

KVALITETA SPAVANJA, FUNKCIONIRANJA I KVALITETA ŽIVOTA STARIJIH OSOBA

Znanstveni projekt *Kvaliteta spavanja, funkcioniranja i kvaliteta života starijih osoba* proveden je s Odjela za psihologiju Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu, uz potporu Sveučilišta u Zagrebu i Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom. Projekt je započeo 2008. godine sa Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu, pod nazivom *Biološki, psihološki i socijalni čimbenici duljine života i zdravlja u starosti*, a nastavio se 2010. i 2016. godine s Hrvatskih studija, ponovnim prikupljanjem podataka od istih sudionika, korisnika/ica 10 zagrebačkih domova za starije osobe, na 11 lokacija. U prvoj godini projekta, 2008. godine, u istraživanju je sudjelovala 561 osoba, u 2010. godini njih 410 je sudjelovalo u retestiranju, dok je u 2016. godini od početnog uzorka njih 168 preživjelo i bilo sposobno sudjelovati u završnom testiranju.

Pred vama se nalazi izvješće s deskriptivnim statističkim podacima iz navedenog projekta. Iz tablica u nastavku možete iščitati prosječne vrijednosti nekih demografskih, psiholoških i socijalnih obilježja vaših korisnika/ica dobivenih u projektu, uočiti jesu li se i kako mijenjale tijekom godina, te ih usporediti s ukupnim prosječnim vrijednostima svih sudionika istraživanja (odnosno njih 168 koji su sudjelovali u sve tri točke mjerenja).

Aritmetička sredina (M) predstavlja srednju vrijednost (prosjeck) rezultata postignut na nekoj mjernoj ljestvici. U Tablici 1 se nalaze vrijednosti aritmetičkih sredina pojedinih mjerenih varijabli za cijeli uzorak, dok u Tablici 3 možete pronaći aritmetičke sredine istih varijabli za vaš dom. Tako je moguće vršiti usporedbu prosječnih rezultata vaših korisnika s cijelim uzorkom, odnosno korisnicima svih drugih domova uključenih u navedeni projekt.

Standardna devijacija (SD) pokazuje raspršenje pojedinačnih rezultata oko aritmetičke sredine (varijabilitet). Što je njena vrijednost manja, to su rezultati sličniji prosječnom (i obrnuto).

Oznake **min** i **max** označavaju najmanje i najviše vrijednosti pojedinačnih rezultata postignutih u svakoj mjernoj ljestvici, odnosno ukazuju na ukupni ostvareni raspon rezultata. S obzirom da pokazuju gdje se u tom ukupnom rasponu nalazi prosječni rezultat (aritmetička sredina) – je li bliži nižim ili višim vrijednostima ili je oko sredine – olakšavaju tumačenje rezultata.

Statistički **značajne razlike tijekom godina** u prosječnim vrijednostima varijabli i njihov smjer navedeni su u posljednjem stupcu Tablice 1.

S obzirom na smjer rezultata na pojedinoj mjernoj ljestvici, valja voditi računa o tome da postignuta veća vrijednost u sljedećim ljestvicama označava bolje funkcioniranje/stanje pojedinca: Socijalna podrška, Socijalna participacija, Ukupna samoprocjena zdravlja, Funkcionalna sposobnost, Kognitivna sposobnost, Zadovoljstvo životom. Na ljestvicama Depresivnost i Teškoće spavanja vrijedi obrnuto - što je manja vrijednost postignuta, to je bolje stanje pojedinca.

Tablica 2 pružaju uvid u neka demografska obilježja ukupnog uzorka, kao što su spol, dob, obrazovanje, te bračni status i prisutnost kroničnih bolesti tijekom godina.

Tablica 1. Deskriptivni podaci za ukupni uzorak (N = 168)

	2008		2010		2016		značajne razlike tijekom godina
	min - max	M (SD)	min - max	M (SD)	min - max	M (SD)	
Dob	62 - 93	76,83 (6,16)	64 - 95	78,83 (6,16)	69 - 100	84,53 (6,17)	
Socijalna podrška	16 - 33	22,11 (3,31)	15 - 31	21,69 (3,27)	3 - 9	6,66 (1,58)	nema
Socijalna participacija	5 - 14	8,35 (2,38)	5 - 15	8,47 (2,61)	5 - 15	7,99 (2,51)	nema
Ukupna samoprocjena zdravlja	2 - 8	5,52 (1,32)	2 - 8	5,44 (1,32)	2 - 8	5,26 (1,33)	nema
Funkcionalna sposobnost	22 - 56	48,50 (6,86)	15 - 56	47,05 (8,39)	18 - 56	41,79 (9,52)	2016 < 2010 < 2008
Kognitivna sposobnost	12 - 23	19,43 (1,86)	6 - 23	19,09 (2,41)	8 - 23	17,93 (2,68)	2016 < 2010, 2008
Depresivnost	24 - 65	40,46 (8,89)	23 - 68	42,13 (8,97)	/	/	2010 > 2008
Zadovoljstvo životom	/	/	/	/	10 - 24	19,49 (3,53)	
Teškoće spavanja	/	/	/	/	1 - 19	8,20 (4,19)	

Napomena: N = ukupan broj sudionika; min = najmanja ostvarena vrijednost; max = najveća ostvarena vrijednost; M = aritmetička sredina; SD = standardna devijacija

Tumačenje statistički značajnih razlika:

Funkcionalna sposobnost sudionika statistički je značajno opadala tijekom godina provođenja istraživanja.

Kognitivna sposobnost sudionika značajno se smanjila 2016. godine u odnosu na 2010. i 2008. godinu.

Depresivnost sudionika značajno je porasla 2010. u odnosu na 2008. godinu.

Tablica 2. Frekvencije za ukupni uzorak (N = 168)

		2008		2010		2016	
		f	%	f	%	f	%
Spol	muški	33	19,6				
	ženski	135	80,4				
Dob	≤ 75	64	38,1	45	26,8	12	7,9
	76-84	85	50,6	93	55,4	57	37,5
	85 +	19	11,3	30	17,9	83	54,6
Obrazovanje	manje od osnovne škole	54	32,3				
	osnovna škola	25	15,0				
	srednja škola (KV, VKV)	68	40,7				
	viša škola	9	5,4				
	visoka škola ili fakultet	11	6,6				
Sadašnje bračno stanje	u braku	31	18,5	21	12,5	21	12,5
	nije u braku	137	81,5	147	87,5	147	87,5
Kronična bolest	ima	150	90,4	133	88,7	154	92,2
	nema	16	9,6	17	11,3	13	7,8

Tumačenje:

U ukupnom uzorku prevladavaju žene. Tijekom godina se povećao udio sudionika u najstarijoj dobnoj skupini. Najviše sudionika je srednje stručne spreme.

Broj osoba koje su u braku smanjio se tijekom prvih dviju godina provođenja istraživanja (porastao je broj udovaca/ica).

Većina sudionika je kronično bolesna.