



Fakulteta za zdravstvo **Angele Boškin**  
*Angela Boškin Faculty of Health Care*

Diplomsko delo  
visokošolskega strokovnega študijskega programa prve stopnje  
ZDRAVSTVENA NEGA

**ČUSTVENA INTELIGENCA ŠTUDENTOV  
FAKULTETE ZA ZDRAVSTVO ANGELE  
BOŠKIN**

**EMOTIONAL INTELLIGENCE OF  
STUDENTS OF THE ANGELA BOŠKIN  
FACULTY OF HEALTH CARE**

Diplomsko delo

Mentorica: Mateja Bahun, viš. pred.

Kandidatka: Arijana Turkeš

Jesenice, september 2021

## **ZAHVALA**

Zahvaljujem se mentorici diplomskega dela Mateji Bahun, viš. pred., za vso strokovno pomoč in podporo pri pisanju diplomskega dela.

Iskrena hvala recenzentki diplomskega dela doc. dr. Katji Pesjak za recenzijo diplomskega dela.

Za lektoriranje diplomskega dela bi se zahvalila mag. Nataši Koražiji.

Hvala tudi doc. dr. Maji Šikić Pogačar za pomoč pri statistiki in podporo pri pisanju diplomskega dela.

Posebna zahvala gre mojemu partnerju, družini in prijateljem za vso spodbudo, razumevanje in potrpežljivost.

## POVZETEK

**Teoretična izhodišča:** Čustvena inteligenca je sposobnost prepoznavanja in obvladovanja lastnih in tujih čustev. Medicinske sestre opravljajo fizično in čustveno zahtevno delo, zato je čustvena inteligenca ključna za uspešno in varno delo. Za raziskovanje čustvene inteligence med študenti Fakultete za zdravstvo Angele Boškin smo se odločili, ker je to aktualna tematika v poklicih v zdravstvu, saj ima pomemben in neposreden stik z občutljivimi posamezniki v času njihovih z zdravjem povezanih skrbi.

**Cilj:** Cilj diplomskega dela je bil ugotoviti razliko v stopnji čustvene inteligence med študenti Fakultete za zdravstvo Angele Boškin glede na smer, letnik, način študija ter glede na sociodemografske značilnosti študentov.

**Metoda:** Podatke v empiričnem delu diplomskega dela smo pridobili s pomočjo ESCQ (Emotional skills and competence questionnaire) vprašalnika. Vprašalnik smo poslali 383 študentom, od tega jih je v raziskavi sodelovalo 264 (oz. 68,9 %). Statistična analiza je bila izdelana s programom IBM SPSS 26.0 (IBM Corp., Armonk, NY). S pomočjo odgovorov na vprašanja ECSQ-testa smo izračunali ECSQ-vrednosti za vsakega anketiranca posebej.

**Rezultati:** S pomočjo ECSQ-vprašalnika smo čustveno inteligenco ocenjevali glede na 3 sklope, in sicer *Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev*, *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* ter *Sposobnost upravljanja s čustvi*. Ugotovili smo, da pri nobenem sklopu ne prihaja do statistično pomembnih razlik. Povprečna ocena pri sklopu *Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev* je bila  $PV = 3,4$  ( $SO = 1,1$ ). Povprečna ocena pri sklopu *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* je  $PV = 3,4$  ( $SO = 0,9$ ) ter pri sklopu *Sposobnost upravljanja s čustvi*  $PV = 3,5$  ( $SO = 0,8$ ).

**Razprava:** Naša raziskava ni pokazala bistvenih razlik v stopnji čustvene inteligence med študenti Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Ugotovili smo, da imajo študentje povprečno vrednost čustvene inteligence. Na podlagi pregledane literature smo ugotovili, da se raven čustvene inteligence da zvišati, zato predlagamo trening le-te v sklopu učnega načrta in potem ponovno testiranje.

**Ključne besede:** čustvena inteligentnost, čustva, visokošolski študij, zdravstvena nega, fizioterapija

## SUMMARY

**Background:** Emotional intelligence is the ability to understand and manage one's own and other people's emotions. Nurses perform physically and emotionally demanding work, making emotional intelligence a key to successful and safe work. We decided to study emotional intelligence among the students of the Angela Boškin Faculty of Health Care, because it is a topical issue in health care professions, due to the fact that health care staff has significant and direct contact with vulnerable individuals during their health-related concerns.

**Goals:** The aim of the thesis was to examine the differences in the level of emotional intelligence among the students of the Angela Boškin Faculty of Health Care in relation to their study program, year of study, full-time or part-time study programs and socio-demographic characteristics.

**Methods:** Data in the empirical part of the thesis were obtained using ESCQ (Emotional skills and competence questionnaire). The questionnaire was sent to 383 students, of which 264 (or 68.9%) took part in the survey. Statistical analysis was performed using IBM SPSS 26.0 (IBM Corp., Armonk, NY) software. Using the answers to the ESCQ test questions, we calculated the ESCQ values for each respondent separately.

**Results:** The ESCQ questionnaire was used to assess emotional intelligence according to 3 groups of statements, namely: "*Ability to recognize and understand emotions*", "*Ability to express and name emotions*", and "*Ability to manage emotions*". We found that there were no statistically significant differences among the students of the Angela Boškin Faculty of Health Care. The mean score in the section "*Ability to recognize and understand emotions*" was  $MV = 3.4$  ( $SD = 1.1$ ). The mean score in the section "*Ability to express and name emotions*" was  $MV = 3.4$  ( $SD = 0.9$ ) and the score in the section "*Ability to manage emotions*" was  $MV = 3.5$  ( $SD = 0.8$ ).

**Discussion:** Our research showed no significant differences in emotional intelligence among the students. It showed that the students have an average value of emotional intelligence. Based on the reviewed literature, we found that the level of emotional intelligence can be increased, so we propose training in this field and a re-assessment.

**Keywords:** emotional intelligence, emotions, higher education, nursing, physiotherapy

## KAZALO

<b>1 UVOD</b> .....	1
<b>2 TEORETIČNI DEL</b> .....	2
2.1 ČUSTVENA INTELIGENCA .....	2
2.2.1 Opredelitev čustvene inteligence .....	2
2.2.2 Razvoj čustvene inteligence .....	4
2.2.3 Značilnosti čustveno inteligentnega človeka.....	5
2.2 ČUSTVENA INTELIGENCA ŠTUDENTOV .....	8
<b>3 EMPIRIČNI DEL</b> .....	13
3.1 NAMEN IN CILJI RAZISKOVANJA .....	13
3.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA .....	13
3.3 RAZISKOVALNA METODOLOGIJA .....	13
3.3.1 Metode in tehnike zbiranja podatkov .....	13
3.3.2 Opis merskega instrumenta .....	14
3.3.3 Opis vzorca.....	15
3.3.4 Opis poteka raziskave in obdelave podatkov .....	19
3.4 REZULTATI .....	19
3.5 RAZPRAVA.....	32
<b>4 ZAKLJUČEK</b> .....	38
<b>5 LITERATURA</b> .....	39
<b>6 PRILOGE</b> .....	45
6.1 INSTRUMENT.....	45

## KAZALO SLIK

Slika 1: Udeleženci raziskave glede na spol.....	16
Slika 2: Udeleženci raziskave glede na starost.....	16
Slika 3: Udeleženci raziskave glede na letnik, ki so ga obiskovali v času izvajanja raziskave .....	17
Slika 4: Udeleženci raziskave glede na smer študija.....	18
Slika 5: Udeleženci raziskave glede na način študija.....	18

## KAZALO TABEL

Tabela 1: Osebnostne in socialne kompetence ČI.....	6
Tabela 2: Povprečne vrednosti s standardnim odklonom za tri sklope.....	19
Tabela 3: Stopnja čustvene inteligence med študenti FZAB.....	20
Tabela 4: Povprečne vrednosti s standardnim odklonom za tri sklope.....	22
Tabela 5: Razlika v stopnji čustvene inteligence glede na letnik študija.....	22
Tabela 6: Ocene trditev za posamezne sklope glede na letnik.....	24
Tabela 7: Razlika v stopnji čustvene inteligence glede na spol.....	24
Tabela 8: Povprečne vrednosti s standardnim odklonom za tri sklope.....	26
Tabela 9: Razlika v stopnji čustvene inteligence glede na starost.....	27
Tabela 10: Ocene trditev za posamezne sklope glede na smer študija.....	29
Tabela 11: Razlike v stopnji čustvene inteligence glede na študijski program.....	29
Tabela 12: Ocene trditev za posamezne sklope glede na vrsto študija.....	31
Tabela 13: Razlike v stopnji čustvene inteligence glede na način študija.....	31

## SEZNAM KRAJŠAV

FZAB	Fakulteta za zdravstvo Angele Boškin
ČI	Čustvena inteligenca
IQ	Intelligenčni kvocient
EQ	Čustveni kvocient

## 1 UVOD

Inteligenci kvocient (IQ) je rezultat številnih standardiziranih testov za merjenje inteligence. Uporabljamo ga za ocenjevanje nadarjenosti in inteligentnosti. Nekateri trdijo, da je visok IQ pogoj za uspeh, vendar vemo, da to ne drži (Serrat, 2017). IQ nam je že ob rojstvu določen, kar pa ne velja enako za čustveni kvocient (EQ). EQ je sposobnost, ki jo razvijamo skozi življenje, kar pomeni, da nikoli ni prepozno za razvoj čustvene inteligence (ČI) (Leskovic, 2016). Lahko rečemo, da smo ljudje inteligentni na več načinov. Pomembno je, da svoje sposobnosti spoznamo in razvijamo. Ko prevladajo čustva, je naše inteligentno obnašanje odvisno od našega čustvenega odziva na zunanje dražljaje. Pri EQ gre potemtakem za prepoznavanje in obvladovanje čustev sebe in prepoznavanje čustev oseb okoli nas ter naš odziv na zunanje dejavnike (Galunič, 2016). Glede na ugotovitve raziskave (Džakulin, 2018) večina ljudi meni, da so čustva pomembna in da dobro poznajo in obvladajo svoja čustva, vendar so še vedno v veliki meri prisotni predsodki in civilizacijski miti. Podobno kot IQ tudi EQ nima splošno sprejete definicije, vendar jo priznamo kot vodilo za naše vedenje: česa se izognemo in s čim se soočimo. Čustva nas lahko opozorijo tudi na določene dražljaje, ki zahtevajo prednostno pozornosti. Čustva pogosto nastanejo kot odziv na notranji ali zunanji dogodek, ki ima za posameznika pozitivno ali negativno vrednost (McKinney, 2019). V zadnjih letih je čustvena inteligenca postala žarišče zanimanja številnih raziskovalcev. Čustveno inteligenco razumemo kot zmožnost lažjega prepoznavanja in uravnavanja čustev ter generiranja adaptivnega vedenja. Glavne teorije čustvene inteligence temeljijo na modelu lastnosti in modelu sposobnosti. Model lastnosti razlaga čustveno inteligenco kot konstrukt, ki je povezan z nizom lastnosti, povezanih z osebnostjo, socialno-čustvenimi spretnostmi, motivacijskimi vidiki in različnimi kognitivnimi sposobnostmi, ki so bistvene za soočenje s potrebami in pritiski. Model sposobnosti pa čustveno inteligenco obravnava kot drugo vrsto inteligence, ki temelji na prilagodljivi uporabi čustev in njihovi uporabi v našem razmišljanju. To omogoča posamezniku, da se prilagodi svoji okolici in reši težave (Trigueros, et al., 2019). Čustvena inteligenca opisuje sposobnost zaznavanja, prepoznavanja, ocenjevanja in upravljanja čustev samega sebe in drugih. Ljudje, ki imajo visoko stopnjo čustvene inteligence, se zelo dobro poznajo in so sposobni zaznati tudi čustva drugih. So prijazni, vzdržljivi in optimistični (Serrat, 2017).



## 2 TEORETIČNI DEL

### 2.1 ČUSTVENA INTELIGENCA

#### 2.2.1 Opredelitev čustvene inteligence

Čustva opisujejo in razlagajo pojave, nastale v večdimenzionalnem procesu, odgovornem za analizo in razlago posebnih situacij, izražanje čustev, pripravo na ukrepanje in na koncu fiziološke in kognitivne spremembe, ki izhajajo iz celotnega procesa. Čustva imajo funkcijo socialne prilagoditve in osebne prilagoditve. Čustveni odziv posameznika je podrejen trem dimenzijam, ki organizirajo vsa čustvena stanja. Te dimenzije so valenca (prijetna ali neprijetna čustva, ki vplivajo na to, da se posameznik izogne ali pristopi k dražljaju izvora), vzburjenje (moč čustvenega odziva, povezana z intenzivnostjo spodbude ali notranje motivacije) ter moč (sega od ekstremne dominance situacije do podrejenosti). Pozitivna čustva so povezana z akademsko sposobnostjo, počutjem, lastno motivacijo ter s spominom. Negativna čustva so pa povezana s slabo uspešnostjo, visoko stopnjo stresa in depresije (Trigueros et al., 2019). Beseda stres izvira iz latinščine in pomeni obremenitev, pritisk ali napetost, ki deluje na določeno površino (Marcijan, 2018). Stres je dogodek v posameznikovem življenju, ki je neizogiben. Vsi se v življenju srečamo s stresnimi situacijami, pri študentih je možnost za to še višja. Stres je stanje, ki je posledica povečane napetosti. Določen vpliv stresa je lahko za osebo koristen. Stres posameznika stimulira in mu tako pomaga doseči določen cilj. Previsoka raven stresa pa ima lahko negativne posledice; tako stres postane nevaren za zdravje (Fatkić, 2018). Trigueros in sodelavci (2019) so ugotovili, da je ustrezna raven stresa pri študentih pozitiven, saj spodbuja razmišljanje in motivira študente za boljši uspeh. Primerna raven stresa se kaže kot motiviranost, boljši spomin in hitrejše ter boljše reševanje problemov, medtem ko je previsok ali prenizek nivo stresa povezan z depresijo, anksioznostjo, nespečnostjo in še mnogimi drugimi negativnimi čustvi. Enns in sodelavci (2018) so v svoji raziskavi ugotovili, da obstaja povezava med čustveno inteligenco in stresom. Višji čustveni kvocient je bil povezan z lažjim in bolj adaptivnim spoprijemanjem s stresom. Ugotovili so, da bi lahko intervencije, ki spodbujajo razvoj ČI, pomagale študentom zdravstvene nege pri reševanju in spopadanju s stresom.

