



LIETUVOS SVEIKATOS
MOKSLŲ UNIVERSITETAS



Lietuvos
psichologų
sąjunga

EuroPsy
Akredituotas renginys 2026/069



AUGTI PSICHOLOGIJOJE

Lietuvos psichologų kongresas
2026 Kaunas

Lietuvos psichologų kongresas

Recenzuotas santraukų leidinys

2026 m. balandžio 24–25 d.
Kaunas

LIETUVOS PSICHOLOGŲ KONGRESO ORGANIZATORIAI:

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Lietuvos psichologų sąjunga

MOKSLO KOMITETAS (pranešimų santraukų recenzentai ir mokslinės programos sudarytojai):

Pirmininkė – doc. dr. Gita Argustaitė-Zailskienė (LSMU)

Prof. dr. Aistė Pranckevičienė (LSMU)

Prof. dr. Antanas Kairys (VU)

Doc. dr. Arvydas Kuzinas (MRU)

Prof. dr. Ilona Laurinaitytė (VU)

Prof. dr. Jolanta Sondaitė (MRU)

Doc. dr. Jolita Jonynienė (LPS)

Doc. dr. Junona Silvija Almonaitienė (LSMU)

Prof. dr. Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė (VDU)

Prof. dr. Loreta Bukšnytė-Marmienė (VDU)

Prof. dr. Reda Gedutienė (KU)

Doc. dr. Roma Šimulionienė (KU)

ORGANIZACINIS KOMITETAS:

Pirmininkė – doc. dr. Raimonda Petrolienė (LSMU)

Sekretorė – lekt. Goda Martinkutė (LSMU)

Aina Adomaitytė (LPS)

Lekt. Aušra Norė (LSMU)

Lekt. dr. Jevgenij Razgulin (LSMU)

Sandra Bliūmienė (LSMU)

Skaistė Jurevičienė (LPS)

Asist. dr. Šarūnė Magelinskaitė-Legkauskienė (LSMU)

Už pranešimų turinį atsako pranešimų autoriai. Lietuvos psichologų kongreso organizatoriai nepriima jokios atsakomybės, susijusios su pranešimų santraukų kokybe ar informacijos tikslumu.

doi: 10.59803/Psichology2026.5.1

eISBN 978-9955-15-943-8 (elektroninė versija)

© LSMU, 2026

Turinys

PLENARINIAI PRANEŠIMAI

9

(Ne)mūsų istorijos: Wilhelmo Wundto idėjų ir darbų aidai Lietuvoje	10
Insights from the EFPA flagships: Test Review Model and the EuroTest – a test user qualification framework	11
Vaikai, jaunimas ir internetas: palikti be ryšio?	13
Tausojantis miestas: atokvėpio erdvės, lėtumas ir mikro-įvykiai	14
Sodas kaip terapija	16

ŽODINIAI MOKSLINIAI PRANEŠIMAI

18

Atsparumo darbo rinkoje psichologiniai ištekčiai ir reikšmė dirbančiųjų ir bedarbių psichologinei gerovei	19
Gydytojų patirtys vertinant ir registruojant pacientų savižudybės riziką	21
Sąlytį su suicidiniu elgesiu patyrusių kalinamųjų psichikos sveikata	23
Dainų šventės renginio poveikis psichologinės gerovės, socialinio susietumo ir širdies ritmo sinchronijos kintamiesiems	24
Nuotolinio psichologinio konsultavimo veiksmingumas ir su konsultavimo nutraukimu susiję veiksniai	26
Prognostinė integruotų psichologijos tyrimų vertė širdies ligų profilaktikos programose	28
Pirmieji savarankiško darbo metai: pradedančiųjų slaugytojų lūkesčiai, iššūkiai ir sėkmės	30
Potrauminį stresą išgyvenančių „Spring“ programos dalyvių patirtys, susijusios su internetu teikiamos pagalbos ypatumais	32
Polinkis į priklausomybę nuo darbo ir subjektyvus romantinių santykių vertinimas: empirinė analizė	34
Komandos socialinių išteklių ryšys su perdegimu ir įsitraukimu į darbą: pagrindinių psichologinių poreikių vaidmuo nuotoliniame darbe	36
Laisvės atėmimo bausmę atliekantys asmenys: trauminės patirtys, potrauminis stresas ir požiūris į psichologinę pagalbą	38
Kai dailės metodai susitinka su dėmesingu įsisąmoninimu: vaikų emocijų ir elgesio pokyčiai	40
Vėžį išgyvenusių asmenų ilgalaikiai kognityviniai pokyčiai po chemoterapijos, su sveikata susijęs nerimas ir jų poveikis gyvenimo kokybei: dėmesingumo intervencijos galimybės	41

Paauglių rizikingas elgesys kelyje: impulsyvumo ir socialinių normų reikšmė	42
Studentų probleminio socialinių tinklų naudojimo prognostiniai veiksniai: vienišumas, nuobodulys ir perdegimas	44
Sąlyčio su savižudybe reikšmė kalėjimų darbuotojų profesiniam perdegimui.....	45
Jaunų suaugusiųjų suvoktos rizikos susirgti lėtine liga, mirties nerimo ir perdėto polinkio į sveiką mitybą (ortoreksijos) sąsajos	47
Vaikų trauminiai įvykiai, potrauminės kognicijos, depresiškumas ir socialinė parama: klinikinės ir neklinikinės imties palyginimas.....	49
Kai atsiveria „kitas gyvenimas“: praradusių regėjimą žmonių santykis su savo kūnu	51
Vyresnio amžiaus asmenų patiriamas smurtas artimoje aplinkoje: kaip turėtume reaguoti?	53
Lietuviškosios Adenbruko kognityvinio tyrimo versijos (ACE-III) kultūrinė adaptacija: kalbos domeno užduočių analizė	55
Ar šeima ir socialinė aplinka gali sumažinti paauglių patiriamus psichosomatinis nusiskundimus?.....	57
Sveikatos priežiūros specialistų emocinio intelekto, pasitenkinimo darbu ir profesinio perdegimo sąsajos	58
Demencijos priežiūros gerinimas Lietuvoje: ankstyva diagnostika, integruota priežiūra ir skaitmeniniai sprendimai	60
Darbo ir gyvenimo balansas: ar užtenka tik organizacijos siūlomos paramos?	62
Tėčiai šeimoje: kaip psichoedukacinė programa STEP stiprina tėčių psichologinį atsparumą?	64
Mokytojų, dirbančių nepalankaus socialinio ekonominio konteksto mokyklose, psichologinio atsparumo ypatumai	65
Mobiliosios programėlės, skirtos paauglių probleminiam savęs atskleidimui nuotraukomis socialiniuose tinkluose mažinti, veiksmingumo įvertinimas.....	67
Individualių, šeimos ir konteksto veiksmų reikšmė mobiliosios programėlės, skirtos paauglių probleminiam atsiskleidimui nuotraukomis mažinti, veiksmingumui	69
Socialinių-emocinių kompetencijų ugdymo programos „SocLab’as: seku“ veiksmingumas: pirmieji rezultatai	71
Perfekcionizmu pasižyminčių studentų subjektyvaus gyvybingumo stiprinimas taikant trumpas dėmesingo įsisaugojimo ir atjaunos sau intervencijas	73
Naujas įrankis psichologui reabilitacijoje: metodinės priemonės pristatymas.....	75
Keletas suvokiamą lyčių lygybės svarbą paaiškinančių kintamųjų: žvalgomasis tyrimas Lietuvos gyventojų imtyje	77
Vaikystėje sirgusių onkologine liga (jaunų) suaugusių moterų ligos patirties įprasminimas	79

Ikimokyklinio ugdymo mokytojų pasitenkinimo profesija ir socialinių – emocinių kompetencijų reikšmė pasitenkinimui darbo aplinka	81
Tėvų pavyzdys ir (ar) draugų pritarimas? Socialinių normų vaidmuo paauglių rizikingam elgesiui kelyje	83
Psichologinio atsparumo sąsaja su adaptacijos sutrikimo simptomais tarp jaunų suaugusiųjų	85
Daugybinis smurto patyrimas ir jo sąsajos su psichikos sveikatos sunkumais paauglystėje	87
Įkūnyta onkologinės ligos atsinaujinimo baimė: remisijoje esančių pacientų sutuoktinių patirtys	89
Laikiniai save praradus: mamos patirtis slaugant vaiką ligoninėje	91
Institucijų atsakas į vyrų smurtą prieš moteris intymioje partnerystėje: Kur dingsta pasitikėjimas?	92
Pagrindiniai slaugytojų perdegimo veiksniai – santykių svorių analizė	94
Studentų perdegimas ir nuobodulys yra labiau susiję nei gali atrodyti	96
Kas prognozuoja slaugytojų ketinimus išeiti? Dirbtiniais neuroniniais tinklais paremtos analizės įžvalgos	97
Pradinių klasių mokinių kritinio mąstymo ir mokytojų nominavimo sąsajos	99

ŽODINIAI TEORINIAI PRANEŠIMAI

101

Vaisiaus alkoholinio spektro sutrikimai (FASD): neurovystymosi ypatumai ir psichologinio vertinimo iššūkiai	102
Lyderių empatija, psichologinis saugumas ir darbuotojų emociniai resursai: integruoto aiškinamojo modelio link	104
Priklausomybių gydymo paradigmos: nuo abstinencijos prie žalos mažinimo	106

ŽODINIAI PRAKTINIAI PRANEŠIMAI

107

Automatinės mintys darbe: praktiniai pavyzdžiai ir poveikis asmens savijautai bei organizacijai	108
Vyresnio amžiaus asmenų vienišumo ir atskirties mažinimas Kauno mieste	109
Pasmės paieškos akistatoje su vaikų onkologine liga	111
Metaforų taikymas psichoonkologinėje terapijoje – veiksmingas būdas įgalinti pacientą išreikšti ir įveikti sunkius jausmus	112
Savilyderystė – egzistencinės sveikatos fundamentas	114
Liudyti gyvenimą ir mirtį: psichologo darbas onkologijos srityje	116
Pagyvenusių asmenų rengimas teisminiam procesui: šiuolaikinėmis technologijomis paremtų priemonių taikymo galimybės ir iššūkiai	117

Nuo tarpasmeninių patirčių iki vidinių išgyvenimų: bendruomenės reikšmė savižudybės procese.....	120
1 pranešimas. Bendruomeniai savižudybės rizikos ir apsauginiai veiksniai: kokybinių tyrimų apžvalga	121
2 pranešimas. Ryšio tarp kompleksinio potrauminio streso ir savižudiškų minčių ypatumai: su traumine patirtimi susijusios gėdos ir depresijos vaidmuo	123
3 pranešimas. Bendruomenių vaidmuo savižudybės procese: prasmingų ryšių perspektyva.....	125
4 pranešimas. Bendruomenės patyrimo ir savižudybės rizikos ryšys lietuvių vyrų populiacijoje: žlugimo ir įspėjimo jausmo mediacinis vaidmuo.....	127
5 pranešimas. Patirčių bendruomenėse sąsajos su mintimis apie savižudybę: tinklo analizė	129
Psichologinės pagalbos iššūkiai ir gairės darbui su skirtingais reprodukcinės sveikatos sunkumais.....	130
1 pranešimas. Nuo izoliacijos iki bendrystės: mamų emocinės paramos grupių vedimo patirtis ir praktinės rekomendacijos	132
2 pranešimas Kai vaikelio laukimas neturi pabaigos: psichologinė pagalba nevaisingumo patirtyje.....	133
3 pranešimas Netikėta menopauzė: psichologinės pagalbos ypatumai moterims, patiriančioms ankstyvą menopauzę	134

DISKUSIJOS

135

Muzikos naudą smegenys gaudo	136
ViP RAIDA Lietuvoje: kuo svarbus vaikų ir paauglių raidos tyrimų duomenų ilgalaikis saugojimas ir atvėrimas?	138
Fenomenologija, kokybiniai tyrimai ir nuplaukusios galimybės.....	140
Vyrų patirtys skirtinguose reprodukcinuose etapuose: ką svarbu žinoti specialistams?	141
Organizacijų psichologo vaidmuo ir kompetencijos Lietuvoje: praktiniai iššūkiai ir ateities kryptys	142
Įtraukusis ugdymas: kaip gali bendradarbiauti švietimo įstaigų, psichinės ir fizinės sveikatos specialistai, pacientai bei jų artimieji.....	143

PRAKTINĖS DIRBTUVĖS

144

Virtualios realybės ekspozicinė terapija (VRET) fobijų bei nerimo gydyme – susipažinkime, patirkime, įvertinkime.....	145
Poliamoriškas klientas psichikos sveikatos specialisto kabinete: tyrimai ir praktinės gairės.....	146

Mokinių intelektualinių gabumų ir socialinių bei emocinių kompetencijų reikšmė akademiniams pasiekimams: teorinės įžvalgos	148
Pagyvenusių žmonių kriminalinės viktimizacijos psichologiniai padariniai	150
Jaunų suaugusiųjų subjektyvių nusiskundimų atmintimi ir asmenybės bruožų sąsajos	151
Priešmokyklinio amžiaus vaikų ekranų naudojimosi ir vykdomųjų funkcijų palyginimas tarp 2018 ir 2024 kohortų bei ryšys su šeimos patiriamu stresu	153
Vyresnio amžiaus žmonių eidžizmo patyrimo, skaitmeninių technologijų naudojimo ir psichikos sveikatos sąsajos	155
Ryšys tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir subjektyviai suvokiamos miego kokybės: empirinio tyrimo rezultatai	157
Siekiant tikslesnio pirminės ir antrinės psichopatijos diferencijavimo nuteistųjų populiacijoje: veiksmų, susijusių su emociniu funkcionavimu, ankstyvosiomis trauminėmis patirtimis bei agresyvaus elgesio pobūdžiu, įvertinimas	159
Emocinės savijautos gerinimo programos efektyvumas 5–8 klasių specialiųjų ugdymosi poreikių mokiniams	161
Studentų mobilumas ir psichikos sveikata: tarptautinio tyrimo rezultatai	163
Darbuotojų suvokiamas šeimai draugiškas elgesys: vadovų lyties skirtumai	165
Socialinio palyginimo ir sveikatos stiprinimo ryšys tarp 9–12 klasių mokinių	167
Vakare – balius, ryte – sporto salė? Studentų priklausomybės nuo sporto ryšys su kitu žalingu elgesiu	169
Suvokiamo tėvų auklėjimo stiliaus ir prevencinio seksualinio saviveiksmingumo sąsaja	171
Ar slaugos paslaugas namuose teikiančių specialistų perdegimas susijęs su vyresnio amžiaus klientų sveikatos rodikliais? Depresijos simptomų, skausmo ir su sveikata susijusios gyvenimo kokybės sąsajos bei funkcinės priklausomybės moderuojantis vaidmuo	173
Psichologinio atsparumo vertinimas: lietuviškos Apsauginių veiksmų skalės (SPF-24 ir SPF-12) versijos psichometrinės savybės	175
Vadovo parama derinant darbą ir šeimą: darbuotojų saviveiksmingumo reikšmė	177
Vyresnio amžiaus vairuotojų vairavimo ribojimo pokyčiai per vienerius metus	179
Meno mokyklą lankančių vaikų jautrumas aplinkai ir emocijų bei elgesio sunkumai: pranašiojo jautrumo perspektyva	180
Jaunų suaugusiųjų D tipo asmenybės bruožų ir įsitikinimų apie širdies kraujagyslių sistemos ligą sąsajos su sveikatai nepalankiu elgesiu	182
Jaunų suaugusiųjų įsitikinimų apie alkoholio vartojimą, rūkymą ir fizinį aktyvumą analizė taikant sveikatos įsitikinimų modelį	184

Preliminarios 12 teiginių Kiberchondrijos sunkumo skalės psichometrinės charakteristikos Lietuvos suaugusiųjų imtyje	186
Su vyresnio amžiaus žmonėmis dirbančių Europos psichologų apmokymas ir požiūris į senėjimą	188
Žinau, ką veikei aną vasarą. Ką internetinės pornografijos vartojimo tendencijos atskleidžia apie Lietuvos vartotojų motyvaciją?	190
Darbo reikalavimų, išteklių, darbuotojų perdegimo ir įsitraukimo į darbą reikšmė darbo ir gyvenimo balansui	192



Plenariniai pranešimai

(Ne)mūsų istorijos: Wilhelmo Wundto idėjų ir darbų aidai Lietuvoje

(NOT) OUR HISTORIES: ECHOES OF WILHELM WUNDT'S IDEAS AND WORKS IN LITHUANIA

Doc. dr. Junona S. Almonaitienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Wilhelmas Wundtas, tradiciškai tituluojamas eksperimentinės psichologijos pradininku, per XX a. virto kone mitine psichologijos istorijos figūra. Nenuostabu, kad XXI amžiuje imtasi iš esmės peržiūrėti jo palikimą, kvestionuojant įprastus šabloniškus teiginius. Dabar pripažįstama, kad jis buvo kur kas platesnių užmojų mąstytojas, nei įprasta manyti. Keletas lietuvių buvo jo studentai, kiti W. Wundto teorinius teiginius, dar šiam esant gyvam, rinkosi kaip temą savo tiriamiesiems darbams. XX a. paskutiniojo dešimtmečio tyrimuose W. Wundto emocinių reiškinių aiškinimą kaip labai perspektyvų įvertino prof. Vytis Viliūnas. 2023 m. Lietuvos kultūros tyrimų institutas publikavo į lietuvių kalbą išverstą Romano Bytauto darbą „Wundto mokymo apie sielos substancijos sąvoką kritika“. Kokie W. Wundto idėjų ir darbų aidai tebėra mūsų ne iki galo įsisąmoninti, ir ar jie mums aktualūs šiandien? Ši pagrindinė pranešimo problema bus aptarta platesniame Lietuvos psichologijos kontekste.

Raktiniai žodžiai: Wilhelm Wundt; Romanas Bytautas; Vytis Viliūnas; Lietuvos Respublika.

Profesinė biografija: doc. dr. Junona S. Almonaitienė yra LSMU Sveikatos psichologijos katedros docentė, socialinių mokslų (psichologijos) daktarė. Nuo 1991 m. dėsto psichologijos dalykus Lietuvos universitetinėse aukštosiose mokyklose (VDU, KTU, LSMU). Nuo 2016 m. – Europos žmogaus mokslų istorijos draugijos (European Society for the History of the Human Sciences, ESHHS) narė. Mokslinių ir mokslo populiarinimo straipsnių autorė ir knygų bendraautorė, psichologijos vadovėlių aukštosioms mokykloms atsakingoji redaktorė, bendraautorė. Interesų sritys – socialinė, kūrybingumo ir inovacijų psichologija, psichologijos istorija, teorija ir metodologija.



Insights from the EFPA flagships: Test Review Model and the EuroTest – a test user qualification framework

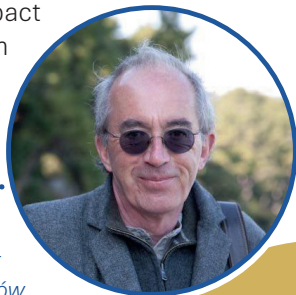
IŽVALGOS IŠ PAGRINDINIŲ EFPA INICIATYVŲ: TESTŲ VERTINIMO MODELIS IR „EUROTEST“ – TESTŲ NAUDOTOJŲ KVALIFIKACIJOS SISTEMA

Urszula Brzezińska¹, Ian Florance², Mark Schittekatte³

¹*Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Poland;*

²*European Test Publishers Group, UK;* ³*Ghent University, Belgium*

The aim of the EFPA Board of Assessment (BoA) was to develop and improve assessment practice in Europe. It was one of the oldest and largest working groups of the European Federation of Psychological Associations (EFPA). Tests and test use are changing under the impact of technology and other issues. We will share insights and impact(s) of the work of the BoA, in particular on using the updated European Test Review Model, published in the summer of 2025. The panel will also address broader initiatives aimed at improving the quality of test use, including the development of the EuroTest framework for test use and the need for updated standards for test users, such as the EuroTest certification. Covering 37 countries, EFPA has a reach to impact test use practice for almost half the practicing Psychologists in the world. How far have we come, and what should we focus on further? what should be the next priorities for strengthening a culture of high-quality assessment?



Profesinė biografija: Urszula Brzezińska is a Senior Test Specialist in the Research and Development Department at the Psychological Test Laboratory of the Polish Psychological Association (Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego – PTP). Since 2010, she has contributed to the development of European standards for psychological testing, including test review frameworks and certification standards for test users. As the Polish delegate to EFPA, she served several terms on the Board of Assessment and was a member of the Test Users Accreditation Committee. In her professional practice, she conducts training for test users, develops and validates Polish adaptations of international psychological tests, and creates new assessment tools.

To this end, we will discuss:

- The new influences on tests and test use such as increasing AI applications
- Using the (updated, version 5.0) European Test Review Model for official and unofficial review processes
- The need for updated 'Test user standards' (with Euro-Test certification)
- Marketing to test users and lobbying with government and institutions about 'test quality' across Europe.

Raktiniai žodžiai: assessment; test quality; standards.

Vaikai, jaunimas ir internetas: palikti be ryšio?

CHILDREN, YOUTH AND THE INTERNET: LEFT WITHOUT CONNECTION?

Prof. dr. Roma Jusienė

Vilniaus universitetas

Ar mūsų vaikai ir jaunimas palikti be ryšio? Tai kad ne – panašu, jie kaip niekada turi visas galimybes būti nuolatiniame ryšyje, ryšyje su tėvais, su draugais, su visu pasauliu... nuolat „prisijungę“. Internetiniame ryšyje. Ar ir ką tai keičia, kai kalbame apie gyvą – žmogišką – ryšį? Ar jie nėra palikti be šio ryšio? Ryšio su savimi? Pastaruoju metu įvairiose šalyse imtasi ar imamasi konkrečių veiksmų ir sprendimų užtikrinant, kad vaikai ir paaugliai būtų palikti be internetinio ryšio. Bent jau iki tam tikro amžiaus ir bent jau kuriuo nors paros metu, pavyzdžiui, kol būnama ugdymo įstaigoje ar neformalių užsiėmimų metu. Deja, kol kas šių veiksmų ir sprendimų imamasi „vakarietiškoje“ šalyse – pradedant Australija, baigiant Vakarų, Šiaurės ir Pietų Europa. Atrodo, Lietuva savo (ne)sprendimais šiuo klausimu akivaizdžiai lygiuojasi į rytus. Nes gal naudų daugiau negu žalos? O gal vis dar trūksta žinių apie ekraninių medijų, garantuojančių internetinį ryšį, naudas ir žalas jauniems vartotojams?

Šiame pranešime apžvelgsiu Lietuvoje atliktų tyrimų ir naujausių tarptautinių sisteminių analizų ir apžvalgų rezultatus ieškodama atsakymo į klausimus: kada, kokio amžiaus ir kokiomis aplinkybėmis vaikų nereikėtų palikti be ryšio? Be virtualaus ir / arba be realaus. Ypač siekiant, kad vaikai ir jaunimas neliktų „be ryšio“ (jaunimo žargonas, reiškiantis „absurdiškas, nesąmoningas, beprasmiškas, be logikos, neadekvatus ar kvailas“).

Raktiniai žodžiai: vaikai; jaunimas; ekraninės medijos; probleminis interneto naudojimas; psichologiniai poreikiai.

Profesinė autobiografija: prof. dr. Roma Jusienė yra klinikinė psichologė, psichodinaminės krypties psichoterapeutė, šiuo metu ji Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Psichologijos instituto direktorė, taip pat profesorė ir vyriausia mokslo darbuotoja. Pastarąjį dešimt metų aktyviai tyrinėja vaikų ir jaunimo naudojimosi ekraninėmis medijomis bei internetu apimtis, pobūdį bei jų reikšmę raidai ir sveikatai. Ji publikavusi daugiau kaip 70 mokslo straipsnių, yra monografijos autorė, keletą vadovėlių ir mokslo studijos bendraautorė, visi jos darbai – vaikų raidos ir sveikatos tematika. Daugiau kaip 25 metus dėsto universitete bei trisdešimt metų konsultuoja šeimas, vaikus ir suaugusiuosius.



Tausojantis miestas: atokvėpio erdvės, lėtumas ir mikro-įvykiai

SUSTAINABLE CITY: RESPITE SPACES, SLOWNESS AND MICRO-EVENTS

Dr. Jekaterina Lavrinec

*Vilnius TECH, Kūrybinių industrijų fakultetas,
Miesto žaidimų ir tyrimų laboratorija "Laimikis.lt"*

Šio pranešimo atskaitos taškas – atotrūkis tarp didmiesčių plėtrą grindžiančių naratyvų ir kasdienio gyventojų patyrimo, kuris dažniausiai lieka nebylus ir reikalauja specialių sąlygų, kad būtų išryškintas. Urbanistinėse diskusijose dominuoja efektyvumo retorika, kurioje miesto erdvių vertė siejama su funkcijų gausa ir vartojimo intensyvumu. Tuo tarpu kasdienis gyventojų ryšis su aplinka, kuris formuojasi per sensorinius mikro-patyrimus, pernelyg lengvai nurašomas kaip asmeninis, todėl nereikšmingas diskutuojant architektų sprendinius. Tačiau būtent šis gyvenimo mieste sluoksnis yra esminis, siekiant suprasti, kaip mus veikia miesto aplinka, ir kokią aplinką galime laikyti tausojančia.

Juo vertingesnis miesto aplinkos emocinio ir sensorinio patyrimo reabilitavimas, kurį atliko meninių-intelektualinių judėjimų atstovai: siurrealistai, situacionistai, o taip pat kultūros kritikas W. Benjamin, kino kūrėjas J. Tati, architektas F. Hundertwasser ir kt. plėtojo kūrybines ir pažintines taktikas, leidžiančias „prakalbinti“ kasdienį kūnišką ir emocinį patyrimą bei parodyti, kaip jį veikia urbanistinė aplinka. Savo ruožtu urbanistai W. H. Whyte ir J. Gehl, atkreipė dėmesį, kad žmonės dažnu atveju naudoja architektūros elementus kitaip nei numatė projektuotojai. Dar daugiau: per kartojamas ir kolektyviai palaikomas mikro-sąveikas atsiranda naujos simbolinės reikšmės, kurios savo ruožtu daro poveikį patyrimui (M. de Certeau, H. Lefebvre).

Profesinė autobiografija: dr. Jekaterina Lavrinec yra miestų tyrinėtoja, bendruomeninių iniciatyvų kuratorė ir viešųjų erdvių gaivinimo praktikė. Jos taikomųjų tyrimų dėmesio centre – miesto erdvių naudotojų patyrimas, fizinis ir emocinis ryšis su miesto aplinka, ypatingai su miesto gamta.



Apjungiant aplinkos psichologų (R. Kaplan, T. Hartig, R. Ulrich) ir urbanistų bei socialinių tyrimų atstovų (W. Whyte, K. Lynch, S. Low) įžvalgas, ryškėja, kad tausojanti aplinka skatina dėmesį detalėms, pažintinį pasinėrimą, sensorinį įsitraukimą bei patyrimo vientisumą (taip pat leidžia atsitraukti ir nuo kasdienių reikalavimų); ji formuojasi per kelių tarpusavyje susijusių sluoksnių sąveiką: fizinės aplinkos parametrus (pvz., biologinę įvairovę, vandens ir augalijos buvimą, garsinę kokybę), erdvinę struktūrą (žmogišką mastelį, prieinamumą, orientavimosi aiškumą), sensorinį patyrimą (nevalingą dėmesį skatinančią „švelnią trauką“) ir kasdienės praktikas, kurios suteikia erdvėms simbolines reikšmes. Tausojantis aplinkos poveikis didžiaja dalimi nėra suprojektuojamas, jis atskleidžiamas per kasdienės mikro-praktikas. Tuomet miestas tampa ne tik funkcionuojančia sistema, bet ir kūniškai ir psichologiškai tausojančia aplinka.

Raktiniai žodžiai: tausojantis miestas; kasdienės praktikos; mikro-įvykiai; sensorinis patyrimas; aplinkos psichologija.

Sodas kaip terapija

GARDEN AS THERAPY

Prof. dr. Aistė Pranckevičienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Sveikatos psichologijos katedra

Sodininkystė – vienas pačių populiariausių laisvalaikio veiklų pasaulyje. Tačiau ar sodas gali turėti ir psichologinę naudą? Tyrimai rodo, kad sodas yra nepakankamai vertinamas gamtos ir santykio su ja šaltinis, ypač labiau urbanizuotoje aplinkoje. Pranešime aptariama sodo samprata, veiksniai, kurie lemia viešų sodų patrauklumą jų lankytojams, o taip sodininko asmenybės ir patirties charakteristikos, kurios nulemia asmeninių sodų stilių ir pasirinkimus sode. Aplinkos psichologijos moksliniai tyrimai, nagrinėjantys asmeninių sodų naudą sodininkams rodo, kad veiklos sode padeda įveikti stresą ir emocinius sunkumus, užtikrina fizinį aktyvumą ir sveikesnę mitybą. Sodininkai daugiau laiko praleidžia lauke ir rečiau kenčia nuo D vitamino stokos, jaučiasi jaunesni, aktyvesni, turi ilgalaikių planų, mano labiau kontroliuojantys savo gyvenimą ir turi daugiau optimizmo. Sodas taip pat dažnai yra erdvė kurti ir palaikyti socialinius kontaktus.

Sodas taip pat gali tapti terapiniu įrankiu. Nors sodininkystės terapija Lietuvoje dar nėra plačiai išplėtotą, užsienio patirtis rodo, kad per buvimą ir veiklas gamtoje ar sode galima siekti ir konkrečių terapinių ar reabilitacijos tikslų: socialinio, kognityvinio, fizinio ir / ar psichologinio funkcionavimo gerinimo, sveikatos ir gerovės stiprinimo. Sodas gali paskatinti emocinį sveikumą ir traumų įveikimą, mažinti socialinę atskirtį, padėti realizuoti fizinės ir kognityvinės reabilitacijos tikslus ar net tapti platforma darbinių įgūdžių ugdymui. Jutiminė stimuliacija ir įspūdžiai sode padeda lengviau susigrąžinti ryšį su aplinka. Savo vietos sode atradimas padeda

Profesinė autobiografija: *prof. dr. Aistė Pranckevičienė yra Lietuvos sveikatos mokslų universiteto profesorė, neuropsichologė, dirbanti Lietuvos sveikatos mokslų universitete ir LSMU Kauno klinikoje. Jos moksliniai interesai apima neuropsichologinių veiksnių sąsajas su objektyviais ir subjektyviais sveikatos rodikliais, neurologinių ligų psichologinius aspektus bei neuropsichologinio ir psichologinio įvertinimo metodų kūrimą ir adaptaciją įvairioms amžiaus grupėms. Profesorė aktyviai dalyvauja Lietuvos psichologų sąjungos veikloje, Klinikinės ir sveikatos psichologijos komitete ir Neuropsichologijos grupėje, ir prisideda prie psichologijos mokslo plėtros Lietuvoje bei tarptautiniu mastu.*



išmokti lengviau persijungti į ramią, meditacinę būseną, o ryšys tarp konkrečių ir simbolinių veiklų sugrąžina kontrolės jausmą. Sodininkystė nuostabi tuo, kad čia aiški pradžia, pabaiga ir rezultatas. Matant mažas sėkmes, lengviau patikėti ir didelėms.

Raktiniai žodžiai: sodininkystė; psichologinė nauda; terapija; gerovė; ryšys.

**Žodiniai
moksliniai
pranešimai**

Atsparumo darbo rinkoje psichologiniai ištekliai ir reikšmė dirbančiųjų ir bedarbių psichologinei gerovei

PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF RESILIENCE IN THE LABOR MARKET AND ITS EFFECT ON THE WELL-BEING OF EMPLOYED AND UNEMPLOYED INDIVIDUALS

Doc. dr. Dalia Bagdžiūnienė¹, prof. dr. Laima Okunevičiūtė Neverauskienė²

¹Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas;

²Lietuvos Socialinių Mokslų Centras, Sociologijos institutas

Įvadas. Kintantis darbo pasaulis, skaitmeninių technologijų plėtra, naujos darbo organizavimo formos įnešė ryškius pokyčius užimtumo srityje. Tai skatina darbo rinkos dalyvių aktyvumą, reikalauja naujų profesinių įgūdžių ir didina asmeninę atsakomybę proaktyvaus karjeros valdymo srityje (Lent et al., 2022). Šiomis sąlygomis ryškėja asmens psichologinio atsparumo, kaip lankstaus prisitaikymo prie permainų ir sudėtingų situacijų įveikos, reikšmė (Sinclair et al., 2004). Per pastaruosius keletą metų Lietuvos darbo rinkoje išaugo laisvų darbo vietų skaičius ir kartu iki 7,1 proc. padidėjo nedarbo lygis (Valstybinė duomenų agentūra, 2025). Ši situacija patvirtina aktyvumo darbo rinkoje psichologinių veiksmų tyrimų vertę. Dirbančiųjų tyrimuose nustatyta, kad atsparumas padeda prisitaikyti prie permainų organizacijoje ir darbo aplinkoje, stiprina įsitraukimą į darbą, didina darbo-gyvenimo balansą. Tačiau Lietuvoje bei užsienio šalyse kol kas nepakankamai gilinamasi į netekusių darbo asmenų atsparumo reiškinių, jo prielaidų ir padarinių įvairovę.

Tyrimo tikslas. Išnagrinėti atsparumo darbo rinkoje psichologinius išteklius ir reikšmę dirbančiųjų ir bedarbių psichologinei gerovei. Remiantis Išteklių išsaugojimo teorija (Hobfoll, 2002; Hobfoll et al., 2018), tyrimui parengėme teorinį modelį, kuriame į atsparumo psichologinių išteklių grupę įtraukėme adaptyvumą, proaktyvumą, stiprybių panaudojimą ir suvoktą socialinę paramą. Pasekmės siejamos su pasitenkinimu gyvenimu ir psichologine savijauta.

Metodai. Skerspjūvio tyrime dalyvavo 590 valstybinių ir privačių Lietuvos organizacijų darbuotojų ir 587 bedarbiai. Klausimyną sudarė demografiniai klausimai ir kintamųjų vertinimo skalės. Tyrimas vyko 2025 metais, apklausą vykdė rinkos ir visuomenės nuomonės tyrimų kompanija. Duomenys analizuoti dirbančiųjų ir bedarbių imtyse, taikyti aprašomosios statistikos, regresinės analizės ir struktūrinių lygčių modeliavimo metodai.

Rezultatai. Rezultatai patvirtino teigiamas psichologinių išteklių, atsparumo ir gerovės sąsajas bei atsparumo kaip tarpinio kintamojo vaidmenį išteklių ir gerovės kintamųjų ryšiams abiejose imtyse.

Išvados. Praktikoje aktualu stiprinti ne tik dirbančiųjų, bet ir nedirbančių asmenų gebėjimą lanksčiai prisitaikyti prie darbo rinkos reikalavimų, skatinti proaktyvų elgesį ir asmeninių stiprybių panaudojimą, ugdyti atsparios sunkumų įveikos gebėjimus.

Projektą finansuoja Lietuvos Mokslų Taryba (Nr. S-MIP-24-27).

Raktiniai žodžiai: atsparumas; ištekliai; gerovė; darbo rinka.

Gydytojų patirtys vertinant ir registruojant pacientų savižudybės riziką

PHYSICIANS' EXPERIENCES ON EVALUATING AND DOCUMENTING PATIENTS' SUICIDE RISK

*Dr. Austėja Agnietė Čepulienė, dr. Jurgita Rimkevičienė,
dr. Miglė Marcinkevičiūtė*

Vilniaus universitetas

Įvadas. Dauguma nusižudžusių žmonių Lietuvoje per metus iki mirties buvo bent kartą konsultavęsi su gydytoju, tačiau tik maždaug trečdalis turėjo kontaktą su psichikos sveikatos specialistu. Šalyse, kuriose nacionalinės savižudybių prevencijos strategijos dar tik formuojasi, ne psichiatrijos gydytojų vaidmuo atpažįstant savižudybės riziką išlieka neaiškus. Todėl svarbu suprasti, kaip gydytojai, dirbantys ne psichiatrijos srityje, patiria savo vaidmenį savižudybių prevencijoje. Šiame tyrime buvo nagrinėjamos Lietuvos gydytojų patirtys įvertinant ir dokumentuojant savižudybės riziką po 2023 m. įsigaliojusio teisės akto, įpareigojančio registruoti su savižudybe susijusias diagnozes ir siuntimus psichosocialiniam įvertinimui.

Metodai. Pusiau struktūruoti interviu buvo skirti ištirti gydytojų patirtis teikiant pagalbą pacientams, kurie turi savižudybės riziką. Tyrime dalyvavo šešiolika įvairių specialybių gydytojų (šėimos medicina, vidaus ligos, skubioji medicina, toksikologija, neurologija ir anesteziologija), turinčių skirtingą darbo patirtį ir dirbančių tiek stacionare, tiek ambulatorinėje grandyje didmiesčiuose ir regionuose. Duomenys analizuoti taikant refleksyviąją teminę analizę.

Rezultatai. Išskirtos keturios pagrindinės temos su potėmėmis:

- Poreikis mokytis kalbėti apie savižudybę (abiems pusėms sunku kalbėti apie savižudybę; suicidiškumas pats savaime yra sudėtingas; žinios ir patirtis didina pasitikėjimą);
- Sprendimas registruoti savižudybės riziką yra subjektyvus (pareiga padėti pacientui; situacijos rimtumo suvokimas; numanoma nauda ar rizika);
- Dokumentavimo procesas kaip barjeras arba kaip pagalbininkas (žinojimas, ką daryti, priklauso nuo patirties; aiškaus dokumentavimo proceso svarba; teisinė atsakomybė ir sankcijų baimė; dokumentavimas, bet ne diagnozės registravimas);
- Ne mano sritis (psichiatrinis klausimas; siuntimų iššūkiai ir išteklių trūkumas; sprendimas neregistruoti rizikos, kai pagalba neprieinama).

Rezultatų aptarimas. Gydytojų patirtys vertinant ir registruojant savižudybės riziką – kompleksiškos, sudėtingos ir priklausomos nuo gydytojo patirties, subjektyvaus situacinio sprendimo, žinių apie savižudybių prevenciją.

Išvados. Gydytojai susiduria su reikšmingais sunkumais atpažindami, vertindami ir dokumentuodami savižudybės riziką. Kad galėtų veiksmingai atlikti „vartininkų“ vaidmenį savižudybių prevencijoje, jiems reikalingos aiškos gairės, mokymai ir institucinė parama.

Tyrimą finansavo Higienos institutas.

Raktiniai žodžiai: savižudybių prevencija; gydytojų patirtys; savižudybės rizikos vertinimas; savižudybės rizikos registravimas.

Sąlytį su suicidiniu elgesiu patyrusių kalinamųjų psichikos sveikata

MENTAL HEALTH OF INCARCERATED INDIVIDUALS EXPOSED TO SUICIDAL BEHAVIOR

*Dr. Said Dadašev, dr. Violeta Cimalanskaitė-Kazlauskienė,
dr. Virginija Klimukienė, dokt. Sandra Bagdonaitė-Jankauskienė,
doc. dr. Alfredas Laurinavičius, prof. habil. dr. Danutė Gailienė*

Vilniaus universitetas

Ivadas. Sąlytis su kito asmens suicidiniu elgesiu siejamas su neigiamomis psichikos sveikatos pasekmėmis – potrauminio streso simptomais, neadaptyviomis įveikos strategijomis, padidėjusiu depresijos ir nerimo lygiu (Brough ir kt., 2022; Hales ir kt., 2014). Įkalinimas didina tikimybę susidurti su tokiu elgesiu, ypač Lietuvos įkalinimo įstaigose, kur kalinamieji gyvena bendruomeninio tipo sąlygomis. Vis dėlto šios patirties poveikis jų psichikos sveikatai išlieka menkai suprastas, todėl šiuo tyrimu siekiama ištirti kalinamųjų psichikos sveikatą po sąlyčio su kitų asmenų savižudišku elgesiu įkalinimo įstaigose.

Metodai. Netikimybinė kvotinė 449 suaugusių kalinamųjų imtis (18–82 m., $M = 38,62$, $SD = 11,13$; 91,1 proc. vyrai), sudaryta atsižvelgiant į įkalinimo ir bausmės sąlygų atlikimo tipą, atitinkanti apie 10 proc. visos Lietuvoje įkalintų asmenų populiacijos. Dalyviai pildė popierinę tyrimo anketą, kurią tyrėjams grąžindavo užklijuotame voke. Anketą sudarė sąlyčio su savižudišku elgesiu ir psichikos sveikatos rodiklių (psichologinės gerovės, streso, depresijos, nerimo, potrauminio streso, įveikos bei suicidiškumo) klausimynai.

Rezultatai. Per pastaruosius metus 279 (62,1 proc.) kalinamieji patyrė bent vieną kito asmens savęs žalojimą laisvės atėmimo vietoje, 181 (40,3 proc.) – mėginimą nusižudyti, o 213 (47,4 proc.) – savižudybę. Rezultatai parodė, kad patyrusieji sąlytį pasižymėjo prastesniais psichikos sveikatos rodikliais: kito asmens savęs žalojimą patyrusiems kalinamiesiems būdingi žemesni psichologinės gerovės ir aukštesni neadaptyvių įveikos strategijų, streso, nerimo, depresijos ir suicidiškumo įverčiai; mėginimą nusižudyti patyrusiems – aukštesni suicidiškumo įverčiai, o savižudybę – aukštesni neadaptyvių įveikos strategijų įverčiai lyginant su sąlyčio nepatyrusiais tyrimo dalyviais ($p < 0,05$, $\eta^2 = 0,03\text{--}0,06$).

Išvados. Tyrimo duomenys rodo, kad kalinamųjų sąlytis su bet kokia suicidiniu elgesio forma (tiek letalia, tiek neletalia) siejasi su prastesne psichikos sveikata. Pranešimo metu pateikiamos savižudybių postvencijos rekomendacijos.

Tyrimą finansuoja Lietuvos mokslo taryba (projekto Nr. P-MIP-24-240).

Raktiniai žodžiai: sąlytis su suicidiniu elgesiu; psichikos sveikata; kalinamieji.

Dainų šventės renginio poveikis psichologinės gerovės, socialinio susietumo ir širdies ritmo sinchronijos kintamiesiems

THE IMPACT OF THE SONG CELEBRATION EVENT ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, SOCIAL CONNECTEDNESS, AND HEART RATE SYNCHRONY VARIABLES

**Doc. dr. Ramunė Dirvanskienė¹, dokt. Hanlu He², Adomas Gražinis³,
doc. dr. Ivana Konvalinka⁴, doc. dr. Indrė Viskontas⁵**

¹Vilniaus universitetas; ²Danijos Technikos universitetas; ³Vilniaus universitetas;

⁴Danijos Technikos universitetas; ⁵San Francisko universitetas

Ivadas. Naujausi neuromokslo tyrimai rodo, kad muzikavimas teigiamai veikia psichikos sveikatą: chorinis dainavimas mažina stresą, didina gerovę, socialinę įtrauktį ir stiprina bendruomenes. Baltijos šalyse masiniai chorinio dainavimo renginiai 1990-aisiais telkė visuomenę „Dainuojančios revoliucijos“ metu ir iki šiol išlieka kultūros paveldu, tačiau jų poveikis ir mechanizmai moksliskai beveik netirti.

Metodai. Lietuvos Dainų šventės Dainų dienos renginio poveikis dalyviams ir žiūrovams vertintas klausimynais prašant juos užpildyti likus apytiksliai dviems savaitėms prieš renginį ($n \approx 1515$; 83 proc. moterų) ir po jo. Abiem laiko momentais į PSO-5 gerovės, Socialinio ryšio skalės (SCS) bei Lietuvos psichologinės gerovės skalės (LPGS) klausimus atsakė 241 respondentai (85 proc. moterų), iš jų 73,4 proc. buvo dalyviai ir 26,6 proc. žiūrovai. Koncerto metu papildomai 35 atlikėjams ir 35 žiūrovams širdies ritmo matuokliais įvertinta širdies ritmo variabilumo sinchronija ir jos sąsajos su atliekamais kūriniais, siekiant atskleisti renginio poveikio psichosocialiniams kintamiesiems fiziologinius mechanizmus.

Rezultatai. Dalyvavimas koncerte statistiškai reikšmingai padidino jo dalyvių ir žiūrovų gerovę (PSO-5) ($t = 5,89$, $p < 0,001$) ir socialinį susietumą (SCS) ($t = 8,18$, $p < 0,001$), o renginio poveikis psichologinei gerovei (LPGS) buvo nereikšmingas ($t = 1,79$, $p = 0,075$). Efektų dydžiai dalyviams ir žiūrovams daugeliu atvejų nesiskyrė, išskyrus pagerėjusius socialinius ryšius tarp dalyvių, kurie po šventės nurodė padėjęsį draugų ir artimųjų skaičių ($t = -2,68$, $p = 0,009$). Poveikio dydžiai nepriklausė nuo renginyje dalyvavusių asmenų demografinių charakteristikų (lyties ir amžiaus). Širdies ritmo variabilumo sinchronija buvo didesnė koncerto nei repeticijos metu ir kito tarp kūrinių: mažėjo dainose, kurių asmuo neatliko, ir buvo didžiausia, kai visi dainavo bei judėjo sinchroniškai.

