпитна дисциплина у савременом добу, усмерена на промоцију оптималног старења. Предмет овог прегледног рада је проучавање геронтологије као дисциплине која се бави образовањем и самообразовањем старијих особа у контексту свреног друштва и процес старења становништва. Циљ рада је да укаже на значај геронтологије за квалитет живота, социјалну интеграцију и активно старење, као и да истакне њену улогу у промоцији целоживотног учења.

²³ viktorijadejanovi@gmail.com
katarinagusnic123@gmail.com

Кључне речи: Ментално здравље, млади, фокус група, емоционални изазови, психолошка подршка

GERONTOLOGY AND THE IMPORTANCE OF EDUCATION IN THE THIRD AGE

Katarina Gusnić, Viktorija Dejanović

*University of Priština in Kosovska Mitrovica, Faculty of Philosophy, Department of
Pedagogy*

Modern society is characterized by a significant increase in life expectancy and an increase in the share of older people in the total population. This is about review work. According to the World Health Organization, the number of people over 60 already exceeds the number of children under five, which indicates a global process of population aging. Although this phenomenon is the result of advances in medicine and improved living conditions, it also poses a challenge for society as a whole. In this context, there is a need to develop disciplines that study aging and life in old age, among which gerontology - the science of education and self-education of older people - occupies a special place. Gerontology, which arose within the framework of andragogy, emphasizes the importance of lifelong learning and the possibilities of personal and social development in later life. It deals with research into the specifics of the learning process in older people, conditioned by physical, cognitive and socioeconomic factors, but also with the issue of equality and the right to education at all ages. Modern societies increasingly recognize that the active participation of older people in education contributes to their quality of life, social integration, and successful aging. Lifelong learning enables older people to remain engaged, mentally and socially active, and to adapt to rapid technological and cultural changes. Accordingly, gerontology is profiled as a necessary scientific and educational discipline in the modern era, aimed at promoting optimal aging. The subject of this review paper is the study of gerontology as a discipline that deals with the education and self-education of older persons in the context of modern society and the process of population aging. The purpose of work is to point out the importance of gerontology for quality of life, social integration and active aging, as well as to highlight its role in promoting lifelong learning.

Key words: Mental health, youth, focus group, emotional challenges, psychological support

ПОТРЕБА ЗА ПСИХОЛОШКИМ САВЕТОВАЛИШТИМА ЗА МЛАДЕ И СТУДЕНТЕ – ИСТОРИЈАТ, ЗНАЧАЈ, ПРАКТИЧНЕ ИМПЛИКАЦИЈЕ

Петар Радовић¹, Марија Тодоровић², Душан Тодоровић^{1,2,4},

¹*Универзитет у Нишу, Филозофски факултет, Департман за психологију*

²*Прва нишка гимназија Стеван Сремац*

Према визији Старетегије за младе, млади су активни и равноправни учесници у свим областима друштвеног живота. Ако визија представља неки идеал којем би требало стремити, актуелно стање је реално другачије. Показује се да је квалитет живота младих људи дубоко одређен политичким, економским и културолошким контекстом у којем се налазе. Готово стална одлика друштва у којем млади живе је социјална промена кроз које пролази целокупно друштво а са собом носи велике и брзе промене у системима вредности. Такве друштвене кризе изазивају несигурности и нестабилности које посебно погађају младе људе. То је један од главних разлога који младе чине подложним деловању стресора широког дијапазона. Управо из наведених разлога је јасна препорука истраживача и стручњака у овој области да је важно постојање, институционализација и умрежавање центара за саветовање и психолошку помоћ студентима, али и младима генерално. Шангајска листа ARWU (The Academic Ranking of World Universities) објављује се сваке године средином аугуста и представља један од могућих рејтинга универзитета широм света – па је фокус разматрања овог рада усмерен на позиционирање Психолошког саветовалишта за студенте Студентског културног центра Ниш и нашег Универзитета у Нишу кроз наведени контекст. Већина универзитета који су вискорангирани на овој листи традиционално има и развија у оквиру својих кампуса неки од видова психолошких саветовалишта за студенте, с тим што су структуре ових ентитета стриктно адаптиране специфичним потребама студентске популације датог универзитета. Овај рад разматра и наглашава изузетан значај постојања и унапређења институција/организација као што су психолошка саветовалишта, посебно оних у склопу Универзитета, како широм света тако и код нас. У нашем граду и на нашем Универзитету тачно две деценије постоји, ради и развија се Психолошко саветовалиште за студенте као пилот пројекат Савеза студената Универзитета у

