

Во третата фаза на лекувањето беа собрани проблемите, сврзани со настапување пред поголем аудиторниум.

И конечно, се сретнавме со најтешката ситуација – испитот, каде што од пациентот се очекува да биде концизен, директен и јасен во излагањето.

Веќе после шестата сеанса, забележано е рипидно подобрување на сигурноста на пациентот, а по дваесетидеветата сеанса, сумирајќи ги резултатите на терапијата, можеме да кажеме дека голем број од тешкотните беа отстранети. Имено пациентот успеа да положи два испита, а во тој период истапил со предлози на состанок, без да има проблеми со говорот, кои претходно биле екстремно нагласени.

Со излагањето на горенаведените два случаи би сакале да ја демонстрираме корисноста и вредноста на една од методите на бихејвиор терапијата, специјално во третманот на моносимптоматските

фобични состојби. Ваквиот третман на проблемните, со избор на соодветна техника на релаксација, дава можност за подобрување на фобично-анксиозните состојби во повеќе од 70 проценти, а во голем број случаи води до потполно излекување.

Со ова не би сакале да ги негираме вредностите на другите психотерапевтски методи во рамките на практичниот терапевтски приод кон ваквите состојби.

ЛИТЕРАТУРА

- Bagby, E. (1923): The ethiology of phobias I. *abnorm. Psychol.*
- Wolpe, I and Lazarus, A. (1966): *Behaviour Therapy Techniques*, Oxford, Pergamon
- Wolpe, I. (1964): Reciprocal inhibition as the main basis of psychotherapeutic effects. *Arch. Gen. Psychiat.*
- Clark, D.F. (1963): The Treatment of Monosymptomatic Phobia by Systematic Desensitisation. *Behav. Res. Ther.*

ГОД. ЗБ. МЕД. ФАК. СКОПЈЕ, 27. – SUPPL. 1: 26–30, 1981
ИЗДАТИ ВО СР МАКЕДОНИЈА, ЈУГОСЛАВИЈА

ВЛИЈАНИЕ НА СПОРТУВАЊЕТО ВРЗ НЕКОИ ФУНКЦИОНАЛНИ ПАРАМЕТРИ КАЈ СТУДЕНТИТЕ

Тројачанец З., Столевски В.

Институт за медицинска експериментална и применета физиологија при Медицинскиот факултет, Универзитетски центар за медицински науки, Скопје

ABSTRACT

Trojatchanec, Z., Stolevski, V. (1981): **Sport impresses at functional characteristics of students.** *God. zb. Med. fak. Skopje, 27: Suppl. 1: 26–30 [Macedonian].* (Department of Medical, Experimental and Applied Physiology, Faculty of Medicine, University Center of Medical Sciences, Skopje, Yugoslavia).

It was interesting to examine how the sport impresses at functional (motorial) characteristics of students.

About that intention there were examined 2306 students of whom 1232 girls and 1074 boys, with growth 18–14 years.

There were examined the following characteristics: 1) dynamometric 2) taping with hend 3) taping with leg 4) high jump (Abalakov test) 5) triple jump 6) height in bend.

Examinations indicate significant differences in results of test at students who are keen on sports, them until the age of 20 and them over the age of 20.

Results are presented at diagrams.

Index Terms: Sport

СОБИРОК

Тројачанец З., Столевски В. (1981): **Влијанието на спортувањето врз некои функционални параметри кај студентите.** *Год. зб. Мед. фак. Скопје, 27: супл. 1: 26–30*

Од интерес беше како спортот влијае на некои функционални (моторички) параметри кај студентите.

Со таа цел беа испитани 2306 студенти, од кои 1232 студентки и 1074 студенти, на возраст од 18–24 год.

Беа испитани следните параметри: 1) динамометрија; 2) тапиг со рака; 3) тапиг со нога; 4) скок во височина (Абалakov тест); 5) троскок 6) вис во згиб.

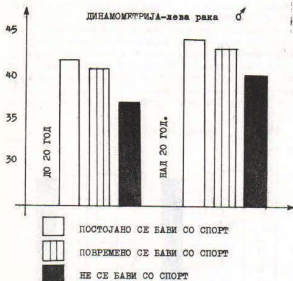
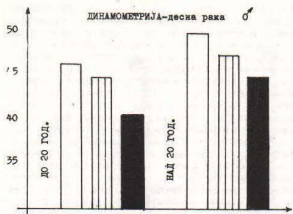
Испитувањата покажуваат сигнификантни разлики во резултатите од тестовите кај оние студенти (студентки) кои се занимаваат со спорт и оние кои не се занимаваат со спорт, оние до 20 год. возраст и над 20 год. возраст.

Резултатите се прикажани на дијаграми.

Клучни зборови: Спортување.