ČI se razlikuje od tradicionalnih meril inteligence, ker se osredotoča na nekognitivne sposobnosti, ki jih posamezniki uporabljajo za zaznavanje, razumevanje in uravnavanje čustev v sebi in drugih. Uporaba ČI v visokošolskem izobraževanju je razmeroma nova ideja. Tradicionalne meritve, kot sta IQ in povprečje ocen, so napovedovalci akademskega uspeha, vendar ni dokazov, da bi bili povezani z uspehom po diplomi na delovnem mestu. Študente zdravstvene nege mora fakulteta motivirati v smeri kritičnega razmišljanja kot tudi spodbujati razvijanje ČI. Kompetentnost ter tehnično in kritično razmišljanje je osnovnega pomena pri delu diplomirane medicinske sestre, saj mora biti sposobna prebrati, oceniti ter razumeti čustva pacientov ter navsezadnje tudi sodelavcev, saj le tako lahko dosežejo skupni cilj, kar je zagotovitev optimalnega zdravljenja pacientov. Del odgovornosti fakultete je zagotoviti, da študent pokaže kritično razmišljanje, ki je bistvenega pomena za njihov bodoči poklic (Cheshire et al., 2015). Kritično razmišljanje je temelj učinkovite zdravstvene prakse, obenem pa predstavlja izziv za mentorje in študente v kliničnem okolju. To večino morajo osvojiti tudi študenti fizioterapije. Kritično razmišljanje v fizioterapiji zajema zbiranje in ocenjevanje podatkov o pacientu ter natančno načrtovanje in izvajanje načrta fizioterapije za najboljši izid zdravljenja pacienta hkrati pa tudi strategije in ukrepe za učinkovito reševanje težav in dilem, ki se lahko pojavijo v času zdravljenja (Keiller & Hanekom, 2014). Refleksivna praksa vključuje kritično razmišljanje s sposobnostjo samonadzora, samoregulacije ter samostojnega dela. Ta je pomembna pri razvoju vsakega zdravstvenega delavca in zahteva premišljeno upoštevanje in vključevanje teoretičnega znanja ter izkušenj za pravilno klinično presojo (Constantinou & Kuys, 2013).

Patil in sodelavci (2016), ki so raziskovali ČI med fizioterapevti, so ugotovili, da je treniranje sposobnosti ČI zvišalo stopnjo ČI, zato avtorji predlagajo uvedbo izobraževanja in usposabljanja na temo ČI v učnem načrtu študija fizioterapije.

Veščine ČI so povezane z vsem, od odločanja do akademskih dosežkov. Torej, kaj je pravzaprav potrebno, da je človek čustveno inteligenten? ČI ima pet komponent. To so samozavedanje, samoregulacija, motivacija, empatija in socialne spretnosti (Goleman, 2017; Serrat 2017).

- Samozavedanje ali sposobnost prepoznavanja in razumevanja lastnih čustev je pomembna veščina ČI. Poleg tega, da znamo prepoznati svoja čustva, pa se moramo tudi zavedati učinka svojih besed, dejanj, razpoložen in čustev na druge ljudi.
- Samoregulacija je sposobnost primerne izražanja čustev. Tisti, ki imajo dobro samoregulacijo, so po navadi bolj prilagodljivi in se dobro odzivajo na spremembe. Prav tako znajo dobro reševati konflikte ter težke in napete situacije.
- Notranja motivacija je pomembna veščina ČI. Motivirani ljudje presegajo cilje, kot so slava, denar in priznanja, ter izpolnjujejo svoje notranje potrebe in cilje.
- Empatija je sposobnost zaznavanja in razumevanja čustvenega stanja druge osebe. Tisti, ki imajo sposobnost empatije, znajo sočustvovati z osebami v težkem obdobju.
- Socialne spretnosti omogočajo vzpostavitev socialnih odnosov z drugimi, s tem pa se razvije močnejše razumevanje sebe in drugih (Cherry, 2021).

Motivacija je pomembna komponenta ČI. Krajnc (2012) je želela ugotoviti, ali ČI vpliva na motivacijo in posledično na delovno uspešnost. Prišla je do zaključka, da ČI močno vpliva na motivacijo na delovnem mestu, obenem pa pripomore tudi k dobremu telesnemu počutju in čustveni stabilnosti.

### 2.2.2 Razvoj čustvene inteligence

ČI posameznika se razvija vzporedno s starostjo zaradi vpliva družbenih, psiholoških in osebnih dejavnikov, ki vplivajo na sposobnost človeka, da se učinkovito prilagaja okolju. Zaradi tega so bile različne raziskave na področju izobraževanja in razvoja ČI pozitivno povezane z boljšim psihološkim počutjem, čustvenim počutjem, akademsko uspešnostjo, socialnimi odnosi, samozadostnostjo in empatijo. V nasprotju s tem je bila ČI negativno povezana s stresom, depresijo in negativnimi čustvi (Trigueros et al., 2019). ČI je bistvenega pomena za vse programe izobraževanja v zdravstvu. Študenti se morajo, če želijo doseči določeno stopnjo izobrazbe, srečavati z različnimi čustvenimi situacijami na kliničnih usposabljanjih. Skozi te situacije se študentje naučijo čustvenih spretnosti, kjer

znajo prebrati in razumeti pacientova čustva, obenem pa prepoznati svoja in jih ustrezno izraziti (Kuruvilla & Menezes, 2019).

Görgens-Ekermans in sodelavci (2015) so v svoji raziskavi ugotavljali, v kolikšni meri intervencija razvijanja ČI dejansko vpliva na razvoj ČI. Anketirance so razdelili v dve skupini, eksperimentalno in kontrolno. Čeprav sta obe skupini imeli precej podobne izhodiščne vrednosti pred preizkusom, je eksperimentalna skupina, ki je razvijala ČI, pokazala znatno povečanje skupne ocene ČI. Avtorji predlagajo nadaljnje raziskave, da se utemeljijo intervencije razvoja ČI, ki bi lahko pomagale študentom pri njihovem uspehu.

Raziskava, narejena med avstralskimi študenti fizioterapije, delovne terapije in logopedije, je pokazala povišanje stopnje ČI. Klinična okolja, kjer dajo študentom povratne informacije glede njihovega dela, naj bi študentom pomagala pri kritičnem razmišljanju in posledično povišala stopnjo ČI. Več vsakodnevne interakcije s pacienti in kliničnimi mentorji pomaga k obvladovanju čustev (Gribble et al., 2019). Raziskava razvoja ČI je bila narejena tudi med indijskimi študenti zdravstvene nege z namenom, ugotoviti raven ČI pred in po treningu ČI. Kuruvilla in Menezes (2019) sta ugotovila, da je bil program usposabljanja učinkovit, saj je pokazal znatno povišanje ČI. Boljše rezultate so pokazale ženske udeleženke in študentje višjih letnikov. Avtorja priporočata, uporabo treningov ČI kot strategijo za izboljšanje socialnega in akademskega uspeha študentov.

### 2.2.3 Značilnosti čustveno inteligentnega človeka

Emocionalno pismen posameznik občuti čustva in tudi prepozna, katera so, koliko so močna in tudi vzrok njegovega trenutnega počutja. Kot emocionalno pismenost se razume tudi razvijanje ustreznih čustev do samega sebe, sprejemanje odgovornosti za svoja čustva, prepoznavanje čustev drugih, zmožnost empatije ter primerno izražanje svojih čustev (Milivojević, 2008 cited in Džakulin, 2018, p. 45). Ljudje imamo različne osebnosti, želje, potrebe in načine, kako pokazati svoja čustva. Če želimo v življenju uspeti, so za to potrebne ustrezne osebne in socialne veščine. Serrat (2017) navaja po

raziskovalcu Golemanu (2017) pet področij čustvene inteligence, ki jih uvršča pod osebne (samozavedanje, samoregulacija in samomotivacija) in socialne (socialno zavedanje in socialne veščine) kompetence.

**Tabela 1: Osebne in socialne kompetence ČI**

Kompetenca	Atribut
<b>Samozavedanje</b>	
Čustveno zavedanje	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vejo, katera čustva čutijo in zakaj.</li> <li>• Ugotoviti znajo povezave med svojimi občutki in tem, kar mislijo, delajo in govorijo.</li> <li>• Prepoznajo, kako njihovi občutki vplivajo na njihovo uspešnost.</li> <li>• Zavedajo se svojih vrednot in ciljev.</li> </ul>
Natančna samoocena	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zavedajo se svojih prednosti in slabosti.</li> <li>• Refleksivni, učijo se iz izkušenj.</li> <li>• Odprti so za iskrene povratne informacije, nove perspektive, nenehno učenje in samorazvoj.</li> <li>• Imajo smisel za humor.</li> </ul>
Samozavest	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imajo samozavesten pristop.</li> <li>• Iskreno izražajo lastna mnenja in občutke o temah, s katerimi se mogoče kdo ne strinja.</li> <li>• So odločni in sposobni sprejemati trdne odločitve kljub negotovostim in pritiskom.</li> </ul>
<b>Samoregulacija</b>	
Samokontrola	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dobro obvladovanje impulzov.</li> <li>• Ostanajo zbrani, pozitivni in neomajni tudi v težavnih trenutkih.</li> <li>• Jasno razmišljajo in dobro delajo pod pritiskom.</li> </ul>
Zaupljivost	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Odločitve sklepajo po načelu etike in ne obsojajo.</li> <li>• zaupanje zgradijo z zanesljivostjo in verodostojnostjo.</li> <li>• Priznavajo lastne napake.</li> <li>• Zavzemajo se za to, v kar verjamejo.</li> </ul>
Vestnost	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Držijo obljube.</li> <li>• So organizirani in natančni pri svojem delu.</li> <li>• Prevzemajo odgovornost za izpolnitev svojih ciljev.</li> </ul>
Prilagodljivost	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brez večjih težav opravljajo več nalog hkrati, znajo prednostno razvrščati te naloge ter se prilagoditi hitrim spremembam.</li> <li>• Prilagodijo svoje odzive in taktike trenutnim razmeram.</li> </ul>
Inovativnost	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Poišče rešitve problemov.</li> <li>• išče nove inovativne ideje.</li> <li>• Pri svojem razmišljanju upošteva tuje perspektive in tveganja.</li> </ul>
<b>Samomotivacija</b>	
Zagon pri delu	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• So usmerjeni v rezultate in si močno prizadevajo izpolniti svoje cilje in standarde.</li> <li>• Zastavijo si zahtevne cilje.</li> </ul>

Kompetenca	Atribut
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vedno iščejo informacije, ki so na dokazih podprte.</li> <li>• Vedno se učijo izboljšati svoj nastop.</li> </ul>
Vdanost	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žrtvujejo se, z namenom doseči skupni organizacijski cilj.</li> <li>• Uporabljajo temeljne vrednote skupine pri sprejemanju odločitev.</li> <li>• Aktivno iščejo priložnosti za doseganje ciljev skupine.</li> </ul>
Pobuda	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pripravljeni izkoristiti priložnosti.</li> <li>• Dosegati cilje, ki so nadgradnja zastavljenih.</li> <li>• Po potrebi prekršiti pravilo z namenom doseganja cilja.</li> </ul>
Optimizem	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vztrajajo pri iskanju ciljev kljub preprekam in oviram.</li> <li>• Delajo zaradi upanja na uspeh in ne iz strahu pred neuspehom.</li> </ul>
<b>Socialna zavednost</b>	
Empatija	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dobro razberejo čustva drugih in dobro poslušajo.</li> <li>• Pokažejo občutljivost in razumejo perspektive drugih.</li> <li>• Pomagajo, ker razumejo potrebe in občutke drugih ljudi.</li> </ul>
Usmerjenost k storitvam	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Razume potrebe strank in jih povezuje z želenimi storitvami ali izdelki.</li> <li>• Poišče načine za povečanje zadovoljstva in zvestobe strank.</li> <li>• Z veseljem ponudi ustrezno pomoč.</li> </ul>
Razvijanje drugih	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priznava in nagraduje dosežke in razvoj drugih.</li> <li>• Ponuja koristne povratne informacije in prepozna potrebe ljudi po razvoju.</li> <li>• Je mentor, ki zastavlja naloge, ki izzivajo in razvijajo človekove sposobnosti.</li> </ul>
Izkoriščanje raznolikosti	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spoštujejo in se dobro povezujejo z ljudmi iz različnih okolij.</li> <li>• Razumejo različne poglede na svet in so prilagodljivi.</li> <li>• Na raznolikost gledajo kot na priložnost, ki ustvarja okolje, v katerem lahko uspevajo raznoliki ljudje.</li> </ul>
Politična zavest	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Znajo natančno prebrati odnose v sobi.</li> <li>• Odkriti ključne družbene mreže.</li> <li>• Razumeti, kaj oblikuje poglede in dejanja ljudi.</li> <li>• Natančno prebere situacije.</li> </ul>
<b>Socialne spretnosti</b>	
Vpliv	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• So spretni v prepričevanju.</li> <li>• S samozavestnim nastopom so ljudem všeč.</li> </ul>
Komunikacija	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Učinkoviti pri dajanju in sprejemanju, pri čiščenju čustvenih namigov pri uglasovanju njihovega sporočila</li> <li>• Težavne naloge se lotijo takoj.</li> <li>• Dobro poslušajo in poskušajo razumeti osebo.</li> <li>• Spodbujajo odprto komunikacijo in so dovezetni za slabe novice.</li> </ul>
Vodenje	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spodbuja navdušenje nad skupno vizijo in poslanstvom.</li> <li>• Poskuša usmerjati ljudi na poti k uspešnosti.</li> <li>• Vodi z zgledom.</li> </ul>
Katalizator sprememb	<p>Posamezniki s to kompetenco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prepozna potrebo po spremembi.</li> </ul>

Kompetenca	Atribut
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Na spremembo gleda kot na pozitivno stvar, obenem pa vključuje druge, da mu sledijo.</li> </ul>
Obvladovanje konfliktov	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Delo s težavnimi ljudmi rešuje z ustreznimi tehnikami.</li> <li>• Pomaga in svetuje pri reševanju konfliktov in nesoglasij.</li> <li>• Spodbuja odprto razpravo.</li> </ul>
Vzpostavljanje vezi	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vzdržujejo formalne kot neformalne socialne mreže.</li> <li>• Vzpostavlja odnose, ki so medsebojno koristni.</li> <li>• Sklepa in vzdržuje osebna prijateljstva med sodelavci.</li> </ul>
Sodelovanje	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usmerja pozornost na nalogo s poudarkom na odnose.</li> <li>• Sodeluje, delite načrte, informacije in vire.</li> <li>• Ustvarja in spodbuja prijazno in prijetno delovno okolje.</li> <li>• Vedno išče priložnosti za sodelovanje.</li> </ul>
Delo v skupini	Posamezniki s to kompetenco: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sam mora imeti lastnosti, kot so spoštovanje, ustrežljivost in sodelovanje.</li> <li>• Pritegne vse člane skupine k aktivni udeležbi.</li> <li>• Ščiti ugled skupine ter si deli zasluge.</li> </ul>

Vir: Serrat (2017, pp. 333–336)

## 2.2 ČUSTVENA INTELIGENCA ŠTUDENTOV

Merjenje čustvene inteligence bi lahko pomagalo posamezniku pri razvijanju samega sebe. Glede na to, da čustvena inteligenca ni prirojena in se skozi življenje razvija, moramo za merjenje le-te ocenjevati komponente čustvene inteligence. Z merjenjem tako lahko ugotovimo, katera komponenta je bolj razvita od druge in na katero se posameznik lahko pozitivno vpliva (Erman, 2011).