²⁴ dusan.todorovic@filfak.ni.ac.rs

Нишу и Удружења студената психологије "ПсихоН", а подржано од стране тадашњег Министарства просвете, науке и технолошког развоја Републике Србије. Данас Саветовалиште свој рад обавља под окриљем СКЦ Ниш, те уз подршку Филозофског факултета у Нишу и Филозофског факултета у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици. Постојање и рад Психолошког саветовалишта СКЦ Ниш је пример успешне праксе која доприноси унапређењу положаја младих и може послужити као добар модел осталим универзитетским центрима у нашем региону.

Кључне речи: психолошка саветовалишта, студенти, популација младих, Шангајска листа

THE SOCIAL IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING SERVICES FOR YOUTH AND STUDENTS – HISTORY, SIGNIFICANCE, AND PRACTICAL IMPLICATIONS

Petar Radović¹, Marija Todorović², Dušan Todorović¹

¹University of Niš, Faculty of Philosophy, Department of Psychology

²First Gymnasium "Stevan Sremac", Niš

The official Youth Strategy envisions young individuals as active and equal participants across all sectors of social life. While this vision represents a strategic ideal to be pursued, the current empirical status demonstrates a notable divergence. Specifically, the quality of life among youth is shown to be profoundly determined by the prevailing political, economic, and cultural context. A near-constant feature of the environment inhabited by young people is persistent social change, which subjects the entire society to rapid and significant shifts in value systems. Such periods of societal crisis generate insecurity and instability that particularly impact the youth demographic. This constitutes a primary factor contributing to the heightened vulnerability of young individuals to a wide spectrum of stressors. Consequently, researchers and domain experts issue a clear recommendation emphasizing the critical importance of establishing, institutionalizing, and optimally, creating a network of centers for counseling and psychological support, targeting students and the youth population broadly. The Shanghai Ranking (ARWU – Academic Ranking of World Universities) is published annually in mid-August and represents one of the key global university ranking systems. Accordingly, the focus of this paper is directed toward examining the positioning of the Psychological Counseling Center for Students of the Student Cultural Center Niš and the University of Niš within this broader context. The majority of universities that achieve high rankings on this list traditionally host and develop some form of psychological counseling services for their students within their campuses. It is crucial to note that the operational structures of these entities are meticulously adapted to the specific psychological needs of the respective student populations. This paper thus examines and underscores the exceptional necessity of maintaining and enhancing institutions/organizations such as psychological counseling centers, particularly those integrated within the University framework, both globally and locally. In our city and at

our University, the Student Psychological Counseling Center has been operating and developing for exactly two decades. It was initially established as a pilot project by the Student Union of the University of Niš and the Psychology Students' Association "PsihoN," and received foundational support from the then-Ministry of Education, Science and Technological Development of the Republic of Serbia. Currently, the Center operates under the umbrella of the Student Cultural Center (SKC) Niš, with ongoing support from the Faculty of Philosophy in Niš and the Faculty of Philosophy in Priština temporarily placed in K. Mitrovica. The existence and continuous work of the Psychological Counseling Center of the Student Cultural Center Niš serve as an example of successful institutional practice that contributes to the enhancement of youth welfare and development. Moreover, it may be regarded as a model of good practice for other university centers in the region.

