

УДК: 159.944.4.072-057.875(497.115)
Примљено: 29. септембра 2010. године
Прихваћено: 20. октобра 2010. године
Оригинални научни рад

АСС. МР ДУШАН Ј. РАНЂЕЛОВИЋ
Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици,
Филозофски факултет, Катедра за психологију

ПОДЛОЖНОСТ СТРЕСУ КАО АСПЕКТ МЕНТАЛНОГ ЗДРАВЉА СТУДЕНАТА УНИВЕРЗИТЕТА У ПРИШТИНИ СА СЕДИШТЕМ У КОСОВСКОЈ МИТРОВИЦИ

У раду је приказан део већег емпиријског истраживања менталног здравља студената. На узорку од 488 студената са различитих факултета Универзитета у Приштини испитивана је подложност стресу и упоређивана је са подложношћу стресу студената Нишког универзитета. Коришћен је Бенсабин општи тест стреса, а резултати су обрађивани техникама дескриптивне статистике и т-тестом значајности разлика. Резултати показују да су студенти Универзитета у Приштини веома подложни стресу и да је тај ниво статистички значајно виши у односу на студенте Нишког универзитета. Студенти су подложнији стресу од својих колегиница, док место сталног боравка није имало утицај на ниво подложности стресу. Резултати имплицирају да је потребно оснивање бесплатног психолошког саветовалишта за студенте при Универзитету.

Кључне речи: подложност стресу, ментално здравље, примарна ментална превенција, психолошко саветовалиште за студенте.

Увод

Ратна и послератна дешавања на територији Косова и Метохије (од 1999. године до данашњих дана) обележена су друштвеном кризом у различитим сферама живота, неизвесношћу опстанка, сталним сукобима и немирима, угроженошћу људских права и слобода. Одрастање и студирање у хронично стресној ситуацији представља неповољну животну средину и може се одразити на психолошко функционисање сваког појединца. Иако исту судбину деле са осталим становницима који живе на територији Косова и Метохије, студенти Универзитета у Приштини су изложени додатним напорима (редовно похађање наставе, активност на часовима вежби и предавања, редовно припремање испита итд.). У посебно тешком положају су студенти који живе

у српским енклавама на територији Косова и Метохије, где је угроженост основних људских вредности, права и слобода највећа, а психолошки стрес најизраженији.

Недостатак институционалних форми психолошке помоћи студентима на територији Косова и Метохије још један је индикатор неопходности покретања акција ради заштите менталног здравља студената. У циљу покретања иницијативе за оснивање једног таквог облика примарне превенције организовано је и наше истраживање које се усредредило на проблем **подложности стресу студената Универзитета у Косовској Митровици**, као и на потребе студената за оснивањем психолошког саветовалишта .

У раду се најпре објашњава појам стреса и трансакционистичко гледиште на ову проблематику. Износи се и проактивни став аутора Бенсабе (Бенсаба, 1999, 2000), да би се у другом делу рада приказали резултати емпиријског истраживања које је спроведено на узорку студената Приштинског универзитета, које је имало за циљ да сними слику менталног здравља студената као и евентуално постојање потребе за оснивањем психолошког саветовалишта за студенте.

Непријатно, кризогено и стресогено окружење и несрећне околности које су негативно утицали на ментално здравље младих потичу од:

- ратних сукоба (насталих у различитим периодима 1991–2000. године);
- честих међуетничких сукоба на северу Косова и Метохије;
- егзодуса српског и другог неалбанског становништва са простора централног и јужног Косова и Метохије;
- дуге економске кризе започете још осамдесетих година двадесетог века;
- пољуљаног система вредности уопште;
- недостатака правих узора;
- недовољне друштвене понуде могућности за самореализацију кроз сублимиране форме компетенције;
- жестоке конкуренције у запошљавању и реално врло мале наде за запослење;
- повишене зависности од родитеља и различитих ауторитета (школских, универзитетских, оних са нивоа републике, и посебно, локалне власти);
- много агресивнијих облика испољавања неких видова савремене културе (узори деструкције);
- снажаног утицаја агресивних филмова, ТВ програма, других електронских и штампаних медија;
- недовољне ангажованости државе и локалних заједница на побољшању и унапређивању менталног здравља младих.