Išvados. Dalyvavimas renginyje siejosi su aukštesniais gerovės ir socialinio susietumo įverčiais, o sustiprėjusi bei tarp kūrinių kintanti širdies ritmo variabilumo sinchronija leidžia manyti, kad kolektyvinis dainavimas ir sinchroniškas judėjimas yra svarbūs bendruomeninio ryšio ir gerovės mechanizmai. Todėl masiniai chorinio dainavimo renginiai gali būti vertinami ir kaip potenciali visuomenės psichikos sveikatą stiprinanti intervencija, kurios poveikį verta tirti toliau.

Raktiniai žodžiai: dainų šventė; psichologinė gerovė; socialinis susietumas; širdies ritmo sinchronijos.

Nuotolinio psichologinio konsultavimo veiksmingumas ir su konsultavimo nutraukimu susiję veiksniai

EFFECTIVENESS OF REMOTE PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND FACTORS ASSOCIATED WITH DISCONTINUATION OF COUNSELING

*Dr. Jonas Eimontas, Justa Ints, dr. Neringa Grigutytė,
Paulina Paškevičiūtė, dr. Alfredas Laurinavičius*

Vilniaus universitetas

Ivadas. Pastaraisiais metais, ypač COVID-19 pandemijos laikotarpiu, psichologinė pagalba nuotoliniu būdu tapo ne tik alternatyva, bet ir būtinybe. Dalis psichologų, iki tol neteikusių paslaugų nuotoliu, buvo priversti rinktis: arba pereiti prie nuotolinio konsultavimo arba nutraukti konsultacijas. Nors empiriniai tyrimai rodo, kad nuotolinis konsultavimas gali būti toks pat veiksmingas kaip ir gyvas kontaktas, vis dar keliama klausimai dėl terapinio santykio kokybės, neverbalinės informacijos praradimo, psichologų žinių ir kompetencijų konsultuojant naudojantis telekonferencinėmis programomis, bei ankstyvo klientų pasitraukimo priežasčių. Nuotolinėms psichologinėms konsultacijoms skirtos platformos duomenys rodo, kad po pirmųjų dviejų nuotolinių susitikimų konsultacijas nutraukia beveik 50 proc. klientų.

Šio projekto tikslas – įvertinti su nuotolinio psichologinio konsultavimo veiksmingumu susijusius veiksnius apimančius tiek psichologą, tiek klientą, tiek ir jų sąveiką.

Metodai. Projekte vertinami ir analizuojami asmenybės bruožai, terapinis alijansas, tikėjimas terapijos veiksmingumu bei sociodemografiniai veiksniai. Duomenys gaunami tiek iš platformos psichologų, tiek iš jų klientų, taip užtikrinant ekologinį tyrimo validumą.

Laukiami rezultatai. Projekto aktualumas sietinas su augančiu nuotolinių psichologinių paslaugų poreikiu ir būtinybe empiriškai pagrįsti jų efektyvumą. Tyrimo rezultatai prisidės prie psichologinio konsultavimo mokslinės plėtros, gilindami supratimą apie terapinių proceso vaidmenį dirbant skaitmeninėje aplinkoje. Praktiniu lygmeniu gautos išvalgos leis kurti rekomendacijas psichologams, tobulinti psichologų profesinį rengimą ir didinti nuotolinių psichologinių paslaugų

kokybę bei prieinamumą tikslinėms grupėms. Ateityje projekto pagrindu galėtų būti vystomos intervencijos, skirtos stiprinti terapinį alijansą psichologines paslaugas teikiant nuotoliniu formatu bei identifikuoti klientų grupes, kurioms toks konsultavimo būdas yra tinkamiausias.

Projektas finansuojamas Lietuvos mokslo tarybos lėšomis (sutarties Nr. P-MIP-24-136).

Raktiniai žodžiai: psichologinis konsultavimas; nuotolis; veiksmingumas; nutraukimas.

Prognostinė integruotų psichologijos tyrimų vertė širdies ligų profilaktikos programose

PROGNOSTIC VALUE OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH FOR MORTALITY WITHIN CVD PREVENTIVE PROGRAMMES

Prof. emer. habil. dr. Antanas Goštautas

Vytauto Didžiojo Universitetas

Įvadas. Pastarąjį šimtmetį širdies ligos tapo svarbiausia nesavalaikės mirties ir neįgalumo priežastimi. Tai skatino plėtoti prevencijos tyrimus identifikuojančius širdies ligų rizikos veiksnius.

PSO 1970 m. inicijavo universalus IŠL profilaktikos ir intervencijos modelio parengimą Kaune ir Roterdame vykdytoje programoje: „Behavioural and operational components of health intervention programmes“. Joje, remiantis trikomponente PSO sveikatos samprata ir rizikos faktorių (RF) teorija, kartu su epidemiologijoje įprastais medicininiais tyrimais integruoti ir psichologiniai metodai – MMPI, sveikatos, rizikingo ir stresogeninio elgesio vertinimo skalės, klausimynai, klinikinis interviu, pritaikyti panaudojimui Lietuvoje ir Nyderlanduose. Naujai įkurtoje (1973 m.) Kauno medicinos instituto Medicinos psichologijos laboratorijoje vykdyti tęstiniai psichologiniai tyrimai PSO programose: sveikatos ir integruotos IŠL profilaktikos, MONICA – PSYCHOSOCIAL – 1984, 1988, 1992. Pirminių ir tęstinių tyrimų rezultatai paskelbti tarptautiniuose leidiniuose, konferencijose, disertacijose.

Tyrimo tikslas. Šiame pranešime siekiama atsakyti į klausimą ar vidutinio amžiaus vyrų (N 4926) ilgalaikiu stebėjimo laikotarpiu psichologiniai rodikliai išlaiko savo prognostinę vertę mirtingumui, palyginant sveikatos patikrinimo 1976 m. įvertinimų duomenis su 2017 m. duomenimis. Pirminis dalyvių tyrimas atliktas taikant MMPI metodiką, subjektyvios sveikatos, rūkymo ir alkoholio vartojimo vertinimo skales.

Metodai. Šiam pranešimui atlikta nauja duomenų analizė, kurioje pirminio ištyrimo duomenys sugretinti su mirties priežasčių registro duomenimis. Stebimu laikotarpiu nustatyti 3705 mirties atvejai. Skaičiavimai atlikti taikant Kaplan–Meier išgyvenamumo kreives ir Cox regresijos modelį.

Rezultatai. Nustatyta, jog dalyvių subjektyvios sveikatos įvertinimas, ir rūkymas prognozuoja naujus MI atvejus, o alkoholio vartojimas, rūkymas ir MMPI skalės – 1, 2, 3 išlaiko prognostinę vertę mirčiai per 41 stebėjimo metus.

Išvados. Analizė patvirtina psichologinių ir elgesio rizikos veiksnių vertę prognozuojant mirtis ilgalaikio stebėjimo laikotarpiu. PSO integruotose sveikatos ir profilaktikos programose patvirtintos psichologinės širdies ligų profilaktinių intervencijų galimybės. Lietuvoje parengtas nemažas skaičius medicinos psichologijos specialistų, kurie galėtų prisidėti prie Nacionalinės sveikatos strategijos tikslo – ilginti gyventojų gyvenimo trukmę.

Raktiniai žodžiai: psichologiniai faktoriai; mirtingumo prognozė.

Pirmieji savarankiško darbo metai: pradedančiųjų slaugytojų lūkesčiai, iššūkiai ir sėkmės

THE FIRST YEAR OF INDEPENDENT WORK: EXPECTATIONS, CHALLENGES AND SUCCESSES OF NOVICE NURSES

Aušrinė Gribačiauskaitė, dr. Jolanta Žilinskienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Slaugytojai – vieni svarbiausių sveikatos priežiūros specialistų, ne tik atliekantys technines funkcijas, bet ir daug bendraujantys su pacientais, jų artimaisiais, bendradarbiaujantys tarpusavyje ir su kitais specialistais. Slaugytojų psichologinė būseną reikšminga ir jiems patiems, ir jų pacientams, todėl pradėjus dirbti jiems yra itin svarbu sklandžiai adaptuotis. Visgi, pastebima, kad pirmieji darbo metai slaugytojams dažnai yra sudėtingas laikotarpis, keliantis emocinių, kognityvinių, sociokultūrinių ir fizinių iššūkių.

Tyrimo tikslas. Atskleisti slaugytojų lūkesčius, iššūkius ir sėkmes, patiriamus pirmaisiais savarankiško darbo metais.

Metodai. Tyrime dalyvavo 9 moterys ir 1 vyras, baigę slaugos bakalauro studijas ir dirbantys slaugytojais tarp 2 ir 12 mėnesių. Tyrimui buvo pasirinktas kokybinis dizainas. Duomenys buvo renkami naudojant giluminio pusiau struktūruoto interviu metodą ir analizuoti naudojant aprašomąją fenomenologinę analizę pagal P. Colaizzi.

Rezultatai. Pradėję savarankiškai dirbti tyrimo dalyviai jautėsi neužtikrintai – jie patyrė naujokams būdingą nerimą ir baimes, išgyveno intensyvių klausinėjimo etapą, susidūrė su stipriu emociniu ir fiziniu nuovargiu. Šiame etape reikšmingas buvo komandos ir artimųjų palaikymas, prisitaikyti padėjo ankstesnė pažintis su darbovieta. Susipažinę su darbu slaugytojai išgyveno lūkesčių ir realybės akistatą – jie pastebėjo, kad mokymosi procesas neparuošė jų pakankamai tvirtai, todėl netikėtai užgriuvo didelė atsakomybė, sunkiai pakeliamas krūvis ir nepakankamas įvertinimas už pastangas. Ėmę kurti ryšius naujoje darbovietėje, slaugytojai patyrė iššūkius santykiuose su pacientais, jų artimaisiais ir naujosios savo komandos nariais, todėl stengėsi ugdyti sąmoningumą, siekdami lengviau priimti kitus žmones. Svarbiausias tyrimo dalyvavusių slaugytojų tikslas buvo teikti visapusišką pagalbą pacientui – darbą jie matė kaip galimybę įprasminti norą padėti ir siekė „būti arti“ pacientų bei jų artimųjų. Tyrimo dalyviai taip pat pasižymėjo aiškiu savo vertės suvokimu, turėjo aukštus lūkesčius asmeniniam tobulėjimui ir pastebėjo ryškų augimo procesą.

Išvados. Tyrimo rezultatai papildo mokslines žinias apie slaugytojų savarankiško darbo metų patyrimo struktūrą – psichologinius, emocinius, socialinius ypatumus ir virsmus. Jie gali padėti praktiniais tikslais, pvz., kuriant studijų, praktikų ir mentorys-tės programas, formuojant slaugos politiką, teikiant psichologinę pagalbą.

Raktiniai žodžiai: psichosocialiniai pradedančiųjų slaugytojų iššūkiai; darbo pradžios patirtys; kokybinis tyrimas; Colaizzi aprašomoji fenomenologinė analizė.

Potrauminį stresą išgyvenančių „Spring“ programos dalyvių patirtys, susijusios su internetu teikiamos pagalbos ypatumais

EXPERIENCES RELATED TO THE CHARACTERISTICS OF AN INTERNET-BASED INTERVENTION AMONG “SPRING” PROGRAMME PARTICIPANTS WITH POSTTRAUMATIC STRESS

**Dokt. Greta Guogaitė, prof. dr. Evaldas Kazlauskas,
doc. dr. Odeta Geleželytė**

Vilniaus universitetas

Ivadas. Internetu teikiamos intervencijos gali didinti pagalbos potrauminio streso sutrikimą (PTSS) patiriantiems žmonėms prieinamumą. „Spring“ – Kardifo universiteto (JK) mokslininkų sukurta internetu teikiama, į traumą orientuotos kognityvinės elgesio terapijos principais pagrįsta intervencija su psichologo įsitraukimu. Šio tyrimo tikslas – atskleisti potrauminį stresą išgyvenančių „Spring“ dalyvių patirtis, susijusias su internetu teikiamos pagalbos ypatumais.

Metodai. Tyrime dalyvavo 10 moterų (amžius: $M = 43,1$, $SD = 12,97$). Prieš programą klinikinio Tarptautinio traumos interviu (ITI; Roberts et al., 2018) septynioms dalyvėms nustatytas PTSS, o trims buvo būdingi PTSS simptomai, neatitinkantys visų diagnostinių kriterijų. Duomenys rinkti pusiau struktūruotu interviu. Kokybinė duomenų analizė atlikta remiantis Brown ir Clark (2006) teminės analizės principais.

Rezultatai. Analizė atskleidė, jog dalyvės vertino internetu teikiamos intervencijos patogumą ir prieinamumą, specializuotą programos turinį bei patrauklų dizainą. Intervencija prisidėjo prie dalyvių saviveiksmingumo stiprinimo, nes internetinės intervencijos turinys buvo lengvai prieinamas ir skatino asmeninį įsitraukimą. Kai kurios dalyvės nurodė, kad dėl internetinio formato pasidalinti trauminėmis patirtimis joms buvo lengviau. Kita vertus, kelios dalyvės paminėjo iššūkį savarankiškai atlikti užduotis bei kilusius techninius sunkumus naudojantis programa. Dalyvės taip pat pabrėžė žmogiškojo ryšio su programos psichologu reikšmę bei specialisto paramą, svarbią dirbant su trauminiais išgyvenimais, kurie sukelia intensyvias emocijas; suprantant su trauma susijusias reakcijas; įveikiant vengimą; palaikant motyvaciją tęsti programą; mažinant per ankstyvo intervencijos nutraukimo riziką.

Rezultatų aptarimas. Rezultatai leidžia kelti prielaidas, kad PTSS patiriantiems asmenims internetu teikiama į traumą orientuota intervencija gali būti priimtinas, tinkamas ir įgalinantis pagalbos būdas. Tyrimo dalyvių pasakojimuose atsiskleidžia ir kontakto su intervencijos psichologu svarba, o tai rodo, jog teikiant pagalbą internetu asmenims, patiriantiems potrauminį stresą, specialisto dalyvavimas yra reikalingas.

Išvados. Tyrimas atskleidžia potrauminio streso sutrikimą patiriantiems asmenims reikšmingus internetu teikiamų intervencijų aspektus, į kuriuos svarbu atsižvelgti tobulinant ir diegiant tokias programas. Reikalinga toliau tęsti panašius tyrimus įvairiose imtyse.

Tyrimą finansuoja Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), sutarties Nr. S-MIP-23-14.

Raktiniai žodžiai: PTSS; internetinė pagalba; kokybinė analizė.

Polinkis į priklausomybę nuo darbo ir subjektyvus romantinių santykių vertinimas: empirinė analizė

WORK ADDICTION AND THE ASSESSMENT OF ROMANTIC RELATIONSHIP: AN EMPIRICAL ANALYSIS

Gabrielė Jackevič, dr. Modesta Morkevičiūtė

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Nors polinkis į priklausomybę nuo darbo mokslinėje literatūroje nagrinėjamas jau beveik 60 metų (t. y., nuo Oates (1968) publikacijos pasirodymo), kai kurios šio reiškinio pasekmės nepakankamai ištirtos. Viena iš jų – romantinių santykių kokybė. Polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių ryšys tirtas retai, o rezultatai – prieštaringi, tad neaišku, kaip šis reiškinys susijęs su romantinių santykių vertinimu. Įvertinus reikšmingą polinkio į priklausomybę nuo darbo mastą (Andersen et al., 2023) ir individualaus lygmens žalą (Morkevičiūtė, 2025), svarbu toliau vykdyti tyrimus šioje srityje. Atsižvelgiant į tai, tyrimo tikslas – nustatyti ryšį tarp darbuotojų polinkio į priklausomybę nuo darbo ir subjektyvaus romantinių santykių vertinimo.

Metodai. Atliktas kiekybinis skerspjūvio tyrimas, kuriame dalyvavo 215 įvairiose Lietuvoje veikiančiose įstaigose dirbantys suaugusieji (74 proc. moterų, 26 proc. vyrų), atitikę atrankos kriterijus. Tyrime naudota Bergeno priklausomybės nuo darbo skalė (Andreassen et al., 2012), Santykių vertinimo skalė (Hendrick, 1988) ir sociodemografinių charakteristikų klausimynas.

Rezultatai. Nustatyta, kad labiau išreikštas polinkis į priklausomybę nuo darbo siejamas su prastesniu romantinių santykių vertinimu ($r = -0,232$, $p = 0,001$). Atlikus dalinę koreliaciją, kontroliuojant santykių statusą ir gyvenimo kartu / atskirai veiksnį, ryšys išlieka statistškai reikšmingas ($r = -0,216$, $p = 0,001$). Rezultatų aptarimas. Gautą rezultatą, kuriuo nustatytas neigiamas ryšys tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo, galima aiškinti tuo, kad linkę į priklausomybę nuo darbo asmenys yra pernelyg susirūpinę darbu, pilnai jam atsiuoda, dėl ko neskiria pakankamai laiko santykių palaikymui. Tai susiję su prastesne santykių kokybe ir prastesniu jų vertinimu (Ferguson, 2012).

Rezultatų aptarimas. Gauti rezultatai papildė mokslinę literatūrą nagrinėjama tema, suteikia empirinius įrodymus apie polinkio į priklausomybę nuo darbo pasekmes tarpasmeniniu lygmeniu. Rezultatai svarbūs priklausomybę nuo darbo patiriantiems ir darbuotojų gerove besirūpinantiems specialistams, kadangi išryškina šio reiškinių prevencijos svarbą ir skatina imtis veiksmų jo įveikai.

Išvados. Nustatyta polinkio į priklausomybę nuo darbo žala tarpasmeniniu lygmeniu, kurią patvirtina reiškinio sąsaja su prastesniu romantinių santykių vertinimu.

Raktiniai žodžiai: polinkis į priklausomybę nuo darbo; pasitenkinimas romantiniais santykiais; darbuotojai; empirinis tyrimas.

Komandos socialinių išteklių ryšys su perdegimu ir įsitraukimu į darbą: pagrindinių psichologinių poreikių vaidmuo nuotoliniame darbe

THE RELATIONSHIP BETWEEN TEAM SOCIAL RESOURCES AND BURNOUT AND WORK ENGAGEMENT: THE ROLE OF BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS IN REMOTE WORK

Rita Jakštienė, Viltė Hope Kasputytė, Liepa Emilija Pučinskytė

Vilniaus universitetas

Įvadas. Nuotoliniame darbe dalį laiko dirbama fiziškai atskirai nuo kolegų, o bendradarbiavimas persikelia į skaitmeninę erdvę. Tyrimai rodo, kad nuotolinis darbas gali būti siejamas su didesne autonomija, tačiau silpnesniais socialiniais ryšiais (Wang et al., 2021, Ipsen et al., 2021). Svarbu suprasti, kaip komandos socialiniai ištekliai – kolegų parama, komandos sutelktumas ir komunikacija – pasireiškia nuotolyje.

Didesni ištekliai siejami su didesniu įsitraukimu ir mažesniu perdegimu (Bakker & Demerouti, 2007). Remiantis savi-determinacijos teorija (Deci & Ryan, 2000), ištekliai siejasi su darbuotojų būsenomis per pagrindinių psichologinių poreikių (PPP) – autonomijos, kompetencijos ir susietumo – patenkinimą. Kadangi darbo sąlygos ir patiriama gerovė skiriasi priklausomai nuo nuotolinio darbo intensyvumo (Eurofound, 2022), tikėtina, kad gali skirtis ir mediacijos ryšių stiprumas.

Tyrimo tikslas – įvertinti, ar komandos socialiniai ištekliai siejasi su įsitraukimu ir perdegimu per PPP patenkinimą ir ar šiuos ryšius moderuoja nuotolinio darbo intensyvumas.

Metodai. Internetinę apklausą užpildė 194 dirbantieji ($M = 35,9$ metai, $SD = 13,1$; 75,3 proc. moterų). Atliktos šešios moderuotos mediacijos analizės: socialiniai ištekliai prognozavo perdegimą ir įsitraukimą į darbą per PPP patenkinimą, o išteklių–poreikių ryšiai buvo moderuojami nuotolinio darbo intensyvumo.

Rezultatai. Visi komandos socialiniai ištekliai nuosekliai prognozavo didesnę PPP patenkinimą. Didėjant nuotolinio darbo intensyvumui, silpnėjo ryšiai tarp komandos socialinių išteklių ir susietumo patenkinimo bei tarp komandos sutelktumo ir autonomijos patenkinimo. Visi PPP prognozavo mažesnę perdegimą, o didesnę įsitraukimą prognozavo tik autonomijos patenkinimas. Dauguma komandos socialinių išteklių siejosi su mažesniu perdegimu tiesiogiai ir netiesiogiai per autonomijos ir

kompetencijos patenkinimą. Įsitraukimą tiesiogiai prognozavo komandos sutelktumas, o netiesiogiai per autonomiją – visi tirti ištekliai. Patvirtinta moderuota mediacija tarp komandos sutelktumo ir perdegimo bei įsitraukimo per autonomijos patenkinimą: didėjant nuotolinio darbo intensyvumui mediacinis ryšys silpnėjo.

Išvados. Taigi darbuotojų gerovė susijusi ne tik su socialinių išteklių buvimu, bet ir su jų panaudojimu PPP patenkinimui. Esant intensyvesniam nuotoliniam darbui šis ryšys silpnėja, tad svarbu ne tik suteikti socialinių išteklių, bet ir užtikrinti sąlygas jų panaudojimui darbuotojų gerovei.

Raktiniai žodžiai: komandos socialiniai ištekliai; pagrindiniai psichologiniai poreikiai; darbuotojų gerovė; nuotolinis darbas.

Laisvės atėmimo bausmę atliekantys asmenys: trauminės patirtys, potrauminis stresas ir požiūris į psichologinę pagalbą

INDIVIDUALS SERVING PRISON SENTENCES: TRAUMATIC EXPERIENCES, POST-TRAUMATIC STRESS, AND ATTITUDES TOWARD PSYCHOLOGICAL HELP

Miglė Jasaitytė, doc. dr. Raimonda Petrolienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Trauminės, o ypač trauminės vaikystės, patirtys mokslinėje literatūroje siejamos su nusikalstamu elgesiu ir potrauminio streso sutrikimu. Nuteistųjų resocializacija dažnai priklauso nuo to, kaip efektyviai jie keis savo elgesio ir požiūrio modelius, todėl svarbu, kad nuteistieji gautų atitinkamą psichologinę pagalbą, kurios kreiptis dažnai trukdo neigiamas požiūris į ją.

Metodai. Tyrime dalyvavo pilnamečiai ($n = 304$) vyrai (80,9 proc.) ir moterys (19,1 proc.), atliekantys laisvės atėmimo bausmę. Tyrimas vykdytas septyniuose Lietuvos kalėjimuose. Tyrimo klausimyną sudarė socialiniai demografiniai klausimai, Požiūrio į kreipimąsi profesionalios psichologinės pagalbos klausimynas (ATSPPH-SF) (Fischer ir Farina, (1995), revizuotas L. Picco ir kt., (2016)), Gyvenimo įvykių klausimynas – revizuotas (LEC-R) (Weathers ir kt., (2013), revizuotas Hyland ir kt., (2017)) ir Įvykio poveikio skalė – revizuota (IES-R) (Horowitz ir kt., (1979), modifikuota Weiss ir Marmar (1997)).

Rezultatai. Trauminės patirtys buvo statistiškai reikšmingai susijusios su didesniu tiriamųjų laisvės atėmimo bausmių skaičiumi bei lankymusi pas psichikos sveikatos specialistą kalėjime ir už kalėjimo ribų ($p < 0,05$). Nustatyta, kad tik 2 iš 19 trauminių patirčių nebuvo statistiškai reikšmingai susijusios nė su vienu socialiniu-demografiniu rodikliu ($p > 0,05$). Su PTSS rizika galimai susidūrė 43,4 proc. tyrimo dalyvių. Didesni bendro PTSS įverčio balai buvo statistiškai reikšmingai susiję su moteriška lytimi ir dažnesniu lankymusi pas psichikos sveikatos specialistą kalėjime. Pozityvesnis požiūris į kreipimąsi profesionalios psichologinės pagalbos buvo statistiškai reikšmingai susijęs su didesniu tyrimo dalyvių amžiumi ir dažnesniu lankymusi pas psichikos sveikatos specialistą kalėjime ($p < 0,05$). Trauminės patirtys, PTSS simptomai ir požiūris į pagalbą teigiamai koreliavo tarpusavyje. Mediacijos analizėje matoma, kad visi ryšiai tarp šių reiškinių buvo statistiškai reikšmingi

($p < 0,05$), kai medijuojamas ryšys tarp trauminių patirčių ir PTSS simptomų, kurio mediatorius buvo požiūris į pagalbą.

Išvados. Didesnis nuteistųjų trauminių patirčių skaičius siejosi su labiau išreikštais potrauminio streso sutrikimo simptomais. Šie simptomai buvo labiau išreikšti tarp moterų ir tiriamųjų, kurie kreipėsi psichologinės pagalbos kalėjime. Trauminės patirtys veikė potrauminio streso sutrikimo simptomus tiek tiesiogiai, tiek netiesiogiai – per nuteistųjų požiūrį į psichologinę pagalbą. Pozityvesnis požiūris į pagalbą buvo svarbus veiksnys, siejantis trauminės patirtis ir labiau išreikštus potrauminio streso simptomus.

Raktiniai žodžiai: nuteistieji; trauminės patirtys; PTSS; požiūris į kreipimąsi profesionalios psichologinės pagalbos.

Kai dailės metodai susitinka su dėmesingu įsisąmoninimu: vaikų emocijų ir elgesio pokyčiai

THE IMPACT OF ART-BASED METHODS AND MINDFULNESS-BASED ART METHODS ON EMOTIONAL AND BEHAVIOURAL DIFFICULTIES IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Aušra Kairaitė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Pradinių klasių mokinių emocijų ir elgesio sunkumai daro neigiamą poveikį jų socialinei adaptacijai ir mokymosi rezultatams, todėl aktualu ieškoti veiksmingų ankstyvųjų intervencijų metodų. Dailės metodai ir dėmesingu įsisąmoninimu (angl. *mindfulness*) grįsti metodai gali padėti stiprinti vaikų emocinę savireguliaciją ir elgesio kontrolę. Tyrimo tikslas – nustatyti dailės metodų ir dėmesingu įsisąmoninimu pagrįstų dailės metodų poveikį pradinių klasių mokiniams, turintiems emocijų ir elgesio sunkumų.

Metodai. Tyrime dalyvavo 18 pradinių klasių mokinių (1–4 kl.), suskirstytų į dvi grupes: dailės metodų (DT) ir dėmesingu įsisąmoninimu pagrįstų dailės metodų (DT+DJ). Vertinimui naudotas „Galių ir sunkumų klausimynas“, kurį pildė pedagogai prieš pirmąjį ir po paskutiniojo užsiėmimo. Duomenų analizė atlikta taikant parametrinius ir neparametrinius testus, apskaičiuoti efekto dydžiai.

Rezultatai. Abiejose grupėse stebėta emocijų ir bendrų sunkumų mažėjimo tendencija, tačiau statistiškai reikšmingas skirtumas tarp grupių nustatytas tik elgesio sunkumų pokyčiui. Dėmesingu įsisąmoninimu grįstos dailės metodų (DT+DJ) grupėje elgesio sunkumai sumažėjo reikšmingai labiau nei dailės terapijos (DT) grupėje, nustatytas didelis efekto dydis ($r \approx 0,58$). Tai rodo, kad dėmesingo įsisąmoninimo elementų integravimas galėjo sustiprinti intervencijos poveikį vaikų elgesio reguliacijai. Kitų vertintų rodiklių pokyčiai tarp grupių statistiškai reikšmingai nesiskyrė.

Išvados. Dailės metodai ir dėmesingu įsisąmoninimu grįsti dailės metodai gali turėti teigiamą poveikį pradinių klasių mokinių emocijų ir elgesio sunkumams. Dėmesingo įsisąmoninimo elementų integravimas gali būti ypač naudingas elgesio reguliacijai.

Raktiniai žodžiai: vaikų elgesio ir emocijų sunkumai; dailės terapijas; dėmesingas įsisąmoninimas.

Vėžį išgyvenusių asmenų ilgalaikiai kognityviniai pokyčiai po chemoterapijos, su sveikata susijęs nerimas ir jų poveikis gyvenimo kokybei: dėmesingumo intervencijos galimybės

LONG-TERM COGNITIVE CHANGES IN CANCER SURVIVORS AFTER CHEMOTHERAPY, HEALTH-RELATED ANXIETY AND THEIR IMPACT ON QUALITY OF LIFE: POSSIBILITIES OF MINDFULNESS-BASED INTERVENTIONS

Dokt. Aušrinė Kėvalaitė, prof. dr. Liuda Šinkariova

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Pastaraisiais dešimtmečiais ženkliai didėjant onkologinėmis ligomis sirgusių asmenų išgyvenamumui, vis daugiau dėmesio skiriama ilgalaikiams gydymo padariniams ir jų poveikiui gyvenimo kokybei. Vieni dažniausiai minimų liekamųjų reiškinių po chemoterapinio gydymo yra kognityviniai pokyčiai, apimantys dėmesio, darbinės atminties, vykdomųjų funkcijų sutrikimus (Oroian ir kt., 2022). Kartu daugeliui vėžį išgyvenusių asmenų būdingas padidėjęs su sveikata susijęs nerimas, dažnai siejamas su ligos pasikartojimo baime, sumažėjusiu savo kūno pasitikėjimu ir padidėjusiu budrumu somatiniams pojūčiams (Maheu ir kt., 2021). Šių veiksmų sąveika gali bloginti subjektyviai vertinamą gyvenimo kokybę net ir praėjusgydymui.

Metodai. Pranešime bus pristatomas disertacinis tyrimas, kuriuo siekiama įvertinti ilgalaikius kognityvinius pokyčius, su sveikata susijusį nerimą ir jų sąsajas su gyvenimo kokybe jaunų vėžį išgyvenusių asmenų grupėje. Analizuojamos bus ir dėmesingumo lavinimo intervencijos taikymo galimybės.

Laukiami rezultatai. Tikimasi, kad gauti rezultatai prisidės prie gilesnio ilgalaikių onkologinio gydymo padarinių supratimo ir atvers papildomas psichologinės pagalbos bei intervencijų taikymo galimybes, orientuotas į kompleksinį vėžį išgyvenusių asmenų gyvenimo kokybės gerinimą.

Raktiniai žodžiai: vėžį išgyvenę asmenys; kognityviniai pokyčiai; su sveikata susijęs nerimas; gyvenimo kokybė.

Paauglių rizikingas elgesys kelyje: impulsyvumo ir socialinių normų reikšmė

ADOLESCENTS' RISKY BEHAVIOUR ON THE ROAD: THE ROLE OF IMPULSIVITY AND SOCIAL NORMS

Austėja Kiliutė, dr. Laura Šeibokaite

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Paauglystė – laikotarpis, kurio metu didėja įsitraukimas į įvairias rizikingas veiklas, tarp jų ir rizikingą elgesį kelyje, siejamą su didesne patekimo į eismo įvykius rizika (Alderman et al., 2018; Greydanus, 2021). Lietuvos statistika rodo, jog 2024 metais, lyginant su 2021–2023 metų vidurkiu, padidėjo 12–17 amžiaus paauglių, dalyvavusių eismo įvykiuose ir juose patyrusių sužalojimus, skaičius (Transporto Kompetencijų Agentūra, 2025). Tiriant paauglių rizikingą elgesį kelyje, į tyrimus įtraukiami psichologiniai ir socialiniai veiksniai, tarp jų – impulsyvumas ir subjektyviai suvokiamos bendraamžių socialinės normos (pvz., Constantinou et al., 2011; Rimal & Real, 2005). Vis dėlto, šie veiksniai dažnai nagrinėjami atskirai, o jų sąveikos mechanizmas išlieka nepakankamai ištirtas. Taigi, tyrimo tikslas – ištirti, koks subjektyviai suvokiamų draugų aprašomųjų normų apie rizikingą elgesį kelyje vaidmuo, aiškinant ryšį tarp paauglių impulsyvumo ir rizikingo elgesio kelyje.

Metodai. Tyrime dalyvavo 887 paaugliai (amžiaus vidurkis = 16,24, SN = 0,45). Vertintos dvi rizikingo elgesio kelyje formos: motorinių transporto priemonių vairavimas (Vairuotojų elgesio klausimyno pažeidimų poskalė; 8 teiginiai; Parker et al., 1995; Stelmokienė et al., 2013) ir dviračių ir (arba) paspirtukų vairavimas (modifikuota Rizikingo dviračių vairavimo skalė; 8 teiginiai; Useche et al., 2018; Useche et al., 2022). Impulsyvumas matuotas Barratt trumpąja impulsyvumo skale (8 teiginiai; Steinberg et al., 2013), draugų aprašomosios socialinės normos – 8 klausimais, sudarytais remiantis Socialinių normų teorija.

Rezultatai. Gauti rezultatai rodo, kad subjektyviai suvokiamos draugų aprašomosios socialinės normos tarpininkauja tarp impulsyvumo ir rizikingo motorinių priemonių bei dviračių ir (arba) paspirtukų vairavimo, kontroliuojant lytį.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad paauglių įsitraukimui į rizikingą elgesį kelyje reikšmingi ne tik asmenybiniai bruožai, bet ir socialinis kontekstas. Subjektyviai suvokiamos draugų aprašomosios normos apie rizikingą elgesį kelyje atlieka tarpininko vaidmenį paauglių impulsyvumo ir rizikingo

elgesio kelyje sąsajoje. Tokie rezultatai ne tik prisideda prie teorinio kintamųjų sąveikos mechanizmo nagrinėjimo, bet ir pabrėžia socialinių normų formavimo svarbą, siekiant mažinti paauglių rizikingą elgesį kelyje.

Raktiniai žodžiai: paauglystė; rizikingas elgesys kelyje; impulsyvumas; draugų socialinės normos.

Studentų probleminio socialinių tinklų naudojimo prognostiniai veiksniai: vienišumas, nuobodulys ir perdegimas

PREDICTORS OF PROBLEMATIC SOCIAL MEDIA USE AMONG STUDENTS: LONELINESS, BOREDOM, AND BURNOUT

Dr. Justina Kymantienė, doc. dr. Arūnas Žiedelis, prof. dr. Laima Bulotaitė

Vilniaus universitetas

Ivadas. Daugėja mokslu grįstų įrodymų, kad vienišumas, nuobodulys ir probleminis socialinių tinklų naudojimas yra susiję (Fam & Männikkö, 2025; Yang et al. 2026), tačiau išlieka neaišku, ar šie psichologiniai sunkumai veikia kaip rizikos veiksniai, ar yra įnikimo į socialinius tinklus pasekmė. Todėl buvo inicijuotas longitudinalinis tyrimas „Skaitmeninė priklausomybė akademinių rūpesčių kasdienybėje“ (SPARK), leisiantis įvairiais pjūviais išanalizuoti studentų probleminio socialinių tinklų naudojimo ir psichologinių bei su studijomis susijusių veiksmų ryšius. Analizuodami pirmo SPARK tyrimo etapo duomenis kėlėme tikslą patikrinti studentų vienišumo, nuobodulio, perdegimo ir probleminio socialinių tinklų naudojimo sąsajas.

Metodai. Pirmame etape dalyvavo 404 dalyviai: 84,4 proc. moterys, 14,1 proc. vyrai ir 1,5 proc. lyties nenurodę tiriamieji, amžiaus vidurkis – 23,3 m. (SD = 7,5). Tyrimo dalyviai pildė tyrimo anketą, kuria vertintas vienišumas (Hughes et al., 2008), nuobodulys (Gorelik & Eastwood, 2024), perdegimas (studentams adaptuota skale) (Schaufeli et al., 2019) ir probleminis socialinių tinklų naudojimas (van den Eijnden et al., 2016). Duomenys analizuoti pasitelkiant koreliacinę ir daugialypę tiesinę regresinę analizę.

Rezultatai. Problemnis socialinių tinklų naudojimas buvo reikšmingai teigiamai susijęs su vienišumu ($r = 0,34$, $p < 0,001$), nuoboduliu ($r = 0,44$, $p < 0,001$) ir visais perdegimo simptomais: išsekimu ($r = 0,32$, $p < 0,001$), atsiribojimu ($r = 0,34$, $p < 0,001$), kognityviniais ($r = 0,47$, $p < 0,001$) ir emociniais ($r = 0,39$, $p < 0,001$) sunkumais. Stipriausiai probleminį socialinių tinklų naudojimą nuspėti leido studentų patiriami kognityviniai sunkumai ($\beta = 0,252$, $p < 0,001$), taip pat – nuobodulys ($\beta = 0,198$, $p = 0,002$), vienišumas ($\beta = 0,144$, $p = 0,002$) ir emociniai sunkumai ($\beta = 0,137$, $p = 0,012$).

Išvados. Studentų vienišumas, nuobodulys bei su studijomis susiję perdegimo simptomai atsiskleidė kaip prognostiniai probleminio socialinių tinklų naudojimo veiksniai. Longitudinalinis SPARK tyrimas leis toliau analizuoti išryškėjusius ryšius bei suteiks galimybę įvertinti šių ryšių kryptį.

Raktiniai žodžiai: socialiniai tinklai; vienišumas; nuobodulys; perdegimas; studentai.

Sąlyčio su savižudybe reikšmė kalėjimų darbuotojų profesiniam perdegimui

THE ROLE OF SUICIDE EXPOSURE IN THE BURNOUT AMONG PRISON STAFF

*Dr. Virginija Klimukienė, doc. dr. Alfredas Laurinavičius,
Aistė Labanauskaitė, dr. Said Dadašev, dr. Violeta Cimalanskaitė-
Kazlauskienė, dokt. Sandra Bagdonaitė-Jankauskienė,
prof. habil. dr. Danutė Gailienė*

Vilniaus universitetas

Ivadas. Darbas įkalinimo įstaigoje didina riziką susidurti su kito asmens savižudišku elgesiu, tokiu kaip savęs žalojimas, bandymas nusižudyti bei savižudybė. Susidūrimas su tokiomis situacijomis gali būti susijęs su fizinėmis, psichologinėmis, socialinėmis bei elgesio pasekmėmis (Brough et al., 2022). Nepaisant potencialiai traumuojančios patirties įkalinimo įstaigų darbuotojai privalo nenutraukiamai tęsti savo pareigų atlikimą. Todėl šio tyrimo tikslas – išanalizuoti kalėjimo darbuotojų sąlyčio su savižudišku elgesiu ryšį su profesiniu perdegimu ir kitais psichikos sveikatos rodikliais.

Metodai. Buvo taikytas patogiosios imties sudarymo metodas. Tyrime dalyvavo 252 visų Lietuvos kalėjimų darbuotojai, turintys tiesioginį kontaktą su kalinamaisiais. Iš jų 163 moterys ir 85 vyrai, vidutinis tiriamųjų amžius 41,5 metų (SD = 9,98). 132 darbuotojų nurodė per praėjusius metus susidūrę su kalinčiojo savižudybe, 153 – bandymu nusižudyti, 209 – save žalojančiu elgesiu. Buvo vertinamas perdegimas, įsitraukimas į darbą, psichikos sveikatos rodikliai, įveikos strategijos ir kt.

Rezultatai. Tyrimo metu nustatyti reikšmingi ryšiai tarp kalėjimų darbuotojų perdegimo ir kitų vertintų konstruktyvų. Prognostiniai modeliai parodė, kad tyrimo kintamieji gali paaiškinti iki 40 proc. perdegimo sklaidos. Taip pat nustatyta reikšminga susidūrimo su savižudišku elgesiu ir lyties sąveika prognozuojant bendrą perdegimo rodiklį, rodanti, kad sąlytis su savižudišku elgesiu turi didesnę reikšmę vyrams nei moterų perdegimui. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad perdegimą reikšmingai prognozuoja disfunkcinės įveikos strategijos, tokios kaip psichoaktyvių medžiagų vartojimas, pasitraukimas ir emocijų išreiškimas. Šios strategijos buvo reikšmingai susijusios su visomis analizuotomis perdegimo dimensijomis: emocine ir kognityvine žala, psichologiniu atsiribojimu, išsekimu bei bendru perdegimo rodikliu.

Išvados. Gauti rezultatai, kad profesinį perdegimą kalėjimų darbuotojų grupėje labiau paaiškina ne pati sąlyčio su savižudybe patirtis, o tai, kaip su ja susidorojama, turi reikšmingų praktinių implikacijų. Jie rodo, kad perdegimo prevencija kalėjimų sistemoje turėtų būti orientuota ne tik į kritinių situacijų mažinimą, bet ir į darbuotojų įveikos strategijų stiprinimą mokant atpažinti disfunkcines reakcijas ir jas mažinti.

Tyrimą finansuoja Lietuvos mokslo taryba (projekto Nr. P-MIP-24-240).

Raktiniai žodžiai: sąlytis su suicidiniu elgesiu; kalėjimų darbuotojai; perdegimas; psichikos sveikata.

Jaunų suaugusiųjų suvoktos rizikos susirgti lėtine liga, mirties nerimo ir perdėto polinkio į sveiką mitybą (ortoreksijos) sąsajos

ASSOCIATIONS BETWEEN YOUNG ADULTS' PERCEIVED RISK OF CHRONIC DISEASE, DEATH ANXIETY AND ORTHOREXIC EATING BEHAVIOR

Gintarė Kučiauskaitė, prof. dr. Aidas Perminas

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Perdėtas polinkis į sveiką mitybą, dar vadinamas ortoreksija – įkylus rūpinimasis sveika mityba, kuris apima griežtos, į maisto kokybę sutelktos, tačiau dažnu atveju pernelyg ribojančios mitybos laikymąsi (Bratman, 1997). Šio reiškinio etiologija išlieka neaiški. Neseniai pradėtos kelti prielaidos apie egzistencinių ir sveikatos veiksnių svarbą ortoreksijai aiškinti (Matsumoto & Rodgers, 2020). Šio tyrimo tikslas – nustatyti jaunų suaugusiųjų perdėto polinkio į sveiką mitybą, suvoktos rizikos susirgti lėtine liga ir mirties nerimo sąsajas.

Metodai. Tyrime dalyvavo 259 dalyviai (18–35 m.; vid. – 25,6 m.; SN – 3,925), 198 moterys (75,9 proc.), 61 vyras (23,4 proc.). Perdėtas polinkis į sveiką mitybą (ortoreksija) įvertintas Teruel ortoreksijos skale (Barrada & Roncero, 2018), mirties nerimas įvertintas Mirties nerimo inventoriumi (Tomás-Sábado et al., 2005), bendras nerimastingumas vertintas Spielberger nerimastingumo klausimyno trumpąja Vengrijos skale (STAIT-5), suvokta rizika susirgti lėtine liga vertinta rizikingo elgesio diagnostikos skale (Witte et al., 1996). Duomenų analizei naudota SPSS Statistics 30 ir AMOS 26.

Rezultatai. Nustatyta, kad labiau išreikštas mirties nerimas susijęs su labiau išreikštu perdėtu polinkiu į sveiką mitybą ($\beta = 0,170$, $p = 0,002$), tačiau į modelį įtraukus bendrą nerimastingumą, ši sąsaja nebuvo nustatyta ($\beta = 0,013$, $p = 0,822$). Nustatyta, kad tik didesnis rizikos susirgti lėtine liga suvokimas yra tiesiogiai susijęs su perdėtu polinkiu į sveiką mitybą, kontroliuojant bendrą nerimastingumą ir adaptyvų polinkį į sveiką mitybą ($\beta = -0,134$, $p < 0,001$), o mirties nerimas nemedijuoja sąsajos tarp jaunų suaugusiųjų rizikos susirgti lėtine liga suvokimo ir perdėto polinkio į sveiką mitybą. Pastarojo modelio suderinamumas su duomenimis buvo geras ($\chi^2(2) = 2,818$, $p = 0,244$; CFI = 0,996; TLI = 0,979; RMSEA = 0,04).

Rezultatų aptarimas. Šio tyrimo rezultatai rodo, kad didesnis suvoktos rizikos susirgti lėtine liga lygis yra susijęs su stipresniu perdėtu polinkiu į sveiką mitybą, dėl to svarbu atkreipti dėmesį ir į šį rizikos suvokimą, planuojant prevencines bei intervencines programas.

Išvados. Atsižvelgiant į tai, kad tai buvo pirmasis tyrimas, siekiantis patikrinti teorines perdėto polinkio į sveiką mitybą, mirties nerimo ir suvoktos rizikos susirgti lėtine liga sąsajas, ypač reikalingi tolimesni šių sąsajų tyrimai su didesnėmis imtimis. Taip pat svarbu mirties nerimą matuoti ne tik savižinos klausimynais ir pasirinkti jautresnius instrumentus nesąmoningam mirties nerimui matuoti.

Raktiniai žodžiai: ortoreksija; perdėtas polinkis į sveiką mitybą; mirties nerimas; suvokta rizika susirgti lėtine liga.

