

**FF**UNIVERZA V LJUBLJANI
Filozofska fakulteta

KOMUNIKACIJSKI NAČRT PROJEKTA

EmReg

Kognitivni in živčni mehanizmi uravnavanja čustev: Strategije, multimodalni učinki in pomen za motnje regulacije pri depresiji

Projekt financira

Javna agencija za znanstvenoraziskovalno
in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije

Podatki o projektu

Akronim projekta: J3-70147**Vrsta projekta:** temeljni raziskovalni projekt**Leto razpisa projekta:** 2025**Vodja projekta:** prof. dr. Grega Repovš**Institucija:** Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta (UL FF)**Partnerji:** Univerza v Ljubljani, Medicinska fakulteta (UL MF); Univerzitetna psihiatrična klinika Ljubljana (UPK Ljubljana)**Trajanje projekta:** 1. 3. 2026 do 28. 2. 2029

Podatki o komunikacijskem načrtu

Avtor komunikacijskega načrta: Lara Oblak**Datum priprave načrta:** 24. 8. 2026**Različica dokumenta:** 1.0

**FF**UNIVERZA V LJUBLJANI
Filozofska fakulteta

KAZALO VSEBINE

1.	NAMEN IN CILJI KOMUNICIRANJA.....	3
2.	CILJNE SKUPINE IN STRATEGIJE PRISTOPA.....	3
3.	KLJUČNA SPOROČILA	4
4.	KOMUNIKACIJSKI KANALI IN ORODJA.....	5
5.	ČASOVNI NAČRT KOMUNICIRANJA	5
6.	ODGOVORNOSTI	5
7.	KAZALNIKI USPEŠNOSTI	6
8.	SKLADNOST Z ZAHTEVAMI ARIS	6

1. NAMEN IN CILJI KOMUNICIRANJA

Namen komunikacijskega načrta projekta je načrtno in premišljeno obveščanje strokovne in širše javnosti o poteku, izsledkih in pomenu raziskovanja kognitivnih in živčnih mehanizmov uravnavanja čustev ter njihovih motenj pri depresiji.

Cilji komuniciranja so:

- obveščati domačo in mednarodno znanstveno skupnost o zasnovi, poteku in rezultatih raziskave;
- prispevati k razumevanju procesov uravnavanja čustev in njihove vloge pri depresiji v strokovni in širši javnosti;
- omogočiti uporabo raziskovalnih rezultatov v klinični praksi (psihijatrija, klinična psihologija) in pri nadaljnjem razvoju terapevtskih pristopov;
- krepiti prepoznavnost raziskovalne skupine in področja afektivne nevroznanosti;
- povečati transparentnost raziskovalnega dela in zaupanje javnosti v znanost, med drugim z odprtim dostopom do publikacij in raziskovalnih podatkov;
- spodbujati nadaljnje raziskovalno in klinično sodelovanje doma in v tujini.

Jezikovna strategija: znanstveno komuniciranje (objave, konference) poteka pretežno v angleščini, komuniciranje s strokovno in splošno javnostjo v Sloveniji pa v slovenščini.

2. CILJNE SKUPINE IN STRATEGIJE PRISTOPA

Primarne ciljne skupine:

- **Znanstvena skupnost (domača in mednarodna).** Nevroznanstveniki, psihologi, psihiatri in metodologi na področju čustvovanja, kognicije in psihofiziologije, ki jih zanimajo nova metodološka in vsebinska spoznanja in možnost raziskovalnega sodelovanja. Pristop: recenzirane znanstvene objave v odprtem dostopu, predstavitve na konferencah in delavnicah, deljenje podatkov preko javnega repozitorija.
- **Strokovna javnost oziroma uporabniki rezultatov.** Klinični psihologi, psihiatri in psihoterapevti, ki se pri delu lahko naslonijo na nova mehanistična spoznanja o uravnavanju čustev in njegovih motnjah pri depresiji. Pristop: strokovne objave in predavanja ter sodelovanje preko partnerske organizacije UPK Ljubljana.

Sekundarne ciljne skupine:

- **Študenti.** Dodiplomski, podiplomski in doktorski študenti psihologije, nevroznanosti in medicine. Interes: vpogled v sodobne metode in izsledke ter priložnosti za usposabljanje. Pristop: vključevanje v raziskovalno delo, mentorstvo, predavanja in seminarji.

- **Splošna javnost.** Posamezniki, ki se zanimajo za razumevanje čustvovanja, uravnavanja čustev in depresije v vsakdanjem življenju ter imajo splošen interes za duševno zdravje in delovanje možganov. Pristop: poljudni prispevki, vsebine na spletni strani laboratorija in na kanalih UL FF, javna predavanja.
- **Mediji.** Medijske platforme z interesom za širši družbeni pomen raziskave (duševno zdravje, depresija) in razvoja na področju nevroznosti v Sloveniji. Pristop: sporočila za javnost ob pomembnih mejnikih in rezultatih, radio in/ali televizijski prispevki.

