

Razvoj emocionalnih vrijednosti studenata stručnih studija Veleučilišta u Varaždinu

The development of emotional values among students of Polytechnic of Varaždin

Marijana Neuberger¹, Igor Plečko²

¹Sveučilište Sjever, Sveučilišni centar Varaždin, Jurja Križanića 33, 42000 Varaždin, Hrvatska

¹University of the North, University Centre Varaždin, Department of Nursing

²Opća bolnica Varaždin, Odjel za interne bolesti, Ivana Meštrovića b.b., 42000 Varaždin, Hrvatska

²General Hospital Varaždin, Department of Internal Medicine, Ivan Meštrovic bb, 42000 Varaždin, Croatia

Sažetak

Cilj/Svrha: Emocije utječu na razvoj životnih situacija, na donošenje odluka, na razvijanje komunikacije. Razvijanje svjesnosti o postojanju i upravljanju emocijama, ali i o važnosti empatije i motiviranja samog sebe, jedna je od najvažnijih zadaća svakog čovjeka, a posebno medicinskih djelatnika koja će na taj način pridonijeti podizanju kvalitete medicinske skrbi i stvaranju povjerenja između pacijenta i zdravstvenog radnika. Potaknuti nedostatkom emocionalne inteligencije kod medicinskih sestara, obavili smo istraživanje kojemu je svrha bila prikazati razvijenost emocionalne inteligencije studenata studija sestrinstva u usporedbi s ostalim stručnim studijima Veleučilišta u Varaždinu.

Metode: Podaci za istraživanje prikupljeni su s pomoću originalnog anketnog upitnika koji je proveden na internetskim stranicama Veleučilišta u Varaždinu tijekom mjeseca travnja 2013. godine. Anketni upitnik ispravno je ispunilo 110 studenata stručnog studija sestrinstva i 65 studenata ostalih studija Veleučilišta u Varaždinu. Razlike su analizirane na razini ukupnog rezultata, uspoređujući obje skupine ispitanika.

Rezultati: Iznalazi se iznimno visoka svjesnost vlastitih osjećaja, samosvijest, kod obje skupine ispitanika. Dokazano je visoko razumijevanje vlastitih osjećaja i uzroka javljanja određene emocije u objema skupinama ispitanih studenata. Samim time nije potvrđena hipoteza kako su samosvijest i emocionalna inteligencija razvijeniji kod studenata Stručnog studija sestrinstva. Rezultati tvrdnje, koja se odnosila na motiviranost, kao komponentu emocionalne inteligencije, dali su najniže rezultate aritmetičke sredine odgovora u svih 8 tvrdnji navedenih u upitniku te je motivacija najmanje razvijena komponenta emocionalne inteligencije ispitana anketnim upitnikom kod studenata.

Rasprava: Emocionalna inteligencija iznimno je važna u svakodnevnom životu. Stoga je bitno razviti emocionalne kompetencije: samosvladavanje, samosvjesnost, motiviranost, empatiju i socijalne vještine. Upravo te vještine nužne su u radu medicinske sestre.

Ključne riječi: emocije • emocionalna inteligencija • empatija • studenti studija sestrinstva

Kratki naslov: Emocionalna inteligencija medicinskih sestara

Abstract

Objective/Purpose: Emotions affect the development of life situations, as well as making decisions and communication. Developing awareness of their existence and their control, as well as empathy and personal motivation, is one of the most important tasks of every human being, especially medical staff who will raise the quality of medical care and improve the trust between a patient and a medical worker. The lack of developed emotional intelligence among nurses encouraged us to convey a survey which aimed to show the development of emotional intelligence among students of Nursing and other study programmers' on Polytechnic of Varaždin.

Methods: The data for the study were collected using the original questionnaire, which was implemented on the website of the Polytechnic in Varaždin during April 2013. The questionnaire was filled out correctly by 110 students of Nursing Study and 65 students of other studies of the Polytechnic in Varaždin. Differences were analyzed at the level of results comparing both groups.

Results: To identify the awareness of own feelings, self-awareness, was discovered in both groups of respondents. High understanding of own feelings and their causes has been proven in both groups of students. The results did not confirm the hypothesis that self-awareness and emotional intelligence are more developed in students of the Faculty of Nursing. Results which concerned motivation as a component of emotional intelligence, gave the lowest results of arithmetic mean response of all eight statements listed in the questionnaire and motivation least developed component of emotional intelligence questionnaire that was tested among students.

Discussion: Emotional intelligence is of great importance in everyday life. It is therefore important to develop emotional competencies: self-control, self-awareness, motivation, empathy and social skills's. These skills are essential in the nursing job.