Pri študentih zdravstvene nege je pričakovana visoka stopnja čustvene inteligence in empatije zaradi vsakdanjega stika z ljudmi in kliničnim okoljem (Cilar et al., 2020). Študenti v zdravstvenih programih so izpostavljeni najrazličnejšim stresorjem skozi strokovno usposabljanje. Pogosto so študentje izpostavljeni finančnim stresorjem, družinskim obveznostim in so primorani k delu med samim izobraževanjem. Ti stresorji lahko zavirajo študentove mentalne in čustvene sposobnosti, ki pomagajo pri sprejemanju pomembnih odločitev. Poleg visoke didaktične zahtevnosti morajo študenti pokazati klinične spretnosti ter visoko raven kritičnega razmišljanja. Ob vstopu v program zdravstvene nege se študentje po navadi še ne zavedajo in niso pripravljeni na izzive, ki jih prinese visokostrokovni študij zdravstvene nege. Študentje sčasoma pridejo do spoznanja, da so nosilci zdravstvene nege, hkrati pa so odgovorni za življenja in dobro

počutje pacientov. Z ustreznim strokovnim usposabljanjem, s strategijami spoprijemanja in čustveno inteligenco je mogoče izboljšati sposobnosti študentov ter s tem povečati možnost za uspeh med izobraževanjem in nadaljnjo kariero v zdravstveni negi (Barnhardt, 2017). Gribble in sodelavci (2019) ugotavljajo, da bi se lahko raven ČI pri študentih fizioterapije bistveno zvišala z več urami kliničnega usposabljanja. S svojo raziskavo so ugotovili, da prisotnost študentov v kliničnem okolju pomaga pri razvijanju sposobnosti, kot so kritično razmišljanje, socialna interakcija ter reševanje konfliktov.

Pejić (2015) v svojem magistrskem delu ugotavlja, da so študenti sposobni prepoznati in razumeti svoja in čustva drugih ter, da so zmožni poimenovati ta čustva ter primerno upravljati z njimi. Kljub pozitivnim rezultatom so vseeno podvomili o resničnosti podanih trditev, saj bi lahko želja in potreba študentov po dokazovanju pozitivne identitete ter želja po zaupanju in prikaz empatije, vplivala na odgovore študentov. Ugotovili so, da bi bilo zaradi pomembnosti čustvene inteligence pri poklicih v zdravstvu potrebno dodatno usposabljanje zaposlenih na fakultetah in dopolnitev vsebin predmetov, kot so psihologija, etika v zdravstveni negi, supervizija in komunikacijske spretnosti. Grm (2018) v svojem diplomskem delu ugotavlja, da imajo medicinske sestre, za katere velja, da so visoko čustveno inteligentne, boljše komunikacijske veščine in tako lažje vzpostavljajo medosebni odnos s pacientom. Medicinske sestre poleg fizičnega opravljajo tudi čustveno zahtevno delo, zato je čustvena inteligenca ključ do uspešnega in varnega dela v zdravstveni negi. Štiglic in sodelavci (2018) so ugotovili, da je treba študente poučiti o pomenu ČI v času študija ter da imajo študenti zdravstvene nege višjo stopnjo ČI, kot študentje drugih smeri. Vendar ni bilo mogoče potrditi razlike v ČI med skupino študentov s predhodnimi narejeno srednjo zdravstveno šolo v primerjavi s tistimi brez. Še ni dokazano, da so študentje s predhodnimi izkušnjami v praksi zdravstvene nege pri svojem delu boljši od tistih, ki niso imeli predhodnih izkušenj. Beauvais in sodelavci (2011) so ugotovili, da stopnja ČI vpliva na uspešnost zdravstvene nege. Povezava med ČI in uspešnostjo zdravstvene nege v tej raziskavi podpira trditve, da so za odločitev, ukrepanje in dobro delovanje pomembna čustva. Glede na to, da lahko ČI razvijamo, bi jo bilo treba vključiti v učni načrt. Samo prebiranje o ČI ne bi bilo dovolj, temveč je treba to sposobnost razvijati ter spodbujati. Temo o čustveni inteligenci lahko vključimo v predmet zdravstvena nega na področju psihiatrije in duševnega zdravja. Pomembno je, da



se pri študentih doseže kritično razmišljanje, da lahko potem ČI integrirajo v klinično prakso (Benner, et al., 1996 cited in Beauvais, et al., 2011, p. 400).

Drole (2021) so v pregledu literature ugotovili, da študij fizioterapije pozitivno vpliva na komponente, kot so neodvisnost, samoaktualizacija, samozaupanje, samoizražanje, samospoštovanje, odločanje, obvladovanje stresa, reševanje problemov, fleksibilnost, čustveno izražanje ter optimizem na nasprotni strani pa lahko negativno vpliva na asertivnost, reševanje problemov, nadzor impulzov, samoaktualizacijo in nadzor stresa. Tako so dokazali, da se stopnja ČI spremeni med študijem fizioterapije, na to spremembo pa naj bi najbolj vplival klinični mentor. Z razumevanjem, podučенostjo in podporo kliničnih mentorjev, bi lahko študenti fizioterapije izboljšali svojo stopnjo ČI. Prav tako naj bi obstajala močna povezava med delovno uspešnostjo in ČI.

Izgorelost je vse bolj prisotna težava med bodočimi zdravstvenimi delavci. Bullock in sodelavci (2017) so z obsežnim pregledom literature ugotovili, da je stopnja izgorelosti med podiplomskimi študenti zdravstvene nege, fizioterapije, medicine ter delovne terapije, zelo visoka. Izgorelost lahko negativno vpliva na duševno zdravje, empatijo ter na kritično razmišljanje študentov. Ugotovili so, da bi fakulteta z razumevanjem pojava in negativnih učinkov izgorelosti lahko pripomogla k zgodnjemu reševanju problemov in posledično k boljšemu razvoju bodočih zdravstvenih delavcev.

Izgorelost študentov zdravstvene nege je težava, ki vodi k manjšemu številu diplomiranih medicinskih sester v kliničnih okoljih. Stopnja izgorelosti študentov zdravstvene nege je v Združenih državah Amerike 47 %, za kar naj bi dejavniki bili redno delo, nizka socialna podpora in nizka čustvena inteligenca (Benington, et al., 2020). Benington in sodelavci (2020) so ugotovili, da je stopnja izgorelosti v programih zdravstvene nege visoka, zato morajo učitelji še naprej iskati ustrezne načine pomoči študentom za doseganje uspeha. V nasprotju s prejšnjimi raziskavami rezultati te kažejo, da ne obstaja povezava med ČI in uspešno opravljenimi izpiti v prvem roku. Raziskava je bila narejena poleti, tako da so rezultati lahko neustrezni zaradi manjšega števila udeležencev.

V Bolgariji je bila izvedena raziskava med študenti fizioterapije, z namenom ugotoviti njihovo raven ČI in jo primerjati s povprečnimi vrednostmi za prebivalstvo. Gencheva in

sodelavci (2019) so tako ugotovili, da bolgarski študenti fizioterapije kažejo nekoliko nadpovprečno raven ČI. Bolj ČI naj bi imele prav ženske anketiranke v višjih letnikih. Avtorji so tako zaključili, da bodo bodoči fizioterapevti, ki imajo višjo stopnjo ČI, vzpostavili pozitiven družbeni odnos in imeli dobro sposobnost prilagajanja. Prav tako, bodo lažje vzpostavili dobre odnose s svojimi pacienti, kar je eden bolj pomembnih dejavnikov za uspešno zdravljenje. Kaya in sodelavci (2018) so raziskali, da ni bistvene razlike v stopnji ČI pri študentih zdravstvene nege v nižjih in višjih letnikih, vendar so pa ugotovili znatno zvišanje stopnje kritičnega razmišljanja pri študentih višjih letnikov. Rezultati raziskave prav tako kažejo, da je nivo ČI in kritičnega razmišljanja na zmerni ravni. Avtorji glede na rezultate predlagajo uvedbo izobraževanja o ČI in kritičnem razmišljanju v program izobraževanja v zdravstveni negi. V Španiji je bila od leta 2015 do leta 2016 narejena longitudinalna raziskava med študenti zdravstvene nege, fizioterapije in medicine. Raziskovalci so želeli analizirati vlogo ČI kot napovedovalca dobrega počutja študentov, z osredotočanjem na izgorelost in na splošno zadovoljstvo z življenjem. Carvalho in sodelavci (2018) so ČI razčlenili v štiri dimenzije. To so ocenjevanje in izražanje lastnih čustev, ocenjevanje in prepoznavanje čustev drugih, regulacija lastnih čustev ter sposobnost upravljanja čustev. Ugotovili so, da ČI spodbuja zadovoljstvo z življenjem, saj so študenti višjih letnikov imeli višjo stopnjo ČI. Nivo ČI se med programi ni bistveno razlikoval. Prav tako so rezultati te raziskave pokazali večje zadovoljstvo z življenjem pri študentih, ki znajo dobro oceniti in prepoznati čustva drugih ter dobro upravljajo lastna čustva. Ocenjevanje in izražanje lastnih čustev pa posredno pozitivno vpliva na izgorelost. Sharon in Greenberg (2018) sta raziskovala razmerje med stopnjo ČI in uspehom pri študiju zdravstvene nege. Ugotovili sta pozitivno povezavo med ravnjo ČI in stopnjo uspešnosti, prav tako se je raven ČI dvignil v drugem letniku. Na podlagi ugotovitev te raziskave se zdi, da imajo študentje z višjo ČI boljše možnosti za uspeh. Avtorici predlagata namesto uvedbe ČI v učni načrt, da se bodočim študentom raven ČI testira še pred vstopom v študijski program.

Prav tako obstaja korelacija med ČI in empatijo. To lahko potrdi raziskava, narejena med iranskimi študenti zdravstvene nege. Hajibabae in sodelavci (2018) so tudi ugotovili, da imajo medicinske sestre z višjo stopnjo ČI boljše odnose s pacienti in njihovimi družinami, boljše empatične sposobnosti ter boljše obvladujejo svoja čustva. Prav tako je

raziskava pokazala, da imajo ženske udeleženke višjo raven ČI kot moški udeleženci. Povišanje ravni ČI pa naj bi tudi neposredno zvišal raven empatije.

Pomembno je, da fakultete dajo pobudo na razvoj učnega načrta, ki bo pomagal študentom razvijati sposobnosti, kot so kritično razmišljanje, komunikacijske veščine, empatija in sočutje, ki so ključnega pomena pri delu v zdravstvu. Prilagoditev učnega načrta bi pomagalo študentom, da si nenehno prizadevajo za samoizboljšanje in razvoj (Barnhardt, 2017).

Za raziskovanje ČI med študenti FZAB smo se odločili, ker je to aktualna tematika v poklicih v zdravstvu, ki imajo pomemben in neposreden stik z občutljivimi posamezniki v času njihovih z zdravjem povezanih skrbi.

### **3 EMPIRIČNI DEL**

#### **3.1 NAMEN IN CILJI RAZISKOVANJA**

Namen diplomskega dela je bil ugotoviti, kakšna je čustvena inteligenca študentov FZAB glede na njene komponente.

Cilji diplomskega dela so:

- Ugotoviti raven stopnje čustvene inteligence med študenti FZAB.
- Ugotoviti razlike v stopnji čustvene inteligence glede na sociodemografske značilnosti (spol, starost) študentov.
- Ugotoviti razlike v čustveni inteligenci glede na smer študija (zdravstvena nega/fizioterapija), način (redni/izredni) in letnik študija.

#### **3.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA**

- Kakšna je stopnja čustvene inteligence med študenti FZAB?
- Kakšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na letnik študija?
- Kakšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na sociodemografske značilnosti (spol, starost) študentov?
- Kakšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na študijski program in način študija študentov?

#### **3.3 RAZISKOVALNA METODOLOGIJA**

##### **3.3.1 Metode in tehnike zbiranja podatkov**

Za pripravo teoretičnega dela smo uporabili literaturo, ki smo jo pridobili s pregledom slovenske in tuje strokovne in znanstvene literature, ki je dostopna v knjižnicah ter naslednjih podatkovnih bazah: COBISS, PubMed, ProQuest, Google učenjak, EBSCOhost. Uporabili smo ključne besede v slovenščini: čustvena inteligenca, študenti,

zdravstvena nega, fizioterapija in v angleščini: emotional intelligence, nursing, physiotherapy, students. V različnih besednih zvezah smo uporabili Boolov operator AND. Literaturo smo časovno omejili na obdobje od 2011 do 2021. Prav tako smo iskali celotno besedilo člankov, v slovenščini ter angleščini. Empirične podatke smo zbrali s pomočjo strukturirane spletne anonimne ankete, podatke smo kvantitativno obdelali.

### 3.3.2 Opis merskega instrumenta

Za izvedbo raziskave smo uporabili strukturirano spletno anonimno anketo, ki smo jo poslali vsem rednim in izrednim študentom vseh letnikov študijskega programa Zdravstvena nega ter Fizioterapija, Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Uporabili smo vprašalnik ESCQ (Emotional Skills and Competence Questionnaire), ki smo ga našli v magistrskem delu Pejić (2015). Vprašalnik je sestavljen iz dveh delov. Prvi del je namenjen zbiranju podatkov o sociodemografskih značilnostih anketirancev in je sestavljen iz 7 vprašanj zaprtega tipa (spol, starost, letnik, smer študija, način študija, dosedanja izobrazba, dosedanje zaposlitve, razlogi za delo). Drugi del vprašalnika, ki se nanaša neposredno na čustveno inteligenco, pa je sestavljen iz 45 vprašanj. Vprašanja razdelimo na tri sklope. Pod sposobnost prepoznavanje in razumevanje čustev spadajo vprašanja: 13, 14, 15, 18, 19, 25, 26, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 42, 45. Pod sposobnost izražanje in poimenovanje čustev spadajo vprašanja: 2, 6, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 41, 43, 44. Pod sposobnost upravljanje s čustvi spadajo vprašanja: 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 20, 29, 30, 31, 33, 40. Ta vprašalnik je za področje Slovenije prevedla doc. dr. Andreja Avsec, ki je dovolila uporabo vprašalnika za namen priprave diplomskega dela. Vprašalnik meri čustveno inteligenco posameznika. Sestavljen je iz vprašanj zaprtega tipa, na katera so anketiranci odgovarjali s pomočjo 5-stopenjske Likertove lestvice (1 – sploh ne velja, 2 – večinoma ne velja, 3 – včasih velja, 4 – večinoma velja, 5 – vedno velja).