Уопште о стресу

Још од најранијих дана живота од детињства, носимо бројне трагове различитих фрустрација, непријатних успомена, јаких импресија. Апсолутно је немогуће наћи човека на овој планети који би се могао хвалити да баш ниједном у току свог животног века није искусио бол, непријатност, немир... Различити стимулуси који долазе изнутра (интрапсихички) и споља (екстерни) делују на наш организам ексцитирајуће или инхибирајуће, свеједно, нарушавајући нашу „идиличну“ хомеостазу. Човек, као и

сва жива бића, на срећу, има изузетно моћну и корисну способност да стално изнова успоставља нарушену равнотежу.

Па ипак, чак и тај наш „моћни“ ауторегулаторни систем има своју граничну линију, која под неиздрживим притиском пуца и ствара често ненадокнадиве последице. Прејакe дражи које доживљавамо као претње, атакe на нашу личност или наш организам, као агресије, које прекорачују одбрамбене беве нашег организма, могу да створе озбиљне потешкоће, немире, поремећаје, па и психичка, физиолошка или психосоматска обољења. Неке од тих „катастрофичних“ ситуација, стресова, просто не можемо избећи (смрт блиске особе, елементарне непогоде, ужасавајући ратни призори, изненадна телесна болест...). У таквим ситуацијама остаје нам једино да се окренемо вери (да се помолимо) и да се надамо да су наши одбрамбени капацитети довољно јаки да одоле бујици која носи све пред собом. Па ипак, иако овакве изузетне ситуације у нашим животима нису тако честе и не догађају се свима, готово да нема особе да бар једном није изговорила познату реченицу: „Не могу више да издржим.“ А онда, као да нас је „стрефио гром из ведре неба“. Све је наизглед ишло како треба, а тек одједном – трас, неприметни талас срушио је нашу наизглед стабилну брану организма. Али заборављамо, притом, да тај талас није настао тренутно, и није постао тако снажан тик пред удар у нашу „брану“. Не, он се стварао постепено, континуирано, добијају временом све већу и већу снагу. Свакодневне бриге и проблеми, увреде, понижења, свађе, тензије са којима се суочавамо, често се „гурају под тепих“, јер, забога, они нису толико битни, толико интензивни да бисмо им посвећивали наше драгоцено време не бисмо ли их „почистили“. Наш погрешан став да оно што је мало и „невидљиво“ не може бити опасно, често нас доводи у мат позицију у ситуацијама када смо, како би то сликовито представио др Сели Бенсаба¹, ушли у „минус“ на нашем салду резерве енергије.

Окупирани бројним дневним обавезама, дужностима, оптерећени мишљу да се мора урадити овај или онај посао у току врло кратког рока, у јурњави и трци са временом, заборављамо на сопствену примарну дужност и обавезу – да водимо рачуна о себи, о сопственом физичком и менталном здрављу. „Узалуд закључавате шталу када је коњ већ украден“, рекао је познати психолог Рајмонд Кател. Сетимо се нашег организма онда тек када смо „приковани“ за кревет.

Доктор Соли Бенсаба, француски педијатар, оснивач Центра за медицинску превентиву и рано откривање стреса, ученик Ханса Селија (који се сматра „оцем“ стреса), јасно увиђа овај феномен људске небриге о себи и посвећује му посебну пажњу у својим књигама: *Стрес је живот* (1999) и *Живео стрес* (2000).

¹ Соли Бенсаба у својој књизи *Стрес је живот* (1999) прави аналогију између наше способности (капитала) за прилагођавање, у виду резервне енергије са банковним рачуном. „Одатле црпимо снагу сваки пут када наш организам доживи напад, стрес. У сразмери са јачином тог напада, количина нашег капитала за одбрану организма се неповратно троши.”

Дефинисање стреса у оквиру трансакционе теорије

У психолошкој литератури се често срећу два схватања стреса (Зотовић, 2002). Прво схватање стрес одређује као *догађај* у спољашњој средини, и то: (1) као догађај који за *већину људи* представља претњу или губитак (ређе, изазов); (2) као догађај који за одређену *индивидуу* представља претњу или губитак (или изазов). Друго схватање је да стрес представља *реакцију* на догађај у спољашњој средини, и то: (1) активацију интензивних осећања (најчешће непријатних); и/или (2) скуп карактеристичних телесних реакција.