Key words: emotions • emotional intelligence • empathy • students of Nursing

Running head: Emotional intelligence of nurses

Received September 17th 2014;

Accepted January 30th 2015;

Autor za korespondenciju/Corresponding author: Marijana Neuberger, Msc., lecturer, University of the North, the University Centre Varaždin, Department of Nursing, Jurja Križanića 33, 42000 Varaždin, Croatia • Tel: +385-98-493 371 • E-mail:marijana.neuberger@unin.hr

Uvod / Introduction

Osobna inteligencija, svijest, samosvijest, emocije, altruizam i empatija. Sve su to određeni preduvjeti, temelji za razvijanje i stvaranje, posjedovanje i korištenje nečeg što nazivamo emocionalna inteligencija.

Fritz Stemme smatra da 80% uspjeha u profesionalnom i privatnom životu čovjek zahvaljuje emocionalnoj inteligenciji, a samo 20% racionalnoj. Međutim, ne postoji nijedan emocionalni uspjeh bez racionalne inteligencije. Važna je suradnja između emocionalne i racionalne inteligencije.

Upravo iz tih razloga, ne zanemarujući standardni kvocijent inteligencije, važno je izgrađivati vještine emocionalne inteligencije. Emocionalna inteligencija nije ništa drugo doli samokontrola, revnost i ustrajnost te sposobnost motiviranja samoga sebe [1]. Te vještine mogu se naučiti, pa kao takve daju pojedincu mogućnost još većeg iskorištavanja kvocijenta inteligencije. Svrha je emocionalne inteligencije naučiti pojedinca kako i na koji način u emocije unijeti inteligenciju, ali i na koji način ovladati sposobnostima vladanja emocionalnim impulsima, iščitavanje tuđih skrivenih osjećaja, održavanje veza bez prevelikih oscilacija. Kako je to Aristotel rekao, ona je ta rijetka sposobnost da se naljuti-te „na pravu osobu, do ispravnog stupnja u pravi trenutak, zbog ispravnog razloga i na ispravan način“. Emocionalna inteligencija stavlja emocije u samo središte življenja i zbog toga edukacija emocionalne inteligencije ne bi smjela biti prepuštena slučaju, već bi se tome trebalo pristupiti sustavno i na razini populacije, a posebno je važno obrazovanje medicinskog kadra u razvijanju empatije i altruizma.

„Emocionalna inteligencija omogućava da se uživimo u probleme drugih, suosjećamo, da budemo motivirani i da na odgovarajući način reagiramo na bol i zadovoljstvo“ [2].

Interpersonalna i intrapersonalna inteligencija

„Interpersonalna inteligencija jest sposobnost razumijevanja drugih: što ih motivira, kako funkcioniraju, kako s njima surađivati. Uspješni prodavači, političari, učitelji, liječnici i vjerski vođe vjerojatno će biti osobe s visokom razinom interpersonalne inteligencije“ [3]. Dopunjujući tu teoriju, Gardner kaže kako je u središtu interpersonalne inteligencije „sposobnost razlučivanja i prikladnog reagiranja na raspoloženja, temperament, motivaciju i želje drugih.“

„Intrapersonalna inteligencija (...) korelativna je sposobnost okrenuta prema unutra. Riječ je o sposobnosti stvaranja točnog, vjernog modela vlastite ličnosti i sposobnosti da se taj model upotrijebi za uspješno funkcioniranje u životu“ [3]. Među značajke intrapersonalne inteligencije, ključa samospoznavanja, uključeni su: pristup vlastitim osjećajima i sposobnost njihova razlučivanja te primjene za usmjerenje ponašanja.

Upravo te dvije vještine, komponente višestruke inteligencije, ključ su uspjeha za kvalitetno obavljanje posla medicinske sestre i cjelovitu zdravstvenu skrb uz holistički pristup pacijentu/korisniku usluge. Prepoznajući vlastite potrebe, shvaćajući vlastita stanja i emocije, vladajući vještinama intrapersonalne inteligencije, medicinska sestra postaje kompetentnija i svjesnija potreba drugih osoba, razumije emocije, prepoznaje potrebe, zna kako i na koji način motivirati osobu, na koji način razgovarati i pristupiti u komunikaciji. Upravo time medicinska sestra zaokružuje cjelokupan proces zdravstvene njege i ostvaruje ga kroz teoriju Ernestine Wiedenbach koja kaže kako je „zdravstvena njega pomoć pojedincu, obitelji ili grupama kojima je ta pomoć potrebna, a utemeljena je na suosjećanju, znanju, umijeću i razumijevanju“ [4].

Emocije

Bez iznimke, muškarci i žene svih razdoblja, svih kultura, svih obrazovnih i ekonomskih razina imaju emocije, svjesni su svojih i tuđih emocija, njeguju hobije koji manipuliraju njihovim emocijama i svojim životom uvelike upravljaju tražujući za jednom emocijom, radošću, izbjegavajući pritom neugodne emocije. One su dio bioregulacijskih naprava s kojima se rađamo opremljeni za preživljavanje [5].

Stanley Keleman kaže kako su emocije „...organizirane opće ponašajne reakcije. Emocije imaju smjer i namjeru, vlastitu logiku. One su izjava organizma o našem stanju i o onome što s tim stanjem treba učiniti. (...) Emocije nas pokreću prema svijetu i ponovno prema sebi“ [6].