Vaikų trauminiai įvykiai, potrauminės kognicijos, depresiškumas ir socialinė parama: klinikinės ir neklinikinės imties palyginimas

CHILDREN'S TRAUMATIC EVENTS, POST TRAUMATIC COGNITIONS, DEPRESSIVE SYMPTOMS, AND SOCIAL SUPPORT: A COMPARISON OF CLINICAL AND NON CLINICAL SAMPLES

**Dokt. Ugnė Kundrotienė^{1,2}, prof. dr. Aistė Diržytė^{1,5}, Jurgita Radzevičienė³,
prof. dr. Aidas Perminas⁴, Ina Kazakevičiūtė³, Loreta Jackevičienė³,
Viktorija Simonavičiūtė³, Milda Kumžaite³, prof. dr. Aleksandras Patapas¹**

¹Mykolo Romerio universitetas; ²Klaipėdos universitetas; ³Vilniaus universiteto ligoninė Santaros klinikos; ⁴Vytauto Didžiojo universitetas; ⁵Vilniaus Gedimino technikos universitetas

Įvadas. Vaikų trauminės patirtys siejamos su potrauminėmis kognicijomis ir depresiškumu, o socialinė parama laikoma apsauginiu veiksniu. Tačiau klinikinėje ir bendrosios populiacijos imtyse šių reiškinių raiška ir tarpusavio ryšiai gali skirtis, ypač kai trauma neidentifikuota laiku. Tyrimo tikslas: įvertinti vaikų trauminių patirčių, depresiškumo, socialinės paramos ir potrauminių kognicijų skirtumus tarp klinikinės ir neklinikinės imčių. Tyrimo klausimas: Kaip skiriasi trauminių įvykių, potrauminių kognicijų, depresiškumo ir socialinės paramos lygis bei jų tarpusavio sąsajos klinikinėje ir neklinikinėje vaikų imtyse?

Metodai. Kiekybinis skerspjūvio tyrimas. Imtys: klinikinė (hospitalizuoti vaikai, anksčiau nediagnozuota PTSS; n = 50) ir neklinikinė (bendroji populiacija; n = 282). Instrumentai: *Child and Adolescent Trauma Screen*, *Short Moods and Feelings Questionnaire*, *Children's Post-Traumatic Cognitions Inventory* ir *Child and Adolescent Social Support Scale*. Duomenų analizė: nepriklausomųjų imčių T-test ir koreliacinė analizė, atskirai kiekvienai imčiai.

Rezultatai. Rezultatai atskleidė, kad klinikinėje imtyje daugiau nei 40 proc. vaikų patyrė fizinį smurtą. Neklinikinėje imtyje 82,9 proc. vaikų nurodė patyrę daugiau nei vieną potencialiai trauminį įvykį. Klinikinės imties vaikai pasižymėjo žymiai didesniu depresiškumo lygiu nei neklinikinės imties vaikai. Lyginant artimų draugų paramą, tarp imčių nenustatyta reikšmingų skirtumų. Abiejose imtyse trauminiai įvykiai parodė stiprų reikšmingą ryšį su potrauminėmis kognicijomis, ir vidutiniškai reikšmingą ryšį su depresiškumu. Neklinikinėje imtyje tėvų parama parodė reikšmingą vidutinio stiprumo neigiamą ryšį su depresiškumu bei potrauminėmis kognicijomis. Klinikinėje imtyje socialinė parama parodė silpnus teigiamus ryšius tarp kintamųjų.

Rezultatų aptarimas. Duomenys patvirtina, kad trauminės patirtys glaudžiai susijusios su potrauminėmis kognicijomis ir depresiškumu. Tyrimo rezultatai išryškino socialinės paramos diferenciaciją: klinikinėje imtyje apsauginė funkcija minimali, bendrojoje populiacijoje – reikšminga (ypač tėvų parama). Tai suponuoja universalus skrinimo ir tikslingų tėvų įgalinimo intervencijų poreikį.

Išvados. Trauminiai įvykiai statistiškai reikšmingai siejasi su potrauminėmis kognicijomis ir depresiškumu; Klinikinėje imtyje šių kintamųjų rodikliai aukštesni, socialinės paramos apsauginis vaidmuo minimalus; Neklinikinėje imtyje tėvų parama veikia kaip reikšmingas apsauginis veiksnys.

Raktiniai žodžiai: trauminiai įvykiai; potrauminės kognicijos; depresiškumas; socialinė parama.

Kai atsiveria „kitas gyvenimas“: praradusių regėjimą žmonių santykis su savo kūnu

WHEN “ANOTHER LIFE” OPENS: THE RELATIONSHIP OF PEOPLE WITH VISION LOSS TO THEIR BODIES

Nelita Kunšteinienė, dr. Jolanta Žilinskienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Ivadas. Negalios pažinimas mažina diskriminaciją ir padeda žmonėms su negalia geriau prisitaikyti prie juos supančios aplinkos. Viena iš aplinkybių, palengvinančių neregį prisitaikymą, yra kūniškas savęs ir aplinkinio pasaulio pajautimas. Literatūroje taip pat teigiama, kad psichologiniai sunkumai ir psichinės harmonijos disbalansas neigiamai veikia ir nereginių žmonių savo kūno vaizdą (Gerc, 2018). Todėl svarbu giliau pažinti regėjimą praradusių žmonių vidinį pasaulį, nagrinėjant jų santykį su savo kūnu.

Tyrimo tikslas – atskleisti neregį santykio su savo kūnu patirtis.

Tyrimo dalyviai – Regėjimą nuo 12 metų ir vėliau praradę suaugę asmenys ($n = 7$, 5 vyrai ir 2 moterys), neregintys bent 2 metus.

Metodai. Tyrimui pasirinkta kokybinė duomenų analizės paradigma. Interviu atlikti taikant pusiau struktūruoto interviu metodą. Duomenys analizuoti pasitelkiant interpretacinę fenomenologinę analizę pagal Smith ir Osborn (2003).

Rezultatai. Rezultatų analizės metu iškilusios temos buvo sujungtos į temų kekes, kurios apibendrintos į penkias metatemas, atspindinčias regėjimą praradusių žmonių patirtis santykyje su savo kūnu:

1. Kūno ir aplinkos vertinimas prisitaikant prie pokyčių;
2. Kūno ir aplinkos pajautimo sąsaja emocijų fone;
3. Išvaizdos reikšmė kuriant teigiamą santykį su savo kūnu;
4. Elgesį veikianti sveiko kūno vizija;
5. Aplinkinių žmonių vaidmuo kūno kontekste.

Išvados. Neregiams gali būti būdingas siekis išlaikyti kūno nekintamumo jausmą, taip pat patirti sunkumus vertinant bendrą savo kūno išvaizdą ir prisitaikyti prie pakitusio kūno. Kūno ir aplinkos pajautimui gali turėti įtakos ankstesnė regėjimo patirtis ir paaštrėjusios kūno joslės. Emocijos gali būti glaudžiai susijusios su kūno ir aplinkos suvokimu. Taip pat išlieka išvaizdos, kūno svorio ir akių svarba. Atsiskleidžia glaudus kūno ir elgesio ryšys: svarbus rūpinimasis savo kūnu ir jo sveikata, siekis išvengti skausmo, o fizinis aktyvumas veikia ir išvaizdą, ir emocijas.

Be to, reikšmingą vaidmenį atlieka ir aplinkiniai: pasitelkiama jų pagalba, pasitenkinimą savo kūnu ir socialinę padėtį gali veikti visuomenėje paplitę stereotipai, o buvimas viešumoje gali kelti nesaugumo jausmą, dėl lengvai atpažįstamos negalios.

Raktiniai žodžiai: neregiai; aklumas; kūnas; kūno vaizdas.

Vyresnio amžiaus asmenų patiriamas smurtas artimoje aplinkoje: kaip turėtume reaguoti?

ELDER ABUSE IN THE DOMESTIC SETTING: HOW SHOULD WE RESPOND?

Prof. dr. Ilona Laurinaitytė

Vilniaus universitetas

Įvadas. Pripažįstama, kad smurtas prieš vyresnio amžiaus asmenis yra aktuali visuomenės sveikatos ir žmogaus teisių problema, kurios supratimui skiriama nepakankamai dėmesio (Pasaulio sveikatos organizacija, 2024). Įvairiose šalyse atliktų tyrimų duomenys rodo, kad dažniausiai vyresni asmenys patiria smurtą iš šeimos narių ar artimųjų (Gaioli & Rodrigues, 2008; Giezek et al., 2017), o tai, savo ruožtu, sukelia eilę neigiamų pasekmių aukų fizinei ir psichikos sveikatai, socialiniam funkcionavimui bei gyvenimo kokybei. Šio pranešimo tikslas – išanalizuoti Lietuvoje smurtą artimoje aplinkoje patiriančių vyresnio amžiaus asmenų ypatumus bei nustatyti didžiausius smurto rizikos veiksnius.

Metodai. Pirminę tyrimo duomenų bazę sudarė 6047 pranešimai policijai dėl smurto artimoje aplinkoje prieš vyresnius asmenis (vidutinis amžius 73,5 m., SD = 7,1, amžiaus ribos 65–98 m.), siekiant prevencinės priemonės – apsaugos nuo smurto orderio skyrimo. Papildomai buvo renkami įvairūs sociodemografiniai duomenys, informacija apie teises procedūras bei smurto rizikos veiksnius.

Rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad smurtas artimoje aplinkoje prieš vyresnio amžiaus asmenis yra reikšminga socialinė ir psichologinė problema, kuri dažniau paliečia moteris (79,3 proc.). Smurtaujantys asmenys paprastai buvo artimiausi šeimos nariai – vaikai ir anūkai (50,8 proc. atvejų) ar partneriai (28,5 proc.), o tai rodo stiprų tarpasmeninių santykių priklausomybės ryšių vaidmenį tiriamo reiškinio kontekste. Atitinkamai pavojų keliantys asmenys buvo statistiškai reikšmingai jaunesni ($M = 52$ m., $SD = 14$) už nukentėjusius ($p < 0,001$). Pagrindiniai smurto rizikos veiksniai, kuriuos įvardijo pavojų patiriantys asmenys, buvo smurtaujančio asmens apsvaigimas nuo psichotropinių medžiagų (65,7 proc.) ar priklausomybė nuo jų (62,1 proc.), taip pat baimė, jog prieš juos bus smurtaujama iš naujo (58,6 proc.) ar gyvenimas vienoje erdvėje (53,7 proc.). Psichologiniu požiūriu, tokios aplinkybės gali didinti vyresnio amžiaus žmonių pažeidžiamumą, kelti nesaugumo jausmą ir stresą, o tai gali neigiamai atsiliiepti jų psichikos sveikatai bei gyvenimo kokybei.

Išvados. Siekiant sumažinti vyresnio amžiaus žmonių patiriamo smurto mastą, būtina stiprinti ankstyvosios prevencijos priemones bei labiau koordinuoti paramos sistemas ir psichologinės pagalbos prieinamumą.

Raktiniai žodžiai: smurtas artimoje aplinkoje; vyresnio amžiaus asmenys; smurto rizikos veiksniai; smurto prevencija.

Lietuviškosios Adenbruko kognityvinio tyrimo versijos (ACE-III) kultūrinė adaptacija: kalbos domeno užduočių analizė

THE CULTURAL ADAPTATION OF LITHUANIAN VERSION OF ADENBROOKE'S COGNITIVE EXAMINATION (ACE-III): ANALYSIS OF LANGUAGE SUBDOMAIN TASKS

*Evelina Lavrinovičiūtė, doc. dr. Raimonda Petrolienė,
prof. dr. Aistė Pranckevičienė*

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Demencinių sutrikimų augimas kelia visuomenei ir sveikatos sistemai įvairių iššūkių, taip pat ir poreikį turėti instrumentus, kurie padėtų laiku atpažinti kognityvinių gebėjimų pokyčius (PSO, 2025). Adenbruko kognityvinis tyrimas (ACE-III) yra trumpa neuropsichologinė baterija, sukurta aptikti pažintinių gebėjimų mažėjimą (Mathuranath ir kt., 2000). Tačiau ACE-III adaptavimas kitose šalyse reikalauja kruopštaus vertimo ir kultūrinio pritaikymo, ypač atkreipiant dėmesį į elementus, kurie susiję su kalba (Mirza ir kt., 2017). Šio tyrimo tikslas – įvertinti lietuviškosios Adenbruko kognityvinio tyrimo versijos (ACE-III) kalbinių užduočių kultūrinės adaptacijos kokybę.

Metodai. Šiame tyrime buvo analizuojami normų sudarymo tyrimo bendrosios populiacijos imties 314 tyrimo dalyvių ACE-III protokolai (196 moterys, 118 vyrų; amžiaus vidurkis $67,08 \pm 12,57$; išsimokslinimo metais vidurkis $15,21 \pm 3,36$). Buvo tiriami kalbos domeno užduočių (instrukcijų supratimo, sakinių rašymo, žodžių pakartojimo, sakinių pakartojimo, paveikslėlių įvardijimo, paveikslėlių supratimo, žodžių skaitymo) atlikimo ypatumai užduočių elementų lygmeniu. Vidinis domeno suderintumas vertintas Cronbacho α ir McDonaldo ω koeficientais. Atskirų užduočių veikimas tirtas taikant IRT (Item Response Theory, užduoties atsako teorija) grįstą modelį.

Rezultatai. Aukščiausią balą kalbos domene gavo 43,6 proc. bendrosios populiacijos tyrimo dalyvių. Tarp skirtingų domeno užduočių nustatytos silpnos ir vidutinės teigiamos koreliacijos (Spirmeno ρ nuo 0,117, $p = 0,038$, iki 0,551, $p < 0,001$). Stebėtos sąsajos tarp atskirų užduočių atlikimo ir bendro ACE-III balo. Lietuviškosios ACE-III versijos McDonaldo $\omega_t = 0,80$ žymi gerą vidinį suderintumą. Taikant IRT modelį nustatyta, kad dauguma kalbos domeno užduočių pasižymi gera skiriamąja geba

ir tinkamu sunkumu, prastesnėmis savybėmis pasižymi sakinių rašymo užduotis, sakinių pakartojimo antroji patarlė ir paveikslėlių įvardijimo raganosio paveikslėlis.

Išvados. Lietuviškoji Adenbruko kognityvinio tyrimo (ACE-III) versija pasižymi tinkama kultūrine adaptacija ir vidiniu suderintumu. Tačiau tyrimo rezultatai atskleidžia ir keletą užduočių elementų, kuriuos galimai reikia peržiūrėti, siekiant didesnio kalbinių gebėjimų vertinimo tikslumo.

Raktiniai žodžiai: ACE-III; kultūrinė adaptacija; kalbinės užduotys; užduoties atsako teorija (IRT).

Ar šeima ir socialinė aplinka gali sumažinti paauglių patiriamus psichosomatinius nusiskundimus?

CAN FAMILY AND SOCIAL ENVIRONMENT REDUCE PSYCHOSOMATIC COMPLAINTS IN ADOLESCENTS?

Goda Levinskaitė, prof. dr. Kastytis Šmigelskas

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Tyrimo tikslas. Įvertinti kaip šeimos ir socialinė aplinka siejasi su paauglių somatiniais simptomais ir psichologiniais nusiskundimais.

Metodai. Analizė atlikta naudojant HBSC (angl. *Health Behaviour in School-aged Children*) tyrimo Lietuvoje duomenis. Tai tarptautinis vaikų gyvenamosios tyrimas, pagal vieningą metodiką vykdomas 50 šalių. Šis tyrimas padeda geriau pažinti jaunų žmonių gyvenimą, elgseną, fizinę ir psichinę sveikatą, sudaro galimybę kaupti bei vertinti duomenis. Lietuvoje tyrimas atliktas 2022 m., apklausti 6628 moksleiviai iš 5, 7, 9, 11 klasių. Šiame tyrime originalios atsakymų reikšmės buvo suskirstytos į dvi kategorijas – sveikesnę ir mažiau sveiką. Analizuoti kintamųjų sąsajas taikyta logistinė regresija.

Rezultatai. Pastebėta, kad mergaitės (OR = 3,32) ir vyresnių klasių (9 kl. OR = 2,02; 11 kl. OR = 2,00) moksleiviai dažniau nurodo psichosomatinius nusiskundimus. Dažniausiai somatinis skausmas patiria paaugliai, kurie gyvena nepalankioje šeimos ir socialinėje aplinkoje (OR = 3,07). Vertinant atskirai, palanki šeimos aplinka ir žemas socialinės aplinkos palaikymas prognozuoja du kartus dažnesnius somatinis nusiskundimus (OR = 1,99). Gyvenant palankioje socialinėje aplinkoje ir turint žemą šeimos palaikymą paaugliai somatinis simptomus patyrė du kartus dažniau (OR = 2,11). Analizuojant psichologinius nusiskundimus, pastebėta, kad paaugliai, kurie gyvena nepalankioje šeimos ir socialinėje aplinkoje juos patiria šešis kartus dažniau (OR = 6,05). Vertinant atskirai šeimos ir socialinę aplinką, matyti, kad palanki šeimos aplinka (šeimos aplinka palanki, socialinė nepalanki OR = 2,57; socialinė aplinka palanki, šeimos nepalanki OR = 3,53) šiek tiek stipriau apsaugo paauglius nuo psichologinių nusiskundimų patyrimo.

Išvados. Paauglys, kuris gyvena nepalankioje šeimos ir socialinėje aplinkoje turi didesnę tikimybę jausti psichosomatinis nusiskundimus nei turint tik vieną palaikančią aplinką. Vertinant atskirai šeimos ir socialinę aplinką, matyti, kad palanki šeimos aplinka šiek tiek stipriau apsaugo paauglius nuo psichosomatinis skausmų patyrimo.

Raktiniai žodžiai: šeima; socialinė aplinka; psichosomatika; paaugliai.

Sveikatos priežiūros specialistų emocinio intelekto, pasitenkinimo darbu ir profesinio perdegimo sąsajos

ASSOCIATIONS BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE, JOB SATISFACTION, AND OCCUPATIONAL BURNOUT AMONG HEALTH CARE PROFESSIONALS

Kamilė Lipnickaitė, dr. Jolanta Žilinskiene

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Sveikatos priežiūros specialistai kasdien susiduria su emociniu krūviu, kuris gali turėti įtakos jų pasitenkinimui darbu, profesiniam perdegimui ir bendrai psichologinei gerovei. Šio tyrimo metu siekiama išsiaiškinti, kaip emocinis intelektas yra susijęs su pasitenkinimu darbu ir profesiniu perdegimu sveikatos priežiūros sektoriuje. Sveikatos priežiūros specialistų perdegimas yra vis dažnesnė problema, lemianti ne tik asmenines, bet ir organizacines pasekmes – mažėjantį darbo efektyvumą ir pasitenkinimą darbu, didesnę darbuotojų kaitą ir pacientų priežiūros kokybės prastėjimą, o tai savo ruožtu atskleidžia šio tyrimo aktualumą. Emocinio intelekto ugdymas gali būti viena iš galimų strategijų perdegimo prevencijai. Tyrimo naujumas atsiskleidžia analizuojant emocinio intelekto vaidmenį sveikatos priežiūros specialistų perdegimo ir pasitenkinimo darbu kontekste. Nors šie veiksniai buvo nagrinėti atskirai, trijų kintamųjų tarpusavio sąsajos dar nėra pakankamai ištirtos. Šiame tyrime siekta išanalizuoti, kaip tarpusavyje yra susiję emocinio intelekto, profesinio perdegimo ir pasitenkinimo darbu veiksniai, bei atsižvelgti į praktinę reikšmę, siekiant pabrėžti emocinio intelekto ugdymo svarbą sveikatos priežiūros sektoriuje.

Metodai. Tyrime dalyvavo 307 sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys įvairiose Lietuvos gydymo įstaigose ir turintys ne mažesnę nei vienerių metų profesinę patirtį. Duomenys buvo renkami internetinės apklausos būdu, anketos nuorodą platinant įstaigų elektroniniais paštais. Rezultatų analizėje taikyti aprašomieji, dvimatės bei daugiamatės statistinės analizės metodai, siekiant įvertinti tyrimo kintamuosius bei jų tarpusavio ryšius.

Rezultatai. Atskleista, kad aukštesnis emocinis intelektas yra reikšmingai susijęs su didesniais pasitenkinimo darbu rodikliais ($r = 0,45$, $p < 0,001$) ir mažesniais profesinio perdegimo rodikliais ($r = -0,27$, $p < 0,001$). Atitinkamai, didesnis pasitenkinimas darbu reikšmingai siejasi su mažiau išreikštu profesiniu perdegimu ($r = -0,43$, $p < 0,001$). Emocinis intelektas yra reikšmingai susijęs su profesiniu perdegimu

netiesioginiu keliu per pasitenkinimą darbu ($\beta = -0,175$, $p < 0,001$). Pasitenkinimas darbu veikia kaip mediatorius tarp emocinio intelekto ir profesinio perdegimo.

Išvados. Aukštesnis emocinis intelektas siejasi su didesniu pasitenkinimu darbu ir mažesniu profesiniu perdegimu. Pasitenkinimas darbu veikia kaip svarbus mediatorius emocinio intelekto ir profesinio perdegimo sąsajoje.

Raktiniai žodžiai: emocinis intelektas; profesinis perdegimas.

Demencijos priežiūros gerinimas Lietuvoje: ankstyva diagnostika, integruota priežiūra ir skaitmeniniai sprendimai

IMPROVING DEMENTIA CARE IN LITHUANIA: EARLY DIAGNOSIS, INTEGRATED CARE PATHWAYS AND DIGITAL SOLUTIONS

**Prof. Dr. Ida Liseckienė, prof. dr. Jūratė Macijauskienė, dr. Greta Najūtė,
doc. dr. Lina Danusevičienė, prof. dr. Aistė Pranckevičienė,
doc. dr. Raimonda Petrolienė, dr. Birutė Bartkevičiūtė,
Eglė Rimavičienė, Silvija Valdonė Alšauskė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Ivadas. Demencija ir kitos neurodegeneracinės ligos yra viena pagrindinių negalios ir priklausomybės priežasčių vyresniame amžiuje bei reikšminga visuomenės sveikatos problema Europoje ir Lietuvoje. Projektas, įgyvendinamas kaip tarptautinės iniciatyvos Joint Actions Addressing Dementia and Health (JADE Health) dalis, siekia sistemškai stiprinti ankstyvą diagnostiką, optimizuoti paciento kelią po diagnozės ir diegti inovatyvius, į asmenį orientuotus priežiūros modelius.

Metodai. Pirmasis projektas orientuotas į ankstyvą neurokognityvinių sutrikimų atpažinimą pirminėje sveikatos priežiūroje. Bus vertinamas standartizuotų atrankos instrumentų (MoCA, GPCog) diagnostinis tikslumas rizikos grupėse bei rengiamos rekomendacijos šeimos gydytojams. Tai prisidės prie savalaikės diagnostikos gerinimo ir efektyvesnio pacientų nukreipimo specializuotai pagalbai.

Antrasis projektas skirtas demencijos sindromu sergančių asmenų ir jų globėjų integruotam priežiūros keliui po diagnozės nustatymo. Bus diegiamas struktūruotas stebėsenos modelis, organizuojami globėjų mokymai, vertinami gyvenimo kokybės, pasitenkinimo paslaugomis ir priežiūros naštos pokyčiai. Remiantis gautais duomenimis, bus parengtos įrodymais pagrįstos rekomendacijos paslaugų plėtrai Lietuvoje.

Trečiasis projektas nagrinėja skaitmeninių technologijų taikymą ankstyvose demencijos stadijose. Bus vertinamas nuotolinės fiziologinių rodiklių stebėsenos (kraujospūdis, fizinis aktyvumas, miegas ir kt.) priimtumas, klinikinė nauda ir poveikis ligos valdymui bei globėjų naštai.

Laukiami rezultatai. Projektų rezultatai turės mokslinę vertę diagnostinių strategijų, integruotos priežiūros modelių ir skaitmeninės sveikatos srityse bei praktinę reikšmę kuriant tvarią, į asmenį orientuotą demencijos priežiūros sistemą Lietuvoje. Ateityje numatoma plėsti modelių taikymą nacionaliniu mastu ir integruoti juos į sveikatos politikos sprendimus.

Raktiniai žodžiai: JADE; demencija; ankstyva diagnostika; kelias po diagnozės.

Darbo ir gyvenimo balansas: ar užtenka tik organizacijos siūlomos paramos?

WORK-LIFE BALANCE: IS ORGANIZATIONAL SUPPORT ALONE ENOUGH?

*Dokt. Justė Margevičienė, prof. dr. Jurgita Lazauskaitė-Zabielskė,
doc. dr. Ieva Urbanavičiūtė, dokt. Rita Jakštienė, doc. dr. Arūnas Žiedelis*

Vilniaus Universitetas

Ivadas. Remiantis politikos formuotojų tvirtinimu (Directive 2019/1158/EU) bei tyrimų duomenimis (Kossek et al., 2014), darbo ir gyvenimo balansas yra pagrindinė tvarios darbo jėgos ir asmens gerovės prielaida. Mokslinės diskusijos dažniausiai orientuojasi į tokius konstruktus kaip darbo ir šeimos konfliktas, praturtinimas ir susijusios sąvokos. Siekdami pažangos šioje srityje, tyrėjai stengiasi patikslinti darbo ir gyvenimo balanso apibrėžimą ir atskirti jį nuo panašių konstrukty (Casper ir kt., 2017). Wayne ir kt. (2021) pasiūlė naują, daugiamatę darbo ir gyvenimo balanso matavimo priemonę, apimančią įsitraukimo balanso, efektyvumo balanso ir emocinio balanso dimensijas. Pristatomo tyrimo tikslas – nustatyti darbo ir gyvenimo balansą prognozuojančius veiksnius ir išnagrinėti asmeninių išteklių, tokių kaip darbo ir gyvenimo balanso saviveiksmingumas (Chan ir kt., 2016), vaidmenį skirtingose balanso dimensijose.

Metodai. Tyrime dalyvavo 911 asmenys (74 proc. moterys, amžius $M=39$, $SD=12,68$). Prielaidoms patikrinti buvo taikoma moderacinė analizė. Naudotas SPSS 29 programinės įrangos paketas.

Rezultatai. Rezultatai parodė, kad darbo ir gyvenimo balanso saviveiksmingumas prognozuoja įsitraukimo balanso dimensiją. Taip pat darbo ir gyvenimo balanso saviveiksmingumas moderavo ryšį tarp vadovų ir organizacinės paramos bei efektyvumo balanso dimensijos. Vadovų parama darbo ir gyvenimo balansui bei darbo ir gyvenimo balansą palaikanti darbinė aplinka teigiamai prognozavo efektyvumo balanso dimensiją (bet ne emocinę ar įsitraukimo dimensijas) tik esant aukštam darbo ir gyvenimo balanso saviveiksmingumo lygiui.

Rezultatų aptarimas. Saviveiksmingumas veikia kaip katalizatorius, leidžiantis darbuotojams efektyviai pasinaudoti išorinėmis paramos sistemomis, tokiomis kaip vadovų parama ar organizacijų politikos (Chan ir kt., 2016). Nustatyta, kad efektyvumo dimensija yra jautri vadovų ir organizacinei paramai bei saviveiksmingumui. Ankstesni tyrimai taip pat pabrėžia efektyvumo svarbą darbo ir gyvenimo

balansui, ypač kalbant apie laiko planavimą, prioritetų nustatymą (Greenhaus & Powell, 2006).

Išvados. Rezultatai patvirtina prielaidą, kad parama darbo ir gyvenimo balansui gali prisidėti prie efektyvesnio profesinių ir asmeninių vaidmenų derinimo, tik tuomet kai patys darbuotojai jaučiasi pasitikintys savo gebėjimu reguliuoti darbo ir nedarbo sritis.

Raktiniai žodžiai: darbo ir gyvenimo balansas; darbo ir gyvenimo balanso savi-veiksmingumas; darbo ir gyvenimo balanso dimensijos.

Tėčiai šeimoje: kaip psichoedukacinė programa STEP stiprina tėčių psichologinį atsparumą?

FATHERS IN THE FAMILY: HOW DOES THE PSYCHOEDUCATIONAL PROGRAM STEP STRENGTHEN FATHERS' PSYCHOLOGICAL RESILIENCE?

Brigita Markevičiūtė, doc. dr. Jolita Jonynienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Ivadas. Psichologinis atsparumas yra savybė, padedanti žmogui spręsti sunkumus ir išlikti emociškai stabiliam. Tėvystėje tėčiai, kaip ir mamos, susiduria su iššūkiais. Norėdami juos spręsti ir stiprinti ryšį su vaiku, tėčiai įsitraukia į psichoedukacinę programą STEP, kuri padeda tobulinti vaikų auklėjimo įgūdžius ir jaustis emociškai stipresniems aukštų visuomenės lūkesčių kontekste. Mintys apie tėčių psichologinį atsparumą bus grindžiamos empirinio tyrimo rezultatais.

Metodai. Tyrimui pasirinktas kokybinės metodologijos dizainas. Jame dalyvavo 9 tėčiai, kurie baigė STEP programą. Tėčių amžius svyravo nuo 21 iki 45 metų. Duomenys buvo renkami pusiau struktūruoto interviu būdu 2021 m. gruodžio – 2022 m. sausio mėnesiais. Interviu atlikti gyvai ir nuotoliniu būdu, jų trukmė 38–80 min. Duomenis rinko viena tyrėja. Interviu buvo transkribuojami, vėliau analizuojami Colaizzi aprašomuoju fenomenologiniu metodu (1978).

Rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad STEP programoje dalyvavę tėčiai at rado bendrystę, įgytas žinias taikė bendraudami su vaiku. Išryškėjo šie pagarbaus auklėjimo metodai: aiškių taisyklių susitarimas, šeimos susirinkimas, vaiko drąsinimas prisiimti atsakomybę, pastangos paruošti vaiką savarankiškam gyvenimui, komandiškumas su partneriu, atidesnė savo elgesio analizė bei adekvatesnis reagavimas emociškai karštosiose situacijose. Tėčiai dalinosi apie artimą ryšį su vaiku – jie skatino vaiko atvirumą ir kartu užsiėmė veiklomis.

Išvados. Tyrime dalyvavę tėčiai kalbėjo apie asmen(yb)inius ir elgesio pokyčius šeimoje, glaudų ryšį su vaiku, kas leidžia kelti prielaidas apie jų sustiprėjusį atsparumą.

Pranešimas bus papildytas 2025–2026 m. STEP programoje dalyvavusių / dalyvaujančių tėčių mintimis, kas padeda jaustis tvirčiau tėvystėje. Bus pateikiamos rekomendacijos praktikams, kaip stiprinti tėčių psichologinį atsparumą.

Raktiniai žodžiai: kokybinis tyrimas; tėtis; tėvystė; psichologinis atsparumas; STEP programa.

Mokytojų, dirbančių nepalankaus socialinio ekonominio konteksto mokyklose, psichologinio atsparumo ypatumai

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF TEACHERS WORKING IN UNFAVORABLE SOCIO-ECONOMIC CONTEXTS SCHOOLS

Prof. dr. Loreta Bukšnytė-Marmienė

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Psichologinis atsparumas – tai darbuotojų gebėjimas panaudoti savo išteklius, kad sėkmingai prisitaikytų ir klestėtų besikeičiančioje darbo aplinkoje net susidūrus su iššūkiais ir sunkiomis aplinkybėmis (Näswall ir kt., 2015). Darbuotojo atsparumas yra ypač aktualus tokiaime kaip mokytojo darbe, kuris pilnas iššūkių, sudėtingų užduočių ir pokyčių. Mokytojams psichologinis atsparumas yra svarbus vidinis išteklius, padedantis kokybiškai atlikti darbą ir išlaikyti psichologinę gerovę. Tyrimai rodo, jog mokytojai, pasižymintys dideliu psichologiniu atsparumu, yra pozityvesni, labiau pasitikintys savimi, išreiškia daugiau optimizmo ir teigiamų emocijų, lengviau susidoroja su iššūkiais ir spaudimu darbe, greičiau atsigauna po nesėkmių ir padeda mokiniams sėkmingiau mokytis (Liu ir kt., 2021; Wang, 2021). Deja, vis dar mažai tyrimų, kuriuose būtų analizuojamas mokytojų, dirbančių nepalankaus socioekonominio konteksto mokyklose, psichologinis atsparumas.

Metodai. Siekiant užpildyti šią spragą, atlikome empirinį tyrimą, kurio tikslas – nustatyti mokytojų, dirbančių nepalankaus socioekonominio konteksto mokyklose, psichologinį atsparumą ir jo sąsajas su mokytojų sociodemografinėmis charakteristikomis. Tyrimas atliktas 23 mokyklose iš 9 savivaldybių, kurioms būdingas nepalankus socioekonominis kontekstas. Tyrime dalyvavo 311 mokytojų. Šiame kiekybiniame tyrime buvo naudota Darbuotojų atsparumo skalė (Näswall, Kuntz ir Malinen, 2015).

Rezultatai. Tyrimo rezultatai rodo, kad nepalankaus socioekonominio konteksto mokyklose dirbančių mokytojų psichologinis atsparumas yra aukštesnis nei vidutinė skalės vertė. Mokytojų atsparumas, palyginus jo išreikštumą skirtingo pedagoginio darbo stažo ir pareigų (pagrindinės, nepagrindinės) grupėse, reikšmingai nesiskyrė. Nustatyta, kad mokytojų, dirbančių nepalankaus socioekonominio konteksto mokyklose, psichologinis atsparumas yra statistiškai reikšmingai susijęs su jų pasitenkinimu darbu ir įsipareigojimu organizacijai.

Išvados. Remiantis rezultatais darome išvadą, kad mokytojų psichologinis atsparumas yra ne tik reikšmingas vidinis išteklius dirbant nepalankaus socioekonominio konteksto mokyklose, bet ir veiksnys, reikšmingai susijęs su mokytojų pasitenkinimu darbu ir įsipareigojimu organizacijai.

Raktiniai žodžiai: psichologinis atsparumas; mokytojai; nepalankus socioekonominis kontekstas.

Mobiliosios programėlės, skirtos paauglių probleminiam savęs atskleidimui nuotraukomis socialiniuose tinkluose mažinti, veiksmingumo įvertinimas

EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF A MOBILE APP TO REDUCE PROBLEMATIC PHOTO SELF-DISCLOSURE ON SOCIAL NETWORKING SITES AMONG ADOLESCENTS

**Prof. dr. Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė,
doc. dr. Viktorija Čepukienė, dr. Ugnė Paluckaitė**

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Savęs atskleidimas įvairaus turinio nuotraukomis socialiniuose tinkluose yra itin paplitusi 15–16 metų paauglių veikla, galinti sukelti neigiamų pasekmių, ypač dalinantis probleminio turinio nuotraukomis. Siekiant sumažinti tokį elgesį, buvo sukurta mobilioji programėlė „Safe-Photo-Share“ (SPS), pagrįsta individualizuotu grįžtamoju ryšiu ir sukurta remiantis prototipo-pasirengimo modeliu (PPM), kurio tinkamumas aiškinant paauglių rizikingą elgesį yra įrodytas. Šio pranešimo tikslas – įvertinti SPS trumpalaikį ir ilgalaikį veiksmingumą mažinant probleminį savęs atskleidimą nuotraukomis socialiniuose tinkluose.

Metodai. SPS – intervencija, orientuota į klaidingo suvokimo apie bendraamžių normas, susijusias su probleminio turinio nuotraukų dalinimusi, koregavimą. Intervencija truko dvi savaites ir apėmė kasdienį dalinimosi nuotraukomis fiksavimą bei dvi personalizuoto grįžtamojo ryšio žinutes, paremtas normatyviniais palyginimais. Programėlės vartotojų buvo prašoma pateikti duomenis apie probleminių nuotraukų dalinimosi dažnį ir skaičių socialiniuose tinkluose. Visi PPM komponentai (nuostatos, aprašomosios ir įsakomosios normos, prototipo panašumas ir mėgstamumas, ketinimas bei pasirengimas dalintis nuotraukomis) buvo vertinami tyrimo pradžioje (prieš intervenciją), po vieno mėnesio (trumpalaikis poveikis) ir po keturių mėnesių nuo pradinio įvertinimo (ilgalaikis poveikis). Bendrą imtį sudarė 598 paaugliai (63,7 proc. merginų, 34,4 proc. vaikinių ir 1,8 proc. asmenų, identifikuojančių save kaip nebinarinės lyties), visi 15–16 metų amžiaus, atsitiktinai priskirti eksperimentinei arba kontrolinei grupei; 154 eksperimentinės grupės paaugliai pradėjo naudoti SPS. Antrajame vertinime dalyvavo 54 eksperimentinės ir 88 kontrolinės grupės paaugliai, trečiajame – 36 eksperimentinės ir 48 kontrolinės. Reikšmingų

pradinių skirtumų tarp grupių nenustatyta, o naudotų klausimynų vidinis suderinamumas buvo pakankamas statistinei analizei.

Rezultatai. Vertinant trumpalaikį poveikį, eksperimentinėje grupėje reikšmingesnis pokytis nustatytas tik nuostatų į malonumą atsiskleisti probleminio turinio nuotraukomis komponente. Ilgalaikio vertinimo metu eksperimentinėje grupėje, lyginant su kontroline, reikšmingai sumažėjo probleminių nuotraukų dalinimosi skaičius, aprašomosios normos, pasirengimas bei nuostatos dalintis tokio tipo nuotraukomis. Efekto dydžiai buvo vidutiniai.

Išvados. Rezultatai rodo, kad PPM ir individualizuotu grįžtamuju ryšiu paremta programėlė SPS yra veiksminga keičiant probleminį paauglių savęs atskleidimą nuotraukomis paaiškinančius kognityvinius komponentus ir elgesį ilgalaikėje perspektyvoje.

Tyrimas finansuojamas Lietuvos mokslo tarybos (LMTLT), sutarties Nr. S-MIP-23-16.

Raktiniai žodžiai: probleminis savęs atskleidimas nuotraukomis; prototipo-pasirengimo modelis; paaugliai; Safe Photo Share.

Individualių, šeimos ir konteksto veiksnių reikšmė mobiliosios programėlės, skirtos paauglių probleminiam atsiskleidimui nuotraukomis mažinti, veiksmingumui

THE IMPORTANCE OF INDIVIDUAL, FAMILY, AND CONTEXTUAL FACTORS FOR THE EFFECTIVENESS OF A MOBILE APP REDUCING ADOLESCENTS' PROBLEMATIC SELF-DISCLOSURE

**Prof. dr. Kristina Žardeckaitė-Matulaitienė,
doc. dr. Viktorija Čepukienė, dr. Ugnė Paluckaitė**

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Netinkamas paauglių elgesys socialiniuose tinkluose gali sukelti įvairių neigiamų pasekmių, įskaitant patyčias elektroninėje erdvėje ar jautrios asmeninės informacijos atskleidimą. Viena iš dažniausių tokio elgesio formų yra dalinimasis probleminio turinio nuotraukomis. Siekiant efektyviai mažinti šį elgesį, svarbu kurti ir empiriškai tikrinti teorinėmis prielaidomis pagrįstas, paaugliams pritaikytas intervencijas, atsižvelgiant į veiksnius, susijusius su didesniu įsitraukimu į rizikingą elgesį internete. Šio pranešimo tikslas – įvertinti, ar ir kokie individualūs (narcisizmas, savi-kontrolė), šeimos (suvokiama tėvų mediacija ir suvokiama tėvų tarpusavio konfliktai) bei socialinių tinklų naudojimo konteksto (laikas socialiniuose tinkluose ir draugų skaičius) veiksniai siejasi su „Safe Photo Share“ (SPS) – mobiliosios programėlės, skirtos mažinti 15–16 metų paauglių probleminį savęs atskleidimą nuotraukomis, veiksmingumu.

Metodai. SPS veiksmingumas buvo vertinamas atsitiktinių imčių eksperimento metu, taikant vertinimus prieš intervenciją, po vieno mėnesio ir po keturių mėnesių. Tyrime dalyvavo 598 15–16 metų paaugliai (63,7 proc. merginų, 34,4 proc. vaikinių ir 1,8 proc. nebinarinės lyties asmenų), kurie per pastarąją savaitę buvo pasidalinę bent viena problemine nuotrauka. Dalyviai atsitiktinai priskirti eksperimentinei arba kontrolinei grupei; 154 eksperimentinės grupės paaugliai pradėjo naudoti SPS. Pradiniam vertinime buvo įvertinti individualūs, šeimos ir socialinių tinklų naudojimo veiksniai. Antrajame vertinime dalyvavo 54 eksperimentinės ir 88 kontrolinės grupės paaugliai, trečiajame – 36 ir 48 atitinkamai. Visų naudotų klausimynų vidinis suderinamumas buvo tinkamas statistinei analizei. Individualių, šeimos bei socialinių

tinklų naudojimo veiksmų reikšmė SPS veiksmingumui buvo įvertinta taikant tiesinę hierarchinę regresinę analizę.

Rezultatai. Socialinių tinklų naudojimo konteksto veiksniai nebuvo reikšmingai susiję su SPS trumpalaikiu ar ilgalaikiu veiksmingumu. Didesnė paauglio savikontrolė buvo susijusi su didesniu nuostatų į malonumą atsiskleisti probleminio turinio nuotraukomis sumažėjimu trumpuoju laikotarpiu, o labiau išreikštas narcisizmas – su mažesniu probleminių nuotraukų skaičiaus sumažėjimu ilgalaikėje perspektyvoje. Iš šeimos veiksmų tik suvokiama ribojanti tėvų mediacija buvo susijusi su mažesniu nuostatų ir elgesio pokyčiu ilgalaikio vertinimo metu. Atskiros veiksmų grupės prisidėjo nuo 2 iki 18 proc. geresnio prognozuojamo veiksmingumo rodiklio pokyčio paaiškinimo.

Išvados. SPS veiksmingumui reikšmingi tiek paauglio individualūs bruožai, tiek šeimos konteksto veiksniai, todėl intervencijų plėtojime tikslinga numatyti darbą su tėvais ir atsižvelgti į paauglio asmenybės ypatumus.

Tyrimas finansuojamas Lietuvos mokslo tarybos (LMTLT), sutarties Nr. S-MIP-23-16.

Raktiniai žodžiai: probleminis savęs atskleidimas nuotraukomis; tėvų mediacija; narcisizmas; savikontrolė.

Socialinių–emocinių kompetencijų ugdymo programos „SocLab’as: seku“ veiksmingumas: pirmieji rezultatai

EFFECTIVENESS OF THE SOCIAL-EMOTIONAL LEARNING PROGRAM “SOCLAB: SEKU” INITIAL RESULTS

*Dr. Jurga Misiūnienė, dr. Tadas Vadvilavičius, doc. dr. Aurelija Stelmokienė,
dr. Giedrė Genevičiūtė-Janonė, doc. dr. Kristina Kovalčikienė*

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Gausybė atliktų tyrimų atskleidžia socialinių–emocinių kompetencijų svarbą jauno žmogaus gyvenime, pavyzdžiui, turintys aukštas socialines–emocines kompetencijas pasižymi didesne psichologine gerove, rečiau rizikingai elgiasi ir pan. Nors socialinių–emocinių kompetencijų ugdymo tema yra itin populiari užsienyje, Lietuvoje trūksta tyrimų apie šių kompetencijų ugdymo programas ir jų veiksmingumą. Šio pranešimo tikslas – pristatyti pirmuosius Lietuvoje įgyvendinamos socialinių–emocinių kompetencijų ugdymo programos „SocLab’as: seku“ veiksmingumo rodiklius.

Metodika. Socialinių–emocinių kompetencijų programą „SocLab’as: seku“ sudaro 10 kas savaitinių susitikimų, kurių trukmė 90 min. (kiekvienai kompetencijai – savimonei, savitvardai, socialiniam sąmoningumui, tarpasmeniniams santykiams ir atsakingam sprendimų priėmimui – ugdyti skirta po du susitikimus). Tyrime dalyvavo dviejų Kauno gimnazijų 9–10 klasių mokiniai (po 2 klases iš kiekvienos mokyklos). Po vieną mokyklos klasę (eksperimentinę) programoje dalyvavo rudens semestru, o kitos klasės, po vieną iš mokyklos, programoje dalyvauja pavasario semestru (laukiančioji grupė). Analizei panaudoti 66 mokinių (vid. amžius – 15,45 (SD = 0,57), 43,9 proc. moterys), kurie dalyvavo matavimuose prieš ir po intervencijos, rezultatai. Veiksmingumo vertinimui naudotos metodikos: Emocinio intelekto testo EI-DARL (Lekavičienė ir Antinienė, 2014, 2015) Emocinių socialinių ir tarpasmeninių situacijų skalė ir Socialinių–emocinių kompetencijų klausimynas (Zhou, Ee, 2012).

Rezultatai. Rezultatai atskleidė, jog Emocinių socialinių ir tarpasmeninių situacijų skalės įverčių pokytis nebuvo reikšmingas ir nesiskyrė tarp grupių (grupė x laikas; $F(1, 56) = 0,00$, $p = 0,96$, $\eta_p^2 = 0,00$). Tarpasmeninių santykių kompetencijos rezultatai eksperimentinėje ir laukiančiojoje grupėse keitėsi skirtingai (grupė x laikas; $F(1, 57) = 7,42$, $p < 0,01$, $\eta_p^2 = 0,12$). Rezultatai atskleidžia, jog dalyvavimas programoje turėjo teigiamos reikšmės dalyvių tarpasmeninių santykių kompetencijos pokyčiams, kadangi pastarieji po intervencijos buvo didesni eksperimentinėje grupėje.

