

УНИВЕРЗИТЕТ У НОВОМ САДУ
МЕДИЦИНСКИ ФАКУЛТЕТ
ОДБОР ЗА КОНТРОЛУ И ПОБОЉШАЊЕ КВАЛИТЕТА
Датум: 18.10.2017.

**ПЛАН РАДА ОДБОРА ЗА КОНТРОЛУ И ПОБОЉШАЊЕ КВАЛИТЕТА МЕДИЦИНСКОГ
ФАКУЛТЕТА ЗА 2017/18. ГОДИНУ**

Према члану 153 Статута Медицинског факултета у Новом Саду све делатности Факултета (настава, начин оцењивања, научноистраживачка делатност, последипломске студије, континуирана едукација и др.), као и рад свих служби, подлежу систему праћења, обезбеђивања, унапређења и развоја квалитета и систему провере квалитета у складу са Законом и Статутом Универзитета. Контролу и унапређење квалитета спроводи Одбор за контролу и побољшање квалитета (у даљем тексту Одбор), који чине: продекан задужен за акредитацију и квалитет којег одређује декан, по један наставник из сваке комисије и студент продекан. У раду Одбора као стручно лице учествује дипломирани правник, који нема право одлучивања. Одбор свој рад остварује преко формираних комисија: Комисија за реформу студијских програма и вредновања квалитета наставе, Комисија за анализу ефикасности студирања, Комисија за вредновање наставника, сарадника и научноистраживачког рада и Комисија за вредновање ненаставне подршке. На основу предложених планова комисија, на састанку одржаном 18.10.2017. године формулисан је следећи план рада Одбора према областима активности:

1. Унапређење квалитета наставе

Активности:

- редовно праћење и провера циљева, структуре и садржине студијских програма;
- перманентна контрола регуларности извођења наставе;
- континуирана провера вођења евиденције и извештаја о одржаној настави на катедрама и предметима;
- перманентна контрола квалитета наставног процеса;
- евалуација квалитета наставног процеса кроз анализу добијених резултата анкетаирања наставника и сарадника Факултета као и извештаја катедара;
- осавремењивање курикулума и обезбеђивање њихове упоредивости са курикулумима одговарајућих домаћих и страних високошколских установа
- увођење савремених стандарда извођења наставе;
- контрола начина провере знања и оцењивања;
- контрола квалитета наставе на академским докторским студијама.

Извршилац: Комисија за реформу студијских програма и вредновање наставе.

Рок: стална активност.

Приоритети активности Комисије у оквиру Одбора у школској 2017/2018. години биће:

а) Евалуација тестирања учења и знања студената

- анализа резултата теста ретенције знања;
- припрема новог обрасца студентске анкете и реализација *on-line* анкете (у сарадњи са Службом за информатику) са приступом преко студентског портала;
- спровођење анкете међу бившим студентима Медицинског факултета који су дипломирали у последњих пет година о квалитету студијских програма и услова студија;
- контрола квалитета наставе на новим студијским програмима;
- централизовање и коришћење података о тестирању студената како би се добили прецизни подаци о стопи неуспешности студирања, одустајања и трајања студија до дипломирања;
- подизање нивоа сарадње Комисије са Студентским парламентом и популацијом студената у целини.

- б) Надзор и иновирање студијских програма у склопу самовредновања и реакредитације
- усклађивање наставних програма са европским програмима и захтевима предвиђеним за регулисане професије;
 - реформа докторских академских студија;
 - анализа изборних предмета (разлози избора и пролазност).
- в) Евалуација и модернизација наставног процеса
- праћење реализације предложених корективних мера на катедрама где су периодичне провере квалитета показале да постоје недостаци;
 - праћење регуларности реализације наставе на енглеском језику;
 - праћење реализације практичне наставе у Тренажном центру на различитим студијским програмима.
 - успостављање система континуиране педагошке едукације наставника и сарадника у погледу метода и методологије осигурања квалитета на свим нивоима рада катедри/предмета, у циљу унапређења квалитета наставног процеса.

2. Праћење оптерећења студената

Активности:

- Самоевалуација (анкетирањем студената, наставника и сарадника о ЕСПБ оптерећењима, прилози 1, 2 и 3)
 - а) радног времена предвиђеног за успешно савладавање наставног програма у целини, укључујући и завршни испит;
 - б) ефикасности предвиђених метода учења у савладавању наставних програма;
 - в) обима и квалитета доступне литературе.
- Анализа резултата самоевалуације са посебним освртом на курикулуме и предмете обухваћене изменама програма и другим мерама рационализације;
- Консултације са шефовима оних предмета чији су програми оцењени као превише или недовољно захтевни у односу на предвиђено радно ангажовање студената, а посебно са шефовима оних предмета где предузете мере нису дале ефекте.