Ljudske emocije ne javljaju se samo pri spolnim užicima ili strahu od zmija. Emocije su povezane s mnogim drugim sferama ljudskog života: glazbom, plesom, poezijom, osmi-jehom druge osobe, a kako kaže A. Damasio: „Fine ljudske emocije mogu potaknuti čak i niskobudžetni filmovi, čiju moć nikad ne treba podcjenjivati“ [5].

Kada govorimo o emocijama, obično mislimo na jednu od šest primarnih ili univerzalnih emocija: radost, tugu, strah, bijes, iznenađenje ili gađenje. Njima trebamo pribrojiti i sekundarne ili socijalne emocije kao što su neugoda, ljubomora, krivnja, ponos te one koje Damasio naziva pozadinskim emocijama: osjećaj dobrog zdravlja ili bolesti, smirenost ili napetost.

Pozadinske emocije prepoznajemo na temelju suptilnih po-jedinosti u stavu tijela, brzini i obrisima pokreta, minimalnim promjenama u brojnosti i brzini očnih pokreta te po stupnju kontrakcije mišića lica.

Svjesnost samog sebe - samosvijest

Kada bismo se upitali jesmo li svjesni svojih osjećaja, vjerojatno bi prvi odgovor bio potvrđan, no dubljim promišljanjem zapravo bismo utvrdili kako postoje trenutci u kojima uopće ne razmišljamo o svojim osjećajima, nismo ih svjesni ili smo ih postali prekasno svjesni. U vezi s time psiholozi se koriste dvama terminima: metaspoznajom, koja označava svijest o misaonom procesu te metaraspoloženje, koje se odnosi na svijest o vlastitim emocijama, dok Goleman u svojoj knjizi „Emocionalna inteligencija“ spominje svijest o vlastitoj ličnosti u smislu neprekinute pozornosti koja se pridaje vlastitim unutarnjim stanjima [1]. Pri takvoj autore-fleksivnoj svijesti um primjećuje i istražuje samo iskustvo, uključujući i emocije [7]. Upravo svijest o samome sebi, samosvijest, treba probuditi i osvijestiti emocije koje će potaknuti na reakciju ili proakciju. Dakle, u određenom trenutku, određena emocija potaknut će pojedinca da reagira na njemu svojstven način. Zbog toga je bitno osvijestiti u sebi postojanje emocije i kontrole nad njom te ponašanje u skladu sa situacijom, što je prvi korak u stjecanju određene kontrole nad samim sobom. Jednostavnije rečeno, riječima Johna Mayera, svijest o vlastitoj ličnosti znači „biti svjestan i vlastitog raspoloženja i misli o tom raspoloženju“ [8].

Empatija

„Smrtnici ne mogu sačuvati tajnu. Ako su im usne tihe, odgovaraju vršcima prstiju; izdaja pronalazi put kroz svaku poru.“, rekao je Freud, želeći prikazati koliko je teško neverbalnom komunikacijom prikriti unutarnje stanje tijela.

Empatija je termin koji je prvi upotrijebio Titchener 1909. godine, a pod njim je mislio na „kognitivnu sposobnost razumijevanja unutarnjeg stanja druge osobe i kao određenu vrstu socijalno-kognitivnih veza“ (Wispe 1967, 1987). [10] Neke od novijih definicija empatije [1] jesu:

1. „...Čuvstvena reakcija koja je prikladnija situaciji drugog nego vlastitoj.“ (Hoffman 1987).
2. „...Osjećaj brige i sućuti prema drugima koje doživljavam pri opažanju patnje drugih.“ (Batson i sur. 1987).
3. „...Empatija znači zamjensko dijeljenje emocija koje su sukladne, ali nisu nužno iste emocijama drugog pojedinca.“ (Barnett 1987).
4. „...Preuzimanje stajališta drugog uključuje kognitivno razumijevanje osjećaja i motiva drugih i kao takvo je instrumentalna vještina.“ (Bryant 1987).

Svakako najbliže objašnjenje empatije prihvaćanje je emocionalne uloge drugoga. U toj situaciji utvrđuje se osjećaj drugih, tj. što druga osoba osjeća. Pojam koji je povezan, no nije istoznačan pojmu empatije, jest simpatija koja označava razumijevanje osjećaja druge osobe, ali je svijest o sebi smanjena, dok je kod empatije svijest o sebi pojačana i ne gubi se vlastiti identitet. Empatija se temelji na svijesti o vlastitoj ličnosti; što smo otvoreniji prema vlastitim emocijama, to ćemo biti vještiji u razumijevanju osjećaja. Sposobnost koja nam omogućuje da znamo kako se netko drugi osjeća, pomaže nam u različitim životnim područjima: prodaji, rukovođenju, ljubavnim vezama, suosjećanju, ali i političkom djelovanju. Najvažniju ulogu u tome ima prepoznavanje neverbalnih znakova, jer se emocije teško izražavaju riječima. Ton glasa, izraz lica ili gesta mogu učiniti najviše u izražavanju određene emocije. Praktično pravilo koje se može primijeniti u istraživanjima načina komuniciranja kaže da je najmanje 90% emocionalne poruke neverbalne naravi [1].