Tuo tarpu laukiančiosios grupės tarpasmeninių santykių įvertis tapo mažesnis. Kitų reikšmingų skirtumų nenustatyta.

Išvados. Dalyvavimas socialinių–emocinių kompetencijų lavinimo programos užsiėmimuose reikšmingai didina subjektyviai suvokiamą gebėjimą užmegzti ir išlaikyti tarpasmeninius santykius, bet gebėjimas pritaikyti žinias sprendžiant hipotetines praktines situacijas, reikalaujančias socialinių–emocinių kompetencijų, nesikeičia. Svarbu pažymėti, jog tai tik pirmieji vykdomo tyrimo rezultatai ir reikalinga tolimesnė išsamesnė rezultatų analizė.

Raktiniai žodžiai: socialinės–emocinės kompetencijos; intervencija; eksperimentas; veiksmingumas.

Perfekcionizmu pasižyminčių studentų subjektyvaus gyvybingumo stiprinimas taikant trumpas dėmesingo įsisąmoninimo ir atjautos sau intervencijas

ENHANCING THE SUBJECTIVE VITALITY OF STUDENTS WITH PERFECTIONISTIC TRAITS THROUGH BRIEF MINDFULNESS AND SELF-COMPASSION INTERVENTIONS

Emilija Petraitytė

Valakupių Reabilitacijos Centras

Ivadas. Kaip rodo moksliniai tyrimai, daugėja perfekcionistinių tendencijų, ypač tarp studentų, o tai yra rizikos veiksnys jų gerovei. Studijuojant itin svarbus subjektyvus gyvybingumas – energingumo ir gyvumo pojūtis, padedantis išlaikyti motyvaciją, įveikti akademinius iššūkius ir kryptingai siekti tikslų.

Perfekcionizmas, ypač neadaptivus, gali gyvybingumą silpninti, nes siejasi su didesne savikritika ir bazinių psichologinių poreikių frustracija. Dėmesingas įsisąmoninimas ir atjauta sau gali būti laikomi adaptyviomis įveikos strategijomis, nes padeda patenkinti autonomijos, kompetencijos ir susietumo poreikius, stiprina subjektyvų gyvybingumą ir švelnina neigiamas perfekcionizmo pasekmes. Tad šio tyrimo tikslas buvo išsiaiškinti, ar trumpos dėmesingumo ir atjautos sau intervencijos gali padidinti perfekcionizmu pasižyminčių studentų subjektyvų gyvybingumą bei bazinių psichologinių poreikių patenkinimą.

Metodai. Tyrime dalyvavo 108 studentai nuo 18 iki 44 metų, iš jų 80,6 proc. buvo moterys.

Atliktas eksperimentinis tyrimas. Registracijos į tyrimą metu dalyviai užpildė Beveik tobulą skalę (pataisytą versiją). Tyrimo pradžioje dalyviai atliko loginės ir matematines užduotis, kurioms buvo parinktas per trumpos laiko, taip buvo siekta sukelti lūkesčių neatitikimo patirtį. Po to jie įvertino savo savijautą užpildydami Sukaupto dėmesio ir įsisąmoninimo skalę (būsenos versiją), Būsenos atjautos sau skalę (trumpąją versiją), Subjektyvaus gyvybingumo skalę (būsenos versiją) ir Bazinių psichologinių poreikių patenkinimo skalę.

Toliau, priklausomai nuo eksperimentinės grupės (atjautos sau arba dėmesingo įsisąmoninimo) ar kontrolinės grupės (autogeninė treniruotė) į kurią papuolė, dalyviai individualiai išklausė trumpą autogeninės treniruotės, dėmesingo

įsisąmoninimo meditacijos arba atjautos sau meditacijos įrašą, o tuomet dar kartą užpildė tas pačias skales. Duomenys analizuoti lyginant pakartotinių matavimų vidurkius. Ryškiausias poveikis pasireiškė neadaptivių perfekcionistų grupėje: po autogeninės treniruotės reikšmingai pagerėjo beveik visi vertinti rodikliai, išskyrus dėmesingumą. Adaptivių perfekcionistų grupėje pokyčius sukėlė tik atjautos sau meditacija – padidino atjautą sau, nors sumažino dėmesingumą.

Rezultatai. Tyrimo rezultatai pagrindžia perfekcionizmo nevienalytiškumą bei skirtingus poreikius.

Išvados. Šie duomenys yra svarbūs tiek tolimesniems tyrimams, nagrinėjantiems efektyvias įveikos strategijas ir ilgalaikį jų poveikį, tiek praktinėje veikloje skatinant studentų gerovę, pritaikant pagalbos priemones pagal perfekcionizmo tipą.

Raktiniai žodžiai: perfekcionizmas; gyvybingumas; atjauta sau; dėmesingumas.

Naujas įrankis psichologui reabilitacijoje: metodinės priemonės pristatymas

A NEW INSTRUMENT FOR PSYCHOLOGISTS IN REHABILITATION: PRESENTATION OF METHODOLOGICAL TOOLS

**Dr. Jovita Janavičiūtė-Pužauskė^{1,3}, doc. dr. Raimonda Petrolienė²,
dr. Loreta Zajančkauskaitė-Staskevičienė¹, prof. dr. Liuda Šinkariova¹**

¹Vytauto Didžiojo universitetas; ²Lietuvos sveikatos mokslų universitetas;

³Abromiškių reabilitacijos ligoninė

Įvadas. Šiuolaikinės technologijos, ypač virtualios realybės (VR) sistemos, atveria naujas galimybes neuroreabilitacijoje. VR integracija į reabilitaciją gali reikšmingai gerinti kognityvinių funkcijų atkūrimą, aktyvuodama neuroplastiškumą, stiprinama neuroninius tinklus, susijusius su dėmesiu ir atmintimi (Aminov et al., 2024; Drigas & Sideraki, 2024). Interaktyvios, multisensorinė stimuliacija pasižyminčios užduotys, didina paciento motyvaciją, o grįžtamasis ryšys leidžia tiksliau stebėti pažangą bei individualizuoti paslaugas.

Metodika. VDU mokslininkų vykdyto LMT projekto Nr. S-MIP-23-137 „Insultą patyrusių pacientų kognityvinių funkcijų gerėjimą lemiančių veiksnių sąveikos ir jų reikšmė sveikimui taikant virtualios realybės metodą“ (vadovė prof. dr. L. Šinkariova) metu sukurta originali metodika, kurią nemokamai galės naudoti psichologai, dirbantys kognityvinių, vykdomųjų funkcijų atstatymo srityse.

Rezultatai. Metodika remiasi prarastų funkcijų atkūrimo principais ir neuroplastiškumo procesais, tačiau gali būti pritaikoma ir ugdant kompensacines strategijas. Užduotys orientuotos į dėmesio ir atminties funkcijų gerinimą, bet veiksmingumo tyrimas insultą patyrusių pacientų grupėje parodė, kad poveikis pasireiškia ir kitoms, specifiškai nelavintoms, kognityvinėms funkcijoms, pvz., erdviniams gebėjimams. Pacientų, kurie reabilitacijos metu greta įprastų procedūrų atliko užduotis VR aplinkoje (tiek imersinėje – su VR akiniais, tiek neimersinėje – planšetėje), kognityvinės funkcijos gerėjo labiau nei kontrolinės grupės pacientų, gavusių tik įprastas reabilitacijos procedūras. Į skirtingas VR aplinkas integruotos tos pačios užduotys turi nevienodą poveikį kognityvinėms funkcijoms.

Pranešime bus plačiau pristatoma metodinė priemonė, atskleidžiant instrukcijas, papasakojant apie taikymo procedūrą, taikymo indikacijas ir kontraindikacijas. Taip pat bus aptariamas šių priemonių pritaikymas ir pasidalinta nuoroda į metodinį leidinį bei prieiga prie užduočių.

Išvados. Tikimasi, kad projekto metu sukurti ir empiriškai patvirtinti dėmesio ir atminties lavinimo metodai VR aplinkoje bus naudingi sveikatos priežiūros specialistams, rengiant įrodymais grįstas neuroreabilitacijos programas ir gerinant reabilitacijos paslaugų kokybę.

Raktiniai žodžiai: reabilitacija; virtuali realybė; kognityvinės funkcijos.

Keletas suvokiamą lyčių lygybės svarbą paaiškinančių kintamųjų: žvalgomasis tyrimas Lietuvos gyventojų imtyje

A FEW PREDICTORS OF GENDER EQUALITY SALIENCE: AN EXPLORATORY STUDY AMONG LITHUANIANS

**Domas Ramanauskas, Monika Kubiliūtė,
dr. Tadas Vadvilavičius**

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Lyčių lygybė laikoma svarbia vertybe demokratinėse valstybėse, tačiau visuomenės narių požiūris į jos svarbą ir prioritetizavimą reikšmingai skiriasi (Möhring & Teney, 2019). Lyčių lygybės svarba (angl. *gender equality salience*, GES) apibrėžiama kaip laipsnis, kuriuo asmenys teikia prioritetą lygioms moterų ir vyrų teisėms bei galimybėms (Möhring & Teney, 2019). Lietuvos šeimose, nepaisant deklaruojamų egalitarinių vertybių, vis dar išlieka tradiciniai lyčių vaidmenys, kur moterys dažniau prisiima didesnę priežiūros ir namų ūkio darbų naštą (Ambrazevičiūtė, 2022; Vilkė, 2024). Tai rodo, kad lyčių lygybės nuostatų formavimuisi svarbi tiek šeimos aplinka, tiek platesni sociodemografiniai veiksniai (Kohútová et al., 2020; Yang et al., 2021). Todėl svarbu geriau suprasti, kokie veiksniai yra susiję su lyčių lygybės svarbos vertinimu Lietuvos visuomenėje.

Metodai. Šio pranešimo tikslas – įvertinti, kurie sociodemografiniai veiksniai prognozuoja GES Lietuvoje, remiantis Europos socialinio tyrimo 11-osios bangos (2023–2024) duomenimis. Analizuota reprezentatyvi 18–90 m. Lietuvos imtis (N = 967). GES kintamasis sudarytas iš keturių teiginių (0–6 balų Likerto skalės), apimančių šeimos gyvenimą, politinę lyderystę, aukštesnes vadovavimo pozicijas versle ir vienodą atlyginimą ($\alpha = 0,82$). Įtraukti numatytieji kintamieji: amžius, lytis, išsilavinimas (metais), namų ūkio dydis, namų ūkio pajamų decilis ir pagrindinis pajamų šaltinis (samdomas darbas, individuali veikla ir kiti šaltiniai). Tiesinės regresijos modelis buvo statistiškai reikšmingas ir paaiškino 7 proc. GES dispersijos.

Rezultatai. Rezultatai rodo, kad didesnės pajamos ir aukštesnis išsilavinimas yra stipriausi teigiami GES numatytieji kintamieji, o amžius ir didesnis namų ūkio dydis – silpni, bet statistiškai reikšmingi neigiami numatytieji kintamieji. Lytis, kontroliuojant kitus veiksnius, su GES reikšmingai nesusijusi. ANOVA parodė reikšmingą pajamų šaltinio poveikį. Savarankiškai dirbantys asmenys pasižymi reikšmingai aukštesniu

GES ($M = 4,65$, $SD = 1,14$) nei samdomi darbuotojai ($M = 4,26$, $SD = 1,23$) ar kitus pajamų šaltinius turintys respondentai ($M = 4,13$, $SD = 1,17$).

Išvados. Aptariama, kaip ekonominis saugumas ir finansinė autonomija gali būti susiję su lyčių lygybės svarbos akcentavimu bei siūlomos tolesnių tyrimų kryptys.

Raktiniai žodžiai: suvokiama lyčių lygybės svarba; Europos socialinis tyrimas (EST); lyčių lygybė.

Vaikystėje sirgusių onkologine liga (jaunų) suaugusių moterų ligos patirties įprasminimas

MEANING-MAKING OF ILLNESS EXPERIENCES AMONG YOUNG ADULT SURVIVORS OF CHILDHOOD CANCER

Beatričė Ramanauskaitė, doc. dr. Irina Baniienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Kasmet Lietuvoje apie 80 vaikų išgirsta onkologinės ligos diagnozę. Nors šiuolaikinė medicina užtikrina vis aukštesnius išgyvenamumo rodiklius, vaikystėje patirta onkologinė liga ir jos gydymas gali turėti ilgalaikių psichosocialinių pasekmių suaugusio žmogaus gyvenime. Tarptautinėje ir Lietuvos mokslinėje literatūroje daugiausia dėmesio skiriama vyresnio amžiaus pacientų patirtims, o vaikystėje sirgusių asmenų ligos patirties įprasminimas išlieka menkai tyrinėtas. Šio tyrimo tikslas – atskleisti ir aprašyti vaikystėje sirgusių onkologine liga jaunų suaugusiųjų ligos patirties įprasminimą ir atsakyti į klausimą, kaip jauni suaugusieji, vaikystėje sirgę onkologine liga, apibrėžia ir konstruoja savo ligos patirties prasmę šiandien?

Metodai. Tyrimui atlikti pasirinkta kokybinė strategija. Tyrimo dalyviai ($n = 6$) – jaunos suaugusiosios moterys (18–29 m.), nuo 6 iki 18 m. amžiaus sirgo onkologine liga ir šiuo metu yra pasveikusios. Duomenys rinkti 2025 m. rugpjūčio–rugsėjo mėnesiais, taikant giluminius interviu. Tyrimas grindžiamas fenomenologine paradigma, remiantis Edmund Husserl fenomenologinės filosofijos principais. Duomenų analizė atlikta taikant Amedeo P. Giorgi fenomenologinį–psichologinį analizės metodą.

Rezultatai. Vaikystėje patirta onkologinė liga jaunų suaugusiųjų įprasminama kaip esminis egzistencinis lūžis, padalijantis gyvenimą į patirtį „iki“ ir „po“ bei lemiantis vertybių, brandos ir santykio su gyvenimo laikinumu kaitą. Liga išlieka įkūnyta patirtis – kūnas tampa ligos atminties nešėju, keliančiu nesaugumą, išryškinančiu kitoniškumą ir naujas fizines ribas. Gyvenime „po“ dalyvės siekia su-sigrąžinti įprastą savastį – atkurti socialinį priklausymą, išbandyti savo galimybes ir stiprinti autonomiją, o svarbiausia emociškai atrama tampa šeima. Ilgainiui ligos patirtis integruojama į tapatybę ir transformuojama į tęstinę prasmę, neretai pasireiškiančią siekiu padėti panašią patirtį išgyvenantiems žmonėms.

Rezultatų aptarimas. Šio tyrimo rezultatai patvirtina ir papildo ankstesnių tyrimų duomenis, rodančius, kad vaikystėje patirta onkologinė liga gali turėti ilgalaikį poveikį asmens tapatybės formavimuisi bei išryškina kryptingos psichosocialinės pagalbos svarbą tiek vaikystėje, tiek vėlesniuose asmens raidos etapuose.

Išvados. Vaikystėje patirta onkologinė liga jaunų suaugusiųjų įprasminama kaip ankstyvas egzistencinis tapatybės lūžis, keičiantis savęs, kūno ir gyvenimo trapumo suvokimą. Ligos patirtis išlieka įkūnyta ir veikia pastangas sugrįžti į „įprastą“ gyvenimą, kartu stiprinant autonomijos paieškas bei artimųjų, ypač šeimos, reikšmę. Ilgainiui ši patirtis integruojama į asmens tapatybę ir transformuojama į prasmingą gyvenimo kryptį, dažnai pasireiškiančią rūpesčiu kitais.

Raktiniai žodžiai: onkologinės ligos patirties įprasminimas; vaikystės onkologinė liga; jauni suaugusieji; fenomenologinis tyrimas.

Ikimokyklinio ugdymo mokytojų pasitenkinimo profesija ir socialinių – emocinių kompetencijų reikšmė pasitenkinimui darbo aplinka

THE ROLE OF PRESCHOOL TEACHERS' JOB SATISFACTION WITH THE PROFESSION AND SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCE IN JOB SATISFACTION WITH THE CURRENT WORKING ENVIRONMENT

**Dr. Jevgenij Razgulin, dr. Šarūnė Magelinskaitė-Legkauskienė,
prof. dr. Dalia Antinienė, prof. dr. Liudmila Dulksnienė,
prof. dr. Giedrė Širvinskienė**

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Ivadas. Ikimokyklinis ugdymas vis labiau susiduria su pedagogų trūkumo ir kaitos iššūkiais. Remiantis NŠA Pedagogų poreikio prognoze (Jakštas ir Venckutė-Jakštė, 2025), 2026–2031 m. pedagoginį darbą turėtų palikti apie 4700 ikimokyklinio ugdymo pedagogų. Situaciją komplikuoja daugiau nei trečdalis jaunų specialistų pasitraukimas iš profesijos ir artėjantis didelės pedagogų dalies pensinis amžius. Todėl tyrime siekiama atsižvelgti ne į išorinius darbo aplinkos veiksnius, bet į pedagogų asmeninius profesinius resursus, ypač socialines–emocines kompetencijas, galinčias būti svarbias pasitenkinimui profesija, darbo aplinka ir išlikimui švietimo sistemoje.

Metodai. Tyrime dalyvavo 89 ikimokyklinio ugdymo pedagogai. Tyrimas vykdytas dešimtyje ikimokyklinį ugdymą vykdančių įstaigų, esančių skirtinguose Lietuvos regionuose. Mokytojų pasitenkinimas profesija ir darbo aplinka vertintas OECD parengtomis skalėmis „Pasitenkinimas mokytojo profesija“ ir „Pasitenkinimas esama darbo aplinka“ (Viac & Fraser, 2020). Mokytojų socialinės–emocinės kompetencijos matuotos Daugiamačiu mokytojų socialinių–emocinių kompetencijų vertinimo instrumentu (Lee ir kt., 2025).

Rezultatai. Ikimokyklinių įstaigų mokytojai geriausiai vertina socialinio sąmoningumo lygybei ir įtraukčiai gebėjimą ($M = 5,56$, $SD = 0,52$). Prasčiausiai – emocijų valdymo gebėjimus ($M = 4,66$, $SD = 0,63$). Sudarytas pasitenkinimo esama darbo aplinka daugiaveiksnis tiesinės regresijos modelis atskleidė, kad pasitenkinimas profesija buvo reikšmingiausias veiksnys pasitenkinimui esama darbo aplinka ($\beta = 0,49$, $p < 0,001$). Santykių kūrimo gebėjimai taip pat buvo svarbus veiksnys pasitenkinimui darbo aplinka ($\beta = 0,29$, $p = 0,011$). Kiti veiksniai, tokie kaip pasitenkinimas darbu,

atsakingų sprendimų priėmimo gebėjimas, socialinis sąmoningumas mokinių gero-
vei nebuvo reikšmingi numatant mokytojų pasitenkinimą esama darbo aplinka.

Išvados. Rezultatai rodo, kad pedagogų pasitenkinimui darbo aplinka svarbiausi yra pasitenkinimas profesija ir santykių kompetencijos, o kiti kompetencijų aspektai gali veikti netiesiogiai. Norint spręsti ikimokyklinio ugdymo pedagogų trūkumo problemą, svarbu investuoti į pedagogų asmeninius gebėjimų vystymą.

Tyrimą finansuoja. Šis tyrimas Nr. P-EDU-23-22 vykdomas įgyvendinant ES finansuojamą projektą „Edukacinių tyrimų proveržis“ (Nr. 10-044-P-0001), administruojamą LMT pagal 2025 m. balandžio 1 d. projekto finansavimo sutartį su LSMU.

Raktiniai žodžiai: mokytojų pasitenkinimas profesija; pasitenkinimas darbo aplinka; socialinės–emocinės kompetencijos; Ikimokyklinis ugdymas.

Tėvų pavyzdys ir (ar) draugų pritarimas? Socialinių normų vaidmuo paauglių rizikingam elgesiui kelyje

THE EXAMPLE SET BY PARENTS AND / OR APPROVAL FROM FRIENDS? THE ROLE OF SOCIAL NORMS IN RISKY BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS ON THE ROAD

Goda Skinkytė, dr. Rasa Markšaitytė

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Paauglystė žymima dažnesnio įsitraukimo į rizikingą elgesį, įskaitant rizikingą elgesį kelyje (pvz., Johnston et al., 2020). Eismo įvykiai išlieka viena pagrindinių jaunų asmenų mirtingumo priežasčių pasaulyje (Pasaulio Sveikatos Organizacija, 2024), o Lietuvoje paaugliai kasmet sudaro reikšmingą eismo įvykių dalyvių dalį (Transporto kompetencijų agentūra, 2025). Atsižvelgiant į paaugliams būdingą jautrumą socialinei įtakai, siekiant suprasti rizikingą elgesį kelyje, vis daugiau dėmesio skiriama socialiniam kontekstui (pvz., Suleiman & Dahl, 2017). Dėl siekiamo autonomiškumo, tėvų vaidmuo paauglystėje silpnėja, bet išlieka reikšmingas, o bendraamžių pritarimo reikšmė sprendimams bei elgesiui stiprėja. Vis dėlto šių referentinių grupių tarpusavio sąveikos mechanizmas išlieka neaiškus. Todėl šiame tyrime siekiama įvertinti subjektyviai suvokiamų draugų įsakomųjų normų apie rizikingą elgesį kelyje vaidmenį aiškinant sąsają tarp subjektyviai suvokiamų tėvų socialinių normų bei rizikingo elgesio kelyje.

Metodai. Kiekybiniame tyrime dalyvavo 887 paaugliai ($M = 16,24$; $SN = 0,45$). Rizikingas elgesys vertintas naudojant Vairuotojų elgesio klausimyno pažeidimų poskalę (Parker et al., 1995; Stelmokienė et al., 2013) (motorinių transporto priemonių vairavimas) bei modifikuotą Rizikingo dviračių vairavimo skalę (Useche et al., 2018; Useche et al., 2022) (dviračių / elektrinių paspirtukų vairavimas). Tėvų aprašomosios bei draugų įsakomosios socialinės normos buvo vertintos teiginiais, parengtais remiantis Socialinių normų teorija.

Rezultatai. Tėvų aprašomosios ir bendraamžių įsakomosios normos reikšmingai prognozuoja įsitraukimą į rizikingą elgesį kelyje, kontroliuojant lytį. Tačiau bendraamžių įsakomosios socialinės normos nesąlygojo sąsajos tarp tėvų aprašomųjų normų bei rizikingo elgesio kelyje pokyčio.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Subjektyviai suvokiamos bendraamžių įsakomosios normos nepaaiškino ryšio tarp tėvų aprašomųjų normų bei rizikingo elgesio kelyje. Tačiau tiek tėvų, tiek bendraamžių socialinės normos buvo reikšmingai

susijusios su dažnesniu rizikingu elgesiu kelyje. Tai atskleidžia, jog paauglių rizikingas elgesys kelyje yra reikšmingai susijęs su artimu socialiniu kontekstu. Šie rezultatai prisideda prie socialinių normų vaidmens supratimo bei nurodo jų aktualumą kuriant priemones, skirtas mažinti paauglių rizikingą elgesį kelyje.

Raktiniai žodžiai: socialinės normos; tėvai; bendraamžiai; paauglių rizikingas elgesys kelyje.

Psichologinio atsparumo sąsaja su adaptacijos sutrikimo simptomais tarp jaunų suaugusiųjų

ASSOCIATION BETWEEN PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND ADJUSTMENT DISORDER SYMPTOMS AMONG YOUNG ADULTS

Alanas Strukčinskas, doc. dr. Irina Banienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Remiantis apžvelgtų tyrimų duomenimis pastebėta, jog psichologinis atsparumas yra traktuojamas kaip vienas iš pagrindinių veiksnių, lemiančių, ar reakcija į patiriamus stresinius įvykius bus adaptyvi, ar komplikuota. Jaunų suaugusiųjų laikotarpis pasižymi didesniu stresinių patirčių kiekiu dėl šiam amžiaus tarpsniui būdingų gyvenimo įvykių. Tuo tarpu adaptacijos sutrikimas atsiranda esant neadaptyvioms reakcijoms po patirto reikšmingo stresinės kilmės įvykio ir pasireiškia per 2 simptomų grupes: įkyrios mintys ir prisitaikymo sunkumai, kurie sutrikdo žmogaus kasdienį funkcionavimą įvairiose gyvenimo srityse. Nors mokslinėje literatūroje adaptacijos sutrikimui ir psichologiniam atsparumui pastaruoju metu yra skiriama vis daugiau dėmesio, tyrimų, nagrinėjančių šių veiksnių sąveiką jauno suaugusiojo amžiaus tarpsnyje, yra itin mažai. Tyrimo tikslas – ištirti, kaip psichologinis atsparumas susijęs su adaptacijos sutrikimo simptomais tarp jaunų suaugusiųjų.

Metodai. Tyrime dalyvavo 203 jauni suaugusieji (18–29 metų amžiaus, vidurkis – 23,30 (SN = 3,03)), gyvenantys Lietuvoje. Duomenys buvo renkami mišriu būdu, apklausa vykdyta gyvai ir internetu. Psichologinis atsparumas vertintas Trumpąja atsparumo skale (angl. *The Brief Resilience Scale*, BRS), o adaptacijos sutrikimo simptomatika vertinta Tarptautiniu adaptacijos sutrikimo klausimynu (angl. *International Adjustment Disorder Questionnaire*, IADQ).

Rezultatai. Tarp psichologinio atsparumo lygio ir adaptacijos sutrikimo simptomų raiškos nustatyta stipri, neigiama ir statistiškai reikšminga koreliacija ($r = -0,712$; $p < 0,001$). Taip pat neigiamos ir statistiškai reikšmingos koreliacijos nustatytos tarp psichologinio atsparumo lygio ir visų tirtų adaptacijos sutrikimo simptomų grupių: įkyrios mintys ($r = -0,706$; $p < 0,001$), prisitaikymo sunkumai ($r = -0,720$; $p < 0,001$) ir funkcionavimo sutrikimai ($r = -0,438$; $p < 0,001$). Remiantis metodikos gairėmis, buvo įvertinta adaptacijos sutrikimo rizika, kuri pasireiškė 29 proc. tiriamųjų. Ji taip pat statistiškai reikšmingai siejosi su psichologinio atsparumo lygiu ($t = 4,815$; $p < 0,001$).

Išvados. Psichologinis atsparumas yra reikšmingai susijęs su adaptacijos sutrikimo simptomatika bei šiam sutrikimui būdingomis simptomų grupėmis. Taip pat statistiškai reikšminga sąsaja nustatyta tarp psichologinio atsparumo ir adaptacijos sutrikimo rizikos.

Raktiniai žodžiai: adaptacijos sutrikimas; jauni suaugusieji; psichologinis atsparumas; stresiniai gyvenimo įvykiai.

Daugybinis smurto patyrimas ir jo sąsajos su psichikos sveikatos sunkumais paauglystėje

POLYVICTIMIZATION EXPOSURE AND ITS LINKS TO MENTAL HEALTH PROBLEMS IN ADOLESCENCE

**Dr. Inga Truskauskaitė¹, Gabija Rutkūnaitė¹, dr. Ieva Daniūnaitė¹,
dr. Aviva Goral², dr. Monika Kvedaraitė**

¹Vilniaus universitetas; ²Ben-Gurion University of the Negev, Izraelis

Įvadas. Smurtas prieš vaikus yra labai paplitęs visame pasaulyje. Lietuvoje 71,1 proc. paauglių yra patyrę bent vieną smurto formą, o 54,5 proc. yra susidūrę su pakartotiniu smurtu. Neigiamas smurto poveikis vaikų psichikos sveikatai yra nustatytas ankstesniais tyrimais, tačiau ankstyvosios paauglystės amžiaus tarpsnyje tyrimų itin mažai. Šiuo tyrimu buvo siekiama nustatyti sąsajas tarp skirtingų smurto patirčių profilių, tęstinio trauminio streso (TTS) reakcijų bei depresijos, nerimo ir streso simptomų ankstyvoje paauglystėje.

Metodai. Tyrime dalyvavo 8–10 metų amžiaus ($M = 9,20$, $SD = 0,46$; 60,6 proc. mergaitės) vaikai ($N = 132$), kurie užpildė savęs vertinimo klausimynus: Smurto patirčių klausimyną, Tęstinio trauminio streso reakcijų skalę bei Depresijos, nerimo ir streso skalę jaunimui. Siekiant identifikuoti smurto patirčių profilius, buvo pasitelkta Latentinių klasių analizė, o siekiant palyginti psichikos sveikatos rodiklius tarp grupių MANOVA analizė.

Rezultatai. 63,6 proc. tyrimo imties vaikų yra patyrę smurtą per savo gyvenimą, labiausiai paplitusi – nepriežiūra (49,2 proc.). Išryškėjo du smurto patirčių profiliai: poliviktimizacija (20,5 proc.), kuriai būdingas nepriežiūros, psichologinio ir fizinio smurto patyrimas kartu, bei heterogeninė viktimizacija (43,2 proc.), kuriai labiausiai būdingas nepriežiūros patyrimas. Poliviktimizacijos grupė pasižymėjo aukštesniu visų psichikos sveikatos sunkumų lygiu, lyginant su smurto nepatyrusiais vaikais, ir labiau išreikštais streso bei depresiškumo simptomais, lyginant su heterogeninės viktimizacijos grupe. Nerimo simptomai buvo statistiškai reikšmingai didesni abiejose smurtą patyrusių vaikų grupėse, o TTS reakcijos parodė didžiausią skirtumą tarp visų trijų grupių.

Rezultatų aptarimas. Tyrimas patvirtino, kad smurto patirtys ankstyvoje paauglystėje yra labai paplitusios ir siejasi su padidėjusia rizika psichikos sveikatos sutrikimams. TTS reakcijos pasireiškė trimis atskirais, tačiau susijusiais komponentais (Išsekimas / Atsiskyrimas, Įniršis / Išdavystė, Baimė / Bejėgiškumas), o jų lygis

labiausiai skyrėsi tarp skirtingų smurto patirčių grupių. Nerimo patyrimo lygis atsi-
skleidė kaip ypač jautrus smurto patirčių indikatorius.

Išvados. Smurto patirtys ankstyvoje paauglystėje yra labai paplitusios, o poli-
viktimizacija kelia didžiausią riziką psichikos sveikatai. TTS reakcijos ir nerimo simp-
tomai gali būti naudojami kaip jautrūs smurto patirčių žymenys, padedantys anksti
atpažinti smurtą patyrusius vaikus ir suteikti jiems tinkamą pagalbą.

Raktiniai žodžiai: smurto patirtys; poliviktimizacija; psichikos sveikatos sunku-
mai; ankstyvoji paauglystė.

Įkūnyta onkologinės ligos atsinaujinimo baimė: remisijoje esančių pacientų sutuoktinių patirtys

EMBODIED FEAR OF CANCER RECURRENCE: EXPERIENCES OF SPOUSES OF PATIENTS IN REMISSION

Dr. Eglė Urbutienė

Mykolo Romerio universitetas

Įvadas. Onkologinės ligos išlieka vienu didžiausių šiuolaikinės medicinos ir visuomenės iššūkių, turinčiu ilgalaikį poveikį ne tik pacientams, bet ir jų artimiesiems. Vienas dažniausių emocinių sunkumų po gydymo – baimė, kad liga sugrįž (Simonelli ir kt., 2017). Nors artimųjų onkologinės ligos atsinaujinimo baimė (OLAB) yra plačiai paplitusi ir reikšmingai veikia jų psichologinę gerovę, šis fenomenas vis dar nepakankamai tyrinėtas. Atlikto disertacijos tyrimo tikslas – atskleisti remisijoje esančių onkologinių pacientų sutuoktinių OLAB patirtis, o šio pranešimo tikslas – pristatyti vieną iš tyrimo radinių – įkūnytą baimės patyrimą.

Metodai. Pasirinkta kokybinė tyrimo strategija. Tyrime dalyvavo 10 remisijoje esančių onkologinių pacientų sutuoktinių (5 moterys ir 5 vyrai). Duomenys rinkti pusiau struktūruotu interviu, analizuoti interpretacine fenomenologine analize.

Rezultatai. Sutuoktinių pasakojimuose kūnas išryškėjo kaip centrinė baimės patirties erdvė. Sirgusio partnerio kūnas nuolat stebimas ir patiriamas kaip grėsmės šaltinis – menkiausi pakitimai (skausmas, nuovargis) interpretuojami kaip atkryčio ženklai. Pačių sutuoktinių kūnai dažnai „kalba“ anksčiau nei protas: įtampa, krūtinės spaudimas, dusulys pasirodo prieš sąmoningą nerimo įvardijimą. Kūnas tampa ligos atminties vieta, išgyvena nuolatinio budėjimo būseną. Jis veikia ir kaip emocijų talpykla – kai baimė neišreiškiama žodžiais, ji pasirodo per somatinius signalus, neverbalinę raišką. Įkūnyta baimė neapsiriboja individualiu patyrimu – ji rezonuoja santykių, atsiskleidžia tarpkūniškai poroje ir šeimoje.

Rezultatų aptarimas. Baimę dėl ligos sugrįžimo palaiko nuolatinis budrumas paciento kūnui, klaidingos simptomų interpretacijos ir neapibrėžtumo netoleravimas. Kūnas tampa pirmuoju grėsmės detektoriumi ir emocijų reguliavimo vieta, o baimė cirkuliuoja tarpasmeniniu lygmeniu. Tai atskleidžia gily emocinį ir kūnišką susisaistymą, kuriame liga ir jos atsinaujinimo baimė tampa bendra patirtimi – ji išgyvenama abiejų partnerių kūnuose, tarsi jie būtų viena jautri sistema. Šie radiniai papildė vyraujančius kognityvinius OLAB modelius, išryškindami somatinę ir tarpasmeninę baimės dimensiją.

Išvados. OLAB remisijos laikotarpiu yra įkūnyta tarpasmeninė patirtis. Psichologinėje pagalboje svarbu atliepti kūnišką nerimo raišką, mažinti perdėtą budrumą simptomams bei plėtoti poros ir šeimos intervencijas po onkologinės ligos gydymo.

Raktiniai žodžiai: onkologinės ligos atsinaujinimo baimė; sutuoktiniai; įkūnyta patirtis; fenomenologinė analizė.

Laikinai save praradus: mamos patirtis slaugant vaiką ligoninėje

TEMPORARILY LOST: A MOTHER'S EXPERIENCE CARING FOR HER CHILD IN THE HOSPITAL

Dokt. Daiva Vanagė

Mykolo Romerio universitetas

Išvadas. Buvimas ligoninėje – sudėtingas ir stresą keliantis patyrimas tiek vaikams, prisitaikantiems prie naujos aplinkos pokyčių, veikiančių jų kasdienę rutiną, tiek tėvams, matantiems savo vaiką sergantį ir tuo pačiu skubantiems jam padėti. Žinoma, kad artimas ryšys tarp sergančio vaiko ir tėvų pagerina sveikimo procesą ar adaptaciją prie ligos (pavyzdžiui, Davis ir kt., 2001; Ellis ir kt., 2007), o tėvų patiriamas stresas veikia ir vaiko emocinę savijautą, blogina adaptaciją, todėl sveikimas lėtėja (Pinquart, 2013). Tėvų savijauta, išgyvenamos emocijos, poreikiai vaiko ligos kontekste taip pat šiandien jau yra dažnas ir svarbus tyrimo objektas. Tačiau vaiko slaugymo ligoninėje patyrimas dar mažai analizuojamas, o Lietuvoje tokių giluminių kokybinių tyrimų nėra. Tyrimo tikslas – aprašyti tėvų, slaugančių savo vaiką ligoninėje, unikalų patyrimą: kokias emocijas tėvai išgyvena, kokias reikšmes suteikia šiam patyrimui, kas vyksta tėvų vidiniame pasaulyje vaikui atsidūrus ligoninėje. Keliamas pagrindinis klausimas – kaip jaučiasi tėvai, kartu su savo vaikais būdami ligoninėje, ir kaip jie įprasmina šį savo patyrimą?

Metodai. Tėvų patirčiai ligoninėje tirti pasirinkta kokybinė tyrimo perspektyva. Duomenys rinkti pusiau struktūruoto interviu metu. Šiame pranešime išsamiai analizuojamas mamos Jurgitos (38 metai), slaugusios savo vaiką bendrojo profilio ligoninėje, patyrimas. Duomenys analizuoti interpretacinės fenomenologinės analizės metodu (Smith, Flowers, Larkin, 2009).

Rezultatai. Jurgita, slaugydama vaiką, jautė nepasitikėjimą ir abejones savo emocijomis, atstumtą siekį dalyvauti, atimtas tėvystės galias. Ligoninėje jai trūko erdvės sau: jautėsi laikinai save praradusi, susilieję su vaiku, erdvės potyriai susitraukė, o pati tapo labiau priklausoma nuo aplinkinių. Jurgitai buvo sunku priimti savo bejėgiškumą, jos viduje vyko derybos, ji ieškojo sąjungininkų, matavosi ribas. Kartu ieškojo prasmės ir medikų pateisinimų. Jurgita vaikui pavojingose situacijose jautėsi atskirta nuo jo, o situacijose, kurios nekelia pavojaus, jautėsi su vaiku „suliejama“.

Išvados. Atsižvelgiant į Jurgitos patirtį, galima teigti, kad buvimas su sergančiu vaiku ligoninėje tampa ne tik fiziniu iššūkiu, bet ir giliu vidiniu išbandymu.

Raktiniai žodžiai: tėvai; ligoninė; vaiko slaugymas; kokybinis tyrimas.

Institucijų atsakas į vyrų smurtą prieš moteris intymioje partnerystėje: Kur dingsta pasitikėjimas?

INSTITUTIONAL RESPONSE TO MALE INTIMATE PARTNER VIOLENCE AGAINST WOMEN: WHERE DOES THE TRUST GO?

Dr. Zuzana Vasiliauskaitė, prof. dr. Ilona Laurinaitytė

Vilniaus universitetas

Įvadas. Tyrimų rezultatai atskleidžia, kad ne tik pati vyrų smurto prieš moteris intymioje partnerystėje patirtis, bet ir vėlesnis socialinis bei institucinis atsakas gali turėti reikšmingą poveikį moterų trauminės patirties įveikai, taip pat ir pagalbos bei apsaugos siekimą (Smith & Freyd, 2017). Atitinkamai svarbu suprasti, su koku atsaku moterys mūsų šalyje susiduria besikreipdamos į pagrindines Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatymą įgyvendinančias institucijas (policiją, Specializuotos kompleksinės pagalbos centrus (SKPC), Vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybą (VTAĮT)) ir kaip šios patirtys yra susijusios su šių moterų pasitikėjimu institucijomis bei potrauminiu augimu.

Metodai. Tyrime dalyvavo 498 smurtą patyrusios moterys, kurių vidutinis amžius buvo 42,62 m. (SD = 13,12). Tyrimo metu buvo taikyti šie instrumentai: Trumpoji sudėtinė smurto skalė (CASR-SF; Ford-Gilboe et al. 2016; Vasiliauskaitė & Geffner, 2020), Peržiūrėta ekonominės prievartos skalė (SEA2; Adams, et al, 2020; Vasiliauskaitė & Geffner, 2020), Technologijomis grįsto smurto santykiuose klausimynas (TAR; Brown & Hegarty, 2021), Institucinės išdavystės ir paramos klausimyno 1 versijos (IBSQ.1; Rosenthal et al. 2016) pagrindu sukurta skalė ir Trumpoji potrauminio augimo inventoriaus forma (PTGI-SF; Cann et al. 2010).

Rezultatai. Rezultatai atskleidė, kad 498 respondenčių patyrė bent vieną vyrų smurto formą, likusios (85,5 proc., n = 426) – dvi ir daugiau smurto formas. Dažniausiai buvo nurodomas psichologinis smurtas (70,1 proc.) ir ekonominė kontrolė (62,1 proc.), rečiausiai – fizinis smurtas (33,9 proc.). Rasta, kad potrauminį augimą nurodė 85,9 proc. (n = 428) tyrimo dalyvių, t. y. jos patyrė teigiamus psichologinius pokyčius po trauminės patirties bent vienoje iš penkių potrauminio augimo sričių. Pagalbos į institucijas dėl patiriamo smurto kreipėsi tik 15 proc. (n = 74) moterų. Buvo nustatyta, kad bendras tinkamas institucijų atsakas yra reikšmingai teigiamai susijęs su pasitikėjimu institucijomis ($p < 0,01$) ir tyrimo dalyvių potrauminiu augimu ($p < 0,001$).

Išvados. Gauti tyrimo rezultatai atskleidžia problemines sritis smurtą patyrusioms moterims siekiant pagalbos. Pristatymo metu bus pateikiamos rekomendacijos institucijoms bei jose dirbantiems specialistams (įskaitant psichologus), kaip kokybiškiau organizuoti pagalbą smurtą patyrusioms moterims, tuo pačiu skatinant moterų potrauminį augimą bei didinant jų pasitikėjimą valstybės institucijomis.

Raktiniai žodžiai: vyrų smurtas prieš moteris; institucijų atsakas; potrauminis augimas.

Pagrindiniai slaugytojų perdegimo veiksniai – santykinų svorių analizė

KEY ANTECEDENTS OF BURNOUT AMONG NURSES – RELATIVE WEIGHT ANALYSIS

*Prof. dr. Jurgita Lazauskaitė-Zabielskė, doc. dr. Arūnas Žiedelis,
dr. Jelena Stanislavovienė, dr. Rita Urbanavičė, prof. dr. Natalja Istomina*

Vilniaus universitetas

Įvadas. Nors slaugytojai užima svarbią vietą sveikatos priežiūros sektoriuje (PSO, 2025), jie taip pat patiria didžiausią su darbu susijusį įtampą. Per didelis darbo krūvis, emocinė įtampa ir ribota autonomija prisideda prie įtampos ir išsekimo, galiausiai pakenkdamai slaugytojų sveikatai ir darbo našumui (Giorgi et al., 2017). Nors darbo charakteristikos neabejotinai yra pagrindiniai slaugytojų gerovės veiksniai, ankstesniuose tyimuose buvo tiriamas atskiras arba bendras darbo reikalavimų ir išteklių poveikis perdegimui. Vis dėlto, jų lyginamoji reikšmė aiškinant perdegimą yra mažai žinoma. Iki šiol tik viename tyrime (Kohnen et al., 2025) buvo tiriamas darbo reikalavimų santykinis svoris slaugytojų perdegimui. Maža to, minėtame tyrime buvo analizuojami bendrieji darbo reikalavimai ir ištekliai, pvz., darbo krūvis, emociniai reikalavimai, neatsižvelgiant į specifinius slaugytojų darbo reikalavimus ir išteklius, pvz., pasitenkinimą fizine aplinka, kurie, kaip įrodyta, yra svarbūs slaugytojų gerovei (pvz., Wang et al., 2015). Vadovaudamiesi Darbo reikalavimų ir išteklių teorija, kuri yra lanksti ir leidžia integruoti įvairias darbo charakteristikas (Bakker et al., 2023), siekėme užpildyti esamą tyrimų spragą, tirdami santykinę darbo reikalavimų ir išteklių svarbą slaugytojų perdegimui.

Metodai. Tyrime dalyvavo 2459 slaugytojai, dauguma jų (98,8 proc.) buvo moterys. Vidutinis dalyvių amžius buvo 48,37 metai (SD = 12,21). Didžioji dalis slaugytojų (93,6 proc.) dirbo viešajame sektoriuje, o vidutinis darbo stažas buvo 24,60 metų (SD = 13,97). Apklausos būdu buvo vertinta perdegimo rizika (Schaufeli et al., 2020) bei darbo reikalavimai (Schaufeli, 2015).

Rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad svarbiausi perdegimo veiksniai buvo vaidmenų konfliktas (20,52 proc.), konfliktai (15 proc.), emociniai reikalavimai (12,06 proc.) ir darbo krūvis (10,12 proc.). Santykinis personalo pakankamumo, klientų vertinimo, slaugytojų ir gydytojų santykių, pasitenkinimo fizine aplinka, kolegų paramos, įgūdžių panaudojimo, atlyginimo pakankamumo, užduočių įvairovės ir kognityvinių reikalavimų svoris svyravo nuo 0,71 proc. iki 8,13 proc.

Išvados. Šis tyrimas atskleidžia svarbiausius slaugytojų perdegimo veiksnius, t. y. vaidmenų konfliktą, tarpasmeninius reikalavimus, ir gali padėti ligoninėms ir politikos formuotojams įgyvendinti veiksmingas praktikas, užtikrinant slaugos personalo gerovę.

Raktiniai žodžiai: perdegimas; slaugytojai; santykinio svorio analizė.