Дефиниција коју предлажу Лазарус и Фолкман (Lazarus, Folkman, 1984) и Алдвин (Aldwin, 1994), представници трансакционистичког схватања стреса, обухвата оба напред наведена гледишта, при чему се из оквира првог одређења стреса (као догађаја) посебно истиче субјективна процена, захваљујући којој неки догађаји бивају окарактерисани као претња, губитак или изазов. Овако схваћен стрес је *однос између особе и околине, у оквиру кога особа процењује да неки аспект околине укључује претњу, губитак или изазов за њене снаге, при чему се јављају карактеристичне промене психофизиолошке равнотеже*.

Претња се овде схвата веома широко. То може бити објективна опасност, тј. директна претња животу, али и претња за друге значајне особе, за важне ослонце у животу, устаљени начин живота, уверења и сл. Исто важи и за губитак. У овом контексту губитак не значи само смрт значајне особе, већ се може односити на прекид везе са пријатељем који се одселио, прекид партнерског односа, губитак дома приликом избеглиштва итд.

У оквиру трансакционистичког приступа наглашава се да је стрес *процес*, а не стање спољашње средине или стање организма. Најважније компоненте стреса према оваквој дефиницији су:

- одређени догађај или ситуација у спољашњој средини,
- карактеристична субјективна процена догађаја,
- измене у психолошком функционисању,
- физиолошке промене,
- доживљај целокупног процеса.

Међу компонентама стреса трансакциони модел посебно истиче значај когнитивних процеса и индивидуалних разлика у процени догађаја у спољашњој средини.

Такође, он подразумева посебан однос међу компонентама стреса, а то је међузависност чинилаца из домена околине и из домена особе која доживљава стрес, као и променљивост поменутих чинилаца под утицајем текуће трансакције.

Ауторка Зотовић (Зотовић, 2002), свеобухватно сагледавајући трансакциони модел стреса и повезујући га са појавом извесних менталних обољења, истиче да се менталне болести, према овом моделу, не могу посматрати искључиво као „грешка“ индивидуе, или само као функција неповољних животних околности (дихотомија ендогених или психогених насупрот реактивним поремећајима). За појаву менталних поремећаја одговоран је, према овом моделу, већи број фактора. Према трансакционистима, здравствено стање је резултат динамичке интеракције између чинилаца из

спољашње средине и карактеристика и стања организма. Под последњим се подразумевају и психолошке карактеристике индивидуе.

Проактиван став према стресу (Соли Бенсаба)

Стрес, као неминовна, неизбежна, али и неопходна појава застрашује, позива на опрез, у исто време и стимулише, пружа могућности за развој, истиче Соли Бенсаба (1999, 2000).

Упознати основе и физиологију стреса, као неспецифичног одговора нашег организма на опасне дражи које прете споља или изнутра, први је корак у спознаји овог постојаног и свевременог феномена. Створити праву слику о унутрашњим механизмима који се покрећу када смо погођени стресом, а с циљем да поврате нарушену психофизичку равнотежу, даје сазнајни допринос нашем поимању сопствених одбрамбених капацитета. А знати добро чиме располажемо (своје снаге, могућности) као и препознавање доминантних извора стресне ситуације даје нам основ за узимање почетног става који ће нам служити као иницијална брана од предстојећих стресних налета. Али ту је тек почетак. Следи спознаја сопствене личности, наших слабости али и могућности, евентуалних склоности ка појединим поремећајима или обољењима. Добро би било још пре него што уочимо карактеристичне симптоме стреса да детаљно, методично и потпуно разрадимо антистресну стратегију. Треба, наравно, бити свестан да никада не можемо да контролишемо баш све аспекте ситуације, али оно што зависи од нас треба до танчина разрадити и припремити. Соли Бенсаба (2000) говори о три нивоа самоинтервенције:

деловање на саме факторе стреса (отклонити факторе стреса, избећи факторе стреса, побећи када се то може);

деловање на интерпретацију претеће поруке (непосредним дејством на самом улазу или дубинском обрадом. створити склоност ка позитивној интерпретацији порука – филтрирањем информација, изменом садржаја поруке, релативизовањем, променом угла гледишта и сл.);

деловањем на понашање (преко упражњавања „животне дисциплине“ и одржавања хигијене живљења).