Preduvjet za empatiju je samosvijest, a jedan od osnovnih preduvjeta za razvijanje emocionalne inteligencije jest empatija, točnije emocionalna empatija, pod kojom se podrazumijeva odgovaranje istim ili sličnim osjećajima u odnosu prema doživljajima druge osobe. Za sve društvene sposobnosti koje su važne za rad, empatija je temeljna vještina.

Empatija u sestinstvu

Ulazeći u kontekst medicinske sestre na odjelu, značilo bi kako je otvorena prema pacijentovim osjećajima, aktivna je u pacijentovom doživljaju emocija, vodi brigu o njima, usmjerava ga te mu pruža potporu. U zadovoljavanju pacijentovih osnovnih životnih potreba shvaća kako su svi različiti. Zna da je svaka osoba individua za sebe, pojedinac sa svim svojim vlastitim potrebama. Razumije pacijentove potrebe te ih, u skladu s trenutnim mogućnostima, zadovoljava. U radu s pacijentom prepoznaje njegove najbolje kvalitete, ističe vrline, potiče pacijenta na kreativnost ko-

liko njegovo zdravstveno stanje dopušta ili koliko je sam pacijent motiviran. Aktivno uključuje i pacijentovu obitelj u procesu rehabilitacije. Time zaokružuje proces i načelo holističkog pristupa svakom pojedincu, poštujući ga kao cjelovitu osobu te postiže određenu razinu emocionalne empatije. Upravo time medicinska sestra na najbolji način pokazuje kako pazi na emocionalne signale i dobro sluša pacijenta, iskazuje osjetljivost i razumije drugačija gledišta te pomaže drugima na temelju razumijevanja njihovih potreba i osjećaja.

Medicinske sestre koje razvijaju empatiju imaju vremena reći pacijentima što ih očekuje, traže pacijentovo mišljenje i provjeravaju je li shvatio dane upute te ga potiču da govori. Ovo je iznimno važno u preoperativnoj pripremi, ali i u općenito dobrom prihvaćanju savjeta i samog liječenja, jer „u svijetu bolesti, emocije imaju neosporno glavnu ulogu; strah je samo korak dalje“ [1]. Zbog toga je točna tvrdnja koja kaže kako postoji napredak u medicinskoj učinkovitosti, kako na području prevencije, tako i na području liječenja, koje je moguće postići liječenjem pacijentova emocionalnog stanja zajedno s medicinskim.

Svrha provedenog istraživanja utvrđivanje je jesu li emocionalna inteligencija i samosvijest razvijeniji kod medicinskih sestara/tehničara, jer su nužni u njihovoj svakodnevnoj komunikaciji i radu s pacijentom te otkrivanju i zadovoljavanju njegovih stvarnih potreba i stanja.

Metode / Methods

Podaci za istraživanje na temu „Razvoj emocionalnih vrijednosti studenata stručnih studija Veleučilišta u Varaždinu“ prikupljeni su pomoću ankete provedene na internetskim stranicama Veleučilišta u Varaždinu u periodu od 15. travnja 2013. godine do 30. travnja 2013. godine. Anketu je pravilno popunilo 110 studenata stručnog studija sestinstva i 65 studenata ostalih smjerova Veleučilišta u Varaždinu (Elektrotehnika, Multimedija, oblikovanje i primjena, Proizvodno strojarstvo, Tehnička i gospodarska logistika, Graditeljstvo).

Anketa se sastoji od 8 pitanja iz područja emocionalne inteligencije, točnije komponenata emocionalne inteligencije: samokontrola, samosvjesnost, motiviranost i empatija, na koja su studenti odgovarali pomoću Likertove skale uz ponuđene odgovore: 1- nikad, 2- rijetko, 3- ponekad, 4- često i 5- uvijek čime su samoprocjenom iskazali percepciju svojih emocija, ponašanja i stanja u određenim situacijama.

Analiza podataka napravljena je u kompjuterskom programu [Microsoft Excel] a statistička obrada putem IBM SPSS Statistics programa. Dobiveni podatci prikazani su uz pomoć stupičastih dijagrama i tabelarnih prikaza. Rezultati istraživanja izraženi su u postotcima i frekvenciji javljanja određenih odgovora.

Opći podatci o ispitanicima i anketnom upitniku

Grupnu anketiranih ispitanika činilo je 110 studenata stručnog studija sestinstva (u daljnjem tekstu: prva skupina ispitanika) svih dobnih skupina te 65 studenata ostalih smjerova Veleučilišta u Varaždinu (u daljnjem tekstu: druga sku-

pina ispitanika) bez obzira na dob. Anketirani su redovni i izvanredni studenti svih smjerova bez razlike na radni status (zasposlen, nezaposlen). Ispitanici su studenti od 1. do 3. godine stručnih studija.