Studentų perdegimas ir nuobodulys yra labiau susiję nei gali atrodyti

STUDENT BURNOUT AND BOREDOM ARE MORE RELATED THAN YOU MIGHT THINK

Doc. dr. Arūnas Žiedelis, dr. Justina Kymantienė, prof. dr. Laima Bulotaitė

Vilniaus universitetas

Ivadas. Studentų perdegimas ir nuobodulys yra du menkai ištirtinėti reiškiniai. Perdegimas dažniau nagrinėjamas darbuotojų imtyse, o nuobodulio tyrimai bendrai stokoja tyrėjų susidomėjimo. Organizacijos psichologijos tyrimų lauke yra nusistovėjusi idėja, kad perdegimas kyla dėl per didelės stimuliacijos, o nuobodulys – dėl per mažos (Schaufeli & Salanova, 2013), todėl tai turėtų būti vienas kitą paneigiantys reiškiniai. Šiam požiūriui oponuoja prasmės ir dėmesio komponentų (MAC) modelis (Westgate & Wilson, 2018), anot kurio nuobodulys kyla dėl veikos neatitikties turimiems kognityviniams ištekliams ir asmeniniams tikslams, todėl jis gali koegzistuoti su perdegimu. Šiuo tyrimu siekėme patikrinti MAC modelio prielaidas apie perdegimo ir nuobodulio ryšį studentų imtyje.

Metodai. Tyrime dalyvavo 404 aukštųjų mokyklų studentai (84 proc. moterų, amžiaus vidurkis – 23,3 m., SD – 7,5). Dalyviai pildė skales, vertinančias nuobodulį (Gorelik & Eastwood, 2024), perdegimą (Schaufeli et al., 2019), kognityvinį studijų krūvį (Leppink et al., 2013) ir studijų prasmę (Steger et al., 2012). Duomenų analizei naudojome patvirtinančią faktorinę analizę, koreliacinę analizę ir XGBoost algoritmo pagrindu sukurtus regresinius mašininio mokymosi modelius Jupyter Lab programavimo aplinkoje. Prognozinį veiksnį reikšmę regresiniuose modeliuose vertinta skaičiuojant permutacinės svarbos įverčius ir analizuojant Shapley įverčių grafikus.

Rezultatai. Patvirtinančioji faktorinė ir koreliacinė analizės atskleidė, kad studentų perdegimas ir nuobodulys yra du atskiri konstruktai, tarp kurių stebimas stiprus ryšys ($r = 0,672$). Tarp atskirų perdegimo simptomų, nuobodulį geriausiai prognozavo psichologinis atsiribojimas ir kognityviniai sunkumai ($R^2 = 0,495$), kas dera su MAC modelio prielaidomis apie nuobodulio kilmę. Didelis kognityvinis studijų krūvis ir maža suvokiama studijų prasmė leido prognozuoti ir perdegimą ($R^2 = 0,469$), ir nuobodulį ($R^2 = 0,377$), kas vėlgi labiau dera su MAC modelio idėjomis.

Išvados. Gauti rezultatai rodo, kad studentų perdegimas ir nuobodulys yra artimi reiškiniai, kuriuos prognozuoja bent iš dalies tapatūs studijų veiksniai. Ateities tyrimuose prasminga būtų įvertinti longitudinalinius šių reiškinių ryšius ir patikrinti galimą nuobodulio, kaip vienos iš studentų perdegimo pasekmės, vaidmenį.

Raktiniai žodžiai: nuobodulys; perdegimas; studentai; mašininio mokymosi modeliai.

Kas prognozuoja slaugytojų ketinimus išeiti? Dirbtiniais neuroniniais tinklais paremtos analizės įžvalgos

WHAT PREDICTS NURSES' INTENTIONS TO LEAVE? INSIGHTS FROM ARTIFICIAL NEURAL NETWORK-BASED ANALYTICS

*Doc. dr. Arūnas Žiedelis, prof. dr. Jurgita Lazauskaitė-Zabielskė,
prof. dr. Natalja Istomina, dr. Jelena Stanislavovienė,
asist. dr. Rita Urbanavičė*

Vilniaus universitetas

Įvadas. Sveikatos priežiūros sistemos veiksmingumas tiesiogiai priklauso nuo darbuotojų pajėgumų, o slaugytojai sudaro didžiausią šios sistemos profesinę grupę. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis (PSO, n.d.), iki 2030 m. pasaulinis sveikatos priežiūros darbuotojų trūkumas gali siekti apie 11 mln., ypač paveikdamas mažas ir žemesnes nei vidutines pajamas gaunančias šalis. Todėl itin svarbu ne tik pritraukti naujus slaugytojus, bet ir išlaikyti esamus. Didelė darbuotojų kaita neigiamai veikia pacientų priežiūros tęstinumą ir kokybę, didina organizacines sąnaudas bei silpnina komandinį darbą (Bae ir kt., 2022). Šio tyrimo tikslas – taikant pažangią duomenų analizę ir dirbtinius neuroninius tinklus (DNT), nustatyti svarbiausius slaugytojų ketinimų palikti darbą prognozinčius veiksnius.

Metodai. Duomenys buvo surinkti anketinės apklausos būdu 2025 m. liepos–rugsėjo mėn., apklausiant 2 459 slaugytojus (98,8 proc. moterų), dirbančius skirtingo lygmens sveikatos priežiūros įstaigose. Ketinimai palikti darbą buvo vertinami naudojant Irving ir kt. (1997) trijų teiginių skalę. Atsižvelgiant į įvairiomis tyrimo dizainą, į klausimyną buvo įtrauktas platus veiksmių spektras, susijęs su slaugytojų ketinimais palikti darbą. Remiantis ankstesniais tyrimais (Lee, 2022), buvo vertinami šeši demografiniai veiksniai, keturi su darbu susijusios gerovės rodikliai, aštuoni darbo reikalavimai ir šešiolika darbo išteklių (Lake, 2002; Schaufeli, 2015; Schaufeli ir kt., 2019). DNT pagrindu sukurtas regresijos modelis buvo parengtas „Jupyter Lab“ aplinkoje, naudojant „Python“ paketus „TensorFlow“, „sklearn“ ir „SHAP“.

Rezultatai. Po iteracinės kintamųjų atrankos ir hiperparametrų derinimo galutinis modelis testavimo imtyje paaiškino beveik 50 proc. slaugytojų ketinimų palikti darbą dispersijos ($R^2 = 0,498$). Svarbiausi prognoziniai veiksniai buvo amžius, pasitenkinimas darbu ir perdegimas, taip pat vadovų parama, tarpasmeniniai ir vaidmenų konfliktai bei profesinio tobulėjimo galimybės.

Išvados. Tyrimas atskleidė slaugytojų ketinimo išeiti iš darbo rizikos (perdegimas, tarpasmeniniai ir vaidmenų konfliktai) bei apsauginius veiksnius (amžius, pasitenkinimas darbu, vadovų parama, galimybės tobulėti). Nustatyti netiesiniai ryšiai suteikia gilesnių įžvalgų apie asmeninių ir organizacinių veiksnių sąveiką ir gali padėti kryptingiau planuoti slaugytojų išlaikymo strategijas.

Raktiniai žodžiai: slaugytojai; ketinimai išeiti iš darbo; slaugytojų išlaikymas; dirbtiniai neuroniniai tinklai.

Pradinių klasių mokinių kritinio mąstymo ir mokytojų nominavimo sąsajos

ASSOCIATIONS BETWEEN PRIMARY SCHOOL STUDENTS' CRITICAL THINKING AND TEACHER NOMINATIONS

Dr. Irena Žukauskaitė

Vilniaus universitetas

Išvadas. Mokinių kritinis mąstymas laikomas vienu svarbiausių šiuolaikinio ugdymo tikslų, siejamu su gebėjimu analizuoti informaciją, atpažinti prielaidas, vertinti argumentus ir pagrįsti išvadas. Tačiau patikimų ir teoriškai pagrįstų instrumentų šiems gebėjimams vertinti bei ugdyti pradinių klasių kontekste vis dar trūksta. Projekte buvo kuriamos kritinio mąstymo užduotys, remiantis Richard Paul ir Linda Elder teoriniu modeliu, akcentuojančiu klausimų formulavimą, informacijos analizę, išvadų ir pasekmių vertinimą, prielaidų atpažinimą bei gebėjimą pažvelgti į situaciją iš skirtingų perspektyvų. Kuriant užduotis būtina pagrįsti jų konstrukto validumą. Todėl šiame tyrime keliamas tikslas – įvertinti pradinių klasių mokinių kritinio mąstymo užduočių rezultatų sąsajas su mokytojų nominavimu.

Metodai. Tyrime dalyvavo 187 pradinukai (9 klasės). Kritinis mąstymas vertintas „CuRiosity“ platformoje pateiktomis 15 užduočių. Užduotyse reikėjo iš pateiktų atsakymų nustatyti minčių seką, pasirinkti geriausią klausimą, pagal esamas prielaidas padaryti išvadas ar pagal išvadas atsekti prielaidas, atpažinti esminius objektų požymius ir pan. Buvo fiksuojamas papildomų bandymų skaičius iki teisingo sprendimo, mažesnį bandymų skaičių laikant geresniu rezultatu. Klasės mokytojos pildė nominavimo anketą (Girdzijauskienė ir kt., 2018), nurodydamos po tris mokinius, pranokstančius bendrąklasius tam tikromis mokymosi veiklos ir asmeninėmis savybėmis.

Rezultatai. Visas užduotis iš pirmo karto išsprendė 1 mokinys, o daugiausia papildomų bandymų (25) prireikė 2 mokiniams. Antros, trečios ir ketvirtos klasės mokinių nei atskirų užduočių, nei suminis papildomų bandymų skaičius reikšmingai nesiskyrė. Mokiniai, nominuoti kategorijose „Žingeidūs, užduodantys daug klausimų“, „Atkaklūs, orientuoti į tikslą“ ir „Puikiai samprotaujantys“, atliko mažiau bandymų nei nenominuoti mokiniai. Tuo tarpu „Plačių interesų“ kategorijoje nominuoti mokiniai atliko daugiau bandymų.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Rezultatai iš dalies patvirtina konvergentinį ir divergentinį užduočių konstrukto validumą: reikšmingi skirtumai nustatyti tose nominacijų kategorijose, kurios teoriškai artimiausios kritinio mąstymo gebėjimams, o kitose kategorijose skirtumų nenustatyta. Tai leidžia manyti, kad pagal Paul ir Elder modelį sukurtos užduotys atspindi esminius kritinio mąstymo komponentus ir gali būti tinkamos šių gebėjimų ugdymui.

Raktiniai žodžiai: kritinis mąstymas; konstrukto validumas; mokytojų nominavimas; „CuRiosiTy“.

**Žodiniai
teoriniai
pranešimai**

Vaisiaus alkoholinio spektro sutrikimai (FASD): neurovystymosi ypatumai ir psichologinio vertinimo iššūkiai

FETAL ALCOHOL SPECTRUM DISORDERS (FASD): NEURODEVELOPMENTAL CHARACTERISTICS AND CHALLENGES FOR PSYCHOLOGICAL ASSESSMENT

Aistė Gipiškienė

VšĮ FASD platforma

Įvadas. Vaisiaus alkoholio spektro sutrikimai (FASD) – tai perinatalinio alkoholio poveikio sukelti neurovystymosi sutrikimai apimantys platų kognityvinių procesų, elgesio reguliacijos ir adaptyvaus funkcionavimo sunkumų spektrą (Encyclopedia on Early Childhood Development, 2020; Jacobson ir Jacobson, 2002; Kautz-Turnbull ir Christie, 2021; Lesinskienė ir kt., 2023; LSMU, 2022; Parsonage, Tinner, Troy, Taylor, McQuire, 2026; Quattlebaum ir O'Connor, 2012). Tarptautiniai epidemiologiniai tyrimai rodo, kad FASD paplitimas bendrojoje populiacijoje siekia apie 5–8 proc. (CanFASDblog, 2024; May ir kt., 2021; News Medical, 2025), o klinikinis vaisiaus alkoholio sindromas (FAS), kuris Lietuvoje dažniausiai siejamas su prenatalinio alkoholio poveikio pasekmėmis, sudaro tik apie 10–15 proc. visų FASD atvejų (Landgren et al., 2025). Kadangi daugiau nei 80 proc. FASD turinčių asmenų neturi specifinių išorinių fizinių požymių (Mather, 2015), jų patiriami sunkumai dažnai lieka neatpažinti ir interpretuojami kaip elgesio ar motyvacijos problemos (FASD: An Australian Toolkit for Parents, Caregivers and Families; Carrick ir Hamilton, 2023, p. 2), nors jie siejami su struktūriniais ir funkciniais smegenų pažeidimais būdingais prenatalinio alkoholio poveikiui (Ciafrè ir kt., 2020; Popova ir kt., 2016; Radiological Society of North America, 2025).

Pranešimo turinys. Pranešime apžvelgiamas FASD poveikis vaiko ir suaugusiojo neuropsichologinei raidai, daugiausia dėmesio skiriant vykdomosioms funkcijoms, dėmesiui, darbinei atminčiai, impulsų kontrolei ir gebėjimui reguliuoti elgesį kasdienėse situacijose. Remiantis tarptautine moksline literatūra, pabrėžiama, kad FASD atveju santykinai gera verbalinė raiška neretai užmaskuoja neurovystymosi sutrikimus, todėl kylantys sunkumai dažnai interpretuojami kaip sąmoningas nenoras stengtis, motyvacijos stoka ar nepaklusnumas. Akcentuojama, kad šie sunkumai kyla ne dėl valingo elgesio, bet dėl struktūrinių ir funkcinų smegenų raidos pakitimų, ribojančių asmens gebėjimą planuoti, prisitaikyti ir atitikti aplinkos keliamus reikalavimus. Dėl to formuojami neadekvatūs lūkesčiai, didinantys antrinių rizikų – emociinių sunkumų, mokymosi nesėkmių ir socialinės adaptacijos problemų – tikimybę.

Pranešimas remiasi sistetine tarptautinių mokslinių šaltinių analize ir magistro lygmens tyrimu, kuriame nagrinėtas FASD žinių integravimo poreikis tarpdiscipliniame specialistų ruošimo kontekste.

Baigiamoji dalis. Apibendrinant išryškinama, kad FASD žinios atveria platesnę diskusiją apie neurovystymosi sutrikimų supratimą ir elgesio interpretavimą. Pranešimas kviečia giliau pažvelgti į FASD keliamus iššūkius ir jų vietą tarpdiscipliniame raidos ir elgesio tyrimų lauke.

Raktiniai žodžiai: vaisiaus alkoholinio spektro sutrikimai (FASD); neurovystymosi sutrikimai; raidos psichologija; elgesio interpretavimas.

Lyderių empatija, psichologinis saugumas ir darbuotojų emociniai resursai: integruoto aiškinamojo modelio link

LEADERS' EMPATHY, PSYCHOLOGICAL SAFETY, AND EMPLOYEE EMOTIONAL RESOURCES: DEVELOPING AN INTEGRATED EXPLANATORY MODEL

Dokt. Vaida Viršilaitė-Nickolaou, prof. dr. Rasa Pilkauskaitė Valickienė

Mykolo Romerio Universitetas

Ivadas. Šiuolaikinėse organizacijose vis daugiau dėmesio skiriama emociniams ir socialiniams veiksniams, kurie formuoja darbuotojų patirtis organizacijoje. Tyrimai rodo, kad lyderių empatija gali turėti reikšmingą poveikį darbuotojų patirčiai organizacijoje (Kock et al., 2019). Lyderių empatija siejama su didesniu darbuotojų įsitraukimu, pasitikėjimu ir bendradarbiavimu organizacijose. Svarbiu mechanizmu, paaiškinančiu šiuos procesus, laikomas psichologinis saugumas. Pagal Edmondson (1999) psichologinis saugumas apibrėžiamas kaip bendras darbuotojų įsitikinimas, kad komandoje yra saugu išreikšti idėjas, užduoti klausimus ar pripažinti klaidas nepatiriant neigiamų pasekmių. Tyrimai rodo, kad psichologinis saugumas yra susijęs su efektyvesniu mokymusi organizacijose, geresniu komandiniu darbu ir aukštesne darbuotojų gerove. Be organizacinės aplinkos konteksto, svarbų vaidmenį darbuotojų elgesiui ir patirčiai darbe turi ir individualūs emociniai resursai. Vienas iš jų yra emocinis intelektas (emocinės kompetencijos), kuris apibūdina gebėjimą atpažinti, reguliuoti ir suprasti savo bei kitų emocijas (Mayer et al., 2016; Salovey & Mayer, 1990). Tyrimai rodo, kad aukštesnis emocinis intelektas gali būti susijęs su geresniu emocijų reguliavimu, efektyvesniu bendravimu ir didesniu psichologiniu atsparumu organizacinėje aplinkoje.

Pranešimo turinys. Dar vienas svarbus darbuotojų elgesį paaiškinantis konstruktas yra motyvacija. Remiantis apsisprendimo teorija (Deci and Ryan, 2000), darbuotojų motyvacija yra glaudžiai susijusi su psichologinių poreikių patenkinimu tokių kaip – autonomija, kompetencijos ir ryšis su kitais. Tyrimai rodo, kad organizacinė socialinė aplinka ir lyderių elgsena gali reikšmingai prisidėti prie šių poreikių patenkinimo arba jų ribojimo. Nepaisant gausios literatūros apie šiuos konstruktus, dauguma tyrimų juos nagrinėja fragmentuotai – emocinis intelektas, empatiška lyderystė, motyvacija ir organizacinis klimatas dažnai tiriama atskirai. Todėl trūksta integruotų modelių, kurie leistų geriau suprasti, kaip šie veiksniai sąveikauja tarpusavyje

ir kokiais mechanizmais formuoja darbuotojų patirtį organizacijose. Šiame teoriniame pranešime siekiama pristatyti integruotą konceptualų modelį, kuriame lyderių empatija laikoma svarbiu socialinio konteksto veiksniu, galinčiu būti susijusiu su darbuotojų psichologinio saugumo patyrimu ir organizacinio klimato suvokimu. Taip pat aptariamas galimas darbuotojų emocinių resursų (emocinio intelekto ir motyvacijos) vaidmuo šiuose procesuose.

Išvados. Remiantis literatūros analize, pranešime keliama prielaida, kad lyderių empatija gali būti siejama su didesniu darbuotojų psichologiniu saugumu, kuris savo ruožtu gali būti susijęs su palankesniu organizacinio klimato suvokimu ir darbuotojų motyvacija. Siūlomas konceptualus modelis leidžia integruoti individualius darbuotojų emocinius resursus ir socialinį organizacinės aplinkos kontekstą į bendrą aiškinamąją sistemą. Tokia integruota prieiga gali prisidėti prie gilesnio supratimo, kaip lyderystės elgsena ir darbuotojų emociniai gebėjimai kartu formuoja darbuotojų patirtį organizacijose.

Raktiniai žodžiai: lyderių empatija; darbuotojų emociniai resursai; psichologinis saugumas; darbuotojų motyvacija.

Priklausomybių gydymo paradigmos: nuo abstinencijos prie žalos mažinimo

ADDICTION TREATMENT PARADIGMS: FROM ABSTINENCE TO HARM REDUCTION

Dokt. Liudas Vincentas Sinkevičius, prof. dr. Danielius Serapinas

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Šeimos medicinos klinika

Ivadas. Istoriskai psichoaktyvių medžiagų vartojimas nebuvo vertinamas kaip reikšminga problema, tačiau tūkstantmečių sandūroje įvyko radikalus pokytis, kurio nematė nei viena mums žinoma civilizacija – tai mirtinų ligų kaita iš užkrečiamų į neužkrečiamas, o šiame procese priklausomybės ligos pasirodė tokiu mastu, jog kai kurios šalys jų paplitimą vadina epidemija. Priklausomybių ligos yra plačiai paplitęs reiškinys, kuris ne tik yra viena iš dominuojančių psichikos sveikatos problemų, tačiau skirtingai nuo kitų sutrikimų, įtakoja visą sociumą, dėl to susilaukia ne tik kliniki- nių sprendimų gairių, tačiau dažnai politinių ir visuomenės nuomone remtų įveikimo strategijų.

Pranešimo turinys. Didžioji dalis klinikinių ir savipagalbos tradicijų priklausomybę apibrėžia kaip lėtinę, recidyvuojančią būklę, kuri dažniau valdoma ir kontroliuojama, nei galutinai „išgydoma“. Toks požiūris pabrėžia, kad vien tik vartojimo nutraukimas ne visuomet reiškia psichologinės problemos sprendimą, nes priklausomybės neretai „keičia formą“ ir pasireiškia kitais simptomais ar santykių sunkumais. Šiuo metu galime aiškiai išskirti dvi kryptis priklausomybių valdymo temoje. Viena jų yra radikalus vartojimo nutraukimas ir gydymo taikymas. Visgi atsižvelgiant į milžinišką priklausomų asmenų skaičių visame pasaulyje suprantame, jog ilgalaikė abstinencija yra didelė prabanga ir jos prieinamumas gali pasiekti tik kelis procentus priklausomų asmenų. Būtent dėl to žvelgiame į žalos mažinimo modelius, kurie ne- žada utopinio gyvenimo, tačiau teikia psichoaktyvių medžiagų alternatyvas, kurios tikėtina mažiau kenks tiek pačiam vartotojui, tiek ir aplinkiniams.

Išvados. Atsižvelgiant į besikeičiančią situaciją, priklausomybių gydymas turėtų būti grindžiami kompleksiniu, pragmatišku ir individualizuotu požiūriu, integruojant žalos mažinimo priemones. Žalos mažinimas yra didelis iššūkis psichikos sveikatos specialistams nes reikia ne tik naujų žinių ar psichoterapinių strategijų perkonstravimo, tačiau ir vidinių pokyčių, naujos realybės pripažinimo.

Raktiniai žodžiai: priklausomybės; žalos mažinimas; psichikos sveikata; absti- nencija.

**Žodiniai
praktiniai
pranešimai**

Automatinės mintys darbe: praktiniai pavyzdžiai ir poveikis asmens savijautai bei organizacijai

AUTOMATIC THOUGHTS AT WORK: PRACTICAL EXAMPLES AND THEIR IMPACT ON PERSONAL WELL-BEING AND ORGANIZATION

Indrė Daubarienė

Individuali veikla, www.indre.top

Pranešimo tikslas. Pranešimu siekiama pasidalinti sukaupta patirtimi, kaip darbuotojų automatinės mintys darbo aplinkoje veikia emocinę savijautą, elgesį ir kaip tai gali paveikti organizacijos veiklos rezultatus, bei pristatyti praktinius būdus, kaip šias mintis atpažinti ir koreguoti. Tema aktuali dėl didėjančio darbuotojų patiriamo streso, perdegimo rizikos ir augančio poreikio stiprinti psichologinį atsparumą organizacijose.

Pranešimo turinys. Pranešime pateikiami dažniausiai praktikoje pasitaikantys automatinių minčių pavyzdžiai, tokie kaip „turiu viską atlikti tobulai“, „jei suklysiu – prarasiu pasitikėjimą“, „negaliu rodyti silpnumo“ ar „tik aš galiu tai padaryti“. Pristatomi apibendrinti atvejai iš realios praktikos, kuriuose aptariama, kaip neadaptyvios automatinės mintys gali lemti padidėjusį nerimą, per didelį darbo krūvį, vengimą, savikritiką bei sumažėjusį pasitenkinimą darbu ir viso to pasekoje net depresiją. Taip pat pateikiami praktiniai psichoeducaciniai ir kognityvinės elgesio terapijos principais grįsti metodai, padedantys darbuotojams atpažinti savo mąstymo modelius, formuoti labiau realistiškas mintis ir stiprinti emocinę savireguliaciją.

Išvados. Automatinės mintys yra reikšmingas, tačiau dažnai nepakankamai įvertinamas veiksnys, darantis įtaką tiek darbuotojų savijautai, tiek organizacijos klimatui. Kryptingas darbas su mąstymo modeliais gali tapti veiksminga priemone stiprinant psichologinę gerovę, prisidedant prie perdegimo prevencijos ir kuriant sveikesnę darbo aplinką.”

Raktiniai žodžiai: automatinės mintys; emocinė savijauta; stresas darbe; psichologinė gerovė.

Vyresnio amžiaus asmenų vienišumo ir atskirties mažinimas Kauno mieste

REDUCING LONELINESS AND ISOLATION AMONG OLDER PEOPLE IN KAUNAS CITY

Gabrielė Domkutė, Gerda Kuzmarskienė

Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Pranešimo tikslas. 2020 m. Lietuvoje gyveno beveik 2,8 mln. žmonių, iš kurių penktadalis buvo 65 m. amžiaus ir vyresni asmenys. Per pastaruosius 50 metų šios amžiaus grupės dalis visuomenėje padvigubėjo ir prognozuojama, kad per ateinančius 50 metų Lietuvos gyventojų tikėtina vidutinė gyvenimo trukmė pailgės apie 10 metų ir 2070 m. sieks beveik 86 metus. Gerėjančios gyvenimo ir darbo sąlygos, medicinos pažanga, populiarėjantis sveiko gyvenimo būdas lemia mažėjančių gyventojų mirtingumą ir ilgėjančią gyvenimo trukmę. Visuomenei senstant atsiranda poreikis sudaryti sąlygas oriam, sveikam ir aktyviam gyventojų senėjimui.

Pranešimo turinys. Remiantis užsienio šalių praktiką Lietuvoje, 18 savivaldybių, yra įgyvendinama iniciatyva „Socialinis receptas“. Lietuvoje, ši iniciatyva yra skirta senatvės pensijos sulaukusiems asmenims patiriantiems vienišumo jausmą, atskirtį ir pagerinti emocinę savijautą įtraukiant dalyvius į nemokamas kultūros, sveikatingumo, neformaliojo švietimo ar kitas veiklas.

Kauno mieste iniciatyva „Socialinis receptas“ vykdoma bendradarbiaujant su kitomis Kauno mieste veikiančiomis įstaigomis, kurios teikia nemokamas paslaugas. Nuo 2023 metų Kaune įgyvendinant iniciatyvą kartu bendradarbiavo daugiau nei 20 skirtingų, Kauno miesto kultūros įstaigų ar nevyriausybinų organizacijų. Partneriai senjorams nemokamai organizavo tokias veiklas, kaip: kūrybinės edukacijos, sveikatingumo užsiėmimai, ekskursijos muziejuose, meno terapijos užsiėmimai, neformalaus švietimo veiklos, kompiuterinio raštingumo pamokos, pokalbiai bei diskusijas, kvietė apsilankyti koncertuose ar spektakliuose.

Mūsų organizacija – Kauno miesto visuomenės sveikatos biuras, taip pat siūlo senjorams įvairių veiklų sveikatingumo srityje, tokių kaip sveikos mitybos dirbtuvės, streso įveikimo grupės pagrįstos mindfulness, funkcinės treniruotės, meditacijos, miško terapija.

2025 metais į iniciatyvą „Socialinis receptas“ užsiregistravo 463 senjorai. Per 2025 metus dalyviams buvo suorganizuota 409 veikla, kuriose iš viso sudalyvavo 5891 senjoras. Metų pabaigoje buvo vykdoma dalyvių apklausa, kurioje sudalyvavo 218 senjorų. Į klausimą ar veiklų lankymas pagerino emocinę savijautą, 88 proc.

dalyvių pasirinko atsakymą „Taip, mano emocinė savijauta pagerėjo“. Į klausimą ar ši iniciatyva reikalinga, 99 proc. atsakė, kad taip.

Išvados. Dalyvių patirtis atskleidžia, kad vyresnio amžiaus asmenims dalyvaujant kituose projektuose, tiesiogiai neskirtais vienišumo mažinimui, vienišumo jausmas mažėja ir didėja socializacija.

Raktiniai žodžiai: vienišumas; vyresnio amžiaus asmenys; atskirtis; emocinė sveikata.

Prasmės paieškos akistatoje su vaikų onkologine liga

SEARCHING FOR MEANING IN THE FACE OF PEDIATRIC CANCER

Elena Galvydienė

*Vaikų onkologijos ir hematologijos centras,
Vilniaus universiteto ligoninė „Santaros klinikos“*

Pranešimo tikslas. Kai vaikui diagnozuojama onkologinė liga, šeimos gyvenimas pasikeičia akimirksniu. Kartu su medicininio neapibrėžtumu ir fiziniu skausmu iškyla gilūs emociniai bei egzistenciniai klausimai: kodėl tai nutiko? Kaip gyventi toliau? Kas dabar turi prasmę?

Pranešimo turinys. Šiame pranešime nagrinėjamos prasmės paieškos akistatoje su vaikų onkologine liga, remiantis egzistencinės terapijos perspektyva. Prasmė čia suvokiama ne kaip greitai randamas atsakymas ar paguoda, bet kaip gyvas procesas, besiskleidžiantis santykiuose, kasdieniuose pasirinkimuose ir gebėjime išlikti ryšyje net didžiausio neapibrėžtumo akivaizdoje.

Liga dažnai priartina šeimą prie esminių žmogaus patirčių – pažeidžiamumo, baimės netekti, kontrolės ribų suvokimo ir gyvenimo trapumo. Tačiau kartu ji gali išryškinti tai, kas vaikui ir jo šeimai tampa svarbiausia: artumą, meilę, buvimą drauge, orumą ir viltį. Prasmės kūrimas nepanaikina kančios, tačiau gali padėti ją integruoti į asmeninę ir šeimos gyvenimo istoriją, stiprinant kiekvieno šeimos nario vidinį atsparumą.

Psichologo vaidmuo šiame procese – ne siūlyti paruoštus atsakymus ar dirbtinį optimizmą, bet būti šalia. Autentiškas, atviras buvimas leidžia atsirasti erdvei, kurioje gali tilpti baimė, pyktis, liūdesys ir viltis. Egzistencinė terapija padeda šeimai atrasti savus atramos taškus ir iš naujo apibrėžti, kas šioje situacijoje yra prasminga.

Išvados. Neapibrėžtumo akivaizdoje prasmė tampa ne tiek paaiškinimu, kiek santykiu, pasirinkimu ir drąsa likti gyvam ryšyje – net tada, kai vaikystę paliečia liga.

Raktiniai žodžiai: vaikų onkologija; prasmės kūrimas; pažeidžiamumas; santykis.

Metaforų taikymas psichoonkologinėje terapijoje – veiksmingas būdas įgalinti pacientą išreikšti ir įveikti sunkius jausmus

THE USE OF METAPHORS IN PSYCHO-ONCOLOGY THERAPY – EFFECTIVE WAY TO EMPOWER THE PATIENT TO EXPRESS AND OVERCOME DIFFICULT FEELINGS

Jolanta Masian

„Sensus vitae“

Pranešimo tikslas. Onkologijoje su metaforomis susiduriame dažniau nei kitose medicinos srityse. Metaforų gausa onkologijoje gali būti susijusi su didžiuliu paslapties, neužtikrintumo, išankstinio nusistatymo ir baimės kiekiu, susijusiu su vėžiu. Gydamas vėžį, metaforų naudojimas vaidina svarbų vaidmenį, darydamas įtaką tiek ligos suvokimui, tiek gydymo proceso eigai, tiek sunkių emocinių būsenų įveikimui.

Pranešimo turinys. Metaforos dažniausiai siejamos su leksinėmis konstrukcijomis. Kaip tokios jos yra plačiausiai naudojamos ir lengviausiai atpažįstamos. Metaforos, kaip žodžiai ir posakiai, yra dažniausiai tiriamas ir aprašomas metaforų tipas, vartojamas kalbant apie vėžį, sukeliantis daugiausiai diskusijų. Tačiau tai nėra vienintelė metaforų rūšys, kurias naudoja onkologiniai pacientai. Dažnai jie pasirenka kalbėti perkeltinę kalbą per kūrybą, judesį, vaizdus, figūras, žaidimus. Patiriant stiprias emocijas, pacientų kognityviniai ištekliai paprastai yra nepakankami, kad būtų galima iki galo žodžiais išreikšti tai, kas su jais ir jų viduje vyksta. Vėžio patirties metaforizavimas judesiu, vaizdais ir bandymais paciento patirčiai suteikti savybių, kurias galima apibūdinti visais pojūčiais, išplečia paciento gebėjimą dalytis savo patirtimi. Darbo su onkologiniais pacientais praktika parodo, kad tinkamai parinkta metaforos forma, rūšys ir būdas atlieka psichoedukacinę funkciją, turi motyvuojantį potencialą, skatina įžvalgas, suteikia prieigą prie kūno patirčių, padeda integruoti į ankstesnę patirtį informaciją apie ligą ir gydymą, veikia kaip humoro elementas. Nėra universalių metaforų, tinkančių kiekvienam žmogui, kiekvienoje gyvenimo situacijoje. Terapijoje naudojamos metaforos turėtų būti pritaikytos prie paciento dabartinės situacijos ir ligos eigos, siekiant užtikrinti, kad pacientas gautų maksimalią naudą iš jų vartojimo.

Išvados. Vėžių sergančių pacientų psichologinės terapijos atvejų analizės rodo, kad platesnio spektro metaforizaciją palaikančių priemonių naudojimas vaidina svarbų vaidmenį išreiškiant ir vizualizuojant pacientų ligos išgyvenimą ir sukuria galimybę praturtinti asmeninę ir unikalią paciento ligos patirtį. Diskusijos apie vėžį papildymas metaforomis gali padėti geriau suprasti terapinius santykius, palengvinti išsamią pacientų su liga susijusios patirties diagnozę ir palengvinti jų suvokimo apie ligą, gydymo procesą, terapiją ir bendradarbiavimą su medicinos personalu analizę bei korekciją.

Raktiniai žodžiai: psichoonkologinė terapija; metaforizavimas; metaforos onkologijoje.

Savilyderystė – egzistencinės sveikatos fundamentas

SELF-LEADERSHIP – THE FOUNDATION OF EXISTENTIAL HEALTH

Doc. dr. Vilija Okė^{1,2}, Gunnar Björklund³

¹Medicinos fakultetas, Reumatologijos sekcija, Karolinska Institutas;

²GrandSPA Druskininkai; ³VLC foundation

Pranešimo tikslas. Savilyderystė ir egzistencinė sveikata nauji lietuvių kalbos žodžiai ir naujos sąvokos visuomenės sveikatos sampratoje.

Pranešimo turinys. Savilyderystė – gebėjimas vadovauti savo mintims, jausmams ir elgesiui. Lietuvių kalboje sąvoka vadovauti siejama su vadovavimu kitiems. Giliau apmąsčius, atrodo akivaizdu, kad prieš vadovaujant kitiems, būtina gebėti vadovauti sau. Įdomu, kiek žmonių iš tiesų geba tvarkytis su savo mintimis, jausmais, vidiniais impulsais ir reakcijomis į juos? Tikėtina, kad nedaug, nes šių gebėjimų iki šiol beveik niekur nebuvo mokoma.

Egzistencinė sveikata (ES) – viena naujausių Pasaulinės sveikatos organizacijos įvardytų sveikatos dimensijų, itin aktuali šiuolaikiniam žmogui. ES apibrėžiama kaip gyvenimas turint prasmę, vidinį balansą ir kryptį, kuriant ateitį. Tam būtina:

- savilyderystė ir pasitikėjimas savimi,
- aiškus vidinis kompasas,
- savo prigimties ir pašaukimo atpažinimas,
- savo vertybių sistemos turėjimas,
- unikalus ir adaptyvus mąstymas.

Savilyderystė ir mąstymas yra pagrindinės priemonės, siekiant ES. Mąstymą šiame kontekste skirstome į statinį ir adaptyvų:

Statiškas – apibūdina žmogų, kuris gyvena įsikibęs senai išmokytų taisyklių, normų ir standartų, mąsto praeities rėmuose ir sunkiai prisitaiko prie pokyčių.

Adaptyvus – t. y. dinamiškas, grįstas evoliucijos principais, leidžiantis žmogui kūrybiškai prisitaikyti prie kintančių aplinkos sąlygų ir sąmoningai kurti savo gyvenimą.

Savilyderystės įgūdžių neturėjimas ir statiškas mąstymo būdas sudaro prielaidas ES stokai, gali vesti prie psichikos sutrikimų, psichosomatininių būklių, o ilgai – galbūt ir somatinių ligų (su stresu susijusi hipertenzija, metabolinis sindromas ir pan.).

Pranešimo metu bus apžvelgiama:

- savilyderystės samprata, remiantis stoikų filosofija, Marko Aurelijaus ir kitų,
- egzistencinė sveikata, Viktoro Franklio logoterapijos kontekste,
- mąstymo būdai ir kaip dėl jų kyla neigiami jausmai bei savijauta, ir kaip tai pakeisti.

Tema plėtojama remiantis savilyderystės ir meno gyventi vadovu – nauja Gunaro Bjorklundo knyga „Savistaba: laiko prarasti daugiau negalima“.

Išvados. Autoriai planuoja savilyderystės mokymus ir jų poveikio tyrimą, siekiant įvertinti galimus pozityvius egzistencinės sveikatos pokyčius tiriamojoje grupėje. Jei projekto rezultatai bus teigiami, savilyderystės mokymai galėtų būti vedami ruošiant jaunas žmones gyvenimui – vyresnėse klasėse ar universitetuose.

Raktiniai žodžiai: savilyderystė; egzistencinė sveikata; statiškas mąstymas; adaptyvus mąstymas.

Liudyti gyvenimą ir mirtį: psichologo darbas onkologijos srityje

WITNESSING LIFE AND DEATH: WORKING AS A PSYCHOLOGIST IN ONCOLOGY FIELD

Dr. Eglė Urbutienė

Onkopsichologijos ir komunikacijos centras

Pranešimo tikslas. Šis praktinis pranešimas – tai atviras pasakojimas apie būvimą šalia onkologine liga sergančių žmonių bei jų artimųjų, kai gyvenimas ir mirtis susitinka kasdienybėje. Remdamasi 15 metų klinicine patirtimi dirbant onkologijos srityje, kalbėsiu apie tai, ką reiškia dirbti psichologe aplinkoje, kurioje baimė, bejėgystė, netektis, emocinis skausmas, fizinė kančia, laikinumas, mirtis ir gyvenimo prasmė, viltis, drąsa, meilė ir stiprybė egzistuoja greta. Pranešime bus aptariami kasdieniai profesiniai iššūkiai: emocinis krūvis, bejėgiškumo patirtys, susidūrimas su nepagydomos ligos realybe ir mirties artumu.

Pranešimo turinys. Ypatingas dėmesys bus skiriamas refleksijai apie asmenines baimes – baimei pačiai susirgti, baimei dėl artimųjų sveikatos, nuolatiniam gyvenimo trapumo pajautimui – ir tam, kaip šios patirtys keičia santykį su kasdieniais džiaugsmais, laiku ir gyvenimo prasme. Bus kalbama apie tai, kur ieškoti vilties, kai dienos suskaičiuotos, o išgijimo galimybių nėra, ir kaip viltis gimsta ne iš pažado pasveikti, o iš žmogiško ryšio, buvimo kartu ir prasmės kūrimo iki pat mirties.

Išvados. Pranešimas kvies „įeiti“ į onkologinės ligos patirtį turinčių žmonių bei mano, kaip psichologės, dirbančios onkologijos srityje, vidinį pasaulį bei per istorijas, liudijimus patyrinėti, kaip būnant šalia mirties atsiveria ne tik skausmas, bet ir labai daug gyvenimo: pacientų, jų artimųjų ir pačių specialistų patirtyse. Taip pat bus keltami klausimai, ko reikia, kad iš šios srities nepabėgtum – ir kaip išlikti jautriam, bet neperdegti.

Raktiniai žodžiai: onkopsichologija; psichologo patirtis; gyvenimo ir mirties tematika; profesinė refleksija.

Pagyvenusių asmenų rengimas teisminiam procesui: šiuolaikinėmis technologijomis paremtų priemonių taikymo galimybės ir iššūkiai

PREPARING THE ELDERLY FOR THE JUDICIAL PROCESS: OPPORTUNITIES AND CHALLENGES OF APPLYING MODERN TECHNOLOGY DEVICES

*Doc. dr. Kristina Vanagaitė, dr. Ksenija Čunichina,
doc. dr. Aleksandras Izotovas*

Vilniaus universitetas

Pranešimo tikslas. Pasaulyje didėjant vyresnio amžiaus gyventojų skaičiui, jų dalyvavimas baudžiamosiose bylose tampa dažnesnis. Pažymima, kad su amžiumi susiję kognityviniai pokyčiai gali trukdyti pagyvenusių asmenų gebėjimui veiksmingai dalyvauti teisminiuose procesuose. Be to, pagyvenę asmenys susiduria su aplinkinių šališkumu, yra laikomi mažiau patikimais liudytojais, todėl apklausų metu patiria didesnį nerimą ir stresą (Brank, 2023). Vis dėlto tyrimų, ar šiuolaikinės technologijos gali būti veiksmingai pritaikomos padedant pasirengti apklausoms vyresnio amžiaus asmenims, nėra daug.

Pranešimo turinys. Pranešimo metu bus pristatoma viena iš plačiausiai naudojamų technologinių priemonių, skirtų rengti bylos šalis teismo posėdžiui – virtuali stimuliacija (t. y., virtuali teismo salė ir virtualios realybės (VR) technologijos). Virtuali teismo salė yra edukacinė priemonė, skirta supažindinti būsimojus proceso dalyvius su teismo sale, teismo proceso eiga ir pan. Pasiruošimas teismo procesui VR aplinkoje padeda asmenims geriau įsivaizduoti būsimą situaciją, sumažina nežinomybės jausmą ir stiprina kontrolės pojūtį, kas vėliau gali padėti pateikti tikslesnius parodymus, mažiau jaudintis apklausos metu bei labiau pasitikėti savimi (Antonsdóttir et al., 2024). Įtraukianti virtuali realybė – tai imituojama, interaktyvi 3D aplinka, vartotojui esant stebimoje aplinkoje realiuoju laiku. Tyrimų rezultatai rodo, kad įtraukioji VR sistema, palyginti su neįtraukiąja, užtikrina didelį emocinį įsitraukimą (Lavoie et al., 2025), gali būti pritaikoma vyresnio amžiaus žmonėms kognityvinio lavinimo, psichinės sveikatos ir prisiminimų terapijos srityse (Bauer & Andringa, 2020) bei virtualios teismo salės modeliavimuose (Vos & Stolk, 2021).

Išvados. Virtuali stimuliacija gali būti naudinga ir praktiškai pritaikoma rengiant pagyvenusius asmenis teisminiam procesui, gali mažinti jų patiriamą stresą bei didinti parodymų tikslumą. Tačiau trūksta duomenų apie pagyvenusių asmenų rengimo teisminiam procesui ypatumus (nėra aišku, kurios technologinės priemonės yra veiksmingiausios). Būtina atsižvelgti ir į su technologijų taikymu susijusius pavojus (pvz., padidėjusį stresą ar kibernetinį pykinimą). Visgi, nėra vienareikšmiškų įrodymų, kad šios problemos yra dažnos ir būdingos tik pagyvenusiems asmenims, tačiau, siekiant sukurti efektyvias ir mokslu grįstas intervencijas, technologijų taikymas turi atitikti specifinius būsimųjų proceso dalyvių poreikius.

Raktiniai žodžiai: pagyvenę asmenys; šiuolaikinės technologijos; virtuali realybė; parengimas teisminiam procesui.



Simpoziumai

Nuo tarpasmeninių patirčių iki vidinių išgyvenimų: bendruomenės reikšmė savižudybės procese

FROM INTERPERSONAL EXPERIENCES TO INTERNAL PROCESSES: THE ROLE OF COMMUNITY IN THE SUICIDE PROCESS

***Dr. Jurgita Rimkevičienė, dr. Dovilė Grigienė, dr. Miglė Marcinkevičiūtė,
doc. dr. Odeta Geleželytė, Giedrius Rupšys***

Vilniaus universitetas

Šiame simpoziume pristatomi Vilniaus universiteto Suicidologijos tyrimų centro ir Psichotraumatologijos centro moksliniai tyrimai, nagrinėjantys savižudybės procesą per bendruomeninių patirčių ir vidinių psichologinių mechanizmų sąveiką. Pranešimuose integruojami kokybiniai ir kiekybiniai duomenys, leidžiantys atskleisti, kaip siejasi patyrimas skirtingose bendruomenėse, trauminės patirtys, vidiniai išgyvenimai ir mintys apie savižudybę.

Pirmajame pranešime pristatomi sisteminės kokybinių tyrimų apžvalgos rezultatai, atskleidžiantys skirtingus būdus kaip bendruomenės patyrimas siejasi su savižudybės procesu. Antrasis pranešimas papildo bendruomeninę perspektyvą, nagrinėdamas, kaip su traumine patirtimi susijusi gėda – socialiniuose santykiuose ir kultūriniame kontekste susiformuojantis išgyvenimas – kartu su depresijos simptomais modifikuoja ryšį tarp kompleksinio potrauminio streso ir savižudiškų minčių. Trečiajame pranešimas pristatomas kokybinis tyrimas, nagrinėjantis kaip žmonės, turintys gyvenimiškos suicidiškumo patirties, išgyvena bendruomenės ir ryšius su kitais žmonėmis savižudybės proceso metu. Jis atskleidžia ryšių silpnėjimą artėjant krizei ir kartu jų apsauginį poveikį. Ketvirtajame pranešime tiriamos lietuvių vyrų bendruomeninės patirtys, parodant, kad stipresnis šeimos bendruomenės patyrimas yra susijęs su mažesne savižudybės rizika tiek tiesiogiai, tiek netiesiogiai per silpnesnį žlugimo ir įspėjumo jausmą. Penktajame pranešime tinklo analizės būdu atskleidžiama, kaip konkrečios bendruomeninės patirtys – ypač šeimos prieinamumas, patyčios ir tarpasmeninis atstūmimas – siejasi su suicidinėmis mintimis, išryškinant neapykantos sau centrinį vaidmenį visame psichologinių ir bendruomeninių veiksnių tinkle.