3. KLJUČNA SPOROČILA

Osrednja sporočila projekta so sledeča:

- **Kaj raziskujemo:** načine, kako ljudje uravnavamo čustva, koliko kognitivnega napora to zahteva ter kaj se pri tem dogaja v možganih in telesu – pri zdravih posameznikih in pri osebah z depresijo.
- **Zakaj je pomembno:** uravnavanje čustev je ključno za duševno zdravje, težave z uravnavanjem čustev pa so v središču motenj, kot je depresija. Projekt bo pripomogel k boljšemu razumevanju procesov čustvovanja v zdravih osebah ter bolnikih z depresijo.
- **Glavni (pričakovani) rezultati:** celovit večmodalni profil čustvenega odziva in uravnavanja čustev; ločena ocena učinka uravnavanja in napora, potrebnega zanj; opredelitev možganskih sistemov, vključenih v posamezne strategije; ter opredelitev razlik v uravnavanju čustev pri bolnikih z depresijo in mehanizmov teh razlik.
- **Širši pomen:** prispevek k metodologiji raziskovanja čustvovanja, k razumevanju duševnih motenj in k razvoju individualiziranih terapevtskih pristopov; možnost razširjenih raziskav na podlagi pridobljenih odprto-dostopnih podatkov.

Poudarki po ciljnih skupinah:

- **Za znanstveno in strokovno javnost:** metodološka novost (polni faktorski načrt, ločevanje učinka in napora, multimodalnost), klinična uporabnost in odprti podatki.
- **Za odločevalce in stroko v duševnem zdravju:** relevantnost rezultatov za bolj natančno opredelitev motenj čustvovanja ter razumevanje mehanizmov spremenjenega čustvovanja pri bolnikih z depresijo.
- **Za splošno javnost in medije:** ozaveščanje javnosti o pomembnosti raziskovanja in razumevanja čustev ter o adaptivnih strategijah za uravnavanje čustev, promocija odprte komunikacije o čustvenih težavah in destigmatizacije duševnih motenj.

4. KOMUNIKACIJSKI KANALI IN ORODJA

- **Znanstvene objave:** recenzirane znanstvene revije, znanstveni zborniki.
- **Konference, simpoziji in delavnice:** mednarodne in domače konference (kot npr. Organization for Human Brain Mapping annual meeting, FENS Forum, Slovenian Neuroscience Conference), ter interne strokovne delavnice, namenjene koordinaciji med partnerskimi ustanovami.
- **Spletna stran laboratorija (mblab.si):** predstavitev projekta, raziskovalne ekipe in rezultatov, objava priložnosti za sodelovanje pri aktivnostih projekta.
- **Družbena omrežja Oddelka za psihologijo UL FF:** priprava preprostih medijskih objav in infografik za promocijo raziskovalnih aktivnosti preko oddelčnih družbenih omrežij (predvidoma omrežji Instagram in Facebook).
- **Poljudni in medijski prispevki:** priprava krajših člankov, namenjenih splošni javnosti (objava na poljudnoznanstvenih straneh kot je npr. spletna revija eSinapsa), intervjuji in medijski prispevki.
- **Javni dogodki:** predavanja in sodelovanje pri dogodkih za promocijo znanosti, kot je na primer Teden Možganov.
- **Odprti raziskovalni podatki:** objava anonimiziranih podatkov v repozitoriju Zenodo.

5. ČASOVNI NAČRT KOMUNICIRANJA

- **Ob začetku projekta (2026):** predstavitev projekta, ciljev in raziskovalne ekipe (spletna stran laboratorija, obvestilo na UL FF); priprava osnovnih komunikacijskih vsebin.
- **Med izvajanjem (2027–2029):** predstavitve na konferencah in delavnicah, priprava znanstvenih objav ter poljudni prispevki ob pomembnejših izsledkih.
- **Ob zaključku projekta (2029):** predstavitev glavnih rezultatov, objava odprtih podatkov ter zaključna predstavitev za strokovno in širšo javnost.
- **Trajne (kontinuirane) aktivnosti:** predstavitve vsebin projekta na strokovnih in poljudnih srečanjih, priprava objav za socialna omrežja ter posodabljanje spletnih vsebin.

6. ODGOVORNOSTI

- Komunikacijo koordinira Lara Oblak v dogovoru z vodjo projekta dr. Grego Repovšem.
- Komunikacijo preko znanstvenih objav, udeležb na strokovnih srečanjih, poljudnih prispevkov in sodelovanja na drugih javnih dogodkih deljeno izvajajo vsi člani projekta.
- Za vsebine spletne strani projekta in pripravo objav za družbene kanale Oddelka za psihologijo UL FF skrbi Lara Oblak.
- Za stike z javnostjo na ravni organizacije skrbi služba za komuniciranje UL FF v sodelovanju z vodjo projekta.

7. KAZALNIKI USPEŠNOSTI

Količinski kazalniki:

- število recenziranih znanstvenih objav (vsaj 1 objava za vsako izmed treh faz projekta);
- število konferenčnih predstavitev (vsaj 1 predstavitev letno);
- število poljudnih ali strokovnih prispevkov oziroma medijskih odzivov;
- število vabljenih sodelovanj na dogodkih za splošno javnost;
- število zaključenih študentskih del, vezanih na vsebine projekta.

Kakovostni kazalniki:

- odzivi strokovne javnosti – citiranja, povabila k soavtorstvu, recenziranju ali predstavitev;
- okrepljeno interdisciplinarno in medinstitucionalno povezovanje;
- nadaljnje pobude na podlagi aktivnosti projekta – nova raziskovalna vprašanja, prijave projektov ali partnerstva.

8. SKLADNOST Z ZAHTEVAMI ARIS

Pri pripravi in izvajanju komunikacijskega načrta bodo upoštevane zahteve ARIS glede navajanja sofinanciranja, diseminacije rezultatov raziskav, odprtega dostopa ter spoštovanja etičnih načel raziskovalnega in javnega delovanja.