Извршилац: Комисија за реформу студијских програма и вредновање наставе.

Рок: стална активност.

Основни циљ рада Комисије у школској 2017/18. години је провера радног оптерећења студената, усклађеност и адекватност ЕСПБ система.

3. Анализа ефикасности студирања

Активност: Периодична анализа пролазности на испитима и анализа успеха студирања на свим студијским програмима.

Извршилац: Комисија за анализу ефикасности студирања.

Рок: стална активност.

Током школске 2017/18. планира се почетак периодичне анкете која се односи на процену квалитета живота и нивоа анксиозности, стреса и депресивности студената Медицинског факултета – замишљена је као лонгитудинална студија која би кроз измене мотивисаности указала на критичне тачке током студија (Прилог 4).

4. Унапређење процеса управљања

У оквиру подизања нивоа квалитета рада Факултета као високошколске установе, Комисија ће се у оквиру Одбора посебно залагати у области развоја стратешког планирања унапређења квалитета наставе кроз следеће активности:

- креирање Акционог плана развоја и осигурања квалитета наставе који би био базиран на периферној отвореној *SWOT* анализи (Предности/*Strengthness*, Слабости/*Weakness*, Могућности/*Opportunities*, Опасности/*Threatness*) на нивоу сваке катедре, предмета,

службе и Студентског парламента, што би резултирало новом стратешком рефлексијом у следећем периоду и јасно постављеним приоритетима са циљем да се искористе позитивни елементи и коригују слабости.

Јавност у праћењу и периодичним проверама квалитета наставе у оквиру активности Комисије се обезбеђује статистичким извештајима о резултатима спроведених поступака, који се објављују на веб сајту Факултета и анализирају на састанку шефова катедара и Одбора. Индивидуални извештаји оцене наставника и сарадника се достављају катедрама које су обавезне да резултате анализирају и у складу са тиме примене мере за побољшање квалитета наставе у оквиру Катедре.

У циљу ефикасније реализације постављених циљева и боље организације спровођења предвиђених активности именовани су координатори са сваке катедре.

4. Унапређење квалитета научно-истраживачког рада

Активности:

- редовна анализа документације за избор у наставничка и сарадничка звања
- редовна анализа реферата комисије о кандидатима за избор у звање наставника и сарадника
- правовремено информисање истраживачке јавности Факултета о могућностима за унапређење истраживачких резултата и потенцијала;
- пружање помоћи у изради нормативних аката и докумената о организацији научно-истраживачког рада;
- предлагање мера за квалитетнију организацију истраживачког рада;
- ажурирање базе података о тренутним истраживачким капацитетима Медицинског факултета;
- истицање најуспешнијих научних достигнућа наставника, сарадника и студената свих студијских програма Медицинског факултета у Новом Саду.

Извршилац: Комисија за вредновање наставника, сарадника и научно-истраживачког рада

Рок: стална активност.

5. Унапређење квалитета ненаставне подршке

Активност: Побољшање општих аката Факултета тако да се боље дефинишу услови за напредовање и уведу програми за стално усавршавање и образовање ненаставног особља.

Извршилац: Комисија за вредновање ненаставне подршке (у сарадњи са управом и шефовима служби).

Рок: стална активност

Председник Одбора:
проф. др Биљана Срдић Галић
продекан за акредитацију и контролу квалитета

ПРИЛОГ 1

Поштоване колеге, молимо вас да у циљу праћења и подизања квалитета наставе попуните упитник који је пред вама. Упитник је анониман и служиће само у сврху анализе квалитета студијског програма.

УПИТНИК О ЕСПБ БОДОВИМА

- Да ли знате шта значи скраћеница ЕСПБ?
 да, то значи:
 не
- Да ли вам је познато чему служе ЕСПБ бодови?
 знам
 делимично
 недовољно
 не знам
- Да ли знате како се одређују ЕСПБ бодови за појединачни предмет?
 знам
 делимично
 недовољно
 не знам
- О ЕСПБ бодовима највише сте сазнали:
 од наставника и сарадника на Факултету
 од колега студената
 преко интернета
 преко медија (телевизије, новина)
 од свега по мало
 на други начин.....
- Попуните наредну табелу за предмете у зимском семестру 2017/2018.