Simpoziumo pranešimai kartu kuria daugialypį savižudybės proceso supratimą, plačiau atskleisdami, kaip konkrečiai bendruomeniniai procesai susiję su asmens patiriamu savižudybės procesu.

BENDRUOMENIAI SAVIŽUDYBĖS RIZIKOS IR APSAUGINIAI VEIKSNIAI: KOKYBINIŲ TYRIMŲ APŽVALGA

COMMUNITY SUICIDE RISK AND PROTECTIVE FACTORS: A REVIEW OF QUALITATIVE RESEARCH

*Dr. Dovilė Grigienė, Vakarė Kisieliūtė, Giedrius Rupšys,
dr. Miglė Marcinkevičiūtė, dr. Jurgita Rimkevičienė*

Vilniaus universitetas

Įvadas. Savižudybių prevencijoje bendruomeniniai veiksniai yra vis labiau akcentuojami, apimant tiek visuomenėje vyraujančias socialines problemas ir jų įtaką, tiek tarpasmeninius santykius ir neformalias pagalbos galimybes bendruomenėse (PSO, 2014). Šiame pranešime pristatomi sisteminės kokybinių tyrimų literatūros apžvalgos rezultatai. Apžvalgos tikslas buvo išskirti ir apibendrinti temas, atskleidžiančias bendruomenės reikšmę suicidiškumui.

Metodai. Sisteminė straipsnių paieška buvo atlikta Medline, PsycINFO ir Web of Science duomenų bazėse, atrenkant straipsnius pagal raktinius žodžius „savižudybė“, „kokybinis“ ir „bendruomenė“, publikuotus nuo 2000 m., parašytus anglų kalba, recenzuotus, pristatančius kokybinius tyrimus. Iš viso buvo rastas 561 straipsnis, iš kurių atrinkti 54 tyrimai, analizuojantys būtent bendruomenės reikšmę savižudybės procese. Šių tyrimų rezultatai buvo išanalizuoti teminės analizės būdu: išskirtos temos ir susistemintos į bendresnes temų grupes.

Rezultatai. Išryškėjusios temos, atskleidžiančios bendruomenės reikšmę suicidiškumui: 1) priklausymo jausmas, kuomet patiriama emocinė parama, pozityvūs išgyvenimai tarpasmeniniuose santykiuose, bendros veiklos su kitais; 2) neigiamos tarpasmeninės patirtys: socialinė izoliacija, atstūmimas, tarpasmeniniai konfliktai, sunkumai santykiuose, gėdos ir menkavertiškumo išgyvenimai; 3) savižudybės stigma, kuri stabdo kreiptis pagalbos, stiprina gėdos jausmą arba priešingai – normalizuoja savižudybių problemą; 4) socialinių problemų patirtys, tokių kaip nedarbas, finansiniai sunkumai, išsilavinimo galimybių trūkumas, diskriminacija, patyčios, smurtas; 5) kultūrinės tapatybės praradimas, kai tenka emigruoti ir prisitaikyti kitoje kultūrinėje aplinkoje; 6) bendruomenėje vyraujančios socialinės normos, kurias sunku atitikti, tačiau kartu jos išgyvenamos kaip spaudimas ir nepritapimas prie bendruomenės.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Bendruomenės įtaka yra daugialypė, ji veikia kaip rizikos ir apsauginiai veiksniai savižudybės procese. Remiantis šio tyrimo rezultatais, tikslinga savižudybių prevencijos kryptis būtų bendruomenių stiprinimas, socialinės atskirties, patyčių, smurto ir diskriminacijos mažinimas bei kitos veiklos, akcentuojančios tarpasmeninių santykių ir ryšio su bendruomene poveikį žmogaus psichologinei savijautai.

Tyrimą finansuoja Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), sutarties Nr. P-MIP-24-77.

RYŠIO TARP KOMPLEKSNIO POTRAUMINIO STRESO IR SAVIŽUDIŠKŲ MINČIŲ YPATUMAI: SU TRAUMINE PATIRTIMI SUSIJUSIOS GĖDOS IR DEPRESIJOS VAIDMUO

EXPLORING THE RELATIONSHIP BETWEEN COMPLEX POSTTRAUMATIC STRESS AND SUICIDAL IDEATION: THE ROLE OF TRAUMA-RELATED SHAME AND DEPRESSION

Doc. dr. Odeta Geležėlytė, Greta Guogaitė, prof. dr. Evaldas Kazlauskas

Vilniaus universitetas

Įvadas. Ne viename moksliniame tyrime pastebėtas ryšys tarp potrauminio streso sutrikimo ir savižudybės rizikos. Vis dėlto, itin trūksta gilesnio supratimo apie šio ryšio ypatumus ir galimus moderatorius. Tyrimo tikslas buvo įvertinti moderacinį su trauminėmis patirtimis susijusios gėdos ir depresijos simptomų vaidmenį, aiškinant ryšį tarp kompleksinio potrauminio streso (KPTSS) simptomų ir savižudiškų minčių.

Metodai. Tyrime dalyvavo asmenys, kurie, mokslinio tyrimo kontekste, registravosi į internetu teikiamą potrauminio streso mažinimo intervenciją (Gelezelelyte et al., 2024). Buvo analizuoti 300 pilnamečių, gyvenime patyrusių trauminių įvykių, duomenys. Dauguma dalyvių buvo moterys (90 proc.) ir buvo įgiję aukštąjį išsilavinimą (67 proc.). Vidutinis tyrimo dalyvių amžius buvo 39 m. ($SD = 12,77$; 18–72). Kompleksinio potrauminio streso (ITQ; Cloitre et al., 2018) ir depresijos (IDQ; Shevlin et al., 2023) simptomai, su trauminėmis patirtimis susijusi gėda (TRSI-SF; Øktdalen et al., 2014) ir savižudiškos mintys (SIDAS; Van Spijker et al., 2014) buvo vertinti savistatos instrumentais.

Rezultatai. Tyrimo imtyje 23 proc. dalyvių buvo būdinga potrauminio streso sutrikimo (PTSS) rizika, o 46 proc. kompleksinio PTSS rizika; 45 proc. dalyvių nurodė turėję savižudiškų minčių per pastarąjį mėnesį. Moderacinės moderacijos modelis ($F(4,295)$, $p < 0,001$, $R^2 = 0,48$), kontroliuojant tyrimo dalyvių amžių, atskleidė, kad ryšys tarp KPTSS simptomų ir savižudiškų minčių priklausė nuo su trauminėmis patirtimis susijusios gėdos ir depresijos simptomų sąveikos ($p = 0,034$).

Rezultatų aptarimas. Tyrimas atskleidė, kad ryšys tarp kompleksinio potrauminio streso ir savižudiškų minčių nėra vienareikšmis ir gali priklausyti nuo kitų psichosocialinių potrauminių reakcijų, gretutinių simptomų bei jų sąveikos. Itin svarbu toliau tęsti panašius tyrimus didesnėse imtyse, nes geresnis sąsajos tarp kompleksinio potrauminio streso ir suicidiškumo supratimas leistų stiprinti kompleksines

traumas patyrusių asmenų savižudybės rizikos vertinimą bei valdymą ir suteiktų reikšmingų įžvalgų intervencijoms.

Išvados. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad ryšys tarp kompleksinio potrauminio streso ir savižudiškų minčių priklauso nuo komorbidiškų depresijos simptomų ir su trauminėmis patirtimis susijusios gėdos.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), Nr. S-MIP-23-14.

BENDRUOMENIŲ VAIDMUO SAVIŽUDYBĖS PROCESSE: PRASMINGŲ RYŠIŲ PERSPEKTYVA

THE ROLE OF COMMUNITIES IN THE SUICIDE PROCESS: A PERSPECTIVE OF MEANINGFUL CONNECTIONS

**Dr. Miglė Marcinkevičiūtė, Aušra Stumbrytė, dr. Jurgita Rimkevičienė,
dr. Dovilė Grigienė, Vakarė Kisieliūtė**

Vilniaus universitetas

Įvadas. Kai kurie autoriai teigia, kad suicidiškumą galima suprasti kaip bendruomeninių ryšių raišką, tačiau žinių, kaip bendruomenių patirtis pasireiškia savižudybės proceso metu, trūksta. Šiuo tyrimu, besiremiančiu kokybiniu požiūriu, siekiama ištirti asmeninius išgyvenimus apie bendruomenių patirtį išskylant ir besivystant suicidiškumui.

Metodai. Tyrimas atliktas Vilniaus miesto psichikos sveikatos centre. Duomenys buvo renkami naudojant pusiau struktūruotus interviu fokus grupių principu. Tyrime dalyvauti buvo kviečiami gyvenimiškos suicidiškumo patirties turintys žmonės – turėję minčių apie savižudybę, planavę, ketinę ar bandę nusižudyti. Iš viso tyrime dalyvavo 14 tyrimo dalyvių (4 vyrai ir 10 moterų), kurie penkiose nedidelėse fokus grupėse dalinosi savo patirtimis ir įžvalgomis. Duomenų analizei naudotas teminės analizės metodas (pagal Braun ir Clarke).

Rezultatai. Išskirtos aštuonios temos. Bendruomenės patiriamos kaip atliekančios specifines funkcijas. Bendruomenės siejasi su suicidiškumu per atmosferą ir jos keliamą spaudimą, nusakantį kiek atvirai žmogus gali būti savimi. Ilgainiui svarbiausi tampa ryšiai su konkrečiais žmonėmis, o ne visa bendruomenė pačia savaime. Artėjant suicidinei krizei, apie bendruomenės ir žmones galvojama vis mažiau, jie nyksta iš fenomenologinio lauko, taigi ryšiai ima silpnėti. Silpnėjantys ryšiai didina vienišumą ir verčia susidurti su nemaloniu vidiniu „aš“. Suicidiškumas gali tapti savotiška susitikimo su savimi krize, o prasmingi ryšiai gali šią patirtį sušvelninti ar nuo jos apsaugoti. Norint patirti artumą ir sulaukti palaikymo kylančios krizės metu, svarbu būti atviru pagalbai, tačiau dažnai žmonės jaučiasi nepasirengę pagalbą priimti. Bendra patirta kančia gali didinti artumą ir skatinti gilesnius ryšius tiek su bendruomene kaip visuma, tiek su jos nariais.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Šie rezultatai rodo, kad žmonės, turintys gyvenimiškos suicidinės patirties, permąstydami suicidiškumo ir bendruomenių ryšį, labiausiai linkę analizuoti, kiek jaučiasi artimi su visa bendruomene ir konkrečiais jos nariais. Tyrimo rezultatai leidžia teigti, kad pagrindinis bendruomenių vaidmuo suicidiniame kontekste yra suteikti žmonėms galimybių užmegzti prasmingus ryšius. Vis dėlto, artėjant krizei ir ryšiams silpnėjant šia galimybe pasinaudoti darosi vis sunkiau.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), sutartis Nr. S-MIP-24-77.

Raktiniai žodžiai: savižudybės procesas; bendruomenės; kokybinis tyrimas; fokus grupės.

BENDRUOMENĖS PATYRIMO IR SAVIŽUDYBĖS RIZIKOS RYŠYS LIETUVIŲ VYRŲ POPULIACIJOJE: ŽLUGIMO IR ĮSPĖSTUMO JAUSMO MEDIACINIS VAIDMUO

THE RELATIONSHIP BETWEEN COMMUNITY EXPERIENCE AND SUICIDE RISK IN THE LITHUANIAN MALE POPULATION: THE MEDIATING ROLE OF COLLAPSE AND FEELINGS OF ENTRAPMENT

**Giedrius Rupšys, dr. Dovilė Grigienė, dr. Miglė Marcinkevičiūtė,
dr. Jurgita Rimkevičienė**

Vilniaus universitetas

Įvadas. Lietuva išsiskiria vienais aukščiausių vyrų savižudybių rodiklių pasaulyje, todėl vyrų savižudybių priežastys išlieka aktualiu tyrimų objektu. Savižudybių teorijose dažnai akcentuojami intrapsichiniai veiksniai, tokie kaip žlugimo ir įspėstumo jausmas (angl. *Defeat and Entrapment*), ribotai atsižvelgiant į socialinį kontekstą, formuojantį individą. Tai pagrindžia poreikį tyrimuose integruoti socialinius ir intrapsichinius savižudybės veiksnius. Todėl šio tyrimo tikslas – ištirti bendruomenės patyrimo (angl. *Sense of Community*) ir savižudybės rizikos sąsajas lietuvių vyrų imtyje, vertinant tiek tiesioginį, tiek netiesioginį ryšį per žlugimo ir įspėstumo jausmą.

Metodai. Duomenys buvo surinkti naudojant internetinę apklausą; tyrimo dizainas – skerspjuvinis. Imtį sudarė 510 Lietuvos vyrų, 18–86 metų amžiaus ($M = 44,34$; $SD = 15,67$). Bendruomenės patyrimas buvo vertinamas BSCS skale (Peterson et al., 2008), žlugimo ir įspėstumo jausmas – SDES skale (Griffiths et al., 2015), o savižudybės rizika – SBQ-R klausimynu (Osman et al., 2001). Duomenų analizė buvo grįsta struktūrinių lygčių modeliavimu (SEM) naudojant MLR įvertinimo metodą.

Rezultatai. Modelio atitikimas duomenims yra adekvatus ($\chi^2 = 783,445$; $df = 336$; $p < 0,001$; CFI = 0,935; TLI = 0,927; RMSEA = 0,062; SRMR = 0,047). Nustatyta, jog stipresnis šeimos bendruomenės patyrimas siejosi su mažesne savižudybės rizika ($\beta = -0,485$; $p < 0,001$) tiek tiesiogiai ($\beta = -0,274$; $p = 0,005$), tiek netiesiogiai per žlugimo ir įspėstumo jausmą ($\beta = -0,210$; $p < 0,001$). Tuo tarpu draugų bendruomenės patyrimas nebuvo susijęs su savižudybės rizika ($\beta = 0,039$; $p = 0,672$).

Rezultatų aptarimas. Nustatyta, jog šeimos bendruomenės patyrimas yra galimas apsauginis veiksnys nuo vyrų savižudybių. Dalį šio mechanizmo paaiškina silpnesnis žlugimo ir įspėstumo jausmas, t. y., turėdami stipresnį ryšį su šeima vyrai rečiau jaučiasi beverčiai, praradę statusą ir nematantys išeities. Tuo tarpu, draugų

bendruomenės patyrimas nėra siejamas su suicidiškumu, o tai išryškina išskirtinį šeimos bendruomenės vaidmenį.

Išvados. Stipresnis šeimos bendruomenės patyrimas siejasi su mažesne savižudybės rizika, tiek tiesiogiai, tiek netiesiogiai per žlugimo ir įspėjimo jausmą, pabrėžiant šeimos bendruomenės apsauginį vaidmenį vyrų savižudybių prevencijoje.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), sutarties Nr. S-MIP-24-77.

PATIRČIŲ BENDRUOMENĖSE SĄSAJOS SU MINTIMIS APIE SAVIŽUDYBĘ: TINKLO ANALIZĖ

ASSOCIATIONS BETWEEN COMMUNITIES OF EXPERIENCE AND SUICIDAL IDEATION: NETWORK ANALYSIS

**Dr. Jurgita Rimkevičienė, dr. Dovilė Grigienė,
dr. Miglė Marcinkevičiūtė, Giedrius Rupšys**

Vilniaus universitetas

Įvadas. Nors savižudybės teorijos pripažįsta socialinio konteksto svarbą, ryšiai tarp konkrečių bendruomeninių patirčių ir suicidiškumo vis dar yra nepakankamai ištirti. Šio tyrimo tikslas buvo ištirti, kaip bendruomeninės patirtys, kurias kaip reikšmingas įvardijo asmenys, turintys gyvenimiškos savižudybės krizės patirties, yra susijusios su mintimis apie savižudybę ir psichologine būseną.

Metodai. Tyrime dalyvavo 1412 Lietuvos suaugusiųjų (amžiaus vidurkis $M = 42,75$, $SD = 13,72$; 68 proc. moterų). Internetinėje apklausoje buvo naudojami Prieinamumo / atstūmimo patirčių skalės teiginiai, sukurti remiantis kokybiniu tyrimu su asmenimis, neseniai patyrusiais savižudybės krizę. Minčių apie savižudybę buvimas per pastarąjį mėnesį buvo vertintas naudojant pirmąjį SIDAS klausimą. Tinklo analizėje taip pat buvo naudojami Suicidinio elgesio klausimynas – peržiūrėta versija (*Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised*), Tarpasmeninių poreikių klausimynas (*Interpersonal Needs Questionnaire*), Įspėstumo skalė – trumpa forma (*Entrapment Scale-Short Form*) ir Neapykantos sau skalė (*Self-hate Scale*).

Rezultatai. Nepakankamumo jausmas šeimoje ir patirtos patyčios iš draugų parodė stipriausius tiesioginius ryšius su suicidinėmis mintimis. Draugų teikiama parama ir noras būti pastebėtam šeimos narių patiriant sunkumus turėjo didžiausią tikėtiną įtaką individualių skalės teiginių ir suicidinių minčių tinkle. Visų konstruktyvų tinkle šeimos prieinamumas ir sutrikęs priklausymo jausmas turėjo didžiausią tiltų tikėtiną poveikį tarp bendruomeninių patirčių ir kitų kintamųjų. Tačiau didžiausią tikėtiną poveikį visam tinklui turėjo neapykanta sau.

Išvados. Gauti rezultatai pabrėžia konkrečių tarpasmeninių patirčių svarbą siekiant suprasti mintis apie savižudybę, tačiau tai, kiek šeimos nariai prieinami teikti paramą gali būti vienas svarbiausių veiksnių siejančių bendruomeninį patyrimą ir savižudiškumą. Galiausiai neapykanta sau išryškėja kaip pagrindinis veiksnys, kuriam keičiantis gali vykti pokyčiai tiek bendruomeninėse patirtyse, tiek psichologiniuose procesuose, susijusiuose su savižudybe.

Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), sutarties Nr. S-MIP-24-77.

Raktiniai žodžiai: savižudybė; bendruomenės; tarpasmeniniai santykiai.

Psichologinės pagalbos iššūkiai ir gairės darbui su skirtingais reprodukcinės sveikatos sunkumais

CHALLENGES AND GUIDELINES FOR PROVIDING PSYCHOLOGICAL SUPPORT ACROSS REPRODUCTIVE HEALTH DIFFICULTIES

Dr. Justina Slavinskienė

VšĮ Psichologinių stiprybių vystymo centras

Reprodukcinės sveikatos sunkumai – pogimdyminiai psichikos sveikatos sutrikimai, nevaisingumo patirtis bei ankstyva menopauzė – yra kompleksiniai, daugiastuoksniai gyvenimo įvykiai, kurie dažnai tampa reikšmingomis psichologinėmis krizėmis žmogaus gyvenime. Šios patirtys siejamos su intensyviu emociniu distresu, gedėjimo procesais, ilgalaikiu neapibrėžtumu, kūno vaizdo ir tapatumo pokyčiais bei reikšmingais tarpasmeninių santykių iššūkiais. Nors šie reprodukcinės sveikatos etapai skiriasi savo biologiniu ir socialiniu kontekstu, juos jungia padidėjęs psichologinis pažeidžiamumas ir poreikis specializuotai, nuosekliai psichologinei pagalbai. Moksliniai tyrimai nuosekliai rodo, kad pogimdyminiu laikotarpiu reikšminga dalis moterų patiria depresijos, nerimo, padidėjusio streso ir socialinės izoliacijos simptomus, kurie, negavus pagalbos, turi ilgalaikių pasekmių moters psichikos sveikatai, tėvystės patirčiai ir šeimos funkcionavimui. Nevaisingumo kontekste psichologinis distresas dažnai pasižymi ciklišku, susijusiu su gydymo etapais, nesėkmėmis ir „neužsibaigiančios“ netekties patyrimu, kuris apsunkina adaptaciją.

Ankstyvos menopauzės atveju psichologinius sunkumus dar labiau komplikuoja staigūs hormoniniai ir somatiniai pokyčiai, prarasto reprodukcinio potencialo išgyvenimai, socialinė stigma bei padidėjusi depresijos, nerimo ir suicidinių minčių rizika. Klinikinėje praktikoje šios patirtys kelia specifinių iššūkių psichologams ir psichoterapeutams, nes darbas su reprodukcinės sveikatos sunkumais dažnai apima ribotą situacijos „kontrolės“ ar „sprendimo“ galimybę, būtinybę dirbti su ilgalaikiu neapibrėžtumu, ambivalentiškais jausmais ir sudėtingais gedėjimo procesais. Nepaisant didėjančio tyrimų skaičiaus ir tarptautinių rekomendacijų, praktikoje vis dar susiduriama su nepakankamu psichologinės pagalbos prieinamumu, intervencijų fragmentiškumu bei nepakankamai sistemingu, įrodymais grįstu metodų taikymu skirtinguose reprodukcinės sveikatos etapuose. Atsižvelgiant į tai, aktualu stiprinti specialistų kompetencijas ir integruoti moksliniais tyrimais

bei klinikinė patirtimi pagrįstas gaires, kurios leistų teikti jautrią, individualizuotą ir veiksmingą psichologinę pagalbą reprodukcinės sveikatos sunkumus patirian- tiems asmenims.

Simpoziumo tikslas: stiprinti psichologų ir psichoterapeutų profesines kom- petencijas, pateikiant struktūruotas, empiriškai pagrįstas ir praktiškai taikomas intervencijas ir darbo principus, skirtus po gimdymo laikotarpio emociniams sunkumams, nevaisingumo patirčiai bei ankstyvos menopauzės psichologiniams padariniams atliepti.

Raktiniai žodžiai: mamų emocinės paramos grupės; psichologinė pagalba ne- vaisingumo patirtyje; psichologinės pagalbos ypatumai patiriančioms ankstyvą me- nopauzę.

NUO IZOLIACIJOS IKI BENDRYSTĖS: MAMŲ EMOCINĖS PARAMOS GRUPIŲ VEDIMO PATIRTIS IR PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS

FROM ISOLATION TO COMMUNION: EXPERIENCE AND PRACTICAL RECOMMENDATIONS IN LEADING EMOTIONAL SUPPORT GROUPS FOR MOTHERS

Sigita Pūrienė

Ivadas. Pogimdyminiai psichikos sveikatos sunkumai, tokie kaip pogimdyminė depresija, išlieka reikšminga moterų sveikatos problema, o pagalba šiame laikotarpyje nepakankamai prieinama (O'Hara & McCabe, 2013). Tyrimai rodo, kad iki 15 proc. jaunų mamų patiria reikšmingus depresijos simptomus, o dar didesnė dalis susiduria su laikiniais emociniais sunkumais po gimdymo (Stewart et al., 2003).

Moksliniai duomenys patvirtina, kad mamų emocinės paramos grupės yra efektyvi priemonė tiek pogimdyminės depresijos prevencijai, tiek intervencijai: meta-analizė parodė, kad socialinio palaikymo grupės mažina depresijos simptomus ir gerina psichosocialinį funkcionavimą (Dennis, 2003; Fang, Lin & Chen et al., 2021). Tiek gyvi, tiek nuotoliniai susitikimai leidžia sumažinti izoliaciją, sustiprinti bendruomeniškumą ir skatinti teigiamą prisitaikymą naujose motinystės rolėse.

Pranešimo tikslas – pristatyti mamų emocinės paramos grupių vedimo patirtį ir pateikti praktines rekomendacijas dirbant su moterimis pogimdyminiu laikotarpiu tiek prevencijos, tiek intervencijos kontekste. Bus aptariami darbo formatų ypatumai (gyvi ir nuotoliniai susitikimai), susitikimų dažnio ir trukmės optimizavimas, bei temų parinkimas, atsižvelgiant į naujų mamų specifinius psichosocialinius poreikius. Siūlomi metodiniai sprendimai grindžiami tiek empiriniais įrodymais, tiek praktine patirtimi, siekiant užtikrinti didesnį prieinamumą ir veiksmingumą paramos grupių kontekste.

KAI VAIKELIO LAUKIMAS NETURI PABAIGOS: PSICHOLOGINĖ PAGALBA NEVAISINGUMO PATIRTYJE

WHEN THE WAIT FOR A CHILD HAS NO END: PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN THE EXPERIENCE OF INFERTILITY

Dr. Justina Slavinskienė

Ivadas. Nevaisingumas yra kompleksinė ir dažnai užsitęsusi patirtis, kuri asmenims ir poroms sukelia reikšmingą emocinį distresą, neapibrėžtumo jausmą bei savivertės ir tarpasmeninių santykių iššūkius. Psichologams ir psichoterapeutams darbas su šia klientų grupe neretai kelia specifinių profesinių sunkumų dėl cikliška pasikartojančio nusivylimo, patiriamos netekties be aiškos pabaigos ir ribotų galimybių „išspręsti“ situaciją terapiniame procese. Klinikinėje praktikoje vis dar trūksta aiškių, struktūruotų gairių, padedančių teikti nuoseklią ir veiksmingą psichologinę pagalbą nevaisingumą išgyvenantiems asmenims individualioje ir / ar porų terapijoje. Tarptautinėmis gairėmis ir moksliniais tyrimais pagrįstų efektyvių intervencijų išmanymas gali prisidėti prie mažesnio neapibrėžtumo specialistų darbe bei efektyvesnės pagalbos teikimo klientams.

Pranešimo metu bus aptarti pagrindiniai iššūkiai teikiant pagalbą nevaisingumo patirtį išgyvenantiems klientams bei bus pristatomi šių iššūkių sprendiniai. Bus pristatomos Europos žmogaus reprodukcijos ir embriologijos draugijos (ESHRE) parengtos psichosocialinės priežiūros nevaisingumo kontekste gairės bei bus apžvelgti kognityvine elgesio terapija pagrįstos, moksliniais tyrimais pagrįstos intervencijos ir praktiniai metodai, tinkami taikyti dirbant su nevaisingumą išgyvenančiais asmenimis ir poromis. Pagrindinis dėmesys bus skiriamas praktiškai taikomiems klinikiškiems principams, padedantiems struktūruoti psichologo darbą su nevaisingumą išgyvenančiais asmenimis.

Pranešimo tikslas – aptarti pagrindinius psichologinius procesus ir iššūkius, su kuriais susiduria psichologai, teikiantys pagalbą nevaisingumą išgyvenantiems asmenims individualiai ir poroje. Pranešimo metu bus pristatomos Europos žmogaus reprodukcijos ir embriologijos draugijos (ESHRE) gairės, bei kognityvine elgesio terapija pagrįstų intervencijų taikymo gairės, skirtos psichologams ir psichoterapeutams psichologinę pagalbą negalintiems susilaukti vaikų.

NETIKĖTA MENOPAUZĖ: PSICHOLOGINĖS PAGALBOS YPATUMAI MOTERIMS, PATIRIANČIOMS ANKSTYVĄ MENOPAUZĘ

UNEXPECTED MENOPAUSE: SPECIFICS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR WOMEN EXPERIENCING EARLY MENOPAUSE

Gintarė Liutkė

Įvadas. Ankstyva ar mediciniškai nulemta menopauzė (dėl onkologinių ligų, chirurginių intervencijų, genetinių ar autoimuninių veiksnių) dažnai išstinka netikėtai ir tampa reikšminga psichologine krize moters gyvenime. Moterys, patyrusios ankstyvą menopauzė, neretai susiduria su sudėtingu gedėjimo procesu, nevaisingumo netekties išgyvenimais, socialine izoliacija, santykių įtampa bei padidėjusia nerimo, depresijos ar net suicidinių minčių rizika. Papildomą emocinį krūvį sukelia tokie simptomai kaip karščio bangos, miego sutrikimai, nuovargis, kognityviniai pokyčiai bei seksualinės funkcijos pokyčiai.

Pranešimo tikslas – stiprinti psichologų kompetenciją teikiant jautrią, individualizuotą ir kompleksinę pagalbą moterims, susiduriančioms su ankstyva menopauze ir jos sukeltais gyvenimo pokyčiais. Pranešimo metu bus aptariami pagrindiniai psichologiniai procesai, lydintys ankstyvą menopauzės pradžią bei specialistų darbo su šia klienčių grupe ypatumai. Bus pristatyta, kas yra chirurginė, priešlaikinė ir gydymo sukelta menopauzė, taip pat aptariami dažniausi ir labiausiai varginantys simptomai, pavyzdžiui, nemiga ir karščio bangos. Bus nagrinėjami ankstyvos menopauzės psichologiniai padariniai, tokie kaip nevaisingumo (ne)priėmimas, depresija, nerimas, baimė dėl sveikatos ir gėda, susijusi su menopauzės stigma. Taip pat bus aptariami adaptacijos sunkumai asmeniniame, profesiniame ir socialiniame gyvenime. Galiausiai, pranešime bus pristatomos intervencijų kryptys, pagrįstos kognityvinės elgesio terapijos principais ir dėmesingo įsisąmoninimo praktikomis. Taip pat trumpai bus aptarta pakaitinės hormonų terapijos (PHT) nauda siekiant palengvinti moterų psichologinius sunkumus ir kitus menopauzės simptomus.



Diskusijos

Muzikos naudą smegenys gaudo

HOW MUSIC NOURISHES THE BRAIN

**Prof. dr. Albinas Bagdonas¹, doc. dr. Ramunė Dirvanskienė¹,
prof. dr. Aušra Daugirdienė¹, Monika Jakštaitytė²,
dr. Zita Abramavičiūtė-Mučinienė³**

*¹Vilniaus universitetas; ²Lietuvos sveikatos mokslų universitetas Neuromokslų instituto
Palangos klinika; ³Lietuvos muzikos terapijos asociacija*

Įvadas. Muzikinės kultūros ir muzikavimo praktikos (muzikos kūrimo, jos atkūrimo dainuojant ar grojant individualiai ir kolektyviai, klausymo pavieniui ar koncertuose) didžiulis mastas byloja apie stiprias muzikos sąsajas su smegenų funkcionavimu. Neuromokslas patvirtina ne tik muzikos glaudų ryšį su vadinamąja smegenų atlygio (dopaminergine) sistema, bet ir daugybę kitų smegenų sričių (klausos, sensomotorinės ir prefrontalinės žievės, smegenėlių, limbinės sistemos ir kitų darinių) tiek atliekant muzikos kūrinius, tiek juos klausant. Muzikos neuropsichologija – muzikinių gebėjimų sutrikimų (amuzijų) tyrimai po smegenų pažeidimų prasidėjo daugiau nei prieš šimtmetį, tačiau išsamesnių žinių apie smegenų ir muzikos sąveikas gauta pastaraisiais dešimtmečiais, tyrimams pritaikius šiuolaikinius smegenų veiklos vaizdinimo priemones. Diskusijos metu bus analizuojamos ir aptariamos muzikos ir muzikavimo sąsajos su smegenų veikla, poveikiu psichinei ir fizinei sveikatai, galimi tokių sąsajų mechanizmai, grįsti įvairių neuropsichologinių tyrimų duomenimis. Dėl didžiulių kaštų Lietuvoje muzikos ir smegenų sąsajų tyrimų nėra, todėl simpoziumo diskusija remsis kitų šalių tyrėjų duomenimis.

Diskusijos turinys. Diskusija pradedama muzikos ir muzikavimo (dainavimo, grojimo instrumentais) evoliucinės paskirties, kalbos ir muzikos ko-evoliucijos, muzikinių gebėjimų prezentacijos smegenyse, muzikantų ir ne muzikantų muzikos suvokimo skirtumų ir pan. klausimais. Bus pristatyti ir išsamiai aptarti tarptautinės tyrėjų grupės (organizatoriai I. Viskontas ir R. Dirvanskienė) 2024 m. liepos mėnesį atlikto didelės imties jubiliejinės dainų šventės dalyvių (dainininkų ir klausytojų) tyrimas, skirtas dainavimo ir dainų klausymo poveikio savijautai ir kai kurioms psichofiziologinėms funkcijoms įvertinti. Lietuviai – dainuojanti ir muzikuojanti tauta. Kyla prielaida, kad būtent muzikinis aktyvumas – vienas iš veiksnių, padidinantis pasitenkinimą gyvenimu ar laimės indeksą (pagal pastarąjį Pasaulyje esame 16-oje vietoje, kai pagal GDP vienam asmeniui – tik 41-oje vietoje iš 197 šalių).

Bus pristatyta ir konkreti muzikoterapiją praktikuojančių Lietuvoje specialistų patirtis: skirtingų muzikos žanrų taikymas skirtingus funkcionavimo sutrikimus turintiems klientams, streso ir kitų psichologinių krizių įveikai. Bus aptariamas muzikos poveikis didinant atsparumą neurodegeneracinėms ligoms, jos vaidmuo formuojant smegenų (kognityvų) rezervą, ilginant gyvenimo trukmę, ugdant vykdomąsias smegenų funkcijas.

Raktiniai žodžiai: muzikos neuropsichologija; muzikos terapija; gerovė; dainavimas.

ViP RAIDA Lietuvoje: kuo svarbus vaikų ir paauglių raidos tyrimų duomenų ilgalaikis saugojimas ir atvėrimas?

VIP RAIDA IN LITHUANIA: WHY IS LONG-TERM PRESERVATION AND OPENING OF CHILD AND ADOLESCENT DEVELOPMENT RESEARCH DATA IMPORTANT?

**Prof. dr. Roma Jusienė¹, dr. Rima Breidokienė¹, dr. Rasa Erentaitė²,
doc. dr. Tomas Lazdauskas¹, dr. Vaidas Morkevičius²**

¹Vilniaus universitetas; ²Kauno technologijos universitetas

Ivadas. Vaikų ir paauglių psichologinės raidos (toliau – raidos) tyrimai – ir skerspjūvio, ir ypač tęstiniai, nuo gimimo iki pilnametystės ir vėlesnių gyvenimo etapų, – leidžia analizuoti individualias psichosocialinės raidos trajektorijas, teikia svarbių mokslui žinių ir rekomendacijų praktikai bei tampa reikšmingu valstybės sociokultūrinės raidos barometru. Juose atsispindi, kaip vaikai auga, ugdosi, įgyja įvairius gebėjimus, formuoja tapatybę veikiami nuolat kintančių socialinių, ekonominių, švietimo, technologinių kontekstų. Šie tyrimai atspindi ir kaip pati visuomenė mato vaikystę ir paauglystę, kaip supranta šeimos ir ugdymo standartus, kaip apibrėžia palankias ir nepalankias raidai aplinkas.

Daugelyje Lietuvos mokslo institucijų atliekami vertingi raidos tyrimai. Tokius tyrimus vykdo didesnės ir mažesnės mokslininkų grupės, pavieniai mokslininkai, taip pat ugdymo ar sveikatos priežiūros įstaigose dirbantys praktikai. Nors kai kurių raidos tyrimų rezultatai pristatomi sveikatos priežiūros, švietimo specialistams, plačiai visuomenei, patys tyrimai Lietuvoje niekada nebuvo sisteminami, kataloguojami, apjungiami į vieningą atviros prieigos struktūrą, nebuvo atlikta jų duomenų palyginamoji analizė atsižvelgiant į kultūrinius, ekonominius, technologinius pokyčius visuomenėje. Dar daugiau, šiuose tyrimuose surinkti duomenys retai naudojami atliekant antrinę jų analizę, tokiu būdu užtikrinant ir tvarumą moksle.

Šiuo metu pradedamas vykdyti projektas ViP-RAIDA, finansuojamas Lietuvos mokslo tarybos (sut.nr. S-LISm-25-14), kurio uždaviniai, be kitų, yra: 1) susisteminti, aprašyti ir kataloguoti Lietuvoje per pastaruosius 20 metų atliktus vaikų ir paauglių psichosocialinės raidos tyrimus; 2) sukurti skaitmeninį raidos tyrimų duomenyną patikimoje duomenų infrastruktūroje LiDA, leidžiančioje tinkamai saugoti, kataloguoti ir atverti tyrimų duomenis. Šis duomenynas, kuriame bus integruota ir kintamųjų paieškos sistema, įgalins Lietuvos ir užsienio tyrėjus rasti aktualius Lietuvoje atliktų raidos tyrimų duomenis, vykdyti jų lyginamąjį ir antrinę analizę.

Diskusijos turinys. Mokslininkus ir praktikus kviečiame aptarti ir dalintis, kuo naudingas vieniems ir kitiems gali būti kuriamas raidos tyrimų sąvadas bei duomenų archyvas. Kokius mokslininkų ir praktikų lūkesčius jis galėtų ir turėtų atliepti? Kaip jis galėtų tapti ne pasyvia duomenų saugykla, bet gyva bendradarbiavimo platforma, jungiančia mokslininkus, praktikus ir viešosios politikos formuotojus bei sprendimų priėmėjus?

Raktiniai žodžiai: vaikai; paaugliai; raidos tyrimai; duomenynai.

Fenomenologija, kokybiniai tyrimai ir nuplaukusios galimybės

PHENOMENOLOGY, QUALITATIVE RESEARCH AND MISSED OPPORTUNITIES

Dr. Agnė Matulaitė

Fenomenologinių tyrimų institutas

Ivadas. Diskusijoje kviečiami dalyvauti tie, kurie vis pasmalsauja, ar vertėtų rinktis kokybinę metodologiją savo tyrimuose. Ir tie, kas gal tik atsargiai skaito tyrimus, atliktus tokiu būdu. Taip pat ir tie, kurie jau seniai taiko kokybinius tyrimus savo darbuose.

Diskusijos turinys. Jei kokybiniai tyrimai vis sukiojasi Jūsų sąmonėje, ateikite ir pakalbėsime apie šių tyrimų vertę. Jų stebuklą. Ir apie tai, ko iš tikrųjų siekiame, pasitelkdami kokybinius tyrimus? Prie ko čia fenomenologija? Ir apie tai, kokie čia galimi nusivylimai taip pat. Kokie paklydimai ir grubiausios klaidos pasitaiko tokių tyrimų procese. Ir, ar galime jų išvengti?

Raktiniai žodžiai: kokybiniai tyrimai; klaidos; fenomenologija.

Vyrų patirtys skirtinguose reprodukcinuose etapuose: ką svarbu žinoti specialistams?

MEN'S EXPERIENCES ACROSS THE REPRODUCTIVE LIFE COURSE: IMPLICATIONS FOR PROFESSIONAL PRACTICE

*Dr. Justina Slavinskienė, Anna Vinkovskienė,
Sigita Pūrienė, Romėna Kačiniienė*

Įvadas. Pastaryjų metų moksliniai tyrimai atskleidžia, kad vyrų patirtys reprodukinių iššūkių kontekste yra jautrios ir tikrai emociškai reikšmingos, tačiau sistemingai nepakankamai atpažįstamos tiek klinikinėje, tiek psichosocialinėje praktikoje. Nors reprodukciniai procesai tradiciškai siejami su moters kūnu ir patirtimis, moksliniai duomenys rodo, kad nevaisingumas, persileidimai, nėštumas, gimdymas, pogimdyminis laikotarpis ir menopauzė poroje turi reikšmingą emocinį, tapatybinį ir santykinį poveikį ir vyrams.

Nevaisingumo patirtis atskleidžiantys tyrimai rodo, kad sunkumai susilaukti vaikų tiesiogiai siejasi su didesniu vyrų nerimu, depresiškumu, mažesne saviverte bei tapatybės sukrėtimu (Sahoo ir kt., 2025). Be to, perinatalinis laikotarpis aktualus ne tik moterims: sisteminės apžvalgos ir metaanalizės rodo, kad pogimdyminė depresija tėčiams nėra reta (dažnai minima ~1 iš 10 tėčių), o rizika didėja, kai sunkumų patiria partnerė (Dhanpal, Shil, 2024). Literatūroje pastebima, kad perinatalinių netekčių patirtys ir sielvartas dažniau virsta komplikuoju gedulu vyrų nei moterų grupėje (Burrow, 2024). Dauguma tyrimų atskleidžia, kad vis dėlto vyrai rečiau ieško psichologinės pagalbos, dažniau linkę internalizuoti sunkumus arba užimti „emocinio ramsčio“ poziciją partnerės atžvilgiu, palikdami savo patirtį nuošalyje.

Šie duomenys leidžia kelti klausimą ne tik apie individualius vyrų sunkumus, bet ir apie sisteminius veiksnius: kultūrinės vyriškumo normas, medicininių procesų struktūrą, terapinių erdvių kalbą ir specialistų laikyseną. Visa tai prisideda prie vyrų patirčių nematomumo ir riboto įsitraukimo į pagalbos procesus. Todėl tampa aktualu kurti profesinę erdvę refleksijai ir dialogui apie vyrų vaidmenį reprodukinių iššūkių kontekste, siekiant geriau suprasti esamą problematiką ir ieškoti būdų, kaip psichikos sveikatos specialistai galėtų aktyviau ir jautriau įtraukti vyrus į terapinį bei palaikymo procesą.

Diskusijos turinys. Diskusijos tikslas – skatinti profesinę refleksiją apie vyrų vaidmenį reprodukcinės sveikatos procesuose ir iššūkiuose bei identifikuoti psichikos sveikatos specialistų patirtis ir praktikas, galinčias didinti vyrų emocinį įsitraukimą ir psichologinės pagalbos jiems prieinamumą.

Raktiniai žodžiai: reprodukcinės sveikatos iššūkiai; emocinė parama vyrams.

Organizacijų psichologo vaidmuo ir kompetencijos Lietuvoje: praktiniai iššūkiai ir ateities kryptys

ROLE AND COMPETENCIES OF ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGISTS IN LITHUANIA: PRACTICAL CHALLENGES AND FUTURE DIRECTIONS

**Dr. Marija Miselytė-Žilinskė, dr. Giedrė Genevičiūtė-Janonė,
prof. dr. Rasa Pilkauskaitė Valickienė**

Lietuvos psichologų sąjunga

Ivadas. Lietuvos psichologų sąjungos Organizacinės psichologijos komitetas kviečia į diskusiją, kurios tikslas – aptarti pagrindinius iššūkius, su kuriais susiduria organizacijų psichologai praktinėje veikloje Lietuvoje, bei identifikuoti kompetencijas, būtinas efektyviam šio vaidmens atlikimui šiuolaikinėse organizacijose.

Organizacijų psichologai vis dažniau veikia sudėtingame profesiniame lauke, apimančiame darbuotojų gerovės stiprinimą, psichosocialinių rizikų valdymą, organizacinius pokyčius, vadovų konsultavimą ir tarpdisciplininį bendradarbiavimą. Tačiau šio vaidmens ribos, atsakomybės ir reikalingos kompetencijos dažnai išlieka neaiškiai apibrėžtos tiek organizacijose, tiek platesniame profesiniame ir akademi-niame kontekste.

Diskusijos turinys. Diskusijos metu bus inicijuojamas dialogas tarp praktikuojančių organizacijų psichologų ir akademinės bendruomenės atstovų, aptariant realius praktinius iššūkius, kompetencijų spragas, atotrūkį tarp akademinio pasirengimo ir praktikos bei profesinės tapatybės klausimus. Taip pat bus diskutuojama apie organizacijų psichologo vaidmens raidą Lietuvoje ir kompetencijas, kurios bus ypač svarbios ateityje.

Diskusija siekia skatinti refleksiją, dalijimąsi patirtimi ir dialogą tarp mokslo ir praktikos, taip pat sudaryti pagrindą tolesniems tyrimams apie organizacijų psichologų kompetencijas Lietuvos kontekste.

Raktiniai žodžiai: organizacinis psichologas; kompetencijos; profesinė tapatybė; praktiniai iššūkiai.

Įtraukusis ugdymas: kaip gali bendradarbiauti švietimo įstaigų, psichinės ir fizinės sveikatos specialistai, pacientai bei jų artimieji

INCLUSIVE EDUCATION: HOW EDUCATIONAL INSTITUTIONS, MENTAL AND PHYSICAL HEALTH PROFESSIONALS, PATIENTS AND THEIR RELATIVES CAN COLLABORATE

**Dr. Jolanta Žilinskienė¹, Dovilė Byčienė², Milda Dambrauskienė³,
Ramunė Ramanauskienė⁴, doc. dr. Laura Malakauskienė⁵**

¹Lietuvos sveikatos mokslų universitetas; ²Klubas Diabeto IQ; ³Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ligoninė Kauno klinikos; ⁴Kauno rajono psichologinė pedagoginė tarnyba;

⁵Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Įvadas. Įtraukusis ugdymas – tai kokybiškas, nediskriminuojantis mokymasis visiems vaikams, paaugliams (ir jauniems) suaugusiems kartu, atsižvelgiant į individualius poreikius (socialinius, emocinius, negalią). Šiam procesui labai svarbu įvairių sričių ir institucijų bendradarbiavimas, tęstinumas visuose išsilavinimo lygiuose mokykloje bei siekiant įgyti profesinio ar aukštojo išsilavinimo bei bendruomenės socialinis jautrumas ir lankstumas.