Rezultati / Results

Statistički skup istraživanja komponenata emocionalne inteligencije, prve skupine ispitanika, obuhvaćao je studente Stručnog studija sestrinstva Veleučilišta u Varaždinu. Od ukupnog broja anketiranih 110 je bilo važećih, a 0 nevažećih anketa. Najveća jednostvana aritmetička sredina koja predstavlja omjer zbroja vrijednosti numeričke varijable i broja vrijednosti numeričke varijable (od 1- nikad do 5- uvijek), iznosi 4,4 na tvrdnju broj dva *Svjestan sam svojih osjećaja*, dok je najmanja aritmetička sredina na tvrdnju broj pet *Motiviran sam u obavljanju svakodnevnih zadataka koji su mi dodijeljeni* i iznosi 3,673. Modalitet s najčešćom frekvencijom (mod) u svim tvrdnjama bio je odgovor „često“ (odgovor 4 Likertove skale). Anketirani prve skupine na tvrdnju broj šest *Znam prosuditi u kakvoj se situaciji nalazim te se sukladno tome ponašam* dali su samo odgovore u ras-

ponu od 3 do 5, dok se za odgovore „nikad“ i „rijetko“ nitko nije odlučio, kao što je prikazano u tablici, [tablica 1].

Od ukupnog broja anketiranih druge skupine ispitanika koja obuhvaća studente ostalih stručnih studija Veleučilišta u Varaždinu (Elektrotehnika, Multimedija, oblikovanje i primjena, Proizvodno strojarstvo, Tehnička i gospodarska logistika, Graditeljstvo) 65 anketa bilo je važećih, a 0 nevažećih. Najveća jednostvana aritmetička sredina koja predstavlja omjer zbroja vrijednosti numeričke varijable i broja vrijednosti numeričke varijable (od 1- nikad do 5- uvijek), jednaka je prvoj skupini ispitanika i iznosi 4,47 za tvrdnju broj dva *Svjestan sam svojih osjećaja*. Najmanja jednostvana aritmetička sredina odnosi se na tvrdnju broj pet *Motiviran sam u obavljanju svakodnevnih zadataka koji su mi dodijeljeni* i iznosi 3,63 što je jednako nisko kao i u prvoj skupini ispitanika. Modalitet s najčešćom frekvencijom (mod) u svim tvrdnjama bio je odgovor „često“ (odgovor 4 Likertove skale) osim u tvrdnjama dva i tri *Svjestan sam svojih osjećaja* i *Znam zbog čega se osjećam tako kako se osjećam* u kojima je mod 5 (uvijek). U drugoj skupini ispitanika ni jedan anketirani nije ponudio odgovor „nikad“ (broj 1 na Likertovoj skali odgovora) [tablica 2].

TABLICA [1] Ukupni rezultati ankete: stručni studij Sestrinstvo

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
N	Važeći	110	110	110	110	110	110	110	110
	Nevažeći	0	0	0	0	0	0	0	0
Aritmetička sredina		3,964	4,4	4,145	3,991	3,673	4,173	3,955	3,964
Mod		4	4	4	4	4	4	4	4
Minimum		2	1	2	1	2	3	2	2
Maksimum		5	5	5	5	5	5	5	5

TABLICA [2] Ukupni rezultati ankete: ostali stručni studiji

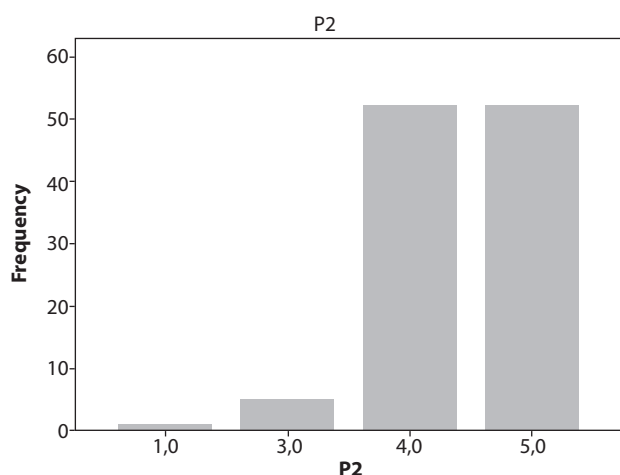
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
N	Važeći	65	65	65	65	65	65	65	65
	Nevažeći	0	0	0	0	0	0	0	0
Aritmetička sredina		4,123	4,477	4,308	4,046	3,631	4,215	3,815	3,8
Mod		4	5	5	4	4	4	4	4
Minimum		2	2	2	2	2	3	2	2
Maksimum		5	5	5	5	5	5	5	5

Ispitanici prve skupine na tvrdnju broj dva *Svjestan sam svojih osjećaja* ponudili su odgovore 1, 3, 4 i 5 prema Likertovoj skali. Odgovori „često“ i „uvijek“ dobili su podjednak postotak zastupljenosti odgovora 47,3% te je u istima zastupljena i najveća frekvencija od 52 odgovora [slika 1]. Anketirani druge skupine najviše su odgovora dali odgovoru „uvijek“ s frekvencijom od 37 [slika 2] i postotkom od 35,4%.