Предмет (назив)	Одслушао предмет (да/не)	Испунио предиспитне обавезе	Изашао на испит	Положио	Оцена
Обавезни 1	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> делимично <input type="checkbox"/> не <input type="checkbox"/> не постоје на предмету	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	
Обавезни 2	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> делимично <input type="checkbox"/> не <input type="checkbox"/> не постоје на предмету	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	
Обавезни 3	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> делимично <input type="checkbox"/> не <input type="checkbox"/> не постоје на предмету	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	
...					
Изборни 1	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> делимично <input type="checkbox"/> не <input type="checkbox"/> не постоје на предмету	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	<input type="checkbox"/> да <input type="checkbox"/> не	

6. Највише времена у току семестра (октобар 2017-фебруар 2018.) утрошио-ла сам на предмет:

..... (упишите назив предмета)

Уколико желите опишите зашто

.....

7. Најмање времена у току семестра (октобар 2017-фебруар 2018.) утрошио-ла сам на предмет:

..... (упишите назив предмета)

Уколико желите опишите зашто

.....

8. Од предмета које сте слушали у зимском семестру, по вашој процени, најтежи је:

..... (упишите назив предмета)

Уколико желите опишите разлоге

.....

9. Од предмета које сте слушали у зимском семестру, по вашој процени, најлакши је:

..... (упишите назив предмета)

Уколико желите опишите зашто

.....

10. Процените колико сте просечно сати радили на обавезама у току зимског семестра (октобар 2017-фебруар 2018). (Под обавезама се подразумевају и часови наставе, израда домаћих, семинарских, пројекта, спремање и полагање испита...)

- мање од 30 сати недељно (тј. мање од 6 сати сваки радни дан у току семестра)
- између 30 и 40 сати недељно (тј. између 6 и 8 сати сваки радни дан)
- између 40 и 50 сати недељно (тј. између 8 и 10 сати сваки радни дан)
- преко 50 (тј. више од 10 сати сваки радни дан)

11. Да ли сте у зимском семестру школске 2017-18. године полагали и заостале предмете из претходних семестара?

- да,(упишите број заосталих предмета које сте полагали)
- не, али сам требао-ла
- не

ПРИЛОГ 2

УПИТНИК ЗА СТУДЕНТЕ

1. Да ли вам је познат концепт "Студент у центру учења"?

- да, упознат сам са њим
- да, делимично, тј. претпостављам шта то значи
- чуо-ла сам за тај концепт, али не знам ништа о њему
- не, није ми познат

2. Уколико сте упознати са концептом "Студент у центру учења" опишите укратко шта под њим подразумевате:

.....

.....

3. Да ли сматрате да студентске анкете о квалитету наставе (оценивање наставника...) имају утицаја на подизање квалитета студирања?

- да, сматрам да доприносе квалитету
- да, делимично (само код неких предмета/наставника)
- не, сматрам да анкете не утичу на квалитет наставе
- не могу да проценим

4. Да ли знате шта је и чему служи додатак дипломи?

- знам
- да, делимично
- не

5. Заокружите да ли сте сагласни са следећим тврдњама?

Уписао/ла сам жељени факултет.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Студирање ми је лакше од средње школе.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Студијски програм који сам уписао/ла је испунио моја очекивања.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Када бих поново бирао/ла изабрао/ла бих други студијски програм.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Трошкови студирања су знатно виши него што сам очекивао-ла.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Заинтересован/а сам да део студија проведем на неком другом универзитету у Србији.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Заинтересован/а сам да део студија проведем на неком другом универзитету у иностранству.	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Могу да похађам наставу и полажем испите на енглеском језику	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
Задовољан/на сам ваннаставним животом на Универзитету	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
У току студија сам бар једном користио/ла „пушкице“	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не
У току студија сам бар једном користио/ла „бубице“	<input type="checkbox"/> да	<input type="checkbox"/> не

ПРИЛОГ 3

УПИТНИК ЗА НАСТАВНИКЕ И САРАДНИКЕ

1. Ваше звање:

- редовни професор
- ванредни професор
- доцент
- асистент са докторатом
- асистент
- асистент-приправник
- сарадник у настави
- друго

2. На којим студијским програмима Медицинског факултета сте били ангажовани током школске 2016/17. године?