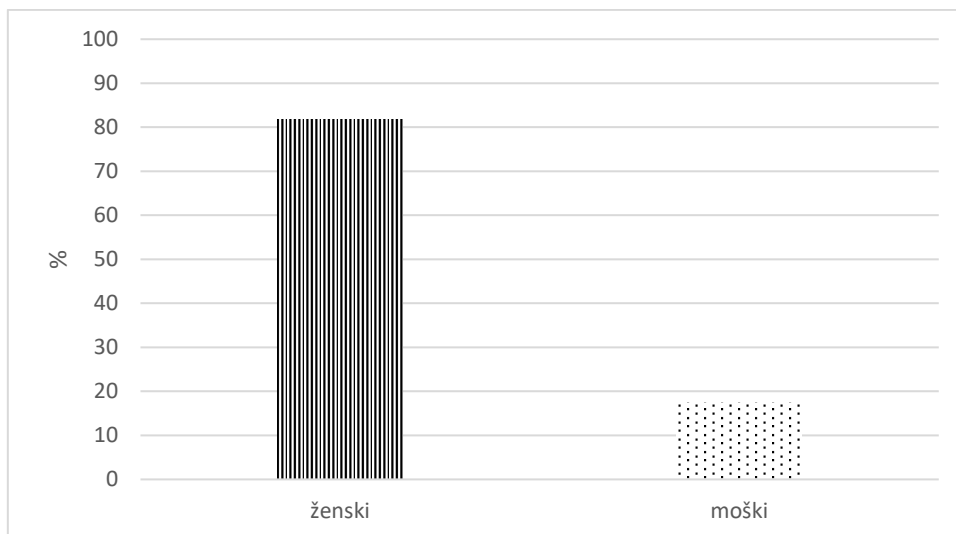
Zanesljivost vprašalnika oziroma trditev, ki so se nanašale na sklope *Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev*, *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* in *Sposobnost upravljanja s čustvi* smo preverili s koeficientom Cronbach alfa. Bliže je Cronbachov koeficient alfa vrednosti števila 1, boljša je zanesljivost vprašalnika.

Zanesljivost instrumenta je zelo dobra, če znaša koeficient 0,80 ali več; zmerna pri vrednosti 0,60–0,80 in slaba pri vrednosti koeficienta manj kot 0,60 (Cenčič, 2009).

Koeficient Cronbach alfa je za sklop vprašanj *Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev* znašal 0,954 (n = 16 vprašanj). Koeficient Cronbach alfa je za naslednji sklop vprašanj *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* znašal 0,935 (n = 13 vprašanj) in za sklop *Sposobnost upravljanja s čustvi* 0,922 (n = 16). Koeficient Cronbach alfa je pri vseh sklopih vprašanj oz. trditev presegel vrednost 0,7, ki v strokovni literaturi predstavlja prag za dovolj visoko stopnjo zanesljivosti vzorca (George & Mallery, 2018).

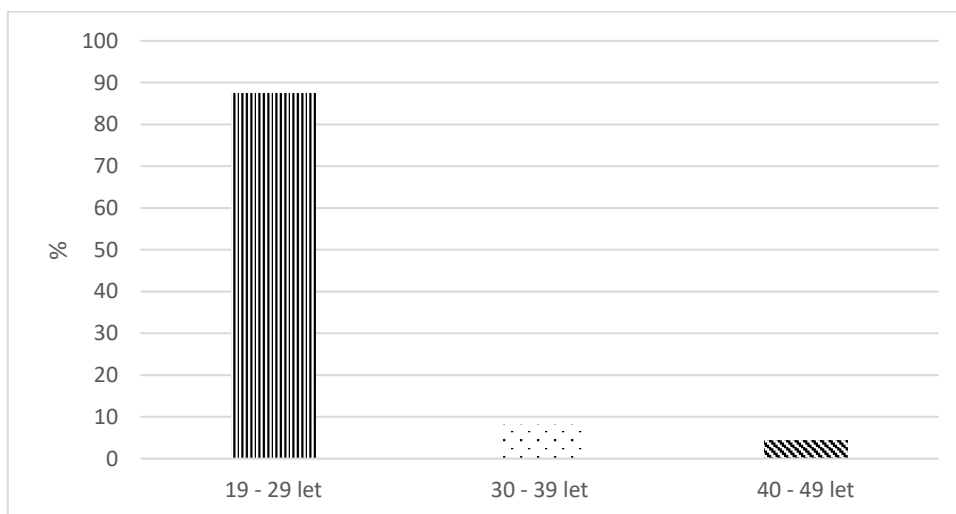
### 3.3.3 Opis vzorca

V raziskavo so bili vključeni redni in izredni študenti vseh letnikov dodiplomskega študijskega programa Zdravstvena nega ter Fizioterapija, ki so v času anketiranja imeli status študenta, Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Vključili smo celotno populacijo študentov, ki so vpisani v enega od opredeljenih programov in letnikov v študijskem letu 2020/2021. Študentov zdravstvene nege je 243, študentov fizioterapije pa 140. V raziskavi je sodelovalo 264 študentov Fakultete za zdravstvo Angele Boškin, kar je 68,93 %. Od tega je bilo 216 (oz. 81,8 %) študentk in 46 (oz. 17,4 %) študentov. Največ udeležencev raziskave je bilo starih med 19 in 29 let (n = 223 oz. 84,5 %), manj v starostnem razponu 30–39 let (n = 21 oz. 8 %) in najmanj v starostnem razponu 40–49 let (n = 11 oz. 4,2 %). Povprečna starost udeležencev raziskave je bila  $22,6 \pm 7,2$  leta. Najmlajši udeleženci raziskave so bili stari 19 let, najstarejši pa 49 let. V raziskavi je sodelovalo 126 (47,7 %) študentov prvega letnika Fakultete za zdravstvo Angele Boškin, 63 (23,9 %) študentov drugega letnika in 73 (27,7 %) študentov tretjega letnika. V raziskavi niso sodelovali absolventi. V raziskavi so sodelovali študenti dveh študijskih programov, in sicer 167 (63,3 %) študentov študijskega programa Zdravstvena nega in 96 (36,4 %) študentov študijskega programa Fizioterapija.



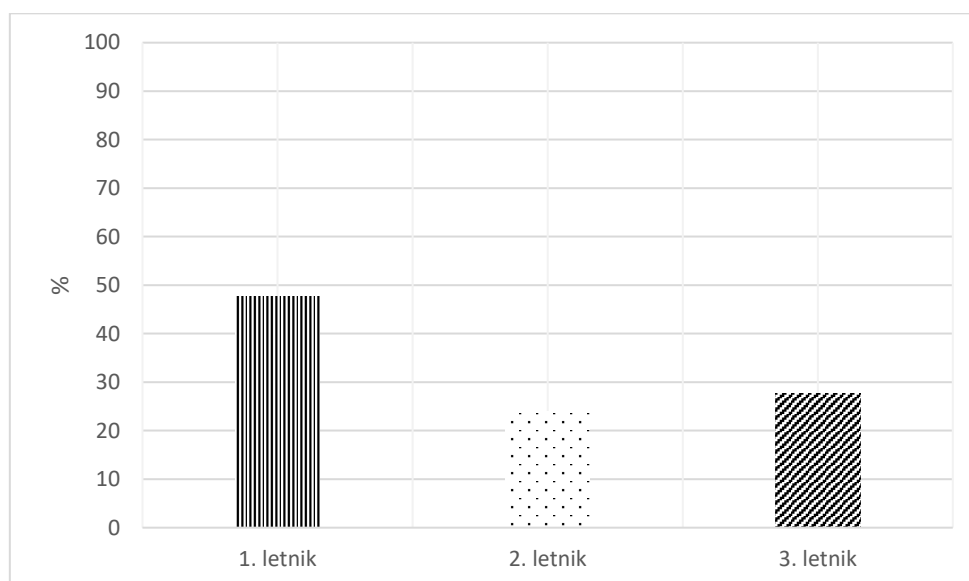
**Slika 1: Udeleženci raziskave glede na spol**

V raziskavi je sodelovalo 264 študentov Fakultete za zdravstvo Angele Boškin, od tega je bilo 216 (oz. 81,8 %) študentk in 46 (oz. 17,4 %) študentov (slika 1).



**Slika 2: Udeleženci raziskave glede na starost**

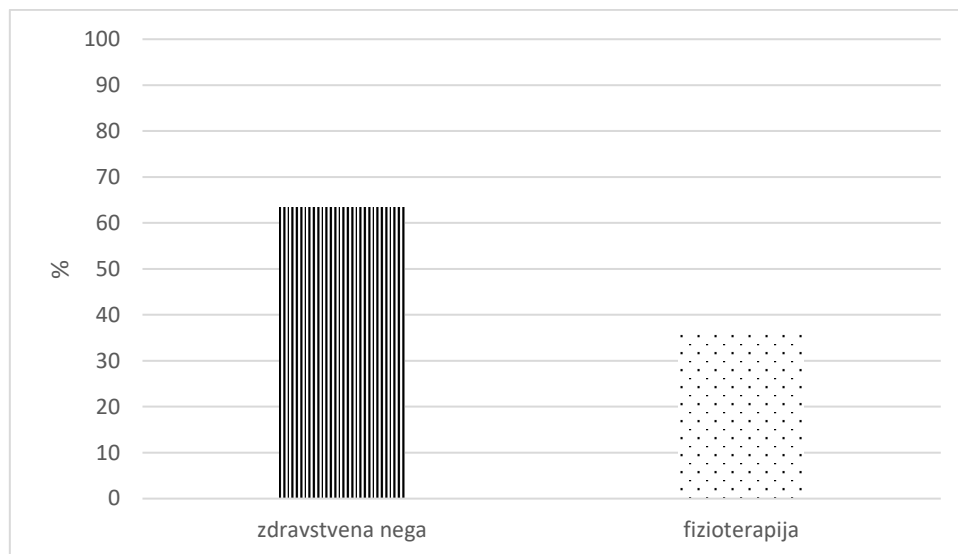
Iz slike 2 je razvidno, da je največ udeležencev raziskave bilo starih med 19 in 29 let ( $n = 223$  oz. 84,5 %), manj v starostnem razponu 30–39 let ( $n = 21$  oz. 8 %) in najmanj v starostnem razponu 40–49 let ( $n = 11$  oz. 4,2 %). Povprečna starost udeležencev raziskave je bila  $22,6 \pm 7,2$  leta. Najmlajši udeleženci raziskave so bili stari 19 let, najstarejši pa 49 let.



**Slika 3: Udeleženci raziskave glede na letnik, ki so ga obiskovali v času izvajanja raziskave**

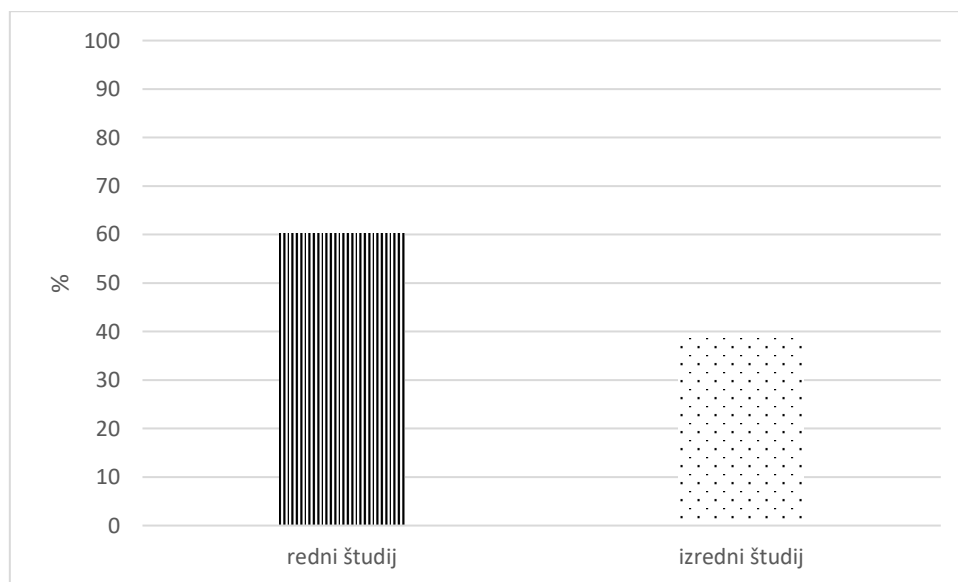
V raziskavi je sodelovalo 126 (47,7 %) študentov prvega letnika Fakultete za zdravstvo Angele Boškin, 63 (23,9 %) študentov drugega letnika in 73 (27,7 %) študentov tretjega letnika. V raziskavi niso sodelovali absolventi (slika 3).





**Slika 4: Udeleženci raziskave glede na smer študija**

V raziskavi so sodelovali študenti dveh študijskih programov, in sicer 167 (63,3 %) študentov zdravstvene nege in 96 (36,4 %) študentov smeri fizioterapija (slika 4).



**Slika 5: Udeleženci raziskave glede na način študija**

Iz slike 5 je razvidno, da je v raziskavi sodelovalo 159 (60,2 %) študentov, vpisanih na redni program, in 104 (39,4 %) študenti, vpisani na izredni študij, eden ni odgovoril na vprašanje.

### 3.3.4 Opis poteka raziskave in obdelave podatkov

Anketo smo oblikovali na spletnem portalu 1KA. Pred začetkom anketiranja smo pridobili soglasje Komisije za znanstvenoraziskovalno in razvojno dejavnost na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin. Po potrditvi soglasja smo pridobili naslove študentov in jim z informacijo, da je sodelovanje prostovoljno in da se bodo podatki prikazali in obdelali anonimno, poslali spletno anketo.

S pomočjo programa IBM SPSS, različica 26.0 (IBM Corp., Armonk, NY), smo podatke statistično obdelali. Z opisno statistiko smo prikazali demografske podatke udeležencev študije v obliki frekvenčnih porazdelitev (%), povprečij, srednjih vrednosti in standardnih odklonov, minimalne in maksimalne vrednosti ter porazdeljenost podatkov v vzorcu. Glede na porazdeljenost podatkov smo izbrali metode inferenčne statistike (t-test za samostojne vzorce, enofaktorska analiza variance) in preverili zastavljene hipoteze. Vrednost  $p < 0,05$  je določala mejo statistične značilnosti.