Физичката култура е важен социјален фактор чие значење се зголемува со растежот на културниот и економскиот развиток на нашето друштво. Со развиток на цивилизацијата се менува секојдневниот начин на живеење и работа на човекот. Во вакви услови на живот човекот работи со мали физички, нервни напрегања. Ваквиот начин на живот има негативно влијание на сите луѓе, а осо-

бено на младата генерација, која има се помали простори за обавување на физички активности. Од друга страна и високот стандард има негативно влијание на неговото основно својство да се движи и обавува физичка работа. Излез од ваквата состојба треба да се бара во физичките активности кои треба да му ги надоместат физичките оптоварувања во секојдневниот живот. Секој е свесен за ова



нешто, но технологијата на работа како и обимот на работа, исто така и начинот на живеење го оддалечуваат од игралиштата и местата за рекреација, па на тој начин се смалуваат можностите за спортување или рекреација што води до смалување на физичките способности.

Познавајќи ги овие факти, од интерес ни беше да извршиме испитување кај студентската популација од скопскиот универзитет, со цел да видиме какви се нејзините физички способности, поточно какви се биомоторичките способности.

Познат е фактот дека на универзитетот во Скопје не е опфатена со настава по физичко воспитување целата студентска младина а таа што е опфатена има настава само во текот на првите два семестра на студирање. Одтаму сметаме дека нашето проучување на биомоторичките својства кај студентската популација ќе придонесе да се согледаат моменталните можности на нашите студенти.

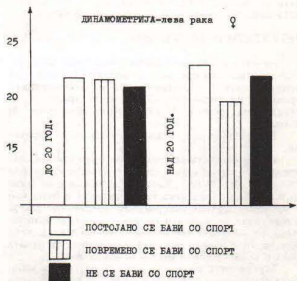
МАТЕРИЈАЛ И МЕТОДИ НА РАБОТА

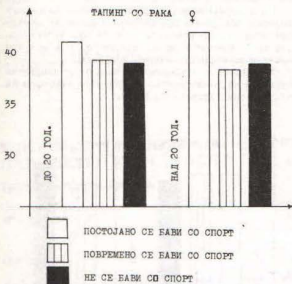
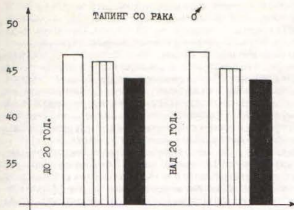
За проучување е издвоена мостра дефинирани како популација на студенти од обата пола од прва и втора година на: Медицинскиот, Стоматолошкиот и Економскиот факултет. Изборот на испита-

ните е вршен по методата на „случаен избор“, а се опфатени 2306 студенти од кои 1232 женски и 1074 машки на возраст од 18–24 год. Испитаниците се групирани во групи според возраста (помлади од 20 год. и оние на возраст над 20 год.) и групирани според тоа како што се декларирале на анкетата (на оние кои не се бават со спорт, повремено се бават со спорт и оние кои се бават со спорт). За процена на биомоторичките карактеристики на студентите се мерени: 1) мускулната снага со помош на динамометрија на десната и левата рака; 2) мерење на сегментарната брзина за горните екстремитети – талинг со рака, како и за долните екстремитети – талинг со нога; 3) мерење на експлозивната снага на долните екстремитети и тоа вертикална скокност со помош на скок во височина од место (Абалаков тест) и хоризонтална скокност – троскок од место; 4) мерење на силата на рацете и на рамениот појас со помош на вис во згиб.

Сите варијабели беа мерени во сала по кружен распоред. Мерењата беа извршени во текот на летниот семестар во учебната 1978/79 год. Испитаниците беа лесно облечени, скоковите ги изведуваа облечени во спортски патики или боси.

Мерењето на мускулната снага беше извршено со помош на динамометар од фирмата Медикон по методата препорачана од Кларк.





Мерењето на сегментарната брзина на екстремитетите е извршено по методологијата препорачана од Флајшман.

Вис во згиб беше мерен на тој начин што брадата на испитаниците беше во висина на попречната шинка, а задржката се изведува до откаж.

РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЈА

Резултатите беа обработени по стандардни статистички методи при што се дадени: 1) бројот на испитаниците; 2) минималната и максималната вредност од мерењето; 3) средната вредност; 4) стандардна грешка; 5) стандардна девијација; 6) T-тест.

Резултатите се прикажани на неколку графикони.