Сигурно је да стрес не можемо избећи. А то није ни пожељно – поготово ако се имају у виду и тзв. позитивни стресови. Сам Сели, који се систематски бавио овим феноменом, истицао је да је нашем организму неопходна извесна оптимална доза стреса.

Наравно да ће свака стимулација изазвати добро описани општи синдром адаптације. Али неће сваки стрес оставити негативне последице, а поготову не ако је наш организам добро припремљен и оспособљен да се суочи са овим као и свим другим животним изазовима.

Методолошки део

У истраживању које је спроведено на 10 факултета Универзитета у Приштини са седиштем у Косовској Митровици, у организацији Катедре за психологију Филозофског факултета, испитивани су различити аспекти менталног здравља студентске популације. Наиме, испитивана је:

подложност стресу студената,
ниво изражености латентне агресивности студената,
потреба и спремност студената за коришћење услуга психолошког саветова-
лишта.

У овом раду ће бити изложен део резултата истраживања који се односи на под-
ложност стресу студената Приштинског универзитета.

Проблем истраживања

Студирање у условима вишегодишње друштвене кризе, која је захватила све
сфере живота на простору Косова и Метохије, представља извор перманентног стре-
са и у великој мери угрожава ментално здравље младих. У посебно тешком положају
су студенти који живе у српским енклавама на територији Косова и Метохије, где је
угроженост основних људских вредности, права и слобода највећа, а психолошки
стрес најизраженији. Студенти Универзитета у Приштини су изложени додатним
напорима (редовно похађање наставе, активност на часовима вежби и предавања,
редовно припремање испита итд.). Недостатак институционалних форми психолош-
ке помоћи студентима на територији Косова и Метохије још један је индикатор не-
опходности покретања акција у смеру заштите менталног здравља студената.

Истраживање се усредоточило на проблем подложности стресу студентске
популације, као дела популације младих на територији Косова и Метохије, као и на
могућности примарне менталне превенције на нивоу Универзитета.

Циљеви истраживања

Циљеви у овом истраживању били су:
утврдити у којој мери су студенти Универзитета у Приштини подложни стресу и
упоредити тај ниво са нивоом подложности стресу студената Универзитета у Нишу²;
утврдити да ли постоји разлика у погледу подложности стресу с обзиром на
контролне варијабле (пол и место сталног боравка).

² Подаци везани за подложност стресу студената Универзитета у Нишу добијени су из
Психолошког саветовалишта за студенте Универзитета у Нишу, као Пилот пројекта Свеза студене-
ната Универзитета у Нишу и Удружења студената психологије „Психон“.

Хипотезе истраживања

У истраживању се пошло од неколико хипотеза:

студенти Универзитета у Приштини са седиштем у Косовској Митровици су веома подложни стресу (изражено Општим тестом стреса);

не постоји статистички значајна разлика у нивоу подложности стресу с обзиром на контролне варијабле (пол и место сталног боравка);

не постоји статистички значајна разлика у подложности стресу студената Нишког и Приштинског универзитета;

не постоји статистички значајна разлика у нивоу подложности стресу између студената који су бар некада осетили потребу да о својим проблемима разговарају са психологом и оних који никада нису имали ту потребу.

Инструменти у истраживању:

У оквиру ширег истраживања коришћени су следећи инструменти:

супскала сигма теста КОН6 (Момировић, Волф, Цамоња, 1992) за мерење нивоа изражености агресије (односно тенденције ка агресивним испољавањима – латентна агресија);

упитник за испитивање потреба студената за коришћењем услуга бесплатног психолошког саветовалишта.

Општи тест о стресу (Бенсаба, 1998). Поменути тест има 65 ставки затвореног типа. Испитаници одговарају на питања заокруживањем једног од четири понуђена одговора (1 – Ретко или никада, 2 – Понекад, 3 – Често, 4 – Увек) у зависности од тога у ком степену поменута тврдња важи за њих. Супскала подложности стресу садржи седам ставки. Поред поменуте, тест садржи и супскале везане за узроке стреса: темперамент или особене црте, понашање, посао, брачни живот и начин живота. У табели која следи дате су категорије подложности стресу према нормама које су дате у опису инструмента (Бенсаба, 1998). Поузданост супскале *подложности стресу* на нашем узорку је задовољавајућа ($\alpha = 0.72$). У Табели 1 су приказани могући ниво подложности стресу с обзиром на укупне сирове скорове (збир свих ставки) на овој супскали.