## 3.4 REZULTATI

Najprej smo preverili, kakšna je povprečna vrednost pri posameznih sklopih trditev (tabela 2). Rezultati so pokazali, da so bile povprečne vrednosti pri vseh treh sklopih zelo podobne, in sicer pri sklopu trditev *Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev* je bila povprečna ocena PV = 3,4 (SO = 1,1), pri sklopu trditev *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* je bila povprečna ocena PV = 3,4 (SO = 0,9) in pri zadnjem sklopu *Sposobnost upravljanja s čustvi* PV = 3,5 (SO = 0,8).

**Tabela 2: Povprečne vrednosti s standardnim odklonom za tri sklope**

Sklopi	PV	SO
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev	3,4	1,1
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev	3,4	0,9
Sposobnost upravljanja s čustvi	3,5	0,8

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

Glede na prvo raziskovalno vprašanje, ki se je glasilo: Kakšna je stopnja čustvene inteligence med študenti FZAB, smo ugotovili, da so študenti FZAB ( $N = 264$ ) imeli povprečno stopnjo čustvene inteligence  $PV = 3,4$  ( $SO = 0,9$ ). Ocene pri posameznih trditvah ČI so razvidne iz tabele 3.

Glede strinjanja najbolj izstopa trditev 17 – Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju, kar nakazuje na dobro sposobnost izražanja in poimenovanja čustev. Prav tako se je večina strinjala s trditvijo 5 – Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana in trditvijo 11 – Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen. Ti dve trditvi kažeta na sposobnost upravljanja s čustvi. Največ nestrinjanja kažeta trditvi 14 – Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo in 15 – Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.

**Tabela 3: Stopnja čustvene inteligence med študenti FZAB**

	<b>Trditev</b>	<b>min</b>	<b>maks</b>	<b>PV</b>	<b>SO</b>
1.	Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	1	5	3,0	1,0
2.	Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	1	5	3,3	1,1
3.	Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	1	5	3,4	1,0
4.	Iz neugodnih izkušenj se učim, naj se v prihodnje obnašam drugače.	1	5	3,8	1,1
5.	Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	1	5	4,0	1,1
6.	Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	1	5	3,3	1,1
7.	Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.	1	5	3,0	1,1
8.	Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v slabo voljo.	1	5	3,3	1,1
9.	Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.	1	5	3,6	1,0
10.	Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.	1	5	3,8	1,2
11.	Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.	1	5	4,0	1,8
12.	Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.	1	5	3,5	1,6
13.	Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.	1	5	3,5	1,1
14.	Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.	1	5	2,7	1,1
15.	Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.	1	5	2,9	1,1
16.	Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.	1	5	3,4	1,2
17.	Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.	1	5	4,1	1,1
18.	Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.	1	5	3,8	1,1
19.	Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.	1	5	3,5	1,0
20.	Svoja čustva lahko dobro izrazim.	1	5	3,4	1,2
21.	Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	1	5	3,5	1,3
22.	Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	1	5	3,6	1,2

	<b>Trditvev</b>	<b>min</b>	<b>maks</b>	<b>PV</b>	<b>SO</b>
23.	Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	1	5	3,5	1,2
24.	Iz neugodnih izkušenj se učim, naj se v prihodnje obnašam drugače.	1	5	3,2	1,1
25.	Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	1	5	3,5	1,2
26.	Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	1	5	3,3	1,3
27.	Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen	1	5	3,2	1,3
28.	Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.	1	5	3,6	1,3
29.	Nič ni slabega v tem, kako se običajno počutim.	1	5	3,5	1,2
30.	Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.	1	5	3,1	1,3
31.	Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.	1	5	3,5	1,2
32.	Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.	1	5	3,8	1,3
33.	Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.	1	5	3,4	1,2
34.	Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.	1	5	3,3	1,3
35.	Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.	1	5	3,4	1,3
36.	Opazim, če se nekdo počuti krivega.	1	5	3,3	1,2
37.	Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.	1	5	3,3	1,2
38.	Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.	1	5	3,6	1,3
39.	Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.	1	5	3,4	1,4
40.	Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.	1	5	3,1	1,5
41.	Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.	1	5	3,3	1,3
42.	Večino svojih občutij lahko poimenujem.	1	5	3,6	1,3
43.	Večino svojih občutij lahko prepoznam.	1	5	3,7	1,4
44.	Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.	1	5	3,5	1,3
45.	Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.	1	5	3,3	1,3

Legenda: min = najnižja ocena pri posamezni trditvi; maks = najvišja ocena pri posamezni trditvi; PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

Glede na raziskovalno vprašanje, ki se je glasilo: Kakšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na letnik študija, smo ugotovili, da so študenti v prvem letniku FZAB imeli povprečno stopnjo ČI PV = 3,4 (SO = 1,0); študenti drugega letnika PV = 3,5 (SO = 0,8) in študenti tretjega letnika PV = 3,6 (SO = 0,8) (tabela 4). Enofaktorska analiza variance ni pokazala statistično značilne razlike v stopnji čustvene inteligence glede na letnik študija ( $F = 1,157$ ;  $p = 0,316$ ). Ocene pri posameznih trditvah ČI glede na letnik študija so razvidne iz tabele 5.

**Tabela 4: Povprečne vrednosti s standardnim odklonom za tri sklope**

Sklopi	Prvi letnik		Drugi letnik		Tretji letnik		F	p
	PV	SO	PV	SO	PV	SO		
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev	3,3	1,1	3,4	1,1	3,5	1,1	1,157	0,316
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev	3,7	1,3	3,5	1,2	3,7	1,1		
Sposobnost upravljanja s čustvi	3,4	1,2	3,5	1,1	3,6	1,1		

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon; F = homogene variance (rezultati testa ANOVA); P = statistična značilnost

Študenti vseh treh letnikov so se najbolj strinjali s trditvijo 17 – Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju. Največ nestrinjanja je bilo s trditvijo 14 – Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.

**Tabela 5: Razlika v stopnji čustvene inteligence glede na letnik študija**

Trditev	1. letnik		2. letnik		3. letnik	
	PV	SO	PV	SO	PV	SO
1. Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	2,9	1,4	3,0	1,0	3,2	1,0
2. Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	3,2	1,1	3,3	1,2	3,6	1,0
3. Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	3,3	1,0	3,4	1,0	3,5	0,9
4. Iz neugodnih izkušenj se učim, naj se v prihodnje obnašam drugače.	3,7	1,1	3,9	1,1	4,0	1,0
5. Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	3,9	1,2	4,0	1,1	4,2	1,0
6. Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	3,2	1,1	3,4	1,2	3,4	1,1
7. Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.	3,0	1,2	2,9	1,2	3,2	1,1
8. Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v slabo voljo.	3,3	1,2	3,3	1,1	3,3	1,0
9. Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.	3,6	1,2	3,6	1,0	3,7	0,9
10. Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.	3,7	1,2	3,9	1,2	3,8	1,1
11. Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.	3,9	1,2	4,1	1,1	4,0	1,2
12. Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.	3,4	1,2	3,6	1,0	3,7	1,1
13. Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.	3,4	1,2	3,4	1,0	3,5	1,0
14. Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.	2,7	1,1	2,7	1,1	2,6	1,0
15. Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.	2,8	1,2	3,0	1,0	3,0	1,0
16. Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.	3,2	1,2	3,3	1,2	3,7	1,0

	Trditev	1. letnik		2. letnik		3. letnik	
		PV	SO	PV	SO	PV	SO
17.	Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.	4,0	1,2	4,2	1,0	4,2	1,0
18.	Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.	3,7	1,2	3,9	1,1	3,8	1,0
19.	Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.	3,5	1,1	3,6	1,0	3,5	1,0
20.	Svoja čustva lahko dobro izrazim.	3,3	1,3	3,4	1,2	3,7	1,1
21.	Lahko opišem, kako se počutim.	3,4	1,3	3,6	1,1	3,8	1,1
22.	Lahko opišem svoje trenutno stanje.	3,4	1,2	3,7	1,1	3,9	1,1
23.	Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju.	3,4	1,3	3,6	1,1	3,6	1,1
24.	Če določeno osebo opazujem v družbi, lahko točno ugotovim njena čustva.	3,1	1,2	3,3	1,1	3,3	1,1
25.	Lahko opazim, če se nekdo počuti nemočno.	3,5	1,2	3,5	1,1	3,5	1,1
26.	Moje vedenje odraža moja notranja občutja.	3,1	1,3	3,2	1,3	3,7	1,3
27.	Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen	3,1	1,4	3,2	1,2	3,5	1,3
28.	Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.	3,6	1,4	3,7	1,2	3,7	1,2
29.	Nič ni slabega v tem, kako se običajno počutim.	3,4	1,4	3,5	1,1	3,8	1,1
30.	Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.	3,0	1,4	3,2	1,2	3,3	1,2
31.	Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.	3,4	1,3	3,5	1,2	3,6	1,1
32.	Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.	3,7	1,4	3,7	1,1	3,9	1,2
33.	Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.	3,3	1,3	3,5	1,0	3,4	1,2
34.	Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.	3,3	1,4	3,4	1,2	3,4	1,3
35.	Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.	3,3	1,4	3,4	1,1	3,4	1,1
36.	Opazim, če se nekdo počuti krivega.	3,1	1,3	3,5	1,1	3,4	1,1
37.	Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.	3,2	1,3	3,4	1,1	3,4	1,1
38.	Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.	3,5	1,4	3,7	1,2	3,8	1,3
39.	Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.	3,3	1,5	3,3	1,3	3,6	1,3
40.	Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.	3,0	1,5	2,9	1,4	3,4	1,4
41.	Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.	3,2	1,4	3,3	1,8	3,4	1,1
42.	Večino svojih občutij lahko poimenujem.	3,5	1,5	3,6	1,3	3,7	1,2
43.	Večino svojih občutij lahko prepoznam.	3,6	1,6	3,7	1,1	3,9	1,2
44.	Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.	3,4	1,4	3,4	1,1	3,7	1,2
45.	Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.	3,2	1,4	3,2	1,3	3,6	1,2

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

Povprečne vrednosti so za vse tri sklope (*Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev*, *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* in *Sposobnost upravljanja s čustvi*) glede na spol prikazane v tabeli 6. Glede na raziskovalno vprašanje, ki se je glasilo: Kakšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na sociodemografske (spol) značilnosti študentov, smo ugotovili, da so študentke imele povprečno oceno ČI PV = 3,4 (SO = 0,9); študenti pa PV = 3,5 (SO = 0,6). T-test za neodvisne vzorce ni pokazal statistično značilne razlike v stopnji čustvene inteligence po spolu ( $t = 0,720$ ;  $p = 0,472$ ). Kako so se posamezne trditve pri ČI razlikovale med spoloma, je razvidno iz tabele 7.

**Tabela 6: Ocene trditvev za posamezne sklope glede na spol**

Sklopi	Ženski spol		Moški spol		t	p
	PV	SO	PV	SO		
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev	3,3	0,4	3,3	0,5	0,720	0,472
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev	3,5	1,2	3,6	0,8		
Sposobnost upravljanja s čustvi	3,5	1,2	3,6	0,9		

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon; t = statistika t-testa; p = statistična značilnost

Kot je razvidno v tabeli 7, so se ženske anketiranke najbolj strinjale s trditvami 5 – Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana, 11 – Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen in 16 – Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam. Moški del se je pa najbolj strinjal s trditvami 4 – Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače in 10 – Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.

Nestrinjanje s trditvijo 14 – Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo, sta pokazala oba spola. Ženski del vzorca je pokazal nestrinjanje s trditvijo 1 – Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega, kjer so moški imeli povprečno oceno  $\bar{C}I$  PV = 3,4 (SO = 0,9).

**Tabela 7: Razlika v stopnji čustvene inteligence glede na spol**

Trditev		Ženski spol		Moški spol	
		PV	SO	PV	SO
1.	Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	2,9	1,1	3,4	0,9
2.	Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	3,3	1,1	3,4	1,0
3.	Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	3,3	1,0	3,7	0,7
4.	Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače.	3,8	1,1	4,0	0,9
5.	Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	4,1	1,1	3,9	1,0
6.	Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	3,4	1,2	3,2	0,9
7.	Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.	2,9	1,2	3,4	1,1
8.	Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v slabo voljo.	3,3	1,2	3,5	1,0
9.	Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.	3,6	1,1	3,7	1,1
10.	Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.	3,7	1,2	4,2	0,8
11.	Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.	4,0	1,2	3,9	1,0
12.	Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.	3,5	1,2	3,5	0,9
13.	Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.	3,5	1,2	3,4	0,9

Trditev	Ženski spol		Moški spol	
	PV	SO	PV	SO
14. Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.	2,8	1,2	2,8	1,0
15. Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.	3,3	1,2	3,4	0,8
16. Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.	4,1	1,2	3,6	0,9
17. Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.	3,8	1,2	3,9	0,9
18. Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.	3,5	1,1	3,6	1,0
19. Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.	3,5	1,2	3,2	1,3
20. Svoja čustva lahko dobro izrazim.	3,5	1,3	3,5	1,1
21. Lahko opišem, kako se počutim.	3,6	1,2	3,6	1,0
22. Lahko opišem svoje trenutno stanje.	3,5	1,2	3,5	1,1
23. Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju.	3,2	1,2	3,3	0,8
24. Če določeno osebo opazujem v družbi, lahko točno ugotovim njena čustva.	3,4	1,2	3,7	0,9
25. Lahko opazim, če se nekdo počuti nemočno.	3,3	1,4	3,3	1,1
26. Moje vedenje odraža moja notranja občutja.	3,2	1,3	3,2	1,3
27. Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen	3,6	1,3	3,6	1,2
28. Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.	3,6	1,3	3,4	1,2
29. Nič ni slabega v tem, kako se običajno počutim.	3,1	1,3	3,1	1,3
30. Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.	3,5	1,3	3,3	1,1
31. Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.	3,7	1,3	3,9	1,1
32. Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.	3,4	1,2	3,5	1,0
33. Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.	3,3	1,3	3,3	1,2
34. Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.	3,3	1,3	3,4	1,2
35. Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.	3,3	1,3	3,2	1,1
36. Opazim, če se nekdo počuti krivega.	3,3	1,3	3,4	1,1
37. Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.	3,6	1,4	3,2	1,1
38. Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.	3,4	1,4	3,4	1,1
39. Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.	3,0	1,5	3,6	1,2
40. Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.	3,3	1,3	3,4	1,3
41. Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.	3,6	1,4	3,6	1,3
42. Večino svojih občutij lahko poimenujem.	3,7	1,4	3,3	1,2
43. Večino svojih občutij lahko prepoznam.	3,5	1,3	3,6	1,3
44. Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.	3,3	1,3	3,9	1,2
45. Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.	3,4	1,2	3,5	1,3

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

Udeleženci raziskave so bili stari v razponu od 19 do 49 let in smo jih zato razdelili v tri skupine, in sicer, skupina I od 19 do 29 let; skupina II od 30 do 39 let in skupina III od 40 do 49 let. Povprečne vrednosti so za vse tri sklope (*Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev, Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev in Sposobnost upravljanja s čustvi*) glede na starost udeležencev prikazane v tabeli 8.

