

3rd International Conference on Advanced and Systematic Research - ECNSI
Zadar, Croatia: November 12 – 14, 2009
Conference chairman: Vladimir Šimović

1st Scientific research symposium: *Positive psychology in education*
November 13 – 14, 2009

Chair persons:

Majda Rijavec
Dubravka Miljković

Symposium secretary:

Lana Jurčec
lana.jurcec@ufzg.hr

3. međunarodna konferencija o naprednim i sustavnim istraživanjima – ECNSI
Zadar, 12. – 14. studenoga 2009. god.
Predsjedavajući konferencije: Vladimir Šimović

1. posebno usmjereni simpozij: *Pozitivna psihologija u odgoju i obrazovanju*
13. – 14. studenoga 2009. god.

Voditeljice simpozija:

Majda Rijavec
Dubravka Miljković

Tajnica simpozija:

Lana Jurčec
lana.jurcec@ufzg.hr

ISBN: 978-953-7210-25-0

Lence Miloseva¹, Jozefina Marelja²

¹Goce Delcev University, Stip, R. Macedonia

²Aalborg University, Copenhagen, Denmark

**Program Pozitivne psihologije:
kako spriječiti depresiju u ranoj adolescenciji?**

lence.miloseva@ugd.edu.mk

Svoje smo istraživanje utemeljili u okviru kognitivno-bihevioralnih teorija depresije. *Penn Program otpornosti (Penn Resilience program, PRP)* inspiriran je kognitivno-bihevioralnim teorijama i terapijama depresije, te istraživanjima na području razvoja u adolescenciji. Cilj je ovog rada predstaviti *Pozitivno-psihološki program* i rezultate našeg jednogodišnjeg iskustva, te doprinijeti razvoju cjelokupnog školskog pristupa i pozitivno-psihološkog preventivnog modela problema mentalnog zdravlja. Modifikacijom *Penn Programa otpornosti* kreirali smo program za pojedince u ranoj adolescenciji – *kako prevenirati depresiju*. Tijekom jedne akademske godine primijenili smo taj program u četiri razreda jedne osnovne škole. U programu je sudjelovalo 120 14-godišnjih učenika osmog razreda, 56 dječaka i 64 djevojčice. Anketiranje je provedeno prije početka i po završetku programa. Za mjerenje razine optimizma i pesimizma kod učenika korištena je *Skala atribucijskog stila za djecu (Children's Attributional Style Questionnaire, CASQ; Seligman i sur., 1996.)*. Iz rezultata anketiranja prije početka i po završetku programa vidimo da postoje neke promjene u razinama optimizma i pesimizma kod djece.

Ključne riječi: pozitivna, psihologija, adolescencija, program, prevencija, depresija