Табела 1. Подложност стресу према општем тесту стреса (Бенсаба, 1998)

Скор на Општем тесту стреса (ОД- ДО)	НИВОИ ПОДЛОЖНОСТИ СТРЕСУ
0–7	УПОШТЕ НИЈЕ ПОДЛОЖАН
08–14	ОД СЛУЧАЈА ДО СЛУЧАЈА
15–63	У ВЕЋОЈ МЕРИ
64–406	ВЕОМА

Узорак

Узорак чине 488 студената са 10 различитих факултета Универзитета у Приштини са седиштем у Косовској Митровици (Филозофски, Правни, Економски, Медицински, Учитељски, Пољопривредни, Факултет техничких наука, Факултет спорта и физичке културе и Уметнички). Начин одабира узорка је био стратификовани пропорционални.

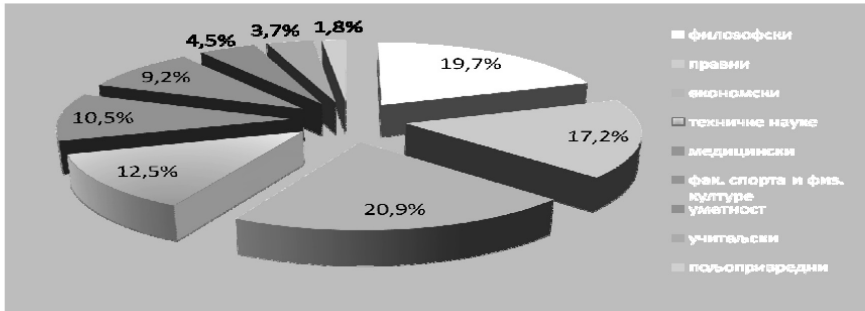


График 1. Процент испитаника са појединих факултета

За **статистичку обраду** података коришћене су технике дескриптивне статистике (фреквенце, аритметичка средина, стандардна девијација, распон) као и статистике закључивања (Т-тест значајности разлике).

Комплетна обрада података извршена је у оквиру програмског пакета СПСС 12.0.

Резултати и дискусија

Ниво изражености подложности стресу

У Табели 2 су дати основни дескриптивни параметри (распон, аритметичка средина и стандардна девијација) за скалу подложности стресу за студенте Универзитета у Приштини.

Табела 2. Подложност стресу студената Приштинског универзитета

ПОДЛОЖНОСТ СТРЕСУ	Н	мин	макс	АС	СД	Ниво подложности стресу према Бенсаби
	488	11.00	406.00	171.88	85.41	ВЕОМА ПОДЛОЖНИ

Легенда: Н-број испитаника, АС-аритметичка средина, СД-Стандардна девијација

Студенти Универзитета у Приштини су веома подложни стресу изражено категоријом Бенсабиног оштег теста стреса

Пошто смо добили податке о подложности стресу студената Универзитета у Нишу на узорку од 498 студената, упоредили смо ове налазе са нашим подацима, а резултати поређења су дати у Табели 3.

Табела 3. Разлике у подложности стресу студената Приштинског универзитета и студената Нишког универзитета (т-тест)

Подложност стресу	Место боравка	Н	АС	СД	т	ДФ	сиг
Подложност стресу	Универзитет у Приштини	488	171,887	85,40969	29.369	984	0.000
	Универзитет у Нишу	498	41,7088	49,39197			

Легенда: АС-аритметичка средина, СД-стандардна девијација, дф-степен слободе, сиг-значајност

На основу резултата Т-теста, датих у Табели 3 јасно је да су студенти Универзитета у Приштини статистички значајно подложнији стресу од студената Уноверзитета у Нишу ($T=29.369$, $df=984$, $sig<0,01$). Овакви резултати су били очекивани с обзиром на чињеницу да се животни услови, као и услови рада битно разликују у ова два различита дела Србије. Иако стресогени и кризни елементи, праћени изузетно неповољним социо-економским условима делују и на територији где живе и студирају студенти Нишког универзитета, специфичности и крајности живота и рада на територији Косова и Метохије су кудикамо неповољније. Незадовољење егзистенцијалних људских потреба (пре свега за слободом кретања), праћено недовољним задовољењем и основних психолошких потреба (за аутономијом, компетенцијом и ...) несумњиво утичу на висок ниво подложности стресу. Овакви резултати указују на потребу психолошке подршке и помоћи овим младим људима у циљу јачања и преобликовања њихових властитих одбрамбених ресурса.