Udeleženci raziskave stari med 19 in 29 let so imeli povprečno oceno ČI PV = 3,5 (SO = 0,9); udeleženci raziskave stari od 30 do 39 let PV = 3,6 (SO = 0,3) in najstarejši udeleženci raziskave (40–49 let) so imeli povprečno oceno ČI PV = 3,5 (SO = 0,5). Eno-



faktorska analiza variance ni pokazala statistično značilne razlike v stopnji čustvene inteligence glede na starost udeležencev ( $F = 0,132$ ;  $p = 0,877$ ). Kako so se posamezne trditve pri ČI razlikovale med različnimi starostnimi skupinami, je razvidno iz tabele 9.

**Tabela 8: Povprečne vrednosti s standardnim odklonom za tri sklope**

Sklopi	19–29 let		30–39 let		40–49 let		F	p
	PV	SO	PV	SO	PV	SO		
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev	3,4	0,9	3,5	0,5	3,4	0,4	0,132	0,877
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev	3,5	1,0	3,7	0,3	3,7	0,9		
Sposobnost upravljanja s čustvi	3,5	0,9	3,6	0,2	3,6	0,5		

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon; F = homogene variance (rezultati testa ANOVA); p = statistična značilnost

Pri starosti so se odgovori precej razlikovali. Vse tri skupine so se strinjale s trditvijo 17 – Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju, ter pokazale največ nestrinjanja pri trditvi 14 – Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo. Udeleženci raziskave stari od 19 – 29 let so se najbolj strinjali s trditvami 5 – Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana in 11 – Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen. Udeleženci raziskave stari od 30 do 39 let so se najbolj strinjali s trditvami 4 – Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače, 11 – Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen in 39 – Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se. Udeleženci raziskave stari od 40 – 49 let so se najbolj strinjali s trditvami 23 – Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju, 31 – Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim ter 32 – Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.

Najbolj izstopa trditev 5 – Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana, kjer se udeleženci stari od 19 do 39 v večini strinjajo z izjavo, medtem ko se udeleženci, stari od 40 do 49, povprečno strinjajo. To očitno nakazuje, da ima pohvala pri mlajših anketirancih veliko moč, pri starejših pa niti ne.

**Tabela 9: Razlika v stopnji čustvene inteligence glede na starost**

Trditev		19–29 let		30–39 let		40–49 let	
		PV	SO	PV	SO	PV	SO
1.	Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	3,0	1,0	3,2	1,0	3,5	0,9
2.	Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	3,3	1,1	3,7	0,8	3,9	0,8
3.	Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	3,4	1,0	3,4	0,7	3,5	0,9
4.	Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače.	3,8	1,1	4,0	0,7	3,9	0,8
5.	Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	4,1	1,1	4,1	0,9	3,6	0,5
6.	Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	3,3	1,1	3,7	1,0	4,2	0,6
7.	Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.	3,1	1,2	3,0	1,2	3,8	0,9
8.	Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v slabo voljo.	3,3	1,1	3,5	0,9	3,6	0,8
9.	Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.	3,6	1,1	3,9	0,6	3,5	0,7
10.	Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.	3,8	1,1	3,8	1,1	3,7	1,2
11.	Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.	4,0	1,2	4,1	0,9	3,9	1,2
12.	Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.	3,6	1,2	3,4	0,7	3,4	1,0
13.	Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.	3,5	1,1	3,6	0,6	3,9	0,5
14.	Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.	2,7	1,1	2,6	0,8	2,5	0,9
15.	Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.	2,9	1,2	3,0	0,7	3,0	0,8
16.	Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.	3,4	1,2	3,8	0,8	3,4	0,7
17.	Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.	4,1	1,2	4,1	0,7	4,2	0,6
18.	Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.	3,8	1,2	3,5	0,6	3,7	0,5
19.	Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.	3,8	1,1	3,7	0,6	3,0	0,6
20.	Svoja čustva lahko dobro izrazim.	3,4	1,3	3,8	0,7	3,4	1,3
21.	Lahko opišem, kako se počutim.	3,5	1,3	3,7	0,7	3,9	0,8
22.	Lahko opišem, svoje trenutno stanje.	3,6	1,2	3,9	0,7	3,8	0,6
23.	Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju.	3,5	1,2	3,9	0,5	4,1	0,8
24.	Če določeno osebo opazujem v družbi, lahko točno ugotovim njena čustva.	3,3	1,2	3,2	0,9	3,3	0,9
25.	Lahko opazim, če se nekdo počuti nemočno.	3,5	1,2	3,5	0,9	3,6	0,7
26.	Moje vedenje odraža moja notranja občutja.	3,3	1,3	3,5	0,9	3,0	1,2
27.	Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen	3,2	1,3	3,4	1,0	3,3	1,0
28.	Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.	3,7	1,3	3,6	0,7	3,7	1,0

Trditev		19–29 let		30–39 let		40–49 let	
		PV	SO	PV	SO	PV	SO
29.	Nič ni slabega v tem kako se običajno počutim.	3,6	1,3	3,9	0,7	3,7	0,8
30.	Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.	3,1	1,3	3,8	0,9	3,2	1,2
31.	Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.	3,4	1,2	3,9	0,6	4,2	0,6
32.	Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.	3,7	1,3	4,1	0,7	4,3	0,6
33.	Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.	3,4	1,2	3,4	0,8	3,7	0,6
34.	Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.	3,4	1,3	3,3	0,7	3,3	0,9
35.	Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.	3,4	1,3	3,5	0,7	3,1	1,4
36.	Opazim, če se nekdo počuti krivega.	3,3	1,2	3,2	0,7	3,2	1,3
37.	Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.	3,4	1,3	3,3	0,6	3,0	1,1
38.	Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.	3,6	1,4	3,8	0,6	3,5	1,3
39.	Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.	3,4	1,4	4,0	0,8	3,4	1,4
40.	Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.	3,2	1,5	3,0	1,0	2,6	1,4
41.	Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.	3,3	1,3	3,3	0,7	3,3	1,2
42.	Večino svojih občutij lahko poimenujem.	3,6	1,4	3,3	0,8	3,6	1,3
43.	Večino svojih občutij lahko prepoznam.	3,8	1,4	3,7	0,8	3,5	1,3
44.	Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.	3,5	1,3	3,8	0,7	3,8	1,4
45.	Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.	3,3	1,3	3,9	0,7	3,5	1,4

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

Povprečne vrednosti za vse tri sklope (*Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev*, *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* in *Sposobnost upravljanja s čustvi*) glede na študijski program so prikazane v tabeli 10. Glede na prvo raziskovalno vprašanje, ki se je glasilo: Kakšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na študijski program in način študija študentov, smo ugotovili, da so študenti zdravstvene nege imeli povprečno oceno ČI PV = 3,5 (SO = 0,8), medtem ko so študenti fizioterapije imeli povprečno oceno PV = 3,4 (SO = 0,9). T-test za neodvisne vzorce ni pokazal statistično značilne razlike v stopnji čustvene inteligence glede na študijski program ( $t = 0,932$ ;  $p = 0,352$ ). Kako so se ocene pri posameznih trditvah ČI razlikovale med študenti, je razvidno iz tabele 11.

**Tabela 10: Ocene trditev za posamezne sklope glede na smer študija**

Sklopi	Zdravstvena nega		Fizioterapija		t	p
	PV	SO	PV	SO		
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev	3,4	0,6	3,3	0,8	0,932	0,352
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev	3,5	0,8	3,4	0,9		
Sposobnost upravljanja s čustvi	3,5	1,0	3,4	0,9		

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon; t = statistika t-testa; p = statistična značilnost

Med študenti ni velike razlike v stopnji ČI. S trditvijo 17 – Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju, se po večini strinjajo študenti zdravstvene nege kot tudi študenti fizioterapije. Oboji pa ne kažejo strinjanja s trditvijo 14 – Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo. Študenti zdravstvene nege se tudi v večini strinjajo s trditvijo 5 – Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.

**Tabela 11: Razlike v stopnji čustvene inteligence glede na študijski program**

Trditev	Zdravstvena nega		Fizioterapija	
	PV	SO	PV	SO
1. Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	3,1	1,0	2,9	1,1
2. Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	3,3	1,1	3,4	1,2
3. Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	3,4	1,0	3,3	1,0
4. Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače.	3,9	1,0	3,8	1,1
5. Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	4,1	1,1	3,9	1,2
6. Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	3,4	1,1	3,3	1,2
7. Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.	3,0	1,2	3,1	1,2
8. Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v slabo voljo.	3,3	1,2	3,4	1,1
9. Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.	3,6	1,1	3,6	1,1
10. Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.	3,8	1,1	3,7	1,2
11. Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.	4,0	1,2	3,9	1,2
12. Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.	3,5	1,1	3,6	1,2
13. Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.	3,5	1,1	3,5	1,2
14. Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.	2,7	1,0	2,6	1,1
15. Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.	2,9	1,1	3,0	1,2
16. Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.	3,4	1,1	3,4	1,3

Trditev		Zdravstvena nega		Fizioterapija	
		PV	SO	PV	SO
17.	Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.	4,1	1,1	4,1	1,1
18.	Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.	3,8	1,1	3,7	1,2
19.	Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.	3,6	1,0	3,5	1,1
20.	Svoja čustva lahko dobro izrazim.	3,4	1,2	3,4	1,3
21.	Lahko opišem, kako se počutim.	3,5	1,2	3,5	1,4
22.	Lahko opišem svoje trenutno stanje.	3,7	1,1	3,6	1,3
23.	Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju.	3,6	1,2	3,3	1,3
24.	Če določeno osebo opazujem v družbi, lahko točno ugotovim njena čustva.	3,3	1,2	3,1	1,1
25.	Lahko opazim, če se nekdo počuti nemočno.	3,5	1,2	3,4	1,2
26.	Moje vedenje odraža moja notranja občutja.	3,3	1,3	3,3	1,4
27.	Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen	3,3	1,3	3,1	1,3
28.	Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.	3,7	1,2	3,5	1,3
29.	Nič ni slabega v tem, kako se običajno počutim.	3,5	1,2	3,6	1,4
30.	Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.	3,2	1,3	3,0	1,4
31.	Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.	3,5	1,2	3,3	1,2
32.	Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.	3,9	1,2	3,6	1,3
33.	Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.	3,4	1,2	3,4	1,2
34.	Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.	3,4	1,3	3,2	1,3
35.	Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.	3,4	1,2	3,3	1,4
36.	Opazim, če se nekdo počuti krivega.	3,3	1,2	3,2	1,3
37.	Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.	3,4	1,2	3,3	1,3
38.	Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.	3,6	1,3	3,7	1,5
39.	Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.	3,4	1,3	3,4	1,5
40.	Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.	3,1	1,4	3,2	1,6
41.	Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.	3,3	1,2	3,3	1,4
42.	Večino svojih občutij lahko poimenujem.	3,6	1,3	3,5	1,5
43.	Večino svojih občutij lahko prepoznam.	3,8	1,3	3,7	1,5
44.	Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.	3,5	1,2	3,4	1,5
45.	Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.	3,4	1,2	3,3	1,5

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

Povprečne vrednosti so za vse tri sklope *Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev*, *Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev* in *Sposobnost upravljanja s čustvi* glede na način študija (redni ali izredni), prikazani v tabeli 12.

Redni študenti FZAB so imeli povprečno oceno ČI PV = 3,4 (SO = 1,0), medtem ko so izredni študenti imeli povprečno oceno PV = 3,5 (SO = 0,7). T-test za neodvisne vzorce ni pokazal statistično značilne razlike v stopnji čustvene inteligence glede na vrsto študija ( $t = 0,376$ ;  $p = 0,887$ ). Kako so se ocene pri posameznih trditvah ČI razlikovale med študenti rednega in izrednega študijskega programa je razvidno iz tabele 13.

**Tabela 12: Ocene trditev za posamezne sklope glede na vrsto študija**

Sklopi	Redni		Izredni		t	p
	PV	SO	PV	SO		
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev	3,4	1,0	3,4	0,6	0,376	0,887
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev	3,5	1,0	3,5	1,0		
Sposobnost upravljanja s čustvi	3,4	1,2	3,5	1,1		

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon; t = statistika t-testa; p = statistična značilnost

Med rednimi in izrednimi študenti ni bistvene razlike v ČI. Oboji so se največ strinjali s trditvami 5 – Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana in 17 – Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju. Najmanj so se strinjali s trditvijo 14 – Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.

Redni študentje so se manj strinjali s trditvijo 1 – Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega, izredni pa s trditvijo 15 – Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.

**Tabela 13: Razlike v stopnji čustvene inteligence glede na način študija**

Trditve		Redni		Izredni	
		PV	SO	PV	SO
1.	Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.	2,9	1,1	3,2	1,0
2.	Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.	3,2	1,2	3,5	1,0
3.	Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.	3,3	1,0	3,4	0,9
4.	Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače.	3,8	1,1	3,8	1,0
5.	Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.	4,0	1,2	4,0	1,0
6.	Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.	3,3	1,2	3,4	1,1
7.	Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.	3,1	1,2	2,9	1,2
8.	Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v slabo voljo.	3,3	1,2	3,4	0,9
9.	Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.	3,6	1,2	3,6	0,9
10.	Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.	3,8	1,2	3,8	1,1
11.	Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.	3,9	1,2	4,0	1,1

	Trditev	Redni		Izredni	
		PV	SO	PV	SO
12.	Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.	3,5	1,2	3,5	1,0
13.	Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.	3,4	1,2	3,6	0,9
14.	Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.	2,7	1,1	2,6	0,9
15.	Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.	3,0	1,2	2,8	1,0
16.	Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.	3,4	1,2	3,4	1,1
17.	Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.	4,1	1,2	4,1	1,0
18.	Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.	3,8	1,3	3,8	0,9
19.	Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.	3,6	1,1	3,5	1,0
20.	Svoja čustva lahko dobro izrazim.	3,4	1,3	3,6	1,1
21.	Lahko opišem, kako se počutim.	3,4	1,3	3,7	1,1
22.	Lahko opišem svoje trenutno stanje.	3,6	1,3	3,7	1,1
23.	Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju.	3,4	1,3	3,6	1,1
24.	Če določeno osebo opazujem v družbi, lahko točno ugotovim njena čustva.	3,2	1,2	3,2	1,0
25.	Lahko opazim, če se nekdo počuti nemočno.	3,5	1,2	3,4	1,1
26.	Moje vedenje odraža moja notranja občutja.	3,3	1,4	3,3	1,2
27.	Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen	3,1	1,4	3,3	1,2
28.	Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.	3,6	1,4	3,6	1,1
29.	Nič ni slabega v tem, kako se običajno počutim.	3,5	1,4	3,7	1,1
30.	Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.	3,1	1,3	3,2	1,3
31.	Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.	3,4	1,3	3,5	1,1
32.	Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.	3,7	1,3	3,8	1,2
33.	Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.	3,4	1,3	3,4	1,1
34.	Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.	3,4	1,4	3,2	1,2
35.	Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.	3,4	1,3	3,3	1,2
36.	Opazim, če se nekdo počuti krivega.	3,3	1,2	3,2	1,2
37.	Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.	3,4	1,3	3,2	1,2
38.	Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.	3,6	1,4	3,7	1,3
39.	Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.	3,4	1,4	3,4	1,4
40.	Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.	3,1	1,5	3,0	1,4
41.	Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.	3,3	1,3	3,2	1,2
42.	Večino svojih občutij lahko poimenujem.	3,6	1,4	3,5	1,3
43.	Večino svojih občutij lahko prepoznam.	3,8	1,4	3,6	1,3
44.	Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.	3,5	1,3	3,5	1,3
45.	Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.	3,3	1,3	3,4	1,3

Legenda: PV = povprečna vrednost; SO = standardni odklon

### 3.5 RAZPRAVA

Raziskovali smo čustveno inteligenco med študenti Fakultete za zdravstvo Angele Boškin, ki so imeli status študenta v študijskem letu 2020/2021. Raziskovanje čustvene inteligence se je začelo pojavljati v devetdesetih letih, kjer so večinoma takrat uporabljati samoocenjevalne vprašalnike. Od takrat se je razvilo že mnogo vprašalnikov za ocenjevanje čustvene inteligence. Mi smo v naši raziskavi uporabili ESCQ (Emotional Skills and Competence Questionnaire) vprašalnik.