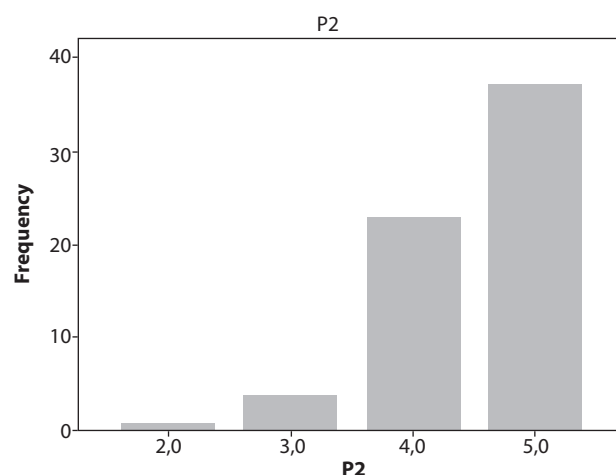
Anketirani prve skupine na treće pitanje o tome koliko često znaju zbog čega se osjećaju tako kako se osjećaju odgovorili su „često“ u 51,8% slučajeva (slika 3.) ili frekvencijom odgovora 68 od 110 anketiranih. Druga skupina anketiranih

odgovore je dala u rasponu od 2 do 5, s najvećom frekvencijom pojavnosti odgovora „uvijek“ i postotkom od 46,2% za „uvijek“ te 41,5 za odgovor „često“, kao što je prikazano na slici [slika 3].

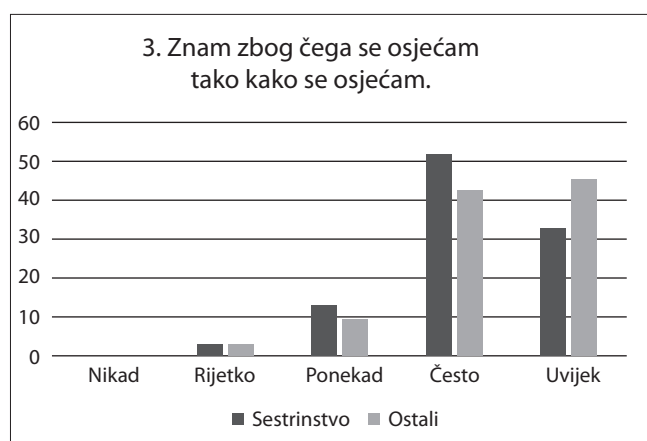
Na tvrdnju *Motiviran sam u obavljanju svakodnevnih zadataka koji su mi dodijeljeni* u obje skupine ispitanika odgovori se kreću između 2 i 5 frekvencije Likertovog tipa. U prvoj skupini ispitanika iznimno je nizak postotak odgovora „uvijek“ (12,7%) te prevladavaju odgovori „ponekad“ (40%) i „često“ s 44,5% (slika 4.). Frekvencije iznose 44 i 49 za odgovor 3 i 4. Ista situacija primijećena je i u drugoj skupini



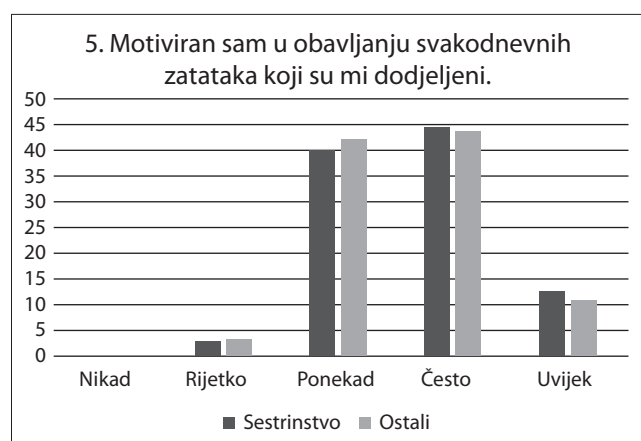
SLIKA [1] Frekvencija pojavnosti odgovora na pitanje o svjesnosti svojih osjećaja; prva skupina ispitanika.



SLIKA [2] Frekvencija pojavnosti odgovora na pitanje o svjesnosti svojih osjećaja; druga skupina ispitanika



SLIKA [3] Postotak zastupljenih odgovora na pitanje: *Znam zbog čega se osjećam tako kako se osjećam*, obje skupine ispitanika.



SLIKA [4] *Motiviran sam u obavljanju svakodnevnih zadataka koji su mi dodijeljeni*, postotak zastupljenih odgovora, obje skupine ispitanika.

ispitanika gdje je postotak odgovora „ponekad“ i „često“ nešto veći nego u skupini prije: 41,5% i 44,6% [slika 4], dok frekvencija odgovora „uvijek“ ima pojavnost u samo 7 ispitanika.