Diskusijos turinys. Diskusijoje dalyvaujantys specialistai ir pacientų atstovai diskutuos, su kokia realybe ir iššūkiais susiduriama įgyvendinant įtraukųjį ugdymą, kokiose situacijose ir kaip gali bendradarbiauti specialistai, kaip užtikrinti tęstinumą.

Raktiniai žodžiai: įtraukusis ugdymas; individualūs poreikiai; psichikos sveikata; liga; sutrikimai.



Praktinės dirbtuvės

Virtualios realybės ekspozicinė terapija (VRET) fobijų bei nerimo gydyme – susipažinkime, patirkime, įvertinkime

VIRTUAL REALITY EXPOSURE THERAPY (VRET) IN THE TREATMENT OF PHOBIAS AND ANXIETY – LET’S GET TO KNOW, EXPERIENCE, EVALUATE

Palmira Kazlauskienė

VšĮ Kauno miesto poliklinika

Įvadas. Virtualios realybės akiniai (VR) psichoterapijoje dažniausiai naudojami fobijų ir nerimo gydymui. Ši sritis vadinama virtualios realybės ekspozicine terapija (VRET). Daugelis mokslinių tyrimų rodo, kad ji veiksminga ir dažnai prilygsta tradicinei „in vivo“ terapijai.

1. VR terapija efektyviai mažina simptomus pacientams, kenčiantiems nuo specifinių fobijų, tokių kaip aukščio, vorų, skrydžio ar socialinė fobija.
2. VR terapija gali būti tokia pat veiksminga, kaip tradicinė gyva konsultacija. Tyrimai parodė, kad VR terapija vorų fobijai buvo ne mažiau efektyvi nei įprasta vienos sesijos gyva terapija.
3. VR terapija ypač veiksminga socialinės fobijos ir agorafobijos gydymui. Simptomų sumažėjimas fiksuojamas jau po 8–12 VR terapijos sesijų ir poveikis yra ilgalaikis.
4. VR terapija efektyvi ir panikos bei vairavimo fobijoms bei pasižymi geru ilgalaikiu poveikiu.

Išvada: virtualios realybės ekspozicinė terapija (VRET) yra veiksmingas, saugus ir dažnai lygiavertis tradiciniam „in vivo“ metodui fobijų gydymo būdas, kuris gali būti lengviau prieinamas, mažiau gąsdinantis ir ekonomiškai naudingesnis.

Dirbtuvių turinys. Praktinių dirbtuvių metu bus pristatyti virtualios realybės akiniai, susipažinsime su jų galimybėmis, galėsime išbandyti, kaip jie veikia ir kokius jausmus sukelia. Aptarsime galimybes ir ribotumus, kylančius naudojantis akiniais bei taikant juos praktikoje.

Raktiniai žodžiai: virtualios realybės akinių naudojimas.

Poliamoriškas klientas psichikos sveikatos specialisto kabinete: tyrimai ir praktinės gairės

A POLYAMOROUS CLIENT AT A MENTAL HEALTH PROFESSIONAL'S OFFICE: CURRENT RESEARCH AND PRACTICAL GUIDELINES

Simona Pečkaitė

LPS LGBTQIA+ psichologijos grupė

Įvadas. Poliamoriški asmenys dažnai susiduria su stigma ir socialine atskirtimi ne tik platesnėje visuomenėje, bet ir psichikos sveikatos priežiūros sistemoje. Nepaisant to, psichologijos moksle sutarimu grįsti nemonogaminiai santykiai, įskaitant poliamoriją, vis dar lieka menkai tyrinėjami ir neretai ignoruojami. Vyraujanti stigma visuomenėje ir tarp psichikos sveikatos specialistų prisideda prie papildomo mažumos streso bei gali neigiamai paveikti poliamoriškų asmenų psichologinę gerovę.

Dirbtuvių turinys. Šios dirbtuvės skirtos tiek psichologijos mokslo tyrėjams, tiek psichologams ir psichoterapeutams praktikams. Jų metu dalyviai bus supažindinti su sutarimu grįstų nemonogaminių santykių (angl. *consensual non-monogamy*) sąvoka bei įvairiomis santykių formomis ir dinamikomis, priskiriamomis šiam skėtiniam terminui. Taip pat bus pristatyti dirbtuvių vedėjos atlikto mokslinio tyrimo rezultatai, atskleidžiantys poliamoriškus santykius praktikuojančių asmenų patirtis ir poreikius kreipiantis į psichikos sveikatos specialistus.

Dirbtuvių metu dalyviai turės galimybę reflektuoti savo asmenines ir profesines nuostatas, užduoti aktualius klausimus bei gauti praktinių gairių darbui su klientais, praktikuojančiais įvairias sutarimu grįstų nemonogaminių santykių formas.

Raktiniai žodžiai: poliamorija; nemonogaminiai santykiai; nuostatos.



**Stendiniai
pranešimai**

Mokinių intelektualinių gabumų ir socialinių bei emocinių kompetencijų reikšmė akademiniams pasiekimams: teorinės įžvalgos

THE SIGNIFICANCE OF STUDENTS' GIFTEDNESS AND SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCIES FOR ACADEMIC ACHIEVEMENT: THEORETICAL INSIGHTS

Augustas Aleksejevas

Vytauto Didžiojo Universitetas

Įvadas. Nors mokinių intelektualiniai gabumai stipriai siejasi su akademiniiais pasiekimais, reikšminga dalis intelektualiai gabių mokinių nepasiekia rezultatų, atitinkančių jų potencialą, todėl kyla prielaida, kad vien kognityvinių gebėjimų nepakanka sėkmingai prisitaikyti prie mokyklos programos lūkesčių (Alexopoulou ir kt., 2019). Nekognityviniai veiksniai, pavyzdžiui, socialinės ir emocinės kompetencijos, taip pat veikia tai, ar natūralūs gabumai pavirsta į pasiekimus (Villares ir kt., 2023). Naujausi tyrimai pabrėžia būtinybę peržengti vien kognityvinius gabumų apibrėžimus ir tirti, kaip nekognityviniai, intervencijų veikiami aspektai sąveikauja su mokykline aplinka (Tourreix ir kt., 2023).

Pranešimo turinys. Daugelis tyrimų rodo, kad intelektas vaidina svarbų vaidmenį prognozuojant mokinių akademinius pasiekimus (Demetriou ir kt., 2020). Nepaisant to išlieka dviguba problema: kaip padėti intelektualiai gabiems mokiniams, kurių pasiekimai neatspindi jų kognityvinio potencialo, ir įprasto intelekto mokiniams, kuriems reikia papildomų nekognityvinių išteklių siekiant geresnių akademinių rezultatų? „CASEL“ socialinių ir emocinių kompetencijų modelis integruoja prieštarigus emocinio intelekto požiūrius, o šiuo modeliu grįstos intervencijos siejasi su didesniais akademiniiais pasiekimais, saviverte, įsitraukimu į mokyklos bendruomenę ir mažesniu rizikingu elgesiu (Durlak ir kt., 2011). Tyrimai rodo, kad socialinės ir emocinės kompetencijos moderuoja ryšį tarp intelekto ir akademinių pasiekimų, o moderacinis poveikis yra didesnis tarp mokinių, turinčių vidutinį intelektą, nei tarp intelektualiai gabių mokinių (Li ir Shi, 2021). Socialinės ir emocinės kompetencijos gali padėti veiksmingiau valdyti mokymosi metu patiriamą stresą ir nerimą, palaikyti motyvaciją bei įsitraukimą, taip veikdamos akademinius pasiekimus, nepriklausomai nuo intelektualinių gabumų.

Baigiamoji dalis. Akademiniai pasiekimai siejasi ne tik su intelektualiais gabumais, bet ir su socialinėmis bei emocinėmis kompetencijomis, ypač tarp įprasto intelekto mokinių. Šios įžvalgos gali būti naudingos švietimo įstaigoms integruojant socialinių ir emocinių kompetencijų ugdymą į jų programą, siekiant pilnai atskleisti mokinių akademinį potencialą. Ateities tyrimai galėtų gilinti supratimą, kaip nekognityviniai veiksniai skirtingai veikia gabius ir įprasto intelekto mokinius.

Raktiniai žodžiai: socialinės ir emocinės kompetencijos; intelektualiai gabumai; akademiniai pasiekimai; mokiniai.

Pagyvenusių žmonių kriminalinės viktimizacijos psichologiniai padariniai

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CRIMINAL VICTIMIZATION IN OLDER ADULTS

Dr. Ksenija Čunichina, doc. dr. Kristina Vanagaitė

Vilniaus universitetas

Ivadas. Pagyvenusių žmonių (65+ m.) kriminalinė viktimizacija dažnai lieka periferijoje, nors jos poveikis psichologinei gerovei ryškus. Nors bendra rizika šiai grupei mažesnė, specifiniai nusikaltimai – finansiniai sukčiavimai, įsilaužimai, smurtas artimoje aplinkoje – siejami su neproporcingai dideliu stresu (Satchell et al., 2023). Tarptautiniu mastu smurtą patiria apytiksliai 1 iš 6 vyresnių nei 60 m. (WHO, 2024); Lietuvoje pagyvenę sudaro apie 21,5 proc. populiacijos (Oficialios statistikos portalas, 2026), o jų dalis tarp nukentėjusiųjų didėjo (2024 m. – 16,6 proc., 2025 m. – 18,8 proc.), nepaisant bendro aukų skaičiaus mažėjimo (Serfaty et al., 2016; OSP, 2026). ES kontekste Lietuvai būdingas žemas bendras nusikaltimų, smurto ir vandalizmo lygis, tačiau vyresni išlieka pažeidžiami (Eurostat, 2025). Šio pranešimo tikslas – apžvelgti kriminalinės viktimizacijos psichologinius padarinius pagyvenusiems ir išryškinti jų, kaip atskiros nukentėjusiųjų grupės, specifiką Lietuvos kontekste.

Pranešimo turinys. Atlikus išsamią literatūros analizę ir oficialios statistikos apžvalgą, nustatyta, kad dažniausi psichologiniai nusikaltimų padariniai apima padidėjusį nerimą, depresijos ir PTSS simptomus, gėdą, savęs kaltinimą; elgesio lygmenyje – socialinę izoliaciją, vengimą, miego sutrikimus (Satchell et al., 2023; Serfaty et al., 2016). Pagyvenusių žmonių patiriami įsilaužimai ir smurtiniai nusikaltimai sietini su prastesniais sveikatos rodikliais ir didesniu slaugos poreikiu (Donaldson, 2003; Lachs et al., 2006). Palyginti su jaunesnėmis aukomis, pagyvenę žmonės dažniau patiria ilgalaikę baimę, rečiau kreipiasi pagalbos, yra labiau pažeidžiami antrinės viktimizacijos (Babachinaitė, 2006; Brown & Gordon, 2019; Brank, 2024), o dalyvaudami teisiniuose procesuose susiduria su pagyvenusių liudytojų diskriminacija (Love, 2015).

Baigiamoji dalis. Šios specifinės grupės tyrinėjimo aktualumą pabrėžia faktas, kad paskutinis viktimologinis tyrimas Lietuvoje atliktas prieš 20 metų, todėl duomenys gali būti pasenę.

Raktiniai žodžiai: pagyvenę žmonės; kriminalinė viktimizacija; psichologiniai padariniai; psichologinis distresas.

Jaunų suaugusiųjų subjektyvių nusiskundimų atmintimi ir asmenybės bruožų sąsajos

THE RELATIONSHIP BETWEEN SUBJECTIVE MEMORY COMPLAINTS AND PERSONALITY TRAITS IN YOUNG ADULTS

Otilija Damijonaitytė, dr. Jovita Janavičiūtė-Pužauskė

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Jaunų suaugusiųjų gyvenimo tempas yra intensyvus ir kupinas kasdienių kognityvinių iššūkių – nuolat tenka apdoroti ir įsiminti didelį informacijos kiekį. Nors objektyvūs kognityviniai gebėjimai šioje amžiaus grupėje dažniausiai yra geri, dalis jaunų suaugusiųjų subjektyviai nurodo pablogėjusias atminties funkcijas, o kiti tokių nusiskundimų neišsako. Jaunų suaugusiųjų grupėje šis reiškinys dar menkai ištirtas, o mokslinėje literatūroje keliama prielaida, kad su subjektyviais nusiskundimais atmintimi siejasi asmenybės savybės. Tyrimo tikslas – nustatyti jaunų suaugusiųjų subjektyvių atminties pablogėjimų ir asmenybės bruožų sąsajas.

Metodai. Tyrime dalyvavo 194 jauni suaugusieji (135 moterys, 59 vyrai), vidutinis amžius – 23,8 metų (SN = 54,45). Asmenybės bruožai vertinti Dešimties klausimų asmenybės inventoriumi (TIPI, Gosling et al., 2003). Subjektyvūs atminties pablogėjimai – Kasdienio gyvenimo atminties sutrikimų klausimynu (MFE, Carrasco et al., 2012), o stresas – klausimu apie subjektyviai patiriamą stresą.

Rezultatai. Nusiskundimai atmintimi susiję su didesniu subjektyviai vertinamu streso lygiu ($r = 0,214$, $p < 0,05$), todėl tolimesnėje rezultatų analizėje pastarojo reikšmė buvo kontroliuojama. Rezultatai atskleidė, kad moterys ($M = 8,59$; $SN = 2,75$) pasižymi aukštesniu ($p < 0,05$) neurotiškumo išreikštumu palyginti su vyrais ($M = 6,92$; $SN = 3,02$) imtyse, todėl išreikštų nusiskundimų atmintimi ir neurotiškumo ryšys analizuotas atskirose lyčių grupėse. Didesnis neurotiškumo lygis siejasi su didesniais nusiskundimais atmintimi tiek moterų ($r = 0,293$, $p < 0,01$), tiek vyrų ($r = 0,344$, $p < 0,01$) grupėje. Tuo tarpu sąžiningumas ($r = -0,357$, $p < 0,05$), sutariamumas ($r = -0,149$, $p < 0,05$), ir atvirumas patirčiai ($r = -0,145$, $p < 0,05$) buvo susiję su mažiau išreikštais subjektyviais atminties pablogėjimais, o ekstraversijos ryšys su atminties nusiskundimais šiame tyrime nenustatytas ($r = -0,096$, $p > 0,05$). Ryšiai tarp neurotiškumo ir subjektyvių atminties pablogėjimų yra panašūs tiek vyrų ($r = 0,344$), tiek moterų ($r = 0,293$) grupėse.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Rezultatai patvirtina, kad subjektyvūs atminties pablogėjimai jauname amžiuje susiję su psichologiniais (stresu) ir asmenybiniais veiksniais. Galima daryti išvadą, kad labiau išreikštas neurotiškumas ir stresas yra susijęs su didesniu subjektyvių atminties nusiskundimų lygiu, o sąžiningumas, sutariamumas ir atvirumas patirčiai gali veikti kaip apsauginiai veiksniai, susiję su mažesniu subjektyvių atminties pablogėjimų dažniu.

Raktiniai žodžiai: atmintis; asmenybės bruožai; jauni suaugusieji; didysis penketas.

Priešmokyklinio amžiaus vaikų ekranų naudojimosi ir vykdomųjų funkcijų palyginimas tarp 2018 ir 2024 kohortų bei ryšys su šeimos patiriamu stresu

A COMPARISON OF PRESCHOOLERS' SCREEN USE AND EXECUTIVE FUNCTIONS ACROSS THE 2018 AND 2024 COHORTS, AND THEIR RELATIONSHIPS TO FAMILIAL DISTRESS

Saulė Grigonytė, prof. dr. Roma Jusienė, doc. dr. Ramunė Dirvanskienė

Vilniaus universitetas

Ivadas. Išmaniesiems įrenginiams vis labiau tampant kasdiene gyvenimo dalimi, tyrimų lauke dar nėra vienareikšmio atsakymo apie jų poveikį priešmokyklinio amžiaus vaikų funkcionavimui, konkrečiau – vaikų vykdomosioms funkcijoms (VF) (Jusienė ir kt., 2020). Ekraninių medijų (EM) naudojimą ypač dar labiau paskatino 2020 m. prasidėjusi COVID-2019 pandemija, kurios metu dėl socialinių, ugdymo ar kitų priežasčių ekranai tapo kasdiene vaikų gyvenimo dalimi (Choi et al., 2023). Nėra aišku, kaip keitėsi EM naudojimo įpročiai ir VF po pandemijos. Šiuo tyrimu (projektas finansuotas Lietuvos mokslo tarybos, studentų vasaros praktikos metu nr. P-SV3-25-309) siekta palyginti 2018-ais ir 2024-ais tirtų priešmokyklinio amžiaus vaikų VF ir EM naudojimo įpročius, bei nustatyti šių konstruktyvų ryšį su šeimos patiriamu stresu bei nustatyti šių konstruktyvų ryšį su šeimos patiriamu stresu.

Metodai. Analizei iš 2018 ir 2024 m. duomenų bazių atrinkti amžiumi ir lytimi sutampantys vaikai – 192 įprastos raidos tiriamieji (po 96 iš kiekvienos kohortos, 55 proc. mergaitės, amžiaus vidurkis 57,3 mėn.). Psichinės veiklos Kognityvinis perkėlimas, veikloji atmintis, atsako slopinimas/slopinimo kontrolė vertinti „Figūrų mokyklos“, „Gyvūnų namo“ bei „Galva – kojos“ užduotimis, o EM naudojimo trukmė (EMNT) bei šeimos patiriamas stresas vertinti tėvų užpildytos anketos duomenimis. Tyrimo analizei pasitelkta atliktos koreliacinė, vidurkių palyginimo bei daugialypės tiesinės regresijos analizės.

Rezultatai. Kohortos nesiskyrė pagal VF ar EMNT, tačiau 2024 m. vaikai mažiau naudojo kompiuteriais (Vidurkinis rangas 2018 = 93,83; Vidurkinis rangas 2024 = 69,66; $U = 2153,5$; $p < 0,001$). Nors vaikų, patyrusių ir nepatyrusių stresinį ar krizinį įvykį šeimoje, VF nesiskyrė, 2024 m. vaikai, kurie patyrė stresinį įvykį, mažiau laiko praleisdavo prie planšečių (Vidurkinis rangas nepatyrė stresinio įvykio = 53,11; Vidurkinis rangas patyrė stresinį įvykį = 38,16; $U = 709$; $p < 0,002$). Daugialypė linijinė

regresija atskleidė, jog stresiniai, kriziniai įvykiai, EMNT ar tėvų išsilavinimas neprognozuoja VF.

Išvados. Galime teigti, jog priešmokyklinio amžiaus vaikų EMNT ir VF prieš ir po COVID pandemijos nesiskiria, tačiau neaišku, kokį poveikį turės didesnis liečiamų ekranų naudojimas vaikų motorinei raidai ateityje. Svarbu ir toliau nagrinėti šiuos sąryšius, tokiu būdu prisidedant prie raidai palankaus ekranų naudojimo reguliavimo.

Raktiniai žodžiai: priešmokyklinis amžius; vykdomosios funkcijos; ekraninių medijų naudojimo trukmė; stresiniai ir kriziniai įvykiai.

Vyresnio amžiaus žmonių eidžizmo patyrimo, skaitmeninių technologijų naudojimo ir psichikos sveikatos sąsajos

THE ASSOCIATIONS BETWEEN EXPERIENCES OF AGEISM, DIGITAL TECHNOLOGY USE AND MENTAL HEALTH OF OLDER ADULTS

**Dokt. Gabrielė Gudynaitė, doc. dr. Olga Zamalijeva,
prof. dr. Vilmantė Pakalniškienė**

Vilniaus universitetas

Įvadas. Nepaisant augančios skaitmeninių technologijų reikšmės ir eidžizmo (senėjimo stereotipų, išankstinių nuostatų ir diskriminacinio elgesio vyresnio amžiaus asmenų atžvilgiu) paplitimo, šie reiškiniai dažniausiai tiriama atskirai, neatskleidžiant jų bendro poveikio vyresnio amžiaus žmonių psichikos sveikatai. Eidžizmas gali neigiamai veikti psichikos sveikatą per savivertės mažėjimą ar socialinę atskirtį, o skaitmeninių technologijų naudojimas – mažinti vienišumą, gerinti prieigą prie išteklių ar keisti senėjimo stereotipus. Vis dėlto trūksta kompleksinių tyrimų, analizuojančių šių reiškinių sąsajas, jų poveikio mechanizmus ir šias sąsajas medijuojančius veiksnius. Tyrimo tikslas – ištirti vyresnių žmonių eidžizmo patyrimo, skaitmeninių technologijų naudojimo ir psichikos sveikatos sąsajas.

Metodai. Atliktas kiekybinis tyrimas (N = 191; 55 m. ir vyresni Lietuvos gyventojai). Naudoti instrumentai: *Everyday Ageism Scale*, *Brief Ageing Perceptions Questionnaire*, *Brief Senior Technology Acceptance Model*, *Generalized Anxiety Disorder Scale*, *Center for Epidemiological Studies Depression Scale Short Form* ir *UCLA Loneliness Scale (6-item)*. Taikyta koreliacinė, regresinė ir mediacijos analizė (SPSS PROCESS).

Rezultatai. Rezultatai atskleidė, kad eidžizmas ir skaitmeninių technologijų naudojimas buvo reikšmingi vyresnio amžiaus žmonių psichikos sveikatos veiksniai. Internalizuotas eidžizmas stipriausiai prognozavo depresijos simptomus, o santykių eidžizmas – vienišumą ir nerimą. Dažnesnis bendras technologijų naudojimas siejosi su mažesniu vienišumu, tačiau svarbūs buvo ir naudojimo tikslai: naudojimas psichikos sveikatos tikslais siejosi su mažesniais depresijos ir vienišumo rodikliais, mokymuisi ir informacijos paieškai – su mažesniu vienišumu, o instrumentinėms veikloms – su mažesniu nerimu. Eidžizmas iš dalies medijavo ryšį tarp technologijų

naudojimo ir depresijos bei vienišumo – dažnesnis naudojimas buvo susijęs su mažesniu eidžizmo patyrimu ir palankesniais rodikliais.

Išvados. Apibendrinant, šis tyrimas parodė, kad eidžizmo patyrimas ir skaitmeninių technologijų naudojimas yra svarbūs vyresnio amžiaus žmonių psichikos sveikatai, todėl ateities tyrimuose tikslinga toliau analizuoti jų vaidmenį ir gilinti supratimą apie jų tarpusavio sąsajas.

Raktiniai žodžiai: senėjimas; eidžizmas; skaitmeninės technologijos; psichikos sveikata; vyresnio amžiaus žmonės.

Ryšys tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir subjektyviai suvokiamos miego kokybės: empirinio tyrimo rezultatai

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK ADDICTION AND PERCEIVED SLEEP QUALITY: RESULTS OF AN EMPIRICAL STUDY

Gabrielė Jackevič, dr. Modesta Morkevičiūtė

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Didėjant polinkio į priklausomybę nuo darbo paplitimui (Andersen et al., 2023), svarbu suprasti jo pasekmes asmeniui. Tyrimai rodo, kad polinkis į priklausomybę nuo darbo gali būti susijęs su prastesne miego kokybe (pvz., Charkhabi et al., 2024; Zhang et al., 2023), tačiau rezultatai prieštaringi, o tyrimų trūksta. Šio tyrimo tikslas – nustatyti ryšį tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir subjektyviai suvokiamos miego kokybės. Kadangi priklausomybė nuo darbo oficialiai neįtraukta į ligų klasifikatorius, reiškinys įvardytas kaip polinkis į priklausomybę nuo darbo.

Metodai. Atliktas kiekybinis skerspjūvio tyrimas, kuriame dalyvavo 205 Lietuvoje veikiančiose organizacijose dirbantys asmenys (54,1 proc. moterų ir 45,9 proc. vyrų). Naudotos: Bergeno priklausomybės nuo darbo skalė (Andreassen et al., 2012), Miego kokybės skalė (Yi et al., 2006) ir sociodemografinių charakteristikų klausimynas. Statistinei analizei taikyti Stjudento t testas ir Pearson'o koreliacija.

Rezultatai. Nustatyta, kad polinkis į priklausomybę nuo darbo susijęs su prastesne bendra miego kokybe ($r = 0,37$, $p < 0,001$) ir kai kuriais jos komponentais: didesnėmis dienos disfunkcijomis ($r = 0,33$, $p < 0,001$), sunkumais užmigti ($r = 0,35$, $p < 0,001$), sunkumais atsikelti ($r = 0,19$, $p = 0,005$) ir sunkumais išlaikyti miegą ($r = 0,22$, $p = 0,002$), tačiau nesusijęs su atsigavimu po miego ($r = -0,09$, $p = 0,202$) ir pasitenkinimu miegu ($r = 0,05$, $p = 0,481$).

Rezultatų aptarimas. Rezultatai gali būti aiškinami tuo, kad linkę į priklausomybę nuo darbo asmenys skiria mažiau dėmesio poilsiui ir atsistatymui. Nepakankamas atsistatymas blogina savijautą ir produktyvumą, todėl asmenys dirba intensyviau, o tai gali dar labiau didinti miego sunkumus (Geurts & Sonnentag, 2006; Kismawan et al., 2024). Tyrimo rezultatai papildo mokslinę literatūrą empiriniais duomenimis apie neigiamas šio reiškinio pasekmes.

Išvados. Polinkis į priklausomybę nuo darbo siejamas su prastesne subjektyviai suvokiama miego kokybe ir kai kuriais jos komponentais, tačiau nesusijęs su atsigavimu po miego ir pasitenkinimu juo.

Raktiniai žodžiai: polinkis į priklausomybę nuo darbo; miego kokybė; darbuotojai; empirinis tyrimas.

Siekiant tikslesnio pirminės ir antrinės psichopatijos diferencijavimo nuteistųjų populiacijoje: veiksnių, susijusių su emociniu funkcionavimu, ankstyvosiomis trauminėmis patirtimis bei agresyvaus elgesio pobūdžiu, įvertinimas

MOVING TOWARDS A MORE PRECISE DISTINCTION BETWEEN PRIMARY AND SECONDARY PSYCHOPATHY IN THE PRISON POPULATION: EXPLORING FACTORS RELATED TO EMOTIONAL FUNCTIONING, EARLY TRAUMATIC EXPERIENCES, AND AGGRESSIVE BEHAVIOUR

Sandra Bagdonaitė-Jankauskienė, doc. dr. Alfredas Laurinavičius

Vilniaus Universitetas

Įvadas. Psichopatijos konstrukto, taip pat pirminės ir antrinės psichopatijos, samprata tebeišlieka aktuali mokslinės diskusijos tema. Šie potipiai paprastai siejami su skirtingais etiologiniais raidos keliais ir dažnai diferencijuojami remiantis nerimo išreikštumu. Teoriniu požiūriu šie potipiai taip pat gali skirtis pagal ankstyvasias traumines patirtis, emocinį funkcionavimą ir agresyvaus elgesio raišką. Pagrindinis tyrimo tikslas yra įvertinti šių teoriškai numatomų veiksnių įnašą diferencijuojant pirminę bei antrinę psichopatiją, pasitelkiant įvairių veiksnių operacionalizavimą.

Pranešimo turinys. Pranešime pristatomas tyrimo planas ir jį pagrindžiančios teorinės prielaidos. Tyrimo tikslinė grupė yra suaugę nuteistieji vyrai, pasižymintys klinikiu psichopatijos bruožų išreikštumo lygiu ir atliekantys bausmes įvairiose Lietuvos pataisos įstaigose. Dalyviai bus atrenkami remiantis veiksniais, kurie susiję su padidėjusia rizika turėti psichopatijos bruožų. Tikimasi, kad tyrime dalyvaus apie 150 nuteistųjų, iš kurių maždaug 50 atitiks kliniškai reikšmingos psichopatijos lygį. Numatoma įtraukti palyginamąją bendrosios populiacijos vyrų imtį.

Psichopatijai įvertinti bus naudojama trumpa psichopatijos skalės versija (angl. *Psychopathy Scale – Short Version*, PCL-SV, Hart, 2003) bei Levensono psichopatijos skalė (angl. *Levenson Self-Report Psychopathy Scale*, LSRP, Levenson et al., 1995). Emocinio funkcionavimo vertinimui numatoma naudoti specialiai

tyrimo populiacijai parengtą emocijų įsisąmoninimo lygių skalę (angl. *The Level of Emotional Awareness Scale*, LEAS, Lane et al., 1990), neišreikštų asociacijų testą (angl. *Implicit Association Test*, IAT, Greenwald et al., 1998) bei tarpasmeninio reaktyvumo indekso klausimyną (angl. *Interpersonal Reactivity Index*, IRI, Ingolia et al., 2016). Trauminėms patirtims įvertinti planuojama naudoti tarptautinį trauminių patirčių klausimyną (angl. *International Trauma Exposure Measure*, ITEM, Hyland et al., 2021) bei trumpąją vaikystės trauminių patirčių klausimyno versiją (angl. *Childhood Trauma Questionnaire – Short Form*, CTQ-SF, Bernstein et al., 2003). Agresijos pobūdžiui vertinti bus pasitelkiamas reaktyvios ir proaktyvios agresijos klausimynas (angl. *Reactive-Proactive Aggression Questionnaire*, Raine et al., 2006).

Baigiamoji dalis. Pranešime bus pristatomos preliminaros hipotezės, numatomi rezultatai, bei jų galima reikšmė pirminės ir antrinės psichopatijos diferencijacijai bei nuteistųjų psichologinių intervencijų tobulinimui.

Raktiniai žodžiai: psichopatija; ankstyvosios trauminės patirtys; emocinis funkcionavimas.

Emocinės savijautos gerinimo programos efektyvumas 5–8 klasių specialiųjų ugdymosi poreikių mokiniams

THE EFFECTIVENESS OF EMOTIONAL WELL-BEING IMPROVEMENT PROGRAMS FOR STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS IN GRADES 5–8

**Dalia Klumbienė, doc. dr. Liana Brazdeikienė,
doc. dr. Renata Arlauskienė**

Klaipėdos universitetas

Ivadas. 2024 m. Klaipėdos miesto progimnazijose, dalyvaujančiose projekte „Tūkstantmečio mokykla“, atliktas 5–8 klasių specialiųjų ugdymosi poreikių (SUP) mokinių emocinės savijautos tyrimas. Nustatyta, kad dalis mokinių dažnai išreiškia nenorą eiti į mokyklą, pasižymi neigiamu požiūriu į mokyklines veiklas, o teigiamą pastiprinimą dėl mokymosi pasiekimų rečiausiai gauna iš mokyklos administracijos ir švietimo pagalbos specialistų. Atsižvelgiant į šiuos rezultatus, buvo sukurta ir mokykloms rekomenduota taikyti 5–8 klasių SUP mokinių emocinės savijautos gerinimo programa. Tyrimo tikslas – įvertinti šios programos efektyvumą.

Metodai. Tyrimo imtį sudarė 71 Klaipėdos miesto progimnazijose besimokantis 5–8 klasių SUP mokinys. Tyrimui naudota Daugiamatė mokinių pasitenkinimo gyvenimu skalės (Huebner, 1994) lietuviškoji versija (Gedutienė, Lukšaitė–Samaitienė, 2018), kurios teiginiai vertinami 6 balų Likerto skalėje nuo „visiškai nesutinku“ iki „visiškai sutinku“. Taip pat taikyta Saviveiksmingumo skalė (Schwarzer ir Jerusalem, 1995) bei demografiniai klausimai. 2024 m. rudenį gauti tėvų sutikimai ir atliktas pirminis mokinių vertinimas. Remiantis jo rezultatais sukurta emocinės savijautos gerinimo programa, pristatyta progimnazijoms. Mokytojai fiksavo taikomas veiklas refleksijos dienoraščiuose. 2025 m. gegužės–liepos mėn. atliktas pakartotinis vertinimas. Duomenys analizuoti taikant aprašomąją ir lyginamąją analizę.

Rezultatai. Po programos taikymo nustatyti teigiami mokinių emocinės savijautos pokyčiai. Pasitenkinimo šeima vidurkis padidėjo nuo 4,89 iki 5,13 balo, pasitenkinimo mokykla – nuo 3,65 iki 3,89 balo, pasitenkinimo draugais – nuo 4,58 iki 4,84 balo, o santykio su savimi – nuo 4,70 iki 4,87 balo. Bendros emocinės savijautos vidurkis padidėjo nuo 4,45 iki 4,68 balo.

Rezultatų aptarimas. Programoje akcentuotas pasitenkinimo mokykla ir saviveiksmingumo stiprinimas, taikant moksliai pagrįstas ugdymo strategijas (Constantine ir kt., 2019). Mokytojams rekomenduota taikyti R. W. Greene auklėjimo modelį ir streso valdymo pratimus (Greene, 2017; Popovici ir kt., 2024), taip pat skatinti mokinių įsitraukimą į užklasines veiklas, kurios siejamos su geresniais socialiniais santykiais ir teigiamesniu mokyklos patirties vertinimu (Bosáková ir kt., 2020). Švietimo pagalbos specialistams rekomenduota organizuoti savijautos gerinimo užsiėmimus ir įtraukti tėvus.

Išvada. Po emocinės savijautos gerinimo programos taikymo stebimi teigiami 5–8 klasių SUP mokinių emocinės savijautos pokyčiai: visi vertinti rodikliai nežymiai padidėjo, o sumažėjimų nenustatyta.

Raktiniai žodžiai: emocinė savijauta; specialieji ugdymosi poreikiai; emocinės savijautos gerinimo programa; 5–8 klasių mokiniai.

Studentų mobilumas ir psichikos sveikata: tarptautinio tyrimo rezultatai

STUDENT MOBILITY AND MENTAL HEALTH: RESULTS FROM THE INTERNATIONAL RESEARCH

**Doc. dr. Kristina Kovalčikienė¹, doc. dr. Rytis Pakrosnis¹, Eglė Daukilaitė¹,
Ilona Kazlauskaitė¹, „Mobile Minds in Motion“ konsorciumas²**

¹Vytauto Didžiojo universitetas; ²Transilvania University, University of Alcalá, Selçuk University, University of Porto; European University Foundationn), Erasmus Student Network

Įvadas. Erasmus+ mainai ar kita tarptautinė studijų patirtis studentams yra neįkainojama. Daugelis studentų studijų mobilumą vertina kaip smagią, įsimintiną, naudingą, asmeninį ir profesinį augimą formuojančią patirtį. Tačiau neretai ši patirtis yra lydimą įvairių psichologinių iššūkių, o tyrimų, analizuojančių trumpalaikių (iki vieno semestro) mainų studentų psichikos sveikatą, stokojama. Siekiant užpildyti šią spragą, tarptautinio projekto „Mobil Minds in Motion (MMM)“ rėmuose atliktas tyrimas, kurio tikslas – nustatyti reikšmingus psichikos sveikatos iššūkius, su kuriais susiduria mobilumo programose dalyvaujantys studentai prieš mobilumą, jo metu ir jau sugrįžus, siekiant pateikti rekomendacijas, kurios taptų gairėmis prevencinių priemonių rengimui.

Metodai. Pranešime pristatomi kiekybinio tyrimo rezultatai. Apklausoje dalyvavo 675 studentai iš 73 šalių, 99 darbuotojai ir 13 psichologų. Atlikus išsamią literatūros analizę, sudarytas tyrimo instrumentas, kuris apima 33 sunkumus, suskirstytus į šias sunkumų kategorijas: psichikos sveikata ir gerovė (12), somatinė sveikata (4), elgesio sunkumai (7), akademiniai sunkumai (2), santykių sunkumai (2), socialiniai ir kultūriniai sunkumai (3) bei priekabiavimo ir smurto problemos (3).

Rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad dažniausi, intensyviausi ir daugiausiai rūpesčių keliantys studentų sunkumai visuose mobilumo etapuose kyla šiose trijose srityse: psichikos sveikatos, akademinų sunkumų ir somatinės sveikatos, tarp kurių dominuoja psichikos sveikatos sunkumai. 50 proc. studentų nurodė, kad psichikos sveikatos sunkumus patiria gana dažnai, maždaug 40 proc. gana intensyviai, o maždaug 30 proc. nurodė, kad šie sunkumai jiems padarė daug papildomos žalos. Kaip bebūtų, 64,4 proc. mobilių studentų niekada nesikreipė ir nesinaudojo psichikos sveikatos paslaugomis. Psichologai panašiai prioritetizavo mobilių studentų sunkumų dažnumą, išskirdami elgesio sunkumus ir akademinius iššūkius. „Erasmus+“ darbuotojai kaip dažnas problemas įvardijo sociokultūrinius ir santykių sunkumus.

Rezultatų aptarimas. Tarptautinis tyrimas atkleidė, kad sunkumai kyla dėl studentų individualaus pažeidžiamumo ir aplinkos pokyčių sąveikos. Tyrimo rezultatų pagrindu suformuluotos rekomendacijos aukštosioms mokykloms (politikos formuotojams, tarptautinių ryšių departamentų darbuotojams, psichologams ir studentams).

Išvados. Auštojo mokslo institucijose yra būtinas visapusiškas, sistemiškas strateginis požiūris, prevencinių priemonių taikymas ir psichologinės pagalbos prieinamumas.

Raktiniai žodžiai: Erasmus+ mainai; studentai; psichikos sveikata.

Darbuotojų suvokiamas šeimai draugiškas elgesys: vadovų lyties skirtumai

EMPLOYEES' PERCEPTIONS OF FAMILY-SUPPORTIVE SUPERVISOR BEHAVIOR: GENDER DIFFERENCES AMONG SUPERVISORS

**Melita Kučinskaitė, dr. Tadas Vadvilavičius,
dr. Giedrė Genevičiūtė-Janonė**

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Tyrimai rodo, kad šeimai draugiškas vadovo elgesys (toliau – ŠDVE) yra reikšmingai susijęs su darbuotojų pozityvia darbo ir šeimos sąveika (Rofcanin et al., 2018). Vis dėlto, pastaruoju metu mokslinėje literatūroje vis daugiau dėmesio skiriama ne tik pačiam vadovo elgesiui, bet ir tam, kaip šis elgesys yra suvokiamas darbuotojų. Darbuotojų suvokiamas vadovų elgesys gali lemti darbuotojų veiklos pasekmes bei daryti įtaką darbo ir šeimos vaidmenų sąveikai (Yu et al., 2022). Remiantis socialinių vaidmenų teorija, vadovo vaidmuo organizacijoje tradiciškai siejamas su vyriškomis savybėmis (pvz., dominavimu), o šeimą palaikantis elgesys (pvz., rūpestis darbuotojo asmeninėmis problemomis) dažniau siejamas su moteriškais socialiniais vaidmenimis (Eagly & Karau, 2002). Nepaisant augančio susidomėjimo ŠDVE, vis dar trūksta tyrimų, analizuojančių, ar ir kaip darbuotojų suvokiamas ŠDVE skiriasi tarp vadovių moterų ir vadovų vyrų. Todėl šio tyrimo tikslas – palyginti darbuotojų suvokiamą ŠDVE tarp skirtingos lyties vadovų.

Metodai. Kiekybiniame, žvalgomojo pobūdžio skerspjūvio tyrime dalyvavo 100 dirbančių (77 buvo moterys) asmenų, turinčių tiesioginį vadovą ir gyvenančių šeimoje. Tyrimo dalyvių vidutinis amžius – 39,38 metų (SN = 11,22). Duomenys buvo renkami naudojant suvokiamo ŠDVE skalę. Darbuotojų suvokiamo ŠDVE bendro įverčio skirtumams tarp lyčių buvo taikytas nepriklausomų imčių Student t testas, o atskirų ŠDVE dimensijų skirtumams įvertinti – daugiamačė dispersinė analizė (MANOVA).

Rezultatai. Nepriklausomų imčių Student t testas parodė, kad darbuotojų suvokiamo ŠDVE bendras įvertis statistškai reikšmingai nesiskyrė tarp vadovių moterų ir vadovų vyrų ($t(98) = 1,83, p = 0,07$). Tačiau atskirų ŠDVE dimensijų dispersinė analizė MANOVA parodė, kad vadovės moterys buvo suvokiamos kaip labiau teikiančios emocinę paramą ir padedančios darbuotojams kūrybiškai derinti darbą ir šeimą ($F(15,76) = 15,76, p > 0,05; \chi^2 = 343,79, p < 0,001$).

Išvados. Tyrimo rezultatai atskleidžia reikšmingus darbuotojų suvokiamus vadovų moterų ir vadovų vyrų skirtumus. Visgi, svarbu pabrėžti, kad rezultatai atspindi ne realų vadovų ir vadovių elgesį, o darbuotojų suvokiamą, galimai laukiamą elgesį iš vadovių moterų ir vadovų vyrų.

Raktiniai žodžiai: šeimai palankus vadovo elgesys; lyčių skirtumai.

Socialinio palyginimo ir sveikatos stiprinimo ryšys tarp 9–12 klasių mokinių

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISON AND HEALTH PROMOTION AMONG STUDENTS IN GRADES 9–12

Meda Martyščiukaitė, prof. dr. Kastytis Šmigelskas

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Ivadas. Paauglystė – svarbus raidos laikotarpis, kai formuojasi savęs vertinimas ir sveikatos elgsena. Reikšmingas procesas šiame amžiuje yra socialinis palyginimas – savęs vertinimas kitų atžvilgiu, kuris gali būti aukštyrų nukreiptas (lyginantis su geresniais) arba žemyn nukreiptas (lyginantis su prastesniais). Šis procesas siejamas su paauglių savijauta ir sveikatos pasirinkimais. Sveikatos stiprinimas apima sveikatai palankius elgesio pasirinkimus, tokius kaip fizinis aktyvumas, mityba, streso valdymas, socialinė parama ir sveikatos atsakomybė. Šių reiškinių sąsajos paauglystėje nepakankamai ištirtos. Tikslas: Išnagrinėti socialinio palyginimo ir sveikatos stiprinimo sąsajas tarp 9–12 klasių mokinių.

Metodai. Tyrimas atliktas 2025 m. gruodžio – 2026 m. sausio mėnesiais. Tyrimo dalyvavo 211 mokinių iš 9–12 klasių 4 Kauno, Kauno ir Kėdainių rajonų mokyklose. Duomenys rinkti gyvai, naudojant anoniminę popierinę anketą. Socialinis palyginimas vertintas taikant Iowa–Netherlands Comparison Orientation Measure (Gibbons ir Buunk, 1999), apimančią bendrinio, aukštyrų ir žemyn nukreipto socialinio palyginimo poskalius. Sveikatos stiprinimas vertintas naudojant Adolescent Health Promotion Scale – Short Form (Chen ir kt., 2015), apimančią mitybos, fizinio aktyvumo, socialinės paramos, sveikatos atsakomybės, streso valdymo ir gyvenimo vertinimo poskales.

Rezultatai. Nustatyta, kad mokiniai dažniau lyginosi su geresniais nei su prastesniais už save. Merginos dažniau nei vaikinai lygino save su kitais ($t = 5,75$; $p < 0,001$). Labiausiai išreikšti sveikatos stiprinimo aspektai buvo fizinis aktyvumas, gyvenimo vertinimas ir socialinė parama, o mažiausiai – sveikatos atsakomybė. Vaikinai pasižymėjo aukštesniais gyvenimo vertinimo ir fizinio aktyvumo rodikliais nei merginos. Visų socialinio palyginimo poskalių balai buvo neigiamai susiję su bendru sveikatos stiprinimu, stipriausias ryšys nustatytas su bendriniu socialiniu palyginimu ($r = -0,27$; $p < 0,001$). Merginų grupėje bendrinis socialinis palyginimas reikšmingai siejosi su mažesniu fiziniu aktyvumu, vaikinų grupėje – su prastesniais

mitybos, sveikatos atsakomybės, gyvenimo vertinimo, streso valdymo ir bendro sveikatos stiprinimo rodikliais.

Išvados. Aukštesnis socialinis palyginimas susijęs su žemesniu sveikatos stiprinimu. Tarp merginų socialinis palyginimas susijęs su mažesniu fiziniu aktyvumu, tarp vaikinių – su prastesniais mitybos, sveikatos atsakomybės, gyvenimo vertinimo, streso valdymo ir bendro sveikatos stiprinimo lygiais.

Raktiniai žodžiai: paaugliai; socialinis palyginimas; sveikatos stiprinimas.

Vakare – balius, ryte – sporto salė? Studentų priklausomybės nuo sporto ryšys su kitu žalingu elgesiu

PARTY AT NIGHT, GYM IN THE MORNING? THE ASSOCIATION BETWEEN EXERCISE ADDICTION AND OTHER RISK BEHAVIORS AMONG STUDENTS

Doc. dr. Vita Mikuličiūtė, doc. dr. Arūnas Žiedelis

Vilniaus universitetas

Įvadas. Nors nemažai tyrimų rodo, kad skirtingos priklausomybės dažnai pasireiškia kartu, priklausomybės nuo sporto sąsajos su kitais žalingais elgesiais išlieka neaiškios. Vieni tyrimai nustato ryšį tarp probleminio sportavimo ir kitų elgesio priklausomybių (pvz., interneto vartojimo), kiti rodo, kad daugiau sportuojantys studentai dažniau vartoja alkoholį ar kitas psichoaktyvias medžiagas, o dalis tyrimų reikšmingų sąsajų apskritai neranda. Todėl šiame tyrime siekėme nustatyti, ar sportuojančius studentus galima suskirstyti į skirtingus žalingo elgesio profilius ir kaip šie profiliai siejasi su bendru fiziniu aktyvumu.