Čustvena inteligenca je sposobnost prepoznavanja in obvladovanja lastnih in tujih čustev pod njo spada empatija, ki je sposobnost razumevanja, kako se počutijo drugi. Pomembna je za dobro delovanje medicinskih sester (Di Lorenzo, et al., 2019). V splošni populaciji obstajajo dokazi, da čustvena inteligenca napoveduje akademsko uspešnost, vendar mehanizem tega odnosa ni najbolj jasen. Obstajajo tudi dokazi, da prispeva h kognitivni uspešnosti študentov (Marvos & Hale, 2015). Prezerakos (2018) je ugotavljala, ali trening sposobnosti čustvene inteligence izboljšuje kritično razmišljanje in čustveno kompetentnost medicinskih sester. S sistematičnim pregledom literature je ugotovila, da je čustvena inteligenca koristno orodje za vodje timov in prispeva k učinkovitemu vodenju. Zaradi posebne narave dela v zdravstveni negi je pomembno, da medicinske sestre razvijejo socialne in čustvene sposobnosti. Avtor predlaga izobraževanje in usposabljanje o čustveni inteligenci že v času študija.

V raziskavi, kjer smo ugotavljali stopnjo čustvene inteligence med študenti Fakultete za zdravstvo Angele Boškin, nismo našli statistično pomembnih razlik. Pri sposobnosti prepoznavanja in razumevanja čustev, sposobnosti izražanja in poimenovanja čustev ter pri sposobnosti upravljanja s čustvi so udeleženci raziskave dosegli povprečno vrednost. Ko smo ugotavljali razliko v stopnji čustvene inteligence glede na letnik študija, so se pokazala manjša odstopanja, in sicer pri prvih in tretjih letnikih je bila sposobnost izražanja in poimenovanja čustev nekoliko višja kot v drugem letniku pa, vendar so te razlike zanemarljive. Večje razlike v drugih sklopih med letniki ni bilo. Razlike v statistični vrednosti med študijem zdravstvene nege in fizioterapije nismo našli.

Patil in sodelavci (2016) so raziskovali učinek razvijanja čustvene inteligence pri fizioterapevtih z namenom, da bi jim pomagali bolje razumeti svoje paciente ter izboljšali njihovo samozavedanje, medtem pa so preučevali spremembo oziroma izboljšanje kakovosti oskrbe pacientov. Ugotovili so, da je treniranje sposobnosti čustvene inteligence zvišalo stopnjo le-te in posledično pozitivno vplivalo na oskrbo pacientov ter samozavedanje fizioterapevtov. Avtorji predlagajo uvedbo izobraževanja in usposabljanja na temo čustvene inteligence v študij fizioterapije. Gribble in sodelavci (2019) so želeli raziskati vpliv kliničnih praks na čustveno inteligenco pri študentih fizioterapije. Čustvena inteligenca je pomembna kompetenca, ki jo študentje fizioterapije



morajo obvladati. Podatke so zbirali trikrat, in sicer pred začetkom kliničnega usposabljanja, leto dni po kliničnem usposabljanju ter po končanju kliničnega usposabljanja. Dokazali so, da se raven čustvene inteligence zviša v kliničnem okolju zaradi vsakodnevnega stika s pacienti, ki imajo velikokrat bolečine in so v stiski. Pomembno vlogo v razvijanju čustvene inteligence ima tudi klinični mentor, ki študentu pomaga pri učenju ter razvijanju kompetenc. Avtorji predlagajo izobraževanje mentorjev na to temo, saj študentje, ki prihajajo v klinična okolja, niso enako čustveno inteligentni in bi se morali posvetiti študentu glede na njegove zmožnosti. Čustvena inteligenca študentov fizioterapije bi se morala aktivno razvijati v sklopu študija ter kliničnega usposabljanja vse od začetka pa do konca šolanja.

Cassano in sodelavci (2020) so raziskovali čustveno inteligenco med študenti doktorskega študijskega programa zdravstvene nege in babištva. Ugotovili so, da je čustvena inteligenca bistveno povezana s spolom. Ženske so pokazale bistveno višje ocene kot moški pri ocenjevanju in izražanju čustev. Pomembne razlike so našli tudi v medsebojni povezanosti čustvene inteligence in akademske uspešnosti, in sicer so ženske in študentke babištva pokazale višjo akademsko uspešnost. Avtorji so ugotovili, da je visoka čustvena inteligenca ter osebne značilnosti posameznika, ki pridejo z njo, odličen napovedovalec profesionalnega uspeha. To pomeni, da imajo ljudje z visoko čustveno inteligenco večjo možnost za uspeh na profesionalnem področju. Marvos in Hale (2015) sta ugotavljala, kolikšna je razlika v stopnji čustvene inteligence glede na spol. Anketirala sta diplomirane medicinske sestre in študente zdravstvene nege in dobila podatke, da je moški del anketirancev manj čustveno inteligenten kot ženski del. Tudi nas je zanimalo, kolikšna je razlika v stopnji čustvene inteligence med spoloma. Medtem ko so v prej navedenih raziskavah našli razlike med spoloma, v našem primeru ni bilo tako. Ugotovili smo, da ni statistično pomembne povezanosti med spremenljivkama. Oba spola sta imela povprečno vrednost stopnje čustvene inteligence. Marvos in Hale (2015) menita, da je razlog njunih ugotovitev v tem, ker moški težje obvladajo svoja čustva zaradi hitrega odziva na situacijo. Lahko pa razlog tiči v tem, da so ženske bolj čustvena bitja in imajo več izkušenj z nadziranjem čustev.

Zdravstvena nega in fizioterapija sta stroki, kjer je prisotnega veliko stresa. Študentje na teh področjih se morajo tako že od samega začetka študija spopadati s stresom zaradi kliničnih usposabljanj in izobraževanja. Sposobnost učinkovite in pravilne obdelave čustev je pomembna za izboljšanje delovne uspešnosti in na splošno boljšega počutja. Razvita čustvena inteligenca pomaga razumeti socialno okolje posameznikov in jim pomaga obvladovati lastna čustva. Vključuje spretnosti, kot so empatija, samozavedanje, samokontrola in motivacija. Ugotovljeno je bilo, da tisti z visoko ravno čustvene inteligence boljše obvladujejo stres in čustva, se lažje prilagodijo okolju, imajo boljšo akademsko uspešnost in so bolj zdravi. Potrdili so tudi, da se medicinske sestre z visoko stopnjo čustvene inteligence bolj pravilno odločajo pri strokovnih odločitvah povezanim s stanjem pacienta ter imajo manjšo stopnjo izgorelosti (Chun & Park, 2016). V raziskavi nismo ugotavljali povezave med stresom ter čustveno inteligenco, vendar bi bilo priporočljivo to ugotoviti v prihodnjih raziskavah, saj je raziskava, narejena med savdskimi študenti zdravstvenih strok, ugotavljala povezavo med stresom ter čustveno inteligenco in našla povezavo med višjo stopnjo čustvene inteligence in nizko stopnjo stresa med študenti. Raziskava ni pokazala bistvene razlike v stopnji čustvene inteligence med študenti glede na nacionalnost, spol, obiskovani letnik ali glede na specializacijo. Avtor meni, da je zato pomembno študente spodbujati in učiti o čustveni inteligenci ter o prepoznavanju in premagovanju stresa. Prav tako meni, da bi bilo treba spremeniti učni načrt, kjer bi dodali izobraževanje o tem.

Aleksitimija je pojem, ki se prav tako pojavlja ob raziskovanju čustvene inteligence in empatije. Pomeni pa nezmožnost sočutja in povezovanja z drugimi. Aleksitimija je napovedovalec anksioznosti in izgorelosti (Zhang, et al., 2014 cited in Di Lorenzo, et al., 2019, p. 32). Aleksitimijo so povezali z depresijo, tesnobo, stresom in z nezadovoljstvom z lastnim življenjem. Raziskava je bila narejena v Italiji med študenti zdravstvene nege, kjer so pri zaključnih letnikih dobili statistično višji rezultat aleksitimije kot pri ostalih študentih. Avtorji menijo, da bi rezultat tega lahko bil nepravilno obvladovanje čustev. Umik od svojih čustev naj bi študentje razvili kot obrambni mehanizem. Rešitev tega naj bi bila izobraževanja in usposabljanja na temo čustvene inteligence na vseh zdravstvenih šolah. S tem ukrepom bi bistveno pripomogli bodočim zdravstvenim delavcem pri izvajanju dobre in kakovostne klinične prakse (Di Lorenzo, et al., 2019).

V raziskavi, kjer smo ugotavljali stopnjo čustvene inteligence glede na starost, smo našli manjša, vendar statistično nepomembna odstopanja v povprečju. Ugotavljali smo tudi stopnjo čustvene inteligence glede na način študija (redni/izredni) študentov. Nismo našli statistično pomembnih razlik med rednimi in izrednimi študenti.

Kritično razmišljanje je eden od načinov razmišljanja. Je kompleksen mentalni proces in aktivnost, za katero še nimamo jasne definicije (Maroofi, et al., 2012 cited in Hasanpour, et al., 2018, p. 1). Ameriško psihološko združenje je leta 1990 izvedlo raziskavo, kjer so prišli do naslednje opredelitve kritičnega mišljenja: namenska samoregulativna presoja, katere posledica je interpretacija, analiza, vrednotenje in sklepanje ter na dokazih podprto odločanje (Blondy, 2007 cited in Hasanpour, et al., 2018, p. 1). Sposobnost kritičnega razmišljanja je ena najpomembnejših kompetenc, ki se jih študent mora naučiti v času študija. Čustvena inteligenca igra pomembno vlogo pri kritičnem razmišljanju. Hasanpour in sodelavci (2018) so ugotavljali razmerje med čustveno inteligenco in kritičnim razmišljanjem pri študentih zdravstvene nege. Ugotovili so, da obstaja povezava med kritičnim razmišljanjem in komponento čustvene inteligence – empatijo. Avtorji menijo, da bi bilo glede na to, da se da obeh teh veščin naučiti, smiselno študente spodbuditi z novimi aktivnimi tehnikami učenja, kot so brainstorming, skupinsko učenje, Sokratsko spraševanje itd. S tem bodo pridobili usposobljene, medicinske sestre s sposobnostjo kritičnega razmišljanja, ki bodo s pomočjo pridobljenega znanja lahko svojim pacientom zagotovile optimalno oskrbo in s tem privedle do boljšega zdravja v skupnosti.

#### *Omejitve raziskave*

Raziskav o čustveni inteligenci študentov zdravstvene nege je malo, področje pa je vsekakor pomembno za njihovo kasnejšo poklicno pot in delo s pacienti in njegovimi svojci. Čeprav smo prišli do zanimivih rezultatov, obstaja nekaj omejitev raziskave. Tako je na primer prva omejitev velikost vzorca, ki je zadostna za približno oceno stanja, vendar bi bilo treba vzorec povečati za bolj tehtne zaključke. Naslednja omejitev raziskave je geografska omejenost in dejstvo, da so bili v raziskavo vključeni le študenti

Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Zato bi bilo zanimivo v prihodnosti narediti raziskavo, v katero bi vključili več fakultet za zdravstvo in fizioterapijo, ter primerjati stopnjo čustvene inteligence med študenti zdravstvene nege in fizioterapije na ravni celotne Slovenije.

Glede na pregled literature, ki smo ga opravili, smo ugotovili, da se raven čustvene inteligence da zvišati. To lahko dosežemo s pravilnim treningom le-te. To bi lahko opravili v sklopu učnega načrta za vse študente ter potem izvedli ponovno testiranje. V primeru, da bi ta trening pokazal pozitivne rezultate, bi lahko ta način zviševanja čustvene inteligence uvedle tudi druge šole.

## 4 ZAKLJUČEK

Raziskava je pokazala, da med študenti zdravstvene nege in fizioterapije na FZAB ni bistvene razlike v stopnji čustvene inteligence, pokazalo se je, da je stopnja čustvene inteligence povprečna. Mislimo, da se to da spremeniti. Čustvena inteligenca je pomemben dejavnik v šolanju in na splošno v našem zasebnem življenju. Prednost čustvene inteligence za razliko od inteligenčnega kvocienta je, da se jo da naučiti. Tako kot lahko natreniramo mišice na telesu, lahko s trdim delom in vztrajnostjo zvišamo stopnjo čustvene inteligence in s tem izboljšamo svojo uspešnost v šoli, na delovnem mestu in v zasebnem življenju.

Na stopnjo čustvene inteligence vpliva tudi stres. Stres je vsakdanjik vsakega posameznika, vendar glede na navedene raziskave menimo, da so študentje v času šolanja podvrženi še dodatnemu stresu. Izobraževanje na temo prepoznavanja in obvladovanja stresa bi bilo potrebno že v prvem letniku, kjer prihaja do največjih težav, zaradi katerih marsikateri študent opusti šolanje.

Medicinske sestre in fizioterapevti poleg fizičnega opravljajo tudi čustveno zahtevno delo, zato je čustvena inteligenca ključ do uspešnega in varnega dela. Zgoraj navedene raziskave, narejene med študenti zdravstvene nege in fizioterapije ter medicinskimi sestrami in fizioterapevti, so pokazale, da se z dejavnostmi in intervencijami za razvoj čustvene inteligence da nivo le-te zvišati. Študente bi bilo potrebno med izobraževanjem usmerjeno voditi k višji čustveni inteligentnosti. Čustvena inteligenca dokazano vpliva na boljšo akademsko uspešnost, boljše komunikacijske veščine, višjo motivacijo in na splošno večje zadovoljstvo z življenjem.

## 5 LITERATURA

Barnhardt, W.K., 2017. *From Stress To Success: How Stress Coping Strategies And Emotional Intelligence Affect Student Success In Healthcare Programs: doctoral dissertation*. Wingate: Wingate University School of Graduate and Continuing Education.

Beauvais, A.M., Brady, N., O'Shea, E.R. & Quinn Griffin, M.T., 2011. Emotional intelligence and nursing performance among nursing students. *Nurse Education Today*, 31(4), p. 400.

Benington, M.R., Hussey, L.C. & Long, J.M., 2020. Emotional intelligence and successful completion of nursing courses in associate degree nursing students. *Teaching and Learning in Nursing*, 15(3), p. 188.

Blondy, L.C., 2007. Evaluation and application of andragogical assumptions to the adult online learning environment. *Journal of Interactive Online Learning*, 6(2), pp. 116-130.

Bullock, G., Kraft, L., Amsden, K., Gore, W., Prengle, B., Wimsatt, J., Ledbetter, L., Covington, K. & Goode, A., 2017. The prevalence and effect of burnout on graduate healthcare students. *Canadian Medical Education Journal*, 8(3), pp. 90-108.

Carvalho, V.S., Guerrero, E. & Chambel, M.J., 2018. Emotional intelligence and health students' well-being: A two-wave study with students of medicine, physiotherapy and nursing. *Nurse Education Today*, 63, pp. 35-41.

Cassano, F., Tamburrano, A., Mellucci, C., Galletti, C., Damiani, G. & Laurenti, P., 2020. Evaluation of Emotional Intelligence among Master's Degree Students in Nursing and Midwifery: A Cross-Sectional Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), pp. 1-9.

Cenčič, M., 2009. *Kako poteka pedagoško raziskovanje: primer kvantitativne empirične neeksperimentalne raziskave*. 1 st ed. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Cherry, K., 2021. *5 Key Emotional Intelligence Skills*. [online] Available at: <https://www.verywellmind.com/components-of-emotional-intelligence-2795438> [Accessed 27 Januar 2021].

Cheshire, M.H., Strickland, H.P. & Carter, M.R., 2015. Comparing traditional measures of academic success with emotional intelligence scores in nursing students. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 2(2), pp. 99-106.

Chun, K.H. & Park, E., 2016. Diversity of Emotional Intelligence among Nursing and Medical Students. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 7(4), pp. 261-265

Cilar, L., Spevan, M., Trifkovič Čuček, K. & Štiglic, G., 2020. What motivates students to enter nursing? Findings from a cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 90(6), p. 1.

Constantinou, M. & Kuys, S.S., 2013. Physiotherapy students find guided journals useful to develop reflective thinking and practice during their first clinical placement: a qualitative study. *Physiotherapy*, 99(1), pp. 49-55.

Di Lorenzo, R., Venturelli, G., Spiga, G. & Ferri, P., 2019. Emotional intelligence, empathy and alexithymia: a cross-sectional survey on emotional competence in a group of nursing students. *Acta BioMedica*, 90(4), p. 32.

Drole, L., 2021. *Čustvena inteligentnost pri študentih fizioterapije – pregled literature: diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Zdravstvena Fakulteta.

Džakulin, P.J., 2018. *Čustvena inteligenca: raziskovalna naloga*. Celje: Komisija mladi za Celje, pp. 42-45.

Enns, A., Eldridge, G.D., Montgomery, C. & Gonzales, V.M., 2018. Perceived stress, coping strategies, and emotional intelligence: A cross-sectional study of university students in helping disciplines. *Nurse Education Today*, 68, pp. 226-231.

Erman, J., 2011. *Raziskava čustvene inteligence na primeru študentov ljubljanske univerze: diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za upravo.

Fatkić, S., 2018. *Analiza povezanosti stresa in učnega uspeha študentov Fakultete za upravo: diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za upravo.

Galunič, M., 2016. *Vodenje in čustvena inteligenca: diplomsko delo*. Kranj: Univerza v Mariboru, Fakulteta za organizacijske vede.

Gencheva, N., Angelcheva, M., Marinov, T. & Ignatov, I., 2019. Research of the Emotional Intelligence of Bulgarian Physiotherapy Students. *Journal of Medicine, Physiology and Biophysics*, 52, pp. 12-18.

George, D. & Mallery, P., 2018. *IBM SPSS Statistics 25 Step by Step*. 15th ed. New York: Routledge Taylor & Francis.

Goleman, D., 2017. *Čustvena inteligenca: zakaj je lahko pomembnejša od IQ*. 7. ponatis. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Görgens-Ekermans, G., Delport, M. & Du Preez, R., 2015. Developing Emotional Intelligence as a key psychological resource reservoir for sustained student success. *SA Journal of Industrial Psychology*, 41(1), pp. 6-10.

Gribble, N., Ladyshewsky, R.K. & Parsons, R., 2019. The impact of clinical placements on the emotional intelligence of occupational therapy, physiotherapy, speech pathology, and business students: a longitudinal study. *BMC Medical Education*, 19(1), pp. 1-8.



Grm, V., 2018. *Čustvena inteligenca in komunikacijske veščine medicinskih sester pri vzpostavljanju medosebnih odnosov s pacientom: diplomsko delo*. Maribor: Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede.

Hajibabae, F., Ashghali Farahani, M., Ameri, Z., Salehi, T. & Hosseini, A.F., 2018. The relationship between empathy and emotional intelligence among Iranian nursing students. *International Journal of Medical Education*, 9, pp. 242-243.

Hasanpour, M., Bagheri, M. & Ghaedi Heidari, F., 2018. The relationship between emotional intelligence and critical thinking skills in Iranian nursing students. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 32(40), pp. 1-3.

Kaya, H., Şenyuva, E. & Bodur, G., 2018. The relationship between critical thinking and emotional intelligence in nursing students: A longitudinal study. *Nurse Education Today*, 68, pp. 26-38.

Keiller, L. & Hanekom, S., 2014. Strategies to increase clinical reasoning and critical thinking in physiotherapy education. *South African Journal of Physiotherapy*, 70(1), pp. 8-12.

Krajnc, M., 2012. Vpliv čustvene inteligentnosti na delovno uspešnost. *Revija za univerzalno odličnost*, 1(2), pp. 60-69.

Kuruvilla, J. & Menzes, P.M., 2019. Effect of Emotional Intelligence Training on Emotional Intelligence of graduate Nursing Students. *Asian Journal of Nursing Education and Research*, 9(3), pp. 289-292.

Leskovic, L., 2016. Ali se lahko čustvene inteligence naučimo? In: J. Starc, ed. *Izzivi globalizacije in družbeno – ekonomsko okolje EU: zbornik prispevkov*. Novo mesto, 14. in 15. april 2016. Novo mesto: Fakulteta za poslovne in upravne vede Novo mesto, pp. 338-343.

Marcijan, N., 2018. *Stres med študenti zdravstvene nege: diplomsko delo*. Jesenice: Fakulteta za zdravstvo Angele Boškin.

Maroofi, Y., Yousefzadeh, M. & Bakhskar, F., 2012. Relationship between female pre university students' critical thinking skills and their mental health. *Scientific Journal of Hamadan University of Medical Sciences*, 19(1), pp. 53-61.

Marvos, C. & Hale, F.B., 2015. Emotional intelligence and clinical performance/retention of nursing students. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 2(2), pp. 63-71.

McKinney, A.L., 2019. *Emotional Intelligence On Academic And Social College Adjustment Among College Students: doctoral dissertation*. Arizona: The University of Arizona.

Patil, V., Naik, R. & Desousa, A., 2016. A Study of the Impact of Emotional Intelligence Training in Physiotherapy Interns: Pilot Study. *International Journal of Physiotherapy*, 3(2), p. 165.

Pejić, M., 2015. *Čustvena inteligenca študentov podiplomskega študija zdravstvene nege na zdravstveni fakulteti v Ljubljani: magistrsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta.

Prezerakos, P.E., 2018. Nurse Managers' Emotional Intelligence and Effective Leadership: A Review of the Current Evidence. *The Open Nursing Journal*, 12, pp. 86-92.

Serrat, O., 2017. *Knowledge Solutions*. Springer, Singapore: Asian Development Bank.

Sharon, D. & Greenberg, K., 2018. Does the level of emotional intelligence affect the degree of success in nursing studies? *Nurse Education Today*, 64, pp. 21-26.

Štiglic, G., Cilar, L., Novak, Ž., Vrbnjak, D., Stenhouse, R., Snowden, A. & Pajnikihar, M., 2018. Emotional intelligence among nursing students: Findings from a cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 66, pp. 33-38.

Trigueros, R., Aguilae-Parra, J.M., Cangas, A.J., Bermejo, R., Ferrandiz, C. & López-Liria, R., 2019. Influence of Emotional Intelligence, Motivation and Resilience on Academic Performance and the Adoption of Healthy Lifestyle Habits among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(16), p. 2.

Zhang, Y., Zhao, Y., Mao, S., Li, G. & Yuan, Y., 2014. Investigation of health anxiety and its related factors in nursing students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, pp. 1223-1234.

## **6 PRILOGE**

### **6.1 INSTRUMENT**

#### **Anketni vprašalnik**

Pozdravljeni!

Sem Arijana Turkeš, absolventka Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. V diplomski nalogi pod mentorstvom Mateje Bahun, viš. pred. raziskujem čustveno inteligenco med študenti Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Prosim vas za sodelovanje v raziskavi. Sodelovanje je anonimno in prostovoljno, podatki pa bodo uporabljeni izključno za namen diplomskega dela. Že vnaprej se zahvaljujem za sodelovanje in pomoč pri izdelavi svojega diplomskega dela.

#### **1. DEL: DEMOGRAFSKI PODATKI**

1. Spol (obkrožite):
  - 1) Ženska.
  - 2) Moški.
  
2. Starost (v letih):\_\_\_\_\_.
  
3. Letnik, ki ga obiskujete (obkrožite):
  - 1) 1. letnik.
  - 2) 2. letnik.
  - 3) 3. letnik.
  - 4) Absolvent.
  
4. Smer študija (obkrožite):
  - 1) Zdravstvena nega.
  - 2) Fizioterapija.
  
5. Način študija (obkrožite):
  - 1) Redni.
  - 2) Izredni.

## 2. DEL: ČUSTVENA INTELIGENCA

Trditve ocenite z 1 do 5, pri čemer pomeni:

**1 – sploh ne velja**

**2 – večinoma ne velja**

**3 – včasih velja**

**4 – večinoma velja**

**5 – vedno velja**

Trditve	1	2	3	4	5
1. Dobro razpoloženje lahko ohranim, tudi če se mi zgodi kaj slabega.					
2. Skoraj vedno lahko z besedami opišem svoja čustva in občutja.					
3. Tudi kadar so ljudje okrog mene slabo razpoloženi, lahko ohranim dobro razpoloženje.					
4. Iz neugodnih izkušenj se učim, da naj se v prihodnje obnašam drugače.					
5. Ko me nekdo pohvali ali nagradi, delam še z več elana.					
6. Če mi nekaj ni všeč, to takoj tudi pokažem.					
7. Če mi je neka oseba všeč, naredim vse, da sem ji tudi jaz všeč.					
8. Če sem dobro razpoložen, me je težko spraviti v dobro voljo.					
9. Če sem dobro razpoložen, vsak problem z lahkoto rešim.					
10. Ko sem z osebo, ki me ceni, sem pozoren, kako se obnašam.					
11. Najbolje se učim in si zapomnim stvari, če sem dobro razpoložen.					
12. Kadar trmasto vztrajam, rešim tudi na prvi pogled nerešljiv problem.					
13. Če srečam znanca, takoj ugotovim, kako je razpoložen.					
14. Če vidim, kako se počuti, po navadi vem, kaj se mu je zgodilo.					
15. Zlahka najdem način, kako priti do osebe, ki mi je všeč.					
16. Lahko opišem čustva, ki jih v določenem trenutku doživljam.					
17. Hitro opazim spremembo razpoloženja pri svojem prijatelju.					
18. Z lahkoto se spomnim, kako razveseliti prijatelja, h kateremu grem za rojstni dan.					
19. Hitro lahko prepričam prijatelja, da ni razloga za zaskrbljenost.					
20. Svoja čustva lahko dobro izrazim.					
21. Lahko opišem, kako se počutim.					
22. Lahko opišem svoje trenutno stanje.					
23. Lahko rečem, da vem veliko o svojem čustvenem stanju.					
24. Če določeno osebo opazujem v družbi, lahko točno ugotovim njena čustva.					
25. Lahko opazim, če se nekdo počuti nemočno.					
26. Moje vedenje odraža moja notranja občutja.					

<b>Trditev</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
27. Pri meni se vedno vidi, kako sem razpoložen					
28. Trudim se ublažiti neprijetna čustva in ojačati pozitivna čustva.					
29. Nič ni slabega v tem, kako se običajno počutim.					
30. Obveznosti in naloge najraje naredim takoj, ne da o njih razmišljam.					
31. Po navadi razumem, zakaj se slabo počutim.					
32. Poskušam ohraniti dobro razpoloženje.					
33. Po izrazu na obrazu lahko prepoznam občutja drugih.					
34. Pri svojih prijateljih prepoznam prikrito ljubosumje.					
35. Opazim, če poskuša nekdo prikriti slabo razpoloženje.					
36. Opazim, če se nekdo počuti krivega.					
37. Opazim, če nekdo poskuša prikriti svoja resnična občutja.					
38. Opazim, če se nekdo počuti zamorjeno.					
39. Kar se mene tiče, je popolnoma v redu, da se počutim tako kot se.					
40. Na splošno sem lahko izrazil simpatije do osebe nasprotnega spola.					
41. Opazim, če se nekdo obnaša drugače, kot je razpoložen.					
42. Večino svojih občutij lahko poimenujem.					
43. Večino svojih občutij lahko prepoznam.					
44. Vem, kako lahko prijetno presenetim vsakega svojega prijatelja.					
45. Pri prijatelju vem, kdaj je žalosten in kdaj razočaran.					

<b>ESCQ – vrednotenje</b>
Sposobnost prepoznavanja in razumevanja čustev 13, 14, 15, 18, 19, 25, 26, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 42, 45
Sposobnost izražanja in poimenovanja čustev 2, 6, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 41, 43, 44
Sposobnost upravljanja s čustvi 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 20, 29, 30, 31, 33, 40