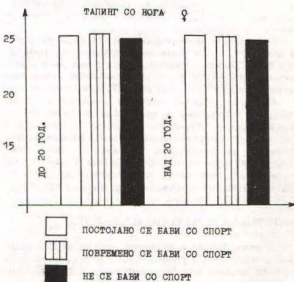
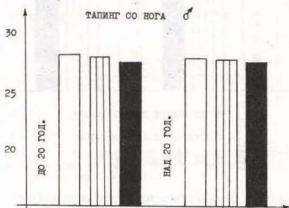
Сите резултати се прикажани прво како вкупна вредност, а потоа како вредности на оние кои се под 20 год. и над 20 год., како и вредностите на оние што се декларираа дека не спортуваат и оние кои спортуваат. Динамометриските вредности кои ја покажуваат мускулната сила кај машките испитаници во споредба со женските се поголеми, како вредностите на десната рака така и оние на левата рака и за двете групи како и за обата пола.

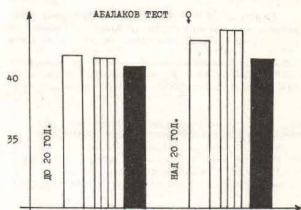
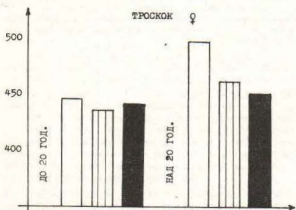
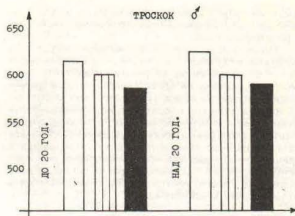
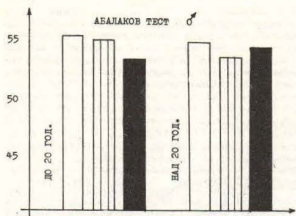
Мускулната сила која што ја развиваат машките испитаници споредена со резултатите што ги

дава Полки и соработниците, покажува дека нашите студенти развиваат мускулна сила колку што ја развиваат шестнаесетгодишни момчиња (десна рака 45,12, лева рака 41,46), а женските развиваат мускулна сила колку што ја развиваат тринаесетгодишни девојчиња (десна рака 24,05, лева рака 21,79). Ова нешто укажува на фактот дека нашите испитаници покажуваат вредности под нормалните кои ги даваат различни автори како во нашата земја така и во странство, како за оние што не спортуваат така и за оние што изјавиле дека се бават со спорт.

Добиените вредности за тапинг со рака кај машките се во границите на нормалните вредности што се добиени од други автори (Радовановиќ, Саити и др.). Не постојат статистички големи разлики за возрастните групи за тапинг со рака. Кај тапинг со нога се забележува разлика само кај оние кои не спортуваат. Кај испитаниците од женскиот пол се забележуваат скоро истите разлики само со тоа што нивните вредности се наоѓаат на долната граница на нормалата.

Скокањето во височина (Абалаков тест) покажува дека покрај половата разлика нема статистички сигнификантни разлики во испитаните возрастни групи и покрај тоа оние што спортуваат кај машките и оние што се над 20 год. кај женските покажуваат нешто поголеми вредности. Но и покрај тоа сите добиени вредности се или на долната граница



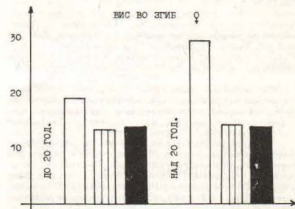
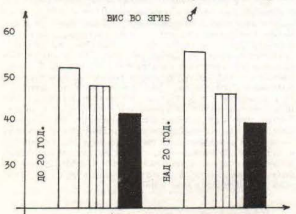


□ ПОСТОЈАНО СЕ БАВИ СО СПОРТ
 ▨ ПОВРЕМЕНО СЕ БАВИ СО СПОРТ
 ■ НЕ СЕ БАВИ СО СПОРТ

□ ПОСТОЈАНО СЕ БАВИ СО СПОРТ
 ▨ ПОВРЕМЕНО СЕ БАВИ СО СПОРТ
 ■ НЕ СЕ БАВИ СО СПОРТ

на нормалата или се под неа споредени со вредностите од другите автори што јасно укажува дека тренираноста на нашите студенти и нивната способност кон прилагодување на физички оптеретувања е многу мала. Скоро истото се однесува и за троскок од место. Покрај половата разлика, оние што се декларираше дека се бават со спорт покажуваат нешто поголеми вредности со останатите, особено таква разлика се гледа кај оние над 20 год. Сите вредности од троскок се на долната граница на норма-

лата или се под просекот од средните вредности за ваква популација. Кај резултатите добиени за обата пола кај вис во згиге укажуваат на фактот дека тие што се бават со спорт покажуваат поголеми вред-



□ ПОСТОЈАНО СЕ БАВИ СО СПОРТ
 ▨ ПОВРЕМЕНО СЕ БАВИ СО СПОРТ
 ■ НЕ СЕ БАВИ СО СПОРТ

ности во споредба со останатите, но и овде се укажува на слабата сила на мускулите од надлактицата и раменскиот појас.