Metodai. Tyrime dalyvavo 357 Vilniaus universiteto studentai, iš kurių 186 sportavo bent kartą per savaitę. Sportuojančiųjų vidutinis amžius buvo 22,41 m. (SD = 6,3); 27,4 proc. sudarė vyrai, 71 proc. – moterys, 1,5 proc. – kita. Dalyviai pildė Priklausomybės nuo sporto skalę (Terry et al., 2004), Socialinių tinklų sutrikimo skalę (van den Eijnden et al., 2016), AUDIT-C klausimyno trumpąją versiją (Bohn et al., 1995) bei nurodė per pastaruosius metus vartotas psichoaktyvias medžiagas. Dalyvių taip pat buvo klausiama, kiek vidutiniškai minučių per savaitę jie užsiima lengva, vidutine ir intensyvia fizine veikla.

Rezultatai. Koreliacinė analizė nenurodė jokių statistiškai reikšmingų priklausomybės nuo sporto ryšių su kitais kintamaisiais ($r = 0,036-0,112$, $p > 0,05$). K-vidurkių klasterinė analizė atskleidė keturis profilius. Pirmasis klasteris ($N = 78$) pasižymėjo žemais medžiagų vartojimo ir socialinių tinklų naudojimo įverčiais bei vidutiniu sportavimu („žemos rizikos“ grupė). Antrajam klasteriui ($N = 55$) buvo būdingas žalingas alkoholio vartojimas ir aukštas sportavimo lygis („vakare – balius, ryte – sporto salė“ grupė). Trečiasis klasteris ($N = 53$) išsiskyrė labai aukštu sportavimo ir kompulsyvaus socialinių tinklų naudojimo lygiu („elgesio priklausomybių“ grupė). Ketvirtasis, mažiausias klasteris ($N = 5$), pasižymėjo aukštais beveik visų žalingo elgesio rodikliais, išskyrus sportą („aukštos rizikos“ grupė).

Išvados. Svarbu pažymėti, kad klasteriai reikšmingai nesiskyrė pagal bendrą fizinio aktyvumo įvertį ($p > 0,05$), kas rodo, jog priklausomybė nuo sporto atspindi ne tiek kiekybiškai didesnį sportavimą, kiek sudėtingą santykį tiek su sportu, tiek su kitu žalingu elgesiu.

Raktiniai žodžiai: priklausomybės; sportas; studentai; klasterinė analizė.

Suvokiamo tėvų auklėjimo stiliaus ir prevencinio seksualinio saviveiksmingumo sąsaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED PARENTING STYLE AND PREVENTIVE SEXUAL SELF-EFFICACY

Ieva Norkutė, doc. dr. Gita Argustaitė-Zailskienė

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Ivadas. Jaunų suaugusių moterų prevencinis seksualinis saviveiksmingumas, apimantis gebėjimą derėtis dėl apsaugos priemonių, atsisakyti nepageidaujamo sekso ir priimti saugius sprendimus, yra svarbus seksualinės sveikatos ir savireguliacijos veiksnys. Tyrimai rodo, kad šis seksualinio saviveiksmingumo aspektas siejasi su mažesne rizikingo elgesio ir neigiamų pasekmių tikimybe, tačiau jo raišdos prielaidos šeimos kontekste tebėra menkai ištirtos. Tyrimo tikslas – ištirti jaunų suaugusiųjų moterų prevencinio seksualinio saviveiksmingumo ir retrospektyviai suvokiamo motinos ir tėvo auklėjimo stiliaus sąsajas bei įvertinti suvokiamą tėvų auklėjimo stilių derinių reikšmę seksualiniam saviveiksmingumui.

Metodai. Tyrime dalyvavo 130 jaunų suaugusių moterų (18–24 metų amžiaus, vidurkis (M) = 22,46), gyvenančių Lietuvoje. Duomenys buvo renkami internetinės apklausos būdu. Seksualinis saviveiksmingumas vertintas naudojant Seksualinio saviveiksmingumo klausimyno prevencinių veiksmų subskalę, o suvokiami tėvų auklėjimo stiliai – Parental Authority Questionnaire (PAQ) klausimyną, atskirai vertinant motinos ir tėvo auklėjimo stilių.

Rezultatai. Nustatyta, kad tiek mamų, tiek tėčių suvokiamas auklėjimo stilius neturėjo ryšio su suaugusių dukrų prevenciniu seksualiniu saviveiksmingumu (atitinkamai $H = 4,052$, $p = 0,256$, medianos svyruoja 3,50–3,80 intervalo ribose; $H = 1,071$, $p = 0,585$, medianos svyruoja 3,60–3,70 intervalo ribose). Nagrinėjant suvokiamas mamos ir tėčio auklėjimo stilių derinius, sąsajų taip pat nerasta ($H = 10,608$, $p = 0,304$, medianos svyruoja 3,70–4,00 intervalo ribose), išskyrus tai, kad atlaidžios mamos ir autoritetingo tėčio derinys (mediana = 4,00) susijęs su šiek tiek aukštesniu seksualiniu saviveiksmingumu negu autoritetingos mamos ir autoritarinio tėčio (mediana = 3,50) ($H = -45,530$, $p = 0,038$).

Rezultatų aptarimas ir išvados. Tyrimo rezultatai rodo, kad suaugusių dukrų suvokiamas mamų ir tėčių auklėjimo stilius neturi reikšmingo ryšio su prevenciniu seksualiniu saviveiksmingumu suaugus. Šie rezultatai leidžia svarstyti apie tai, kad suaugusiųjų moterų prevencinis seksualinis saviveiksmingumas gali būti susijęs su vėlesnėmis socialinėmis, tarpasmeninėmis ar individualiomis patirtimis. Tikėtina, kad seksualinio saviveiksmingumo formavimuisi reikšmę gali turėti veiksniai, kurie šiame tyrime nebuvo nagrinėjami: pirmųjų lytinių santykių patirtis, bendra romantiinių santykių patirtis, tarpasmeninio romantinio santykio dinamika ar gebėjimas brėžti ribas.

Raktiniai žodžiai: auklėjimo stilius; seksualinis saviveiksmingumas; jaunos suaugusios moterys.

Ar slaugos paslaugas namuose teikiančių specialistų perdegimas susijęs su vyresnio amžiaus klientų sveikatos rodikliais? Depresijos simptomų, skausmo ir su sveikata susijusios gyvenimo kokybės sąsajos bei funkcinės priklausomybės moderuojantis vaidmuo

IS BURNOUT IN HOME CARE PROFESSIONALS ASSOCIATED WITH OLDER ADULT CLIENT OUTCOMES? EXPLORING DEPRESSIVE SYMPTOMS, PAIN, HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE, AND THE MODERATING ROLE OF DEPENDENCY

Gabrielė Rudytė, dr. Henriëtte G. Van der Roest, dr. Hein PJ van Hout

Vrije Universiteit, Amsterdamas

Įvadas. Kokybiškos ir prieinamos slaugos paslaugos namuose yra svarbi saugaus ir oraus senėjimo dalis. Slaugos sektoriuje, kuriame didėja paslaugų paklausa ir jaučiamas darbuotojų trūkumas, perdegimas gali neigiamai paveikti teikiamos priežiūros kokybę. Tyrimo tikslas – ištirti sąsajas tarp slaugos paslaugas namuose teikiančių specialistų asmeninio, su darbu ir su klientais susijusio perdegimo lygio bei vyresnio amžiaus klientų depresijos simptomų, skausmo bei su sveikata susijusios gyvenimo kokybės pokyčių po šešių mėnesių priežiūros. Taip pat buvo nagrinėjama, ar klientų funkcinio priklausomumo lygis moderuoja šiuos ryšius.

Metodai. Duomenys surinkti vykdant tarptautinį projektą *Identifying Best Practices for Care-Dependent Elderly by Benchmarking Costs and Outcomes of Community Care* (IBenC). Tyrime dalyvavo 22 slaugos paslaugas namuose teikiančios organizacijos šešiose Europos šalyse: Italijoje, Nyderlanduose, Belgijoje, Islandijoje, Suomijoje ir Vokietijoje. Analizuoti 2 284 klientų ir 1 056 darbuotojų duomenys. Perdegimas vertintas naudojant Kopenhagos perdegimo klausimyną (angl. *Copenhagen Burnout Inventory*). Klientų klinikiniai rodikliai matuoti naudojant depresijos vertinimo skalę (angl. *Depression Rating Scale*), keturių balų skausmo skalę (angl. *4-Point Pain Scale*), su sveikata susijusios gyvenimo kokybės indeksą

(angl. *Health Utilities Index Mark 3*) ir kasdienių gyvenimo veiklų skalės išplėstinę formą (angl. *Activities of Daily Living Long Form*). Individualūs specialistų ir klientų įvertinimai buvo agreguoti organizacijos lygmeniu ir atlikta regresinė analizė.

Rezultatai. Nenustatyta ryšio tarp organizacijos lygmeniu agreguoto darbuotojų perdegimo lygio ir jų klientų depresijos simptomų, skausmo ar su sveikata susijusios gyvenimo kokybės pokyčių. Klientų funkcinio priklausomumo lygis šių ryšių taip pat nemoderavo.

Išvados. Slaugos paslaugas namuose teikiančių darbuotojų perdegimo lygis nebuvo susijęs su klientų depresijos simptomų, skausmo ar su sveikata susijusios gyvenimo kokybės pokyčiais. Vienas tyrimo ribotumų yra tas, kad naudojant agreguotus organizacinio lygmens duomenis galėjo būti nepastebėti diadiniai ryšiai tarp konkrečių slaugytojų perdegimo lygio ir jų prižiūrimų klientų priežiūros rezultatų. Ateities tyrimuose būtų tikslinga nagrinėti profesionalių globėjų gerovės ir klientų priežiūros rezultatų dinamiką diadiniu (globėjas–klientas) lygmeniu.

Raktiniai žodžiai: slaugytojų perdegimas; namuose teikiama slauga; vyresnio amžiaus suaugusiųjų psichologinė gerovė; slaugos rezultatai.

Psichologinio atsparumo vertinimas: lietuviškos Apsauginių veiksnių skalės (SPF-24 ir SPF-12) versijos psichometrinės savybės

ASSESSMENT OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE: THE PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE LITHUANIAN VERSION OF THE SCALE OF PROTECTIVE FACTORS (SPF-24 AND SPF-12)

**Gabija Rutkūnaitė, dr. Monika Kvedaraitė, dr. Ieva Daniūnaitė,
doc. dr. Inga Truskauskaitė**

Vilniaus universitetas

Įvadas. Psichologinis atsparumas yra gebėjimas sėkmingai prisitaikyti patyrus sunkumų, o jį lemia apsauginiai veiksniai individualiame, šeimos ir bendruomenės lygmenyse. Apsauginių veiksnių skalė (SPF-24) buvo sukurta įvertinti keturis apsauginius veiksnius: Socialinę paramą, Socialinius įgūdžius, Prioritizavimo / Planavimo elgesį ir Tikslų efektyvumą. Nors SPF-24 buvo naudota įvairiuose kultūriniuose kontekstuose, lietuviškos versijos psichometrinės savybės nebuvo vertintos. Tyrimu buvo siekiama įvertinti SPF-24 ir trumposios versijos (SPF-12) patikimumą ir validumą reprezentatyvioje Lietuvos suaugusiųjų imtyje.

Metodai. Tyrime dalyvavo 2005 Lietuvos suaugusieji ($M = 46,90$, $SD = 15,11$; 51,4 proc. moterų). Struktūriniam validumui įvertinti buvo naudota patvirtinančioji faktorinė analizė (CFA), tikrinant tris alternatyvius modelius. Vertintas matavimo invariantiškumas pagal demografines ir klinines charakteristikas (lytį, amžių, išsilavinimą, gyvenamąją vietą, trauminę patirtį, nerimo ir depresijos riziką). Skalės patikimumas buvo vertintas naudojant McDonald's omega koeficientus. Validumas pagal sąsajas su kitais kintamaisiais vertintas pasitelkus struktūrinių lygčių modeliavimą (SEM), analizuojant koreliacijas su suvoktu stresu, nerimu, depresija ir pozityvia psichikos sveikata.

Rezultatai. Keturių faktorių modelis geriausiai atitiko duomenis abiejose SPF versijose. Matavimo invariantiškumas patvirtintas visose grupėse. McDonald's omega koeficientai parodė labai gerą vidinį suderintumą ($\omega > 0,70$). Visi apsauginiai veiksniai buvo neigiamai susiję su stresu, depresija ir nerimu bei teigiamai su pozityvia psichikos sveikata. Moterys pasižymėjo aukštesniu socialinių įgūdžių lygiu; vyresni ir aukštesnį išsilavinimą turintys asmenys – aukštesniu visų apsauginių veiksnių lygiu; nerimo ir depresijos rizikos grupės – žymiai žemesniu visų apsauginių veiksnių lygiu (Cohen's $d > 0,50$).

Rezultatų aptarimas. Tyrimas patvirtino SPF-24 ir SPF-12 keturių faktorių struktūrą ir tinkamumą naudoti įvairiose grupėse. Stiprūs ryšiai su psichikos sveikatos rodikliais patvirtino konstrukto validumą. Dideli skirtumai tarp nerimo ir depresijos rizikos bei ne rizikos grupių parodė, kad SPF-24 gali būti naudinga identifikuojant pažeidžiamas grupes ir planuojant intervencijas.

Išvados. Apsauginių veiksnių skalė yra patikimas ir validus instrumentas, norint vertinti psichologinį atsparumą. Skalės tinkamumas naudoti įvairiose demografinėse ir klinikinėse grupėse leidžia ją plačiai taikyti tyrimuose ir klinikinėje praktikoje.

Raktiniai žodžiai: psichologinis atsparumas; apsauginiai veiksniai; patikimumas; validumas.

Vadovo parama derinant darbą ir šeimą: darbuotojų saviveiksmingumo reikšmė

SUPERVISOR SUPPORT IN BALANCING WORK AND FAMILY: THE IMPORTANCE OF EMPLOYEES' SELF-EFFICACY

*Dr. Tadas Vadvilavičius, dr. Giedrė Genevičiūtė-Janonė,
Melita Kučinskaitė*

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Tyrimai patvirtina, kad šeimai palankus vadovo elgesys yra susijęs su didesniu darbuotojų patiriamu darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimu (Guo et al., 2025; Luan et al., 2025; Vadvilavičius & Stelmokienė, 2024). Vis dėlto, iki šiol nėra aišku, kaip ši specifinė vadovo parama iš tikrųjų padeda darbuotojams patirti pozityvią darbo ir šeimos sąveiką. Keliami prielaida, kad vadovai, teikdami pagalbą, gali stiprinti pačių darbuotojų suvokiamą gebėjimą geriau suderinti darbą ir šeimą. Šio žvalgomojo tyrimo tikslas yra atskleisti darbuotojų saviveiksmingumo reikšmę paaiškinant ryšį tarp šeimai palankaus vadovo elgesio ir darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimo.

Metodai. Žvalgomajame skerspjūvio tyrime dalyvavo 87 dirbantys, su šeima gyvenantys ir tiesioginį vadovą turintys asmenys. Iš jų – 67 (77 proc.) moterys ir 20 (23 proc.) vyrai. Vidutinis tyrimo dalyvių amžius – 38,41 metų (SN = 11,59). Tyrimo metu naudotos 3 metodikos: 16-os teiginių šeimą palaikančio vadovo elgesio klausimynas (Hammer et al., 2009, $\alpha = 0,96$), 9-ių teiginių darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimo skalė (Carlson et al., 2006; $\alpha = 0,93$) bei 10-ies teiginių darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimo saviveiksmingumo skalė (Heskiau & McCarthy, 2020; $\alpha = 0,96$).

Rezultatai. Visi tyrime analizuoti reiškiniai buvo susiję statistiškai reikšmingai, teigiamai. Mediacinė analizė atskleidė, kad darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimo saviveiksmingumas pilnai medijuoja ryšį tarp šeimai palankaus vadovo elgesio ir darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimo (netiesioginis efektas 0,19, $p < 0,01$).

Išvados. Žvalgomojo tyrimo rezultatai patvirtino, kad vadovo teikiama į šeimą orientuota parama visų pirma veikia patį darbuotojo suvokiamą gebėjimą suderinti darbą ir šeimą, o šis saviveiksmingumas yra susijęs su didesniu darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimu. Gauti rezultatai iš dalies patvirtina darbo ir namų išteklių modelį (ten Brummelhuis & Bakker, 2012), kuriame teigiama, kad organizaciniai

ištekliai visų pirma veikia asmeninius resursus, ir tik tada įvyksta išteklių perkėlimas į kitą sritį (praturtinimas). Visgi, yra reikalingi tolimesni tyrimai, kurie leistų įvertinti skirtingų šeimą palaikančio vadovo elgesio komponentų reikšmę šiam analizuotam ryšiui.

Raktiniai žodžiai: šeimai palankaus vadovo elgesys; darbo ir šeimos vaidmenų praturtinimas; saviveiksmingumas.

Vyresnio amžiaus vairuotojų vairavimo ribojimo pokyčiai per vienerius metus

CHANGES IN DRIVING SELF-REGULATION FOR OLDER DRIVERS OVER ONE YEAR

*Dr. Tadas Vadvilavičius, doc. dr. Laura Šeibokaitė,
prof. dr. Auksė Endriulaitienė, dr. Rasa Markšaitytė,
dr. Modesta Morkevičiūtė*

Vytauto Didžiojo universitetas

Ivadas. Vairavimo ribojimas, pavyzdžiui, vengimas vairuoti naktį ar lyjant, gali padėti vyresnio amžiaus vairuotojams išvengti autoįvykių, kurie galėtų lemti traumas, teisių praradimą ar net žūtį. Tačiau mokslininkai diskutuoja, kad vairavimo ribojimas gali turėti ir priešingą poveikį saugumui – mažai treniruojami įgūdžiai silpsta. Visgi, trūksta žinių, atskleidžiančių šio elgesio pokyčius bėgant laikui. Šio tyrimo tikslas yra nustatyti vyresnio amžiaus vairuotojų savęs ribojimo pokyčius per vienerius metus.

Metodai. Longitudiniame tyrime dalyvavo 190 asmenų. Tyrime dalyvavo 43,8 proc. moterų, visų tyrimo dalyvių amžiaus vidurkis – 68,49 (SN = 6,87). Savęs ribojimas buvo vertinamas modifikuota Devlin & McGillvray (2014) 8 teiginių skale ($\alpha = 0,76\text{--}0,78$). Analizei naudotas pakartotinių matavimų ANCOVA, kontroliuojant dalyvių lytį, amžių, ar žmogus gali vairuoti be medicininių apribojimų, vairavimo stažą, vidutinį per savaitę nuvažiuojamų kilometrų kiekį ir subjektyvų sveikatos vertinimą.

Rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidė, jog vairavimo ribojimas per metus laiko statistiškai reikšmingai nepakito. Visgi, rezultatai atskleidė, jog egzistuoja statistiškai reikšminga sąveika tarp vairavimo ribojimo ir vairavimo stažo, ir vairavimo ribojimo ir vidutinio per savaitę nuvažiuojamų kilometrų kiekio. Vairuotojai, kurie per savaitę laiko nuvažiuoja daugiau kilometrų ir turi didesnę vairavimo stažą yra linkę mažiau riboti savo vairavimą po metų.

Išvados. Šio tyrimo rezultatai parodė, jog per metus vyresnio amžiaus vairuotojai nepradėjo labiau riboti savo vairavimo. Gali būti, kad vieneri metai yra nepakankamas laiko tarpas nedideliems pokyčiams aptikti. Vis dėlto, tyrimo rezultatai taip pat atskleidė, jog šie rezultatai nėra vienareikšmiški, kadangi nustatyti statistiškai reikšmingi su kontroliniais kintamaisiais, kurie gali parodyti, jog savęs ribojimo pokyčiai vyksta skirtingai priklausomai nuo vairavimo stažo ir vairavimo intensyvumo. Gilesnė rezultatų analizė bus atlikta įgyvendinus trečiąjį šio tyrimo etapą, kurio metu surinkti duomenys leis pritaikyti galingesnius statistinius metodus.

Raktiniai žodžiai: vyresnio amžiaus vairuotojai; vairavimo ribojimai.

Meno mokyklą lankančių vaikų jautrumas aplinkai ir emocijų bei elgesio sunkumai: pranašiojo jautrumo perspektyva

ENVIRONMENTAL SENSITIVITY AND EMOTIONAL AND BEHAVIORAL DIFFICULTIES IN CHILDREN ATTENDING ART SCHOOLS: A VANTAGE SENSITIVITY PERSPECTIVE

Samanta Vaičikauskaitė, doc. dr. Tomas Lazdauskas

Vilniaus universitetas

Įvadas. Jautrumas aplinkai – tai temperamento bruožas, apibūdinantis nuodugnesnį informacijos apdorojimą, didesnę imlumą stimulams, emocinį reaktyvumą, empatiją ir atidumą aplinkos subtilybėms (Aron & Lionetti, 2026). Apie 30 proc. vaikų pasižymi itin dideliu jautrumu (Lionetti et al., 2018; Pluess et al., 2018) ir gali patirti psichologinio prisitaikymo sunkumų, ypač nepalankioje mokyklos aplinkoje (Aron, 2020; Sperati et al., 2024). Literatūroje jautrumas siejamas su polinkiu į meną (Chou, 2023), todėl meno mokyklos aplinka, pasižyminti individualizuotu ugdymu ir emocinės raiškos galimybėmis, gali prisidėti atliepiant jautrių vaikų poreikius ir veikti kaip psichologinį prisitaikymą palaikantis kontekstas. Šio tyrimo tikslas – išanalizuoti jautrumo aplinkai ir emocijų bei elgesio sunkumų sąsajas ir raišką tarp meno mokyklą lankančių ir jos nelankančių vaikų.

Metodai. Tyrimo imtį sudarė 197 vaikai (50,8 proc. berniukų), 7–12 metų ($M = 9,3$, $SD = 1,6$), iš kurių 28,9 proc. lankė meno mokyklą (LMM), o 71,1 proc. jos nelankė (NMM). Jautrumas aplinkai vertintas Itin jautraus vaiko skale (Pluess et al., 2018), o elgesio ir emocijų sunkumai – Galių ir sunkumų klausimynu (Gintilienė et al., 2004; Goodman, 2005), naudojant tėvams skirtas formas.

Rezultatai. Itin jautrių vaikų proporcija LMM ir NMM grupėse nesiskyrė ($p > 0,05$, $\phi = 0,04$), o jautrumo ir emocijų bei elgesio sunkumų sąsajos abiejose grupėse buvo panašaus stiprumo ($p > 0,05$). Grupės nesiskyrė jautrumu aplinkai, tačiau LMM grupėje nustatyti aukštesni emocijų sunkumų įverčiai ($p < 0,05$, Hedges $g = 0,34$). Skirtumai tarp grupių ypač išryškėjo nagrinėjant mažiau jautrių vaikų emocijų sunkumų įverčius – LMM grupėje jie buvo reikšmingai aukštesni ($p < 0,05$; Hedges $g = 0,41$); tuo tarpu itin jautrių vaikų emocijų sunkumų įverčiai LMM ir NMM grupėse nesiskyrė ($p > 0,05$).

Rezultatų aptarimas ir išvados. Rezultatai patvirtina ankstesniuose tyimuose nustatytą jautrumo aplinkai ir emocijų sunkumų sąsają. Grupių palyginimo rezultatai, interpretuojami pranašiojo jautrumo teorijos kontekste (Pluess & Belsky, 2013), suteikia pagrindo meno mokyklą vertinti kaip pozityvių patirčių šaltinį, palaikantį itin jautrių vaikų psichologinį prisitaikymą. Ši prielaida turėtų būti patikrinta taikant sudėtingesnio dizaino tęstinius tyrimus.

Raktiniai žodžiai: jautrumas aplinkai; pranašusis jautrumas; elgesio ir emocijų sunkumai; meno mokyklos lankymas.

Jaunų suaugusiųjų D tipo asmenybės bruožų ir įsitikinimų apie širdies kraujagyslių sistemos ligą sąsajos su sveikatai nepalankiu elgesiu

ASSOCIATIONS BETWEEN TYPE D PERSONALITY TRAITS, HEALTH BELIEFS ABOUT CARDIOVASCULAR DISEASE AND HEALTH BEHAVIOURS IN YOUNG ADULTS

Viktorija Vasiliauskaitė, prof. dr. Aidas Perminas

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Pasaulyje ir Lietuvoje yra didelis lėtinių neinfekcinių ligų paplitimas (WHO, 2024). Šių ligų rizikos veiksniai dažnai susiję su elgesiu, pavyzdžiui, rūkymu, menku fiziniu aktyvumu, ir alkoholio vartojimu (Wood et al., 2021). Sveikatos psichologijos tyrimai siekia suprasti veiksnius, prognozuojančius su sveikata susijusį elgesį ir integruoti juos į prevencinių programų kūrimą (Conner, 2015). Šiuo tyrimu siekta nustatyti jaunų suaugusiųjų D tipo asmenybės bruožų ir įsitikinimų (suvokiama nauda; kliūtys; signalas keisti elgesį; saviveiksmingumas; suvokiamas jautrumas; suvokiamas sunkumas) apie širdies kraujagyslių sistemos ligą (pagal Sveikatos įsitikinimų modelį) sąsajas su sveikatai nepalankiu elgesiu.

Metodai. Atliktas kiekybinis tyrimas. Apklausa buvo patalpinta interneto svetainėje. Ją sudarė socialiniai demografiniai klausimai, D tipo asmenybės klausimyno (Denollet, 2005) neigiamo afektyvumo ir socialinio varžymosi subskalės, alkoholio vartojimo intensyvumo skalė (Lac et al., 2013), rūkymo intensyvumo skalė (Glazunov et al., 1981), tarptautinis fizinio aktyvumo klausimynas (IPAQ) (Craig et al., 2003) ir Sveikatos įsitikinimo modelio kintamųjų klausimynas sukurtas šio darbo autorės (klausimyno validumui ir patikimumui patikrinti buvo atliktas pilotinis tyrimas). Analizėje naudoti 555 respondentų duomenys, iš kurių 414 moterų (74,6 proc.), 141 vyras (25,4 proc.). Tiriamųjų amžius pasiskirstė nuo 20 iki 35 metų, o amžiaus vidurkis buvo 24,8 (SN = 3,22778).

Rezultatai. Tyrimo rezultatai parodė, kad jaunų suaugusiųjų D tipo asmenybės bruožas – neigiamas afektyvumas siejasi su intensyvesniu alkoholio vartojimu, o socialinio varžymosi bruožas – su mažesniu fiziniu aktyvumu. Sveikatai mažiau palankūs įsitikinimai apie širdies kraujagyslių sistemos ligą (mažesnis saviveiksmingumas ir labiau suvokiamos kliūtys nevartoti alkoholio) siejasi su didesniu įsitraukimu į alkoholio vartojimą, o labiau suvokiama nauda nerūkyti, labiau suvokiamos kliūtys

nerūkyti, mažiau išreikšti patirti signalai keisti elgesį ir mažesnis saviveiksmingumas siejasi su didesniu įsitraukimu į rūkymą. Mažiau suvokiamas jautrumas susirgti siejasi su mažesniu fiziniu aktyvumu.

Išvados. Jaunų suaugusiųjų D tipo asmenybės bruožas – neigiamas afektyvumas siejasi su intensyvesniu alkoholio vartojimu, o socialinio varžymosi bruožas – su mažesniu fiziniu aktyvumu.

Jaunų suaugusiųjų sveikatai mažiau palankūs įsitikinimai apie širdies kraujagyslių sistemos ligos riziką yra susiję su rūkymu, menkesniu fiziniu aktyvumu ir alkoholio vartojimu.

Raktiniai žodžiai: D tipo asmenybė; neigiamo afektyvumo bruožas; socialinio varžymosi bruožas; rūkymas; alkoholio vartojimas; fizinis aktyvumas; įsitikinimai.

Jaunų suaugusiųjų įsitikinimų apie alkoholio vartojimą, rūkymą ir fizinį aktyvumą analizė taikant sveikatos įsitikinimų modelį

ANALYSIS OF YOUNG ADULTS' BELIEFS ABOUT ALCOHOL CONSUMPTION, SMOKING AND PHYSICAL ACTIVITY APPLYING THE HEALTH BELIEF MODEL

Viktorija Vasiliauskaitė, prof. dr. Aidas Perminas

Vytauto Didžiojo universitetas

Įvadas. Sveikatos įsitikinimų modelis (Health Belief Model, HBM) yra viena iš plačiausiai naudojamų teorijų su sveikata susijusio elgesio tyrimuose. Šio modelio kintamiesiems įvertinti rekomenduodama kurti konkrečiai tiriamai populiacijai pritaikytus klausimynus (Conner, 2015). Formuluoiant klausimus, rekomenduojama atsižvelgti į panašiuose tyrimuose naudotas klausimų formuluotes, jas koreguojant pagal tiriamą reiškinį ir tyrimo dalyvių specifiką. Klausimus peržiūri ekspertai, atliekami patikslinimai ir atliekant pilotinį tyrimą įvertinamas sukurto klausimyno patikimumas ir validumas (Alotaibi, 2023). Šio darbo tikslas, sudaryti klausimyną, skirtą jaunų suaugusiųjų įsitikinimams (pagal Sveikatos įsitikinimų modelį) apie alkoholio vartojimą, rūkymą ir fizinį aktyvumą, nustatyti.

Metodai. Klausimai atrinkti vadovaujantis jau egzistuojančiais klausimynais (Alotaibi, 2023; Kuen et al., 2022) ir pritaikyti tirti su sveikatos elgesiu susijusius įsitikinimus širdies ir kraujagyslių ligų kontekste.

Sudarytas klausimynas matavo suvokiamą širdies ligos sunkumą, asmeninį imlumą šiai ligai, kiekvieno elgesio (alkoholio vartojimo, rūkymo ir fizinio aktyvumo) suvokiamas naudas, kliūtis, signalą veikti ir saviveiksmingumą (iš viso – 14 subskalių ir 70 klausimų – po penkis kiekvienai subskalei). Atsakymai buvo vertinami Likerto skalėje nuo 1 („Su šiuo teiginiu visiškai nesutinku“) iki 5 („Su šiuo teiginiu visiškai sutinku“).

Rezultatai. Siekiant įvertinti konstrukto validumą, buvo atliktas tyrimas. Tyrime dalyvavo 95 tiriamieji (74 moterys ir 21 vyras, vidutinis amžius 24,58 metai (SD = 3,772)). Kiekvienos subskalės klausimams buvo atlikta patvirtinamoji faktoriinė analizė (CFA). Atlikus analizę iš klausimyno pašalinti keturi klausimai (vienas iš suvokiamo imlumo; vienas iš suvokiamų kliūčių (rūkymo elgesio); vienas iš suvokiamų kliūčių (fizinio aktyvumo elgesio); vienas iš suvokiamos naudos (fizinio aktyvumo

elgesio), klausimai pašalinti dėl subskalių faktorinės struktūros neatitikimo. Taigi galutinį klausimyną sudarė 66 klausimai. Sudaryto klausimyno rezultatai patvirtino klausimyno tinkamumą moksliniams tyrimams: visų latentinių kintamųjų rodikliai atitiko priimtinas statistines ribas (χ^2/df , CFI, TLI, RMSEA), o skalių Cronbacho alfa reikšmės svyravo nuo 0,689 iki 0,866, užtikrindamos klausimyno patikimumą.

Išvados. Šis tyrimas prisideda prie HBM klausimynų standartizavimo. Sudarytas jaunų suaugusiųjų įsitikinimams apie alkoholio vartojimą, rūkymą ir fizinį aktyvumą įvertinti skirtas klausimynas.

Raktiniai žodžiai: sveikatos įsitikinimo modelis; rūkymas; alkoholio vartojimas; fizinis aktyvumas.

Preliminarios 12 teiginių Kiberchondrijos sunkumo skalės psichometrinės charakteristikos Lietuvos suaugusiųjų imtyje

PRELIMINARY PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF 12 ITEM CYBERCHONDRIA SEVERITY SCALE IN LITHUANIAN ADULT SAMPLE

Doc. dr. Olga Zamalijeva, Morta Kaulinskaitė, Ugnė Kazlauskaitė

Vilniaus universitetas

Įvadas. Šiuolaikiniame pasaulyje prieiga prie specializuotos medicininės informacijos nėra ribojama, kas suteikia žmonėms galimybę aktyviai domėtis su ligomis bei sveikata susijusia informacija ir priiminėti labiau žiniomis pagrįstus sprendimus. Kartu yra pastebima, kad su sveikata susijusios informacijos paieškos internete gali tapti perteklinės, kelti didelį nerimą ir įgauti patologines formas, t. y. pasireikšti kiberchondrija. Kadangi kiberchondrija yra santykinai naujas reiškinyss, šiuo metu vis dar nėra auksinio standarto jai įvertinti. Šio tyrimo tikslas – išanalizuoti lietuviškosios Kiberchondrijos sunkumo skalės (CSS-12) versijos faktorių struktūrą ir vidinį teiginių suderintumą.

Metodai. Analizėje naudoti 101 dalyvio (vid. amžius 33 m. (SD = 12,48), 57,4 proc. – moterys) duomenys. Pasak McElroy ir bendraautorių (2019), 12 teiginių Kiberchondrijos sunkumo skalė leidžia įvertinti tiek bendrąjį kiberchondrijos lygį, tiek keturias subskales: distreso, kompulsijos, eksesyvumo ir patvirtinimo siekimo.

Rezultatai. Tiriančiosios faktorių analizės rezultatai parodė, kad 4 faktorių sprendimas gerai dera su duomenimis, o atitinkami teiginiai turi pakankamus faktorių svorius (0,63–0,86) numatytuose faktoriuose, o išskirti faktoriai paaiškino 74 proc. duomenų sklaidos. Testuotas vieno faktoriaus sprendimas taip pat gerai tiko duomenims, visi teiginiai turėjo pakankamus faktorių svorius (0,55–0,76) ir vienas faktorius paaiškino 42 proc. duomenų sklaidos.

Rezultatų aptarimas. Atlikta faktorių analizė rodo, kad lietuviškosios Kiberchondrijos sunkumo skalės versija gerai atitinka skalės autorių numatytąją struktūrą. Atskirų CSS-12 subskalių vidinis suderintumas yra pakankamas (Cronbach alfa svyruoja nuo 0,70 iki 0,81), o bendras skalės Cronbach alfa = 0,88.

Išvados. Apibendrinant galima teigti, kad atlikta preliminarai psichometrinių charakteristikų analizė rodo pakankamą lietuviškosios Kiberchondrijos sunkumo skalės (CSS-12) versijos konstrukto validumą bei patikimumą ir gali būti naudojama moksliniuose tyrimuose.

Raktiniai žodžiai: kiberchondrija; konstrukto validumas; vidinis suderintumas.

Su vyresnio amžiaus žmonėmis dirbančių Europos psichologų apmokymas ir požiūris į senėjimą

THE TRAINING AND ATTITUDES TOWARDS AGEING OF EUROPEAN PSYCHOLOGISTS WORKING WITH OLDER ADULTS

**Doc. dr. Olga Zamalijeva¹, prof. dr. Jasminka Despot Lučanin²,
dr. Constantina Demosthenous³, doc. dr. Magdalena Zadworna⁴,
prof. dr. Frieder R. Lang⁵**

¹Vilniaus universitetas; ²Kroatijos psichologų asociacija; ³Kipro psichologų asociacija;

⁴Lodzės universitetas; ⁵Friedrich-Alexander Erlangen-Niurnbergo universitetas

Ivadas. Europos šalys susiduria su sparčiu vyresnio amžiaus žmonių populiacijos augimu, tad kartu didėja aukštos kokybės profesionalių psichikos sveiktos priežiūros paslaugų paklausa būtent senėjimo srityje. Tačiau nėra daug žinoma apie tai kaip psichologai Europoje yra ruošiami dirbti su vyresnio amžiaus žmonėmis ir kaip išsilavinimas senėjimo psichologijos srityje siejasi su darbui svarbiu palankiu ir nediskriminuojančiu požiūriu į vyresnio amžiaus žmones. Šiame tyrime nagrinėjama, kaip požiūris į vyresnio amžiaus klientus yra susijęs su turimu formaliu geropsichologiniu apmokymu trijuose Europos regionuose (Vakarų, Pietų ir Vidurio Rytų).

Metodai. Naudojant sniego gniūžtės atrankos strategiją, tyrime dalyvavo 371 psichologas (vidutinis amžius 44,8 m., 87,3 proc. moterų) iš 10 Europos šalių. Apklausos metu buvo surinkta informacija apie išsilavinimą ir specializuotus mokymus senėjimo ir geropsichologijos srityje, o taip pat įvertinti tyrimo dalyvių teigiami ir neigiami įsitikinimai apie vyresnio amžiaus klientus.

Rezultatai ir jų aptarimas. Rezultatai rodo, kad yra dideli šalių skirtumai tame kiek formalių studijų metu psichologai gauna specializuotų teorinių žinių ir praktinių įgūdžių geropsichologijos srityje, o mažiausias tokio pobūdžio apmokymo psichologai gauna Vidurio ir Rytų Europoje (t. y. Čekijoje, Kroatijoje, Lietuvoje). Be to, Vidurio ir Rytų Europos regiono psichologai, palyginti su kitų ES regionų psichologais, vyresnio amžiaus klientų atžvilgiu išreiškė daugiau neigiamų ir mažiau teigiamų nuostatų. Pažymėtina, kad visose šalyse psichologai, kurie buvo baigę specializuotus mokymus senėjimo srityje, išklausė paskaitų kursą apie senėjimą ar turėjo prižiūrimos praktikos su vyresnio amžiaus žmonėmis, vyresnio amžiaus klientus vertino labiau teigiamai ir mažiau neigiamai.

Išvados. Rezultatai turi būti interpretuojami atsargiai, nes imtys nėra reprezentatyvios atitinkamoms šalims, tačiau jie leidžia manyti, kad daugiau geropsichologinio išsilavinimo galiausiai gali prisidėti prie palankesnio ir profesionalesnio požiūrio į klientus tarp psichologų, dirbančių su vyresnio amžiaus klientais.

Raktiniai žodžiai: senėjimas; geropsichologija; požiūris į klientus.

Žinau, ką veikei aną vasarą. Ką internetinės pornografijos vartojimo tendencijos atskleidžia apie Lietuvos vartotojų motyvaciją?

I KNOW WHAT YOU DID LAST SUMMER. WHAT DO ONLINE
PORNOGRAPHY CONSUMPTION TRENDS REVEAL ABOUT
THE MOTIVATIONS OF LITHUANIAN USERS?

Doc. dr. Arūnas Žiedelis

Vilniaus universitetas

Ivadas. Pagrindiniai motyvai, skatinantys pornografinio turinio vartojimą yra seksualinis pasitenkinimas, nuobodulio vengimas ir streso įveika (Böthe et al, 2021). Du iš šių motyvų – nuobodulys ir stresas – yra ne vienodai aktualūs skirtingu paros metu, savaitės dienomis, metų laikais ir visuomenei aktualių įvykiu (ypač neigiamų) fone. Todėl jų reikšmę galima netiesiogiai rekonstruoti remiantis pornografijos vartojimo tendencijomis laike. Psichologiniuose tyrimuose vartojimo motyvacija yra vertinama išimtinai vien savistabos būdu, kuris nėra tikslus dėl socialinio pageidaujamos efekto ir riboto savo elgesio paskatų įsisąmoninimo. Pasitelkus Google paieškų duomenis, šiuo tyrimu buvo siekiama įvertinti, kuris internetinės pornografijos vartojimo motyvas – nuobodulio vengimas ar streso įveika – yra aktualesnis tarp Lietuvos interneto vartotojų.

Metodai. Siekiant atsakyti į tyrimo klausimus, buvo pasitelkti Google trends svetainėje pateikiami Lietuvos vartotojų atliktų paieškų su raktažodžiu „Porno“ duomenys. Paieškų duomenys yra standartizuoti į 100 balų skalę, kur maksimalus balas rodo didžiausią paieškų srautą per nurodytą laikotarpį. Duomenys paimti 2026 m. sausio 14 d. Analizei naudoti paskutinės savaitės duomenys (valandų tikslumu), paskutinių 90 d. duomenys (dienos tikslumu) ir 2022–2025 m. duomenys (savaitės tikslumu).

Rezultatai. Duomenų analizė atskleidė, kad vartotojai dažniausiai ieškojo pornografijos internete anksti ryte (4–5 val. darbo dienomis, 5–6 val. – savaitgaliais), savaitgaliais (palyginti su darbo dienomis) ir atostogų laikotarpiais (vasarą ir paskutinę metų savaitę). Dienomis, kai stebimi pornografijos paieškų pikai, nepavyko identifikuoti visuomenei ypatingai aktualių neigiamų įvykių.

Rezultatų aptarimas ir išvados. Tyrimo rezultatus dera interpretuoti atsargiai dėl ribotumų, susijusių su trečiųjų šalių duomenų patikimumu ir netiesioginiu (angl. *proxy*) kintamųjų pobūdžiu. Visgi, jie atskleidžia gana ryškią tendenciją, kad susidomėjimas pornografiniu turiniu išauga laisvalaikiu, o ne laikotarpiais, kai tikėtina didesnė emocinė įtampa. Tai netiesiogiai atskleidžia, kad pornografijos vartojimas, žvelgiant populiacijos mastu, gali būti labiau motyvuotas nuobodulio vengimo, nei streso įveikos motyvo.

Raktiniai žodžiai: pornografija; pornografijos vartojimo motyvai; nuobodulys; streso įveika.

Darbo reikalavimų, išteklių, darbuotojų perdegimo ir įsitraukimo į darbą reikšmė darbo ir gyvenimo balansui

THE SIGNIFICANCE OF JOB DEMANDS, RESOURCES, EMPLOYEE BURNOUT, AND WORK ENGAGEMENT FOR WORK-LIFE BALANCE

Sabina Žitlinskytė, doc. dr. Dalia Bagdžiūnienė

Vilniaus universitetas

Įvadas. Profesionalūs, motyvuoti ir rezultatyvūs darbuotojai yra svarbi šiuolaikinių organizacijų veiksmingos veiklos sąlyga, siekiant prisitaikyti prie dinamiškos socialinės bei ekonominės aplinkos ir nuolat kintančių visuomenės poreikių. Tai išryškina darbuotojų pusiausvyros tarp darbo ir gyvenimo palaikymo svarbą, nes tik visavertį gyvenimą turintis darbuotojas gali geriausiai panaudoti savo gebėjimus bei energiją darbui atlikti. Tyrimai atskleidžia, kad norint skatinti organizacijas kurti palankias darbuotojų darbo ir gyvenimo balanso palaikymo sąlygas, svarbu išsiaiškinti, kokią reikšmę pusiausvyrai turi darbo aplinkos faktoriai ir su darbu susijusi darbuotojų savijauta.

Metodai. Šio tyrimo tikslas – ištirti darbo reikalavimų, išteklių, darbuotojų perdegimo ir įsitraukimo į darbą reikšmę darbo ir gyvenimo balansui. Teorinės tyrimo prielaidos siejamos su Darbo reikalavimų ir išteklių teorija (Bakker & Demerouti, 2017) bei Kalliath ir Brough (2008) darbo ir gyvenimo balanso koncepcija. Skerspjuvio tyrime taikytas anketinės apklausos internetu metodas, dalyvavo 222 įvairių organizacijų darbuotojai, 85 proc. jų sudarė moterys, dalyvių amžiaus vidurkis – 32,3 metų. Duomenims rinkti naudotos darbo reikalavimų, išteklių, perdegimo (Bakker, 2014), įsitraukimo į darbą (Schaufeli et al., 2017) ir darbo ir gyvenimo balanso skalės (Brough et al., 2014).

Rezultatai. Rezultatai analizuoti aprašomosios statistikos, koreliacinės analizės, struktūrinių lygčių modeliavimo metodais. Tyrimas atskleidė, kad perdegimas yra tarpinis kintamasis darbo reikalavimų ir darbo išteklių ryšiams su darbo ir gyvenimo balansu. Nustatyta teigiama tiesinė įsitraukimo į darbą bei darbo ir gyvenimo balanso sąsaja, tačiau įsitraukimas netarpininkauja darbo išteklių ir balanso ryšiu.

Išvados. Rezultatų pagrindu aptariamos tolesnės tyrimų kryptys ir praktinės rekomendacijos.

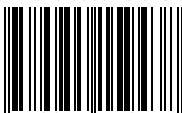
Raktiniai žodžiai: darbo ir gyvenimo balansas; darbo reikalavimai; darbo ištekliai; perdegimas; įsitraukimas į darbą.

**Lietuvos psichologų kongresas 2026
„Augti psichologijoje“**

Leidinį sudarė Goda Martinkutė
Redagavo doc. dr. Raimonda Petrolienė
Maketavo Jelena Babachina

2026 05 15. Užsakymo Nr. 2026/101.
Išleido LSMU Akademinei leidyba,
A. Mickevičiaus g. 9, LT-44307 Kaunas.

eISBN 978-9955-15-943-8



9 789955 159438