Подложност стресу студената различитих факултета

У Табели 4 су приказани резултати степена изражености стресу студената различитих факултета (аритметичке средине, стандардне девијације, распон).

Табела 4. Подложност стресу по факултетима
(дескриптивна статистика)

Подложност стресу	Факултети	Н	АС	СД	Минимум	Махимум
	Филозофски	96	170.9375	87.4073	21.00	406.00
	Правни	84	170.3214	82.8282	21.00	357.00
	Економски	102	165.8627	83.0143	17.00	357.00
	Техничке науке	61	178.7377	93.0899	21.00	357.00
	Медицински	51	200.3922	78.4740	56.00	357.00
	Факултет спорта и физ. културе	45	166.6667	85.1979	26.00	357.00
	Уметности	22	161.0455	97.9866	11.00	357.00
	Учитељски	18	134.7222	70.1082	18.00	301.00
	Пољопривредни	9	183.8889	79.5557	56.00	300.00
	Тотал	488	171.8873	85.4097	11.00	406.00

Легенда: АС-аритметичка средина, СД-стандардна девијација.

У Табели 4 јасно се види да су најподложнији стресу студенти медицине, а најмање подложни су студенти факултета уметности. Можда је степен одговорности који се очекује од будућих лекара чиниоц који узрокује већи степен подложности стресу студената медицине у односу на студенте свих осталих факултета.

Разлике у подложности стресу с обзиром на контролне варијабле
(пол и место сталног боравка)

Испитивана је разлика у подложности стресу с обзиром на пол и место сталног боравка. Резултати су обрађивани т-тестом значајности разлике и дати су у табелама 5 и 6.

Табела 5. Разлике у подложности стресу с обзиром
на пол испитаника (т-тест)

Подложност стресу	Пол	Н	АС	СД	т	ДФ	сиг
	Мушки	232	184,2802	86,33411			
Женски	256	160,6563	83,14589				

Легенда: АС-аритметичка средина, СД-стандардна девијација, дф-степен слободе, сиг-значајност

Постоји статистички значајна разлика у подложности стресу између студената различитог пола ($t=3.078$, $df=486$, $\text{sig}<0,01$). Мушкарци су статистички значајно подложнији стресу од девојака. Можемо да кажемо да су овакви резултати очекивани, с обзиром на чињеницу да постоји социјално очекивање да мушкарци у свим ситуацијама (па и у оним животно опасним какве се често срећу на територији Косова и Метохије) буду увек прибранији и спремнији да се суоче са свим изазовима, поготово оним физичке природе.

Табела 6. Разлике у подложности стресу с обзиром на место боравка испитаника

ПОДЛОЖНОСТ СТРЕСУ	БОРАВАК	Н	АС	СД	t	Дф	сиг
	Шире подручје Косова и Метохије	304	174,1743	80,7488			
	Изван Космета	184	168,1087	92,7034			

Легенда: АС-аритметичка средина, СД-стандардна девијација, дф-степен слободе, сиг-значајност

У Табели 6 видимо да је подложност стресу нешто израженија код студената чије је место сталног боравка на територији Косова и Метохије у односу на испитанике из унутрашњости Србије који само студирају, а нису стално настањени на Космету. Ипак, ова разлика није статистички значајна, што се може објаснити тиме да и студенти који нису настањени на територији Косова и Метохије велики део времена проводе на овом поднебљу с обзиром на чињеницу да је присуство на предавањима и вежбама углавном обавезно.

Закључци

У раду су изложена нека од основних теоријских објашњења стреса као део људске свакодневице. Сагледане су и неке препоруке стручњака који се баве овом проблематиком а које се тичу преуређења властитог живота и неких уобичајених навика у циљу што успешнијег превладавања неминовних стресогених и кризогених животних догађаја. У средишту пажње другог дела рада био је приказ дела резултата емпиријског истраживања које је имало за тему ментално здравље студената Универзитета у Приштини са седиштем у Косовској Митровици. Посебно се говорило о подложности стресу као једном од индикатора каснијих могућих негативних ефеката на ментално здравље овог дела популације младих на територији Космета.