Од сето досега презентирано произлегува дека испитаните студенти по однос на нивните биомоторички способности не се разликуваат многу меѓу себе, што укажува да претставуваат една репрезентативна хомогена група. Податокот дека спортуваат, на оние што тоа го изјавиле, не покажува битна разлика во споредба со оние што не спортуваат. Нашите испитувања укажуваат дека мускулната сила на нашите испитаници се наоѓа на долната граница на нормалните вредности ил се под просечните вредности кај исти возрастни групи. Истото важи и за сегментарната брзина и експлозивната сила на нашите испитаници.

ЗАКЛУЧОК

Сметаме за потребно да потенцираме дека нашите испитаници слабо се бават со спорт или воопшто не се бават со физичка активност па затоа

и покажуваат вакви резултати. Се надеваме дека доколку поцелосно бидат опфатени студентите на факултетите со програмирана настава по физичка култура во текот на студинте, кај нив ќе се создаде навика за бавење со физичка активност што темповно ќе доведе до подобрување на биомоторичките вредности кај нив.

ЛИТЕРАТУРА

1. Курелиќ Н. и соработници: „Структура и развој морфолошких и моторичких димензија омладине“. Институт за научна истражувања факултета за физичко васпитање Универзитета у Београду, Београд 1975 год.

2. Радовановиќ.: „Прилог проучавању утицаја телесног васпитања на физички развој и физичке стабилности студената са посебним освртот на ефикасност појединих спортских активности“ Магистарски труд, Београд 1969

3. Санџи Н.: „Влијанието на блок наставата по физичко воспитување на физичкиот развој, моторичките и функционалните способности кај студентите“. Матурски труд, Скопје 1978 год.

ГОД. ЗБ. МЕД. ФАК. СКОПЈЕ, 27. - SUPPL. 1: 30-32, 1981
ИШТАЧЕНО ВО СР МАКЕДОНИЈА, ЈУГОСЛАВИЈА

САМОУБИСТВОТА ВО СКОПЈЕ И ОКОЛИНАТА ВО ТЕКОТ НА 1979 ГОДИНА

Тарник-Митрева Љ., Ивановски М., Миленковиќ З.

Клиника за нервни и душевни болести при Медицинскиот факултет, Универзитетски центар за медицински науки, Скопје

ABSTRACT

Tarnik-Mitrevic LJ., Ivanovski M., Milenkovich Z. (1981): **Suicides at Skopje and surroundings in 1979 year.** God. zb. Med. fak. Skopje, 27: Suppl. 1: 30-32 [Macedonian]. (Clinic of nerve and Mental Diseases, Faculty of Medicine, University Center of Medical Sciences, Skopje, Yugoslavia).

The aim of our exams was to establish: number of suicides, oldness, sex profession, calendar and meteorological time, place, manner and means of execution. Our basic duty was, to analyse this phenomenon, which number rise slowly, from year (by years), and find means to prevent.

We used general returns about all executed suicides at Skopje and surroundings in 1979 year-by, SVR Skopje, that dispose the special evidence for suicides. The mark of interrogation was prepared and present us to use by the team group at Clinic of Nerve and Mental Diseases, Faculty of Medicine, Skopje, - that interdisciplinary research suicides as phenomenon.

All results of this exams we presented in our scientific work, - published at Student Kongres - Vrnjačka Banja - 22. 03. 1980.

СОБИРОК

Тарник-Митрева Љ., Ивановски М., Миленковиќ З. (1981): **Самоубиства во Скопје и околината во текот на 1979 година.** Год. зб. Мед. фак. Скопје, 27: Супл. 1: 30-32

Цел на нашите согледувања, беше да се согледа и проучи: бројот на самоубиствата, полот и возраста на луѓето кои што извршиле самоубиство, календарско и метеоролошко време во моментот на извршувањето, како и дејноста (занимањето) на тие луѓе. При овие испитувања, дојдовме до многу интересни резултати. Проучувањата ги базиравме врз општите податоци за сите извршени самоубиства во текот на 1979 година во Скопје и околината, добиени од СВР-Скопје, а до потполни податоци доаѓавме со анкетирање - директно на членовите на потесното или пошироко семејство на луѓето кои што извршиле самоубиство, како и на луѓе кои што во моментот на самоубиството биле во непосредна близина. При тоа користевме специјален прашалник за анкетирање, кој е подготвен и ни е даден на располагање од страна на тимска група при Клиника за нервни и душевни болести при Медицинскиот факултет во Скопје, која интердисциплинарно ги проучува самоубиствата како појава.

Index Terms: Suicide.

Клучни зборови: Самоубиства.