Rasprava / Discussion

U istraživanju je sudjelovalo 110 ispitanika stručnog studija sestrinstva te 65 ispitanika ostalih smjerova stručnih studija Veleučilišta u Varaždinu. Za potrebe istraživanja konstruiran je anketni upitnik sastavljen od 8 tvrdnji kojeg su ispitanici ispunjavali putem interneta, a važnost je odgovora bodovana od 1 do 5 prema Likert-ovoj metodi.

Prema značajnoj aritmetičkoj sredini na Likertovoj skali odgovora, koja iznosi 4.40, na tvrdnju o svjesnosti svojih osjećaja, a odnosi se na samosvijest kao komponentu emocionalne inteligencije, rezultati pokazuju kako studenti stručnog studija Sestrinstva razumiju svoje osjećaje za što je, moguće, zaslužna specifičnost profesije medicinskih se-

stara/tehničara. Nadalje, odgovori ispitanika ostalih studija imaju veću aritmetičku sredinu rezultata koja iznosi 4.47 dok je modalitet s najčešćom frekvencijom bio odgovor „uvijek“ što je bolje, nego kod studenata studija sestrinstva. Ove rezultate možemo povezati s istraživanjem koje je objavila medicinska sestra Martina Dušak 2012. godine pod naslovom „Procjena emocionalne kompetencije i razine stresa kod medicinskih sestara u jedinici intenzivnog liječenja“. U navedenom istraživanju uključeno je 40 ispitanika starosne dobi između 18 i 60 godina koji rade na mjestu bolničkih zdravstvenih djelatnika (medicinske sestre i tehničari srednje i više stručne spreme) u jedinici intenzivnog liječenja Kliničkog bolničkog centra „Sestre milosrdnice“. U anketnom je upitniku navela tvrdnju *Lako mogu nabrojiti emocije koje trenutno doživim* na koje je 27,5% ispitanika odgovorilo „kako kada“, 55% „uglavnom da“ i 17,5% „u potpunosti da“. Povezujući rezultate provedenog istraživanja s navedenim istraživanjem, verificira se kako studenti Veleučilišta u Varaždinu imaju veći stupanj razvijenosti emocionalne inteligencije kroz vlastitu spoznaju svojih emocija ko-

je su od iznimne važnosti u svakodnevnom timskom radu i radu s klijentom/pacijentom. Uspoređujući dobivene rezultate dvije skupine ispitanika o razvijenosti kompetencija emocionalne inteligencije, opovrgnuta je hipoteza o većoj razvijenosti samosvijesti kod medicinskih sestara te zaključujemo kako nema veće razlike u dvije podskupine ispitanika.

Rezultati u obje skupine ispitanika na tvrdnju *Znam prosuditi u kakvoj se situaciji nalazim te se sukladno tome ponašam* potvrdili su kako svi studenti Veleučilišta u Varaždinu poznaju temeljnu teoriju emocionalne inteligencije Daniela Golemana i time pokazuju visoki stupanj zrelosti. Ovo je od iznimne važnosti za daljnji nastavak kvalitetnog obavljanja posla i sukladnog ponašanja u određenoj situaciji u kojoj se pojedinac nalazi.

Zanimljivi, ali i poražavajući podaci dobiveni su za tvrdnju koja ispituje motivaciju, *Motiviran sam u obavljanju svakodnevnih zadataka koji su mi dodijeljeni*. Prema Golemanu, motivacija je jedna od najznačajnijih komponenti emocionalne inteligencije, a ovako nizak rezultat aritmetičke sredine, najlošiji od svih ispitanih kategorija, koji u prvoj skupini iznosi 3.673, a u drugoj 3,61 zabrinjavaju. Ovo zabrinjava jer se nameće pitanje kolika je uspješnost i efikasnost obavljanja zadataka s obzirom na nisku razinu motiviranosti anketiranih, znamo li da je motivacija pokretač radne snage, izvor kreativnosti i inovacija?! Uvođenje novih nastavnih programa, zanimljivim i inovativnim temama koje idu u korak s modernom medicinom, obrađivanjem tema koje su studentima zanimljivije, aktivnim uključivanjem studenata u proces nastave, davanjem mogućnosti odabira dodatnih radionica, posjeta raznim udrugama, aktivnim uključivanjem u rad s osobama oboljelim od hipertenzije ili šećerne bolesti, posjet tečaju za trudnice, dodatni razgovori sa studentima, rješavanje njihovih problema i slušanje njihovih „priča“, poticanje kreativnosti i inovativnosti, doprinijelo bi povećanju motivacije, a samim time i uspješnosti studenata u svakodnevnim aktivnostima kao i u redovitom završetku školovanja. Time bismo skratili vrijeme studiranja, smanjili troškove obrazovanja, a povećanjem motivacije studenata kasnije dobivamo kompetentnije radnike za zahtjevno tržište inovacija.