Резултати истраживања показују да су студенти Универзитета у Приштини са седиштем у Косовској Митровици веома подложни стресу. Та особина је посебно изражена код мушког дела студентске популације. Студенти медицинског факултета (као будући лекари) најподложнији су стресу. Академци имају потребу да о својим

проблемима разговарају са психологом и сматрају да је потребно оснивање бесплатног психолошког саветовалишта за студенте при Универзитету. Оснивањем једне такве установе или студенског сервиса био би учињен један од конкретних корака ка заштити и унапређивању менталног здравља студената. Оснивање психолошког саветовалишта за студенте представљало би једну од мера примарне менталне превенције

Импликације

Подаци добијени у овом истраживању искористиће се за покретање различитих превентивних активности (семинара, радионица, трибина) у циљу заштите менталног здравља студенске популације на територији Косова и Метохије.

Такође, резултати овог истраживања искористиће се за покретање иницијативе за пилот пројекат бесплатно психолошко саветовалиште за студенте Универзитета у Приштини са привременим седиштем у **Косовској Митровици**.

Литература

- Aldwin, C.M. (1994), *Stress, coping, and development*. New York, Guilford Press
- Bensaba, S.(1999), *Stres je život*, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd
- Bensaba, S.(2000), *Živeo stres*, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1980), „An analysis of coping in a middle-aged community sample“, *Journal of Health and Social Behavior*, **21**, 219–239
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984), *Stress, appraisal, and coping*. New York, Springer
- Lindemann, H.(1998), *Antistres program-kako pobediti stres*, Plavi krug, Beograd
- Moos, R.H. (Ed.) (1976), *Human adaptation: Coping with life crisis*. Lexington (MA), Health
- Pearlin, L., Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, **19**, 2–21
- Trebješanin, Ž. (2001), *Rečnik psihologije*, Stubovi kulture, Beograd
- Zotović, M. (2002), *Faktori rizika za pojavu poremećaja mentalnog zdravlja kod dece i adolescenata nakon NATO bombardovanja. Doktorska disertacija*, Novi Sad, Filozofski fakultet, str. 1–222
- Zotović, M (2002), Stres i posledice stresa: Prikaz transakcionističkog teorijskog modela, *Psihologija*, Vol. 35 (1–2), 3–23

ASS. MR SCI DUŠAN J. RANDJELOVIĆ

University in Priština with temporary Head Office in Kosovska Mitrovica

Faculty of Philosophy, Department of Psychology

SUSCEPTIBILITY TO STRESS AS AN ASPECT OF MENTAL HEALTH
OF STUDENT OF UNIVERSITY OF PRIŠTINA SEATED
IN KOSOVSKA MITROVICA

Summary

The paper presents some of the risk factors for mental health students at the University of Priština with the emphasis on vulnerability to stress. Starting from Lazarus transactional view of stress and interpretation of stress by Bensaba as a part of everyday life, we made the reference to the current socio-economic situation in Kosovo and Metohija and the difficult conditions in which young people live and work. There were shown a part of an extensive empirical study of mental health of students at the University of Priština, which was aimed to determine whether and to what extent there is a risk of harm of mental health of young people, and whether there is a need for the establishment of psychological counseling service for students. The study examined the level of vulnerability to stress students of Pristina University, and compared the level of vulnerability to stress with the students of the University of Niš. We also examined the difference in susceptibility to stress respondents with regard to gender and faculty. The sample consisted of 500 students from various faculties of the University of Priština seated in Kosovska Mitrovica. Results show that students at the University of Priština are very susceptible to stress and that this level significantly higher than the students of the University of Niš. Male respondents were more vulnerable to stress than female respondents, which is associated with distinct social expectations of men in difficult and emergency circumstances. Students of medical faculties are most vulnerable to stress compared to their colleagues from other faculties. Results imply the need for intervention in the direction of primary mental prevention. One possibility that arises is the establishment of free psychological counseling service for students.

Key words: susceptibility to stress, mental health, primary mental prevention, psychological counseling service for students.