Key words: Psychological Counseling Services, Students, Youth Population, Shanghai University Rankings (ARWU)

ДИГИТАЛНИ УМ –КАКО ДРУШТВЕНЕ МРЕЖЕ ОБЛИКУЈУ НАШЕ МЕНТАЛНО ЗДРАВЉЕ

Јована Герић²⁵

Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици,

Филозофски факултет, Катедра за психологију

Савремено друштво обележава убрзан темпо живота, стална повезаност и све интензивнија изложеност дигиталним садржајима. Друштвене мреже постале су централни простор комуникације и самопредстављања, нарочито међу младима, али њихова распрострањеност отвара и важна питања о психолошким последицама дигиталне свакодневице. Циљ саопштења јесте да укаже на значај разумевања психолошких механизма који стоје иза свакодневне интеракције са друштвеним мрежама, као и да нагласи потребу за јачањем дигиталних компетенција које доприносе менталном здрављу и благостању. Дигитално окружење утиче на процесе самоперцепције, емоционалну стабилност, пажњу, квалитет међуљудских односа и опште ментално благостање. У оквиру овог усменог саопштења биће представљени кључни психолошки аспекти употребе друштвених мрежа, са посебним фокусом на ефекте које дигитална култура има на идентитет појединца, слику о себи и обрасце понашања. Биће размотрени позитивни и негативни утицаји дигиталне интеракције, укључујући осећај припадности, могућности социјалне подршке, али и појаве као што су поређење, дигитални умор, емоционална преоптерећеност и губитак времена услед бескрајног скроловања. Посебна пажња усмерена је на концепт „дигиталне хигијене“, који обухвата стратегије за успостављање здравијег и уравнотеженијег односа са технологијом. Кроз анализу савремених навика коришћења мрежа, биће истакнути начини на које појединци могу развити свеснији приступ дигиталним садржајима и смањити негативне ефекте прекомерне употребе.

Кључне речи: ментално здравље, друштвене мреже, дигитална култура, дигитална хигијена, психолошки ефекти технологије.

²⁵ jovanageric519@gmail.com

THE DIGITAL MIND – HOW SOCIAL NETWORKS SHAPE OUR MENTAL HEALTH

Jovana Gerić

*University of Priština in Kosovska Mitrovica, Faculty of Philosophy, Department of
Psychology*

Contemporary society is characterized by a fast pace of life, constant connectivity, and increasing exposure to digital content. Social networks have become a central space for communication and self-presentation, especially among young people, yet their widespread use raises important questions about the psychological consequences of digital everyday life. The aim of this presentation is to emphasize the importance of understanding the psychological mechanisms underlying everyday interactions with social networks, as well as the need to strengthen digital competencies that contribute to mental health and overall well-being. The digital environment affects self-perception, emotional stability, attention, the quality of interpersonal relationships, and overall mental well-being. This oral presentation explores key psychological aspects of social media use, with a particular focus on the impact of digital culture on individual identity, self-image, and behavioral patterns. Both positive and negative effects of digital interaction will be discussed, including the sense of belonging and social support, as well as phenomena such as comparison, digital fatigue, emotional overload, and loss of time due to excessive scrolling. Special attention is given to the concept of “digital hygiene,” which includes strategies for establishing a healthier and more balanced relationship with technology. By analyzing contemporary patterns of social media consumption, the presentation highlights ways in which individuals can develop a more mindful approach to digital content and reduce the negative effects of overuse.

Key words: mental health, social networks, digital culture, digital hygiene, psychological effects of technology.

CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

159.9(048)(0.034.2)
613.8-053.6(048)(0.034.2)

НАУЧНО-стручна конференција са међународним учешћем Ментално здравље у периоду друштвених промена (11 ; 2025 ; Златибор)

Књига резимеа [Електронски извор] = Book of abstracts / [Једанаеста] Научно-стручна конференција са међународним учешћем Ментално здравље у периоду друштвених промена (на Златибору, 27-30.11.2025.) = [Eleventh] Scientific and Professional Conference with International Participation Mental Health in a Period of Social Change (Zlatibor, 27-30.11.2025.) ; [организатор] Психолошко саветовалиште за студенте Студентског културног центра Ниш = [organized by] Psychological counseling for students within student's cultural center Niš ; [уредници издања Анђела Кељановић, Даринка Илић]. - Електронско изд. - Ниш : Студентски културни центар, 2025 (Ниш : Медивест КТ). - 1 електронски оптички диск (CD-ROM) ; 12 cm

Системски захтеви: Нису наведени. - Насл. са насловне стране документа. - Упоредо срп. текст и енгл. превод. - Тираж 100.

ISBN 978-86-7757-286-0

а) Психологија -- Апстракти б) Ментално здравље -- Млади -- Апстракти

COBISS.SR-ID 180553481