Visoke rezultate u postotcima za odgovore „često“ i „uvijek“ na pitanje o tome koliko često ispitanici znaju zbog čega se osjećaju tako kako se osjećaju možemo usporediti s pitanjem o svjesnosti svojih osjećaja u kojem visoka aritmetička sredina odgovara na hipotezu istraživanja. Još jednom se potvrđuju rezultati kako studenti obje skupine anketiranih razumiju vlastite osjećaje i znaju uzrok javljanja i doživljaja određene emocije. Samim time opovrgnuta je hipoteza kako je emocionalna inteligencija razvijenija kod studenata studija sestrinstva, nego li kod drugih studenata.

Istraživanjem provedenim 2013. godine na 50 studenata studija sestrinstva Sveučilišta u Zagrebu (29 ispitanika) i Sveučilišta u Dubrovniku (21 ispitanik) naspram 40 nezdravstvenih ispitanika utvrđeno je da postoje statistički značajne razlike u emocionalnoj inteligenciji između medicinskih sestara i opće populacije, u području upravljanja emocijama [9]. U istraživanju za potrebe ovog rada nije potvrđen veći raskorak u stupnju razvijenosti emocionalne intelligen-

cije studenata stručnog studija sestrinstva naspram ostalih stručnih studija Veleučilišta u Varaždinu.

Zaključak / Conclusion

Kontrola emocija i njihovo razumijevanje ključni su za razvoj emocionalne inteligencije. Suvremenu teoriju emocionalne inteligencije dao je Daniel Goleman koji govori o skupu drugih osobina: sposobnostima kao što je mogućnost motiviranja samog sebe i ustrajavanje unatoč poteškoćama i frustracijama; obuzdavanje impulzivnosti i odgađanje trenutka primanja nagrade; reguliranje svojih raspoloženja i omogućavanje ustrajnosti da zaguši sposobnost razmišljanja; suosjećanje i nadanje.

Emocionalna inteligencija od iznimne je važnosti u svakodnevnom životu. Stoga je bitno razviti emocionalne kompetencije: samosvladavanje, samosvjesnost, motiviranost, empatiju i socijalne vještine. Upravo te vještine nužne su u radu medicinske sestre.

Razvijanje samosvijesti i empatije najvažniji je zadatak medicinske sestre. Time medicinska sestra suosjeća, prepoznaje ono što drugi osjeća. Otvorena je prema pacijentovim osjećajima, aktivna je u pacijentovom doživljaju emocija, vodi brigu o njima, usmjerava ga te mu pruža potporu. Razumije pacijentove potrebe te ih, u skladu s trenutnim mogućnostima, zadovoljava. U radu s pacijentom prepoznaje njegove najbolje kvalitete. Aktivno uključuje i pacijentovu obitelj u procesu rehabilitacije. Time zaokružuje proces i načelo holističkog pristupa svakom pojedincu poštujući ga kao cjelovitu osobu te postiže određenu razinu emocionalne empatije.

Kroz istraživanje u kojem su sudjelovali studenti stručnog studija sestrinstva i studenti ostalih studija Veleučilišta u Varaždinu te uspoređujući dobivene rezultate dvije skupine ispitanika ankete o razvijenosti kompetencija emocionalne inteligencije opovrgnuta je hipoteza o većoj razvijenosti samosvijesti kod medicinskih sestara te zaključujemo kako nema veće razlike u dvije skupine ispitanika. Tvrdnja kojom se ispitalo poznavanje vlastitih osjećaja dala je rezultate na temelju kojih možemo zaključiti kako studenti obje anketirane skupine razumiju vlastite osjećaje i znaju uzrok javljanja i doživljaja određene emocije. Samim time opovrgnuta je hipoteza kako je emocionalna inteligencija razvijenija kod studenata studija sestrinstva, nego li kod studenata ostalih studija Veleučilišta u Varaždinu.

Literatura / References

- [1] Goleman, D. Emotional Intelligence. Why It Can Matter More than IQ. New York: Bantam Books. 1995
- [2] Zohar D, Marshall I. Duhovna inteligencija. Spirituality in Higher Education. 2010; 5 (5):1-8.
- [3] Gardner H. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. New York: Basic Book; 1983.
- [4] Wiedenbach E. Clinical nursing: A help art. New York: Springer; 1964.
- [5] Damasio A. Osjećaj zbivanja: tijelo, emocije i postanak svijesti. Zagreb: Algoritam; 2005.
- [6] Keleman S. Emocionalna anatomija. Zagreb: Erudita; 2004.
- [7] Kabat-Zin J. Wherever You Go, There You Are. New York: Hyperion; 1994.
- [8] Raboteg-Šarić Z. Psihologija altruizma. Zagreb: Alinea; 1995.
- [9] Lesjak R, Sindik J. Emocionalna inteligencija medicinskih sestara. Se-strinski glasnik 2013;3:174-181