- Интегрисане академске студије медицине
- Интегрисане академске студије стоматологије
- Интегрисане академске студије фармације
- Основне академске студије здравствене неге
- Основне струковне студије здравствене неге
- Основне академске студије специјалне едукације и рехабилитације
- Основне академске студије медицинске рехабилитације
- Мастер академске студије здравствене неге
- Мастер академске студије специјалне едукације и рехабилитације
- Докторске академске студије - Претклиничка истраживања
- Докторске академске студије - Клиничка истраживања
- Докторске академске студије - Јавно здравље

3. Предмети које држите припадају категорији

- претклиничких
- клиничких
- друго

4. Број предмета на којима сте били ангажовани током школске 2016/17. године:

- <5
- 5-10
- >10

5. Оцените заинтересованост студената за наставу (највиша оцена - 10, најнижа оцена - 5)

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5

6. Ваш утисак о раду студената

- студенти редовно испуњавају своје обавезе и активни су током наставе
- студенти испуњавају само оне обавезе које су предуслов за полагање испита
- студенти су недовољно спремни за рад током наставе
- не могу да проценим

7. Квалитет студената на истом студијском програму је веома шаролик што је препрека квалитетнијем извођењу наставе:

- да
- не
- делимично
- не могу да проценим

8. Квалитет студената опада из године у годину

- да
- не
- не могу да проценим

9. Оцените критеријуме које примењујете у оцени студената (најстрожи - 10, најблажи - 5)

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5

10. Студентске анкете (оцењивање наставника) у облику у којем се тренутно реализују доприносе подизању квалитета наставе

- да
- не
- донекле
- не могу да проценим

11. На студијском програму где изводите највећи део наставе ЕСПБ бодови су распоређени на одговарајући начин

- да
- не
- не могу да проценим

12. Да ли сте упознати са концептом "Студент у центру учења"

- да, у потпуности
- делимично, тј. претпостављам шта то значи
- чуо/чула сам за тај концепт али не знам шта значи
- не, није ми познат

13. Оцените у којој мери настојите да заинтересујете студенте и подстакнете их на активност

(највиша оцена - 10, најнижа оцена - 5)

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5

14. Током наставе студенти постављају питања и расправљају о теми коју се обрађује

- често
- понекад
- ретко
- никада, иако им је омогућено
- никада јер им није омогућено

15. Оцените у којој мери настојите да будете доступни за консултације (највиша оцена - 10,

најнижа оцена - 5)

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5

16. Оцените у којој мери сте задовољни својом комуникацијом са студентима (највиша оцена - 10,

најнижа оцена - 5)

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5

17. Оцените своју наставу у школској 2016/17. години (највиша оцена - 10, најнижа оцена - 5)

- 10
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5

18. Молимо Вас да изнесете своје предлоге за побољшање наставе на Медицинском факултету

ПРИЛОГ 4

Пред Вама се налази упитник којим желимо да проценимо квалитет живота као и нивоа анксиозности, депресивности и стреса код студената Медицинског факултета. Резултати ће бити искоришћени за потребе анализе услова студија од стране одбора за контролу и побољшање квалитета Медицинског факултета Нови Сад. Анкета је анонимна и резултати ће бити доступни једино истаживачима.

Молимо Вас да најпре попуните податке на овој страни анкете, а затим пређете на попуњавање упитника. Хвала унапред!

Пол	Мушки			Женски		
	○			○		
Смер	Медицина	Стоматологија	Фармација	Здравствена нега	СЕР	Медицинска рехабилитација
	○	○	○	○	○	○
Просек оцена	6,00-6,49	6,50-6,99	7,00-7,49	7,50-7,99	8,00-8,49	
	○	○	○	○	○	
	8,50-8,99		9,00-9,49		9,50-10,00	
	○		○		○	
Начин студирања	Буџет ○			Самофинансирање ○		
Старост	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨					
	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨					
Стручна спрема родитеља	Основна школа или мање	Средња школа	Виша или висока школа	Магистеријум / мастер	Докторат	Непознато
Мајка	○	○	○	○	○	○
Отац	○	○	○	○	○	○
Да ли сте пушач?	Да ○			Не ○		
Да ли се бавите физичком активношћу?	Никада ○			Понекад ○		
	Неколико пута недељно ○			Сваког дана ○		
Где станујете?	Са родитељима	Студентски дом	Изнајмљени стан		Сопствени стан	
	○	○	○		○	
Где се храните?	У мензи ○	Код родитеља ○			Самостално ○	
Колико дуго путујете до факултета?	5-10 минута	10 – 30 минута			Више од 30 минута	
	○	○			○	
Да ли конзумирате алкохол?	Никада ○			Понекад ○		
	Неколико пута недељно ○			Сваког дана ○		

УПИТНИК ЗА ОЦЕНУ КВАЛИТЕТА ЖИВОТА (SF-36)

УПУТСТВО: У овом упитнику одговараћете на питања о Вашем здрављу. Одговори ће помоћи да се стекне увид у то како се осећате и колико сте у стању да обављате своје уобичајене активности.

Молимо Вас, одговорите на свако питање обележавајући адекватан одговор како је назначено. Ако нисте сигурни који је одговор прави, молимо Вас, потрудите се да дате најприближнији.

1. Уопштено, да ли бисте рекли да је ваше здравље:

(означите један одговор)

Одлично	Врло добро	Добро	Задовољавајуће	Лоше
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. У поређењу са временом од пре годину дана, како бисте оценили своје здравље сада?

(означите један одговор)

Много боље	Нешто боље	Отприлике исто	Нешто горе	Много горе
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Следеће ставке описују активности које можете да упражњавате током једног типичног дана. Да ли Вас Ваше здравље ограничава у овим активностима и у којој мери?

(заокружите један број у сваком реду)

Активности	Да, ограничава ме много	Да, ограничава ме мало	Не, уопште ме не ограничава
a) Захтевне активности попут трчања, подизања тешких предмета, учешћа у напорним спортовима	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Умерене активности попут премештање стола, усисавања, куглања, лаке вежбе	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Подизање и ношење намирница	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Пењање уз степенице више спратова	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Пењање уз степенице један спрат	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Савијање, клечање или сагињање	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Ходање дуже од неколико километара	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) Ходање неколико стотина метара	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) Ходање до сто метара	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j) Купање или облачење	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Ова питања се односе на то како сте се осећали и како вам је било у протекле 4 недеље. Молимо да за свако питање одаберете само један одговор који најприближније описује како сте се осећали. Колико сте времена током протекле 4 недеље...

	Стално	Често	Прилично	Понекад	Ретко	Никада
a) ... били полетни?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) ...били веома нервозни?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) ... осећали се толико депресивно да вас ништа није могло разведрити?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) ... осећали се смирено и спокојно?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) ... били пуни енергије?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) ... осећали се тужно и потонуло?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) ... осећали се истрошено?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) ... били срећни?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) ... осећали уморно?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Током протекле 4 недеље, колико времена су Ваше физичко здравље или емоционални проблеми утицали на Ваше друштвене активности (виђање са пријатељима, рођацима и др.)?

(означите један одговор)

Све време Већи део времена Неко време Мањи део времена Никада

11. Колико је за Вас ИСТИНИТА или ПОГРЕШНА свака од наведених тврдњи?

(означите један број у сваком реду)

	Сасвим тачно	Углавном тачно	Не знам	Углавном погрешно	Сасвим погрешно
a) Изгледа да се лакше разболим него други људи	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Здрав сам колико и други које познајем	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Очекујем да се моје здравља погоршава	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Здравље ми је одлично	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Скала анксиозности, депресивности и стреса (*Depression Anxiety Stress Scale -DASS-21*)

Молимо Вас да прочитате сваку од наведених реченица и означите број са десне стране који најбоље описује како сте се осећали у **последњих недељу дана**.

Скала: 0 = нимало, 1 = помало или понекад, 2 = у приличној мери или често, 3 = углавном или скоро увек

1. Било ми је тешко да се смирим.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Приметио/ла сам да ми се суше уста.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Нисам имао/ла никакво лепо осећање.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Имао/ла сам потешкоћа са дисањем (рецимо, осетио сам убрзано дисање, а нисам се физички заморио).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Приметио/ла сам да ми је тешко да остварим иницијативу и започнем било шта	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Претерано сам реаговао/ла у неким ситуацијама.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Осетио/ла сам да се тресем (нпр. тресле су ми се руке).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Приметио/ла сам да користим доста “нервозне енергије”.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Бојао/ла сам се ситуација у којима бих могао да се успаничим и направим будалу од себе	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Осећао/ла сам да немам чему да се надам.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Приметио/ла сам да се нервирам.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Било ми је тешко да се опустим.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Осећао/ла сам се тужно и јадно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Нервирало ме је када ме нешто прекида у ономе што радим.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Осећао/ла сам да сам близу панике.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Ништа није могло да ме заинтересује.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Осећао/ла сам се да као особа не вредим много.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Био/ла сам јако осетљив/а.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Осетио/ла сам рад срца иако се нисам физички заморио (нпр. лупање срца или осећај да срце “прескаче”).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Осећао/ла сам се уплашено без разлога.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Осећао/ла сам да је живот